



भारत सरकार
Government of India
पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय
(एम. ओ. ई. एस.)
Ministry of Earth Sciences
(MoES)



भारत मौसम विज्ञान विभाग
INDIA METEOROLOGICAL DEPARTMENT

गर्मी की ऋतु (मार्च से मई) के दौरान ऋतुनिष्ठ तापमान और मार्च, 2026 के दौरान
मासिक वर्षा और तापमान का आउटलुक

Outlook for the Seasonal Temperatures during the Hot Weather Season (March to May)
and Monthly Rainfall and Temperatures During March, 2026

मुख्य बातें

- आने वाले गर्मी की ऋतु (मार्च से मई (MAM)) के दौरान, देश के ज्यादातर हिस्सों में सामान्य से अधिक अधिकतम तापमान रहने की संभावना है, सिवाय उत्तरपश्चिम भारत के कुछ हिस्सों और मध्य भारत के इक्का-दुक्का हिस्सों को छोड़कर, जहाँ सामान्य या सामान्य से कम अधिकतम तापमान रहने की संभावना है।
- इस सीज़न (MAM) के दौरान, देश के ज्यादातर हिस्सों में सामान्य से अधिक न्यूनतम तापमान रहने की संभावना है सिवाय दक्षिण प्रायद्वीपर भारत के कुछ इलाकों और देश के शेष भागों के इक्का दुक्का क्षेत्रों को छोड़कर, जहाँ सामान्य से लेकर सामान्य से कम न्यूनतम तापमान रहने की संभावना है।
- मार्च 2026 के दौरान, भारत के कई हिस्सों में मासिक अधिकतम तापमान सामान्य से कम रहने की संभावना है, पूर्वोत्तर भारत, इससे सटे पूर्वी भारत और पश्चिमी हिमालयी क्षेत्र और मध्य और प्रायद्वीपीय भारत के कुछ हिस्सों को छोड़कर, जहाँ सामान्य से अधिक अधिकतम तापमान होने की संभावना है।
- देश के अधिकतर हिस्सों, मार्च 2026 के दौरान न्यूनतम तापमान सामान्य से अधिक रहने की संभावना है, सिवाय उत्तर-पश्चिम भारत, दक्षिण प्रायद्वीप और पूर्वी तट के कुछ हिस्सों को छोड़कर, जहाँ सामान्य से लेकर सामान्य से नीचे न्यूनतम तापमान रहने की सबसे ज्यादा संभावना है।
- मार्च से मई 2026 की ऋतु के दौरान पूर्व और पूर्व-मध्य भारत के ज्यादातर हिस्सों, दक्षिण-पूर्वी प्रायद्वीप के कई हिस्सों और उत्तर-पश्चिम और पश्चिम-मध्य भारत के कुछ हिस्सों में सामान्य से ज्यादा हीटवेव वाले दिन रहने की संभावना है।
- मार्च 2026 के दौरान गुजरात और आंध्र प्रदेश के इक्का-दुक्का क्षेत्रों में सामान्य से अधिक उष्ण लहर / हीटवेव वाले दिन रहने की संभावना है।
- मार्च 2026 के दौरान, देश के अधिकांश हिस्सों में सामान्य या सामान्य से अधिक वर्षा होने की संभावना है। सिवाय , उत्तर-पश्चिम एवं पूर्वी-मध्य भारत के कुछ हिस्सों और उत्तर-पूर्व भारत में सामान्य से कम वर्षा होने की संभावना है।

गर्मी की ऋतु (मार्च से मई) के दौरान ऋतुनिष्ठ तापमान और मार्च, 2026 के दौरान मासिक वर्षा और तापमान का आउटलुक

1. पृष्ठभूमि

2016 से, पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय के तहत भारत मौसम विज्ञान विभाग, गर्म मौसम और ठंडे मौसम दोनों ऋतुओं को कवर करते हुए देश के लिए ऋतुनिष्ठ तापमान का आउटलुक जारी कर रहा है। साथ ही, IMD अपने पूर्वानुमान मॉडल की सटीकता और विश्वसनीयता को लगातार बढ़ा रहा है।

वर्तमान में, ऋतुनिष्ठ पूर्वानुमान एक नए विकसित मल्टी-मॉडल एनसेंबल (MME)-आधारित पूर्वानुमान प्रणाली का इस्तेमाल करके बनाए जाते हैं। यह तरीका दुनिया भर के बड़े जलवायु प्रागुक्ति और अनुसंधान केंद्र द्वारा विकसित मल्टीपल कपल्ड ग्लोबल क्लाइमेट मॉडल्स (सीजीसीएम/CGCMs) के आउटपुट का एकीकरण करता है, जिसमें IMD का अपना मानसून मिशन क्लाइमेट फोरकास्ट सिस्टम (एमएमसीएफएस/MMCFS) मॉडल भी शामिल है, ताकि पूर्वानुमान कौशल और सुदृढ़ता को बेहतर बनाया जा सके।

IMD ने अब आने वाली गर्मी की ऋतु (मार्च से मई 2026) और मार्च 2026 के लिए देश भर में ऋतुनिष्ठ और मासिक तापमान के अनुमान के आउटलुक तैयार किए हैं। इन्हें नीचे अनुच्छेद 2(ए) और 2(बी) में बताया गया है।

किसी जगह पर उष्ण लहर / हीट वेव का मतलब है उस जगह पर लंबे समय तक बहुत ज्यादा गर्म मौसम (एक तय प्रभाव सीमा तापमान मूल्य से ऊपर)। देश भर में गर्मी की ऋतु (MAM) और मार्च 2026 के लिए हीटवेव का आउटलुक अनुच्छेद 3 में बताया गया है। मार्च 2026 के लिए वर्षा का मासिक पूर्वानुमान अनुच्छेद 4 में बताया गया है।

2. (ए) मार्च से मई (MAM) 2026 के लिए ऋतुनिष्ठ तापमान आउटलुक

चित्र. 1ए और चित्र. 1बी मार्च से मई (MAM) 2026 सीज़न के लिए क्रमशः अधिकतम और न्यूनतम तापमान का संभाव्यता पूर्वानुमान दिखाते हैं। अधिकतम तापमान के लिए संभाव्यता पूर्वानुमान (चित्र. 1ए) बताता है कि देश के ज्यादातर हिस्सों में सामान्य से अधिक अधिकतम तापमान रहने की संभावना है, सिवाय उत्तरपश्चिम भारत के कुछ हिस्सों और मध्य भारत के इक्का-दुक्का हिस्सों को छोड़कर, जहाँ सामान्य या सामान्य से कम अधिकतम तापमान रहने की संभावना है।

न्यूनतम तापमान के लिए संभाव्यता पूर्वानुमान (चित्र. 1बी) बताता है कि सीज़न (MAM) के दौरान, देश के ज्यादातर हिस्सों में सामान्य से अधिक न्यूनतम तापमान रहने की संभावना है सिवाय दक्षिण प्रायद्वीपर भारत के कुछ इलाकों और देश के शेष भागों के इक्का दुक्का क्षेत्रों को छोड़कर, जहाँ सामान्य से लेकर सामान्य से कम न्यूनतम तापमान रहने की संभावना है।

2.(बी) मार्च 2026 के लिए मासिक तापमान आउटलुक

चित्र. 2ए और चित्र. 2बी मार्च 2026 के लिए क्रमशः अधिकतम और न्यूनतम तापमान की पूर्वानुमान संभाव्यता दिखाते हैं। मार्च 2026 के दौरान, भारत के कई हिस्सों में मासिक अधिकतम तापमान सामान्य से कम रहने की संभावना है, पूर्वोत्तर भारत, इससे सटे पूर्वी भारत और पश्चिमी हिमालयी क्षेत्र और मध्य और प्रायद्वीपीय भारत के कुछ हिस्सों को छोड़कर, जहां सामान्य से अधिक अधिकतम तापमान होने की संभावना है। (चित्र. 2ए)।

देश के अधिकतर हिस्सों, में मार्च 2026 के दौरान न्यूनतम तापमान सामान्य से अधिक रहने की संभावना है, सिवाय उत्तर-पश्चिम भारत, दक्षिण प्रायद्वीप और पूर्वी तट के कुछ हिस्सों को छोड़कर, जहाँ सामान्य से लेकर सामान्य से नीचे न्यूनतम तापमान रहने की सबसे ज़्यादा संभावना है। (चित्र. 2बी)।

3. गर्मी की ऋतु (मार्च से मई) और मार्च 2026 महीने के लिए उष्ण लहर / हीट वेव का आउटलुक

मार्च से मई 2026 के लिए देश में उष्ण लहर / हीटवेव वाले दिनों की संख्या की असंगति (सामान्य से विचलन) पूर्वानुमान चित्र. 3ए में दिखाया गया है। मार्च से मई 2026 की ऋतु के दौरान पूर्व और पूर्व-मध्य भारत के ज़्यादातर हिस्सों, दक्षिण-पूर्वी प्रायद्वीप के कई हिस्सों और उत्तर-पश्चिम और पश्चिम-मध्य भारत के कुछ हिस्सों में सामान्य से ज़्यादा हीटवेव वाले दिन रहने की संभावना है। देश के शेष हिस्सों में सामान्य हीटवेव वाले दिन की संभावना है।

मार्च 2026 के लिए देश में हीटवेव वाले दिनों की संख्या का असंगति पूर्वानुमान चित्र. 3बी में दिखाया गया है। मार्च 2026 के दौरान गुजरात और आंध्र प्रदेश के इक्का-दुक्का क्षेत्रों में सामान्य से अधिक उष्ण लहर / हीटवेव वाले दिन रहने की संभावना है। देश के बाकी हिस्सों में सामान्य हीटवेव वाले दिन रहने की संभावना है।

मार्च-अप्रैल-मई (MAM) सीज़न के दौरान, हीटवेव की बढ़ती संभावना से सार्वजनिक स्वास्थ्य, पानी के संसाधन, बिजली की मांग और ज़रूरी सेवाओं को बड़ा खतरा हो सकता है, खासकर बुजुर्गों, बच्चों, बाहर काम करने वालों और पहले से किसी स्वास्थ्य समस्या से ग्रस्त जैसे अतिसंवेदनशील लोगों पर इसका असर पड़ सकता है। बढ़े हुए तापमान के चलते गर्मी से जुड़ी बीमारियाँ हो सकती हैं और मूलभूत सुविधाओं और संसाधन प्रबंधन प्रणाली पर ज़्यादा दबाव पड़ सकता है। इसलिए, राज्य अधिकारियों और ज़िला प्रशासन को सलाह दी जाती है कि वे समय पर तैयारी सुनिश्चित करें, जिसमें कूलिंग शेल्टर की ऑपरेशनल तैयारी, पीने के पानी की पर्याप्त सप्लाई और मज़बूत स्वास्थ्य निगरानी शामिल हैं। भारत मौसम विज्ञान विभाग (IMD) हर हफ्ते और विस्तारित रेंज के पूर्वानुमानों के साथ-साथ प्रारंभिक चेतावनी और प्रभाव आधारित पूर्वानुमान / इम्पैक्ट-बेस्ड फोरकास्ट (IBF) भी देता है, जो सक्रिय योजना में मदद करने के लिए हीटवेव की स्थितियों की संभावित गंभीरता और स्थानिक वितरण को बताता है। लोगों को सलाह दी जाती है कि वे अपडेट पर नज़र रखें और MAM सीज़न के दौरान जलयोजित (हाइड्रेटेड) रहने, बहुत ज़्यादा गर्मी में निकलने से बचने और कमज़ोर लोगों का खास ध्यान रखने जैसे सावधानी के उपाय अपनाएँ।

4. मार्च 2026 के लिए मासिक वर्षा का आउटलुक

मार्च 2026 में देश भर में औसतन वर्षा सामान्य (दीर्घावधि औसत (एलपीए/LPA) का 83-117%) रहने की ज़्यादा संभावना है। 1971 से 2020 के डेटा के आधार पर, मार्च के दौरान देश भर में वर्षा का दीर्घावधि औसत (एलपीए/LPA) लगभग 29.9 mm है।

मार्च 2026 के लिए देश भर में वर्षा की टर्साइल श्रेणियों (सामान्य से अधिक, सामान्य और सामान्य से नीचे) के स्थानिक वितरण का संभावित पूर्वानुमान चित्र. 4 में दिखाया गया है। पूर्वानुमान के अनुसार, मार्च 2026 के दौरान, देश के अधिकांश हिस्सों में सामान्य या सामान्य से अधिक वर्षा होने की संभावना है। सिवाय , उत्तर-पश्चिम एवं पूर्वी-मध्य भारत के कुछ हिस्सों और उत्तर-पूर्व भारत में सामान्य से कम वर्षा होने की संभावना है। मानचित्र में बिंदीदार क्षेत्रों में जलवायु के अनुसार मार्च के महीने में बहुत कम वर्षा होती है, और भूमि के भीतर सफेद रंग से छायांकित क्षेत्र मॉडल से कोई संकेत नहीं दर्शाते हैं।

5. प्रशांत और हिंद महासागर पर समुद्र सतह तापमान (एसएसटी/SST) की स्थितियाँ

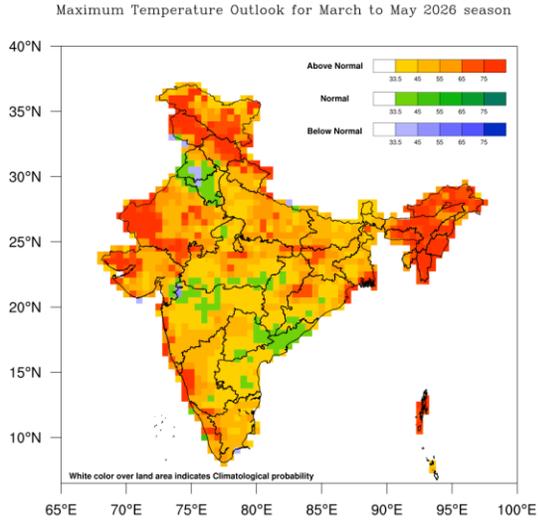
वर्तमान में, भूमध्यरेखीय प्रशांत महासागर में कमज़ोर ला नीना की स्थिति बनी हुई है, और मध्य और पूर्वी प्रशांत महासागर के ज़्यादातर हिस्सों में समुद्र की सतह का तापमान सामान्य से नीचे बना हुआ है। हालांकि, ग्लोबल मॉडल्स और MMCFS के नवीनतम पूर्वानुमान बताते हैं कि आने वाले सीज़न में ये स्थितियाँ धीरे-धीरे कमज़ोर होने की उम्मीद है, और मार्च से मई के सीज़न के दौरान ईएनएसओ/ENSO-तटस्थ स्थितियों की ओर बदलाव हो सकता है।

वर्तमान में इंडियन ओशन बेसिन पर तटस्थ हिंदी महासागर द्विध्रुप (आईओडी/IOD) की स्थिति बनी हुई है। ग्लोबल मॉडल्स और MMCFS के नवीनतम पूर्वानुमान बताते हैं कि आने वाले सीज़न में तटस्थ आईओडी/IOD की स्थिति बनी रहने की उम्मीद है, और IOD में कोई खास पॉज़िटिव या नेगेटिव फ़ेज़ की उम्मीद नहीं है।

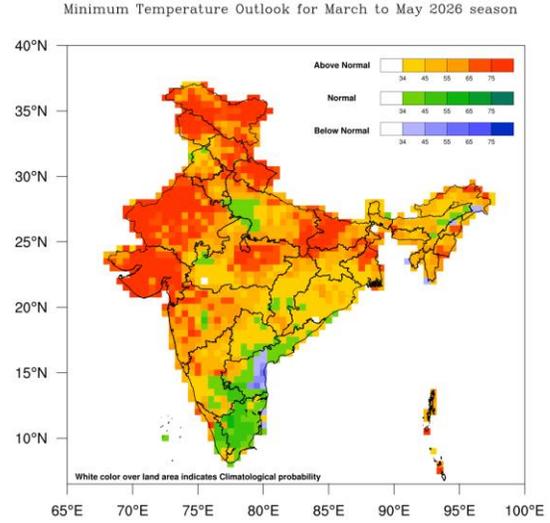
6. विस्तारित रेंज पूर्वानुमान और लघु से मध्यम-रेंज पूर्वानुमान सेवाएं

IMD देश भर में वर्षा तथा अधिकतम और न्यूनतम तापमान के विस्तारित रेंज पूर्वानुमान (अगले चार हफ़्तों के लिए 7-दिवसीय औसत पूर्वानुमान) भी प्रदान करता है, जिसे हर हफ़्ते बृहस्पतिवार को अपडेट किया जाता है। यह मल्टी-मॉडल एन्सेम्बल डायनेमिकल एक्सटेंडेड रेंज फोरकास्टिंग सिस्टम पर आधारित है जो वर्तमान में IMD में क्रियान्वित है। विस्तारित रेंज पूर्वानुमान IMD वेबसाइट https://mausam.imd.gov.in/imd_latest/contents/extendedrangeforecast.php के माध्यम से उपलब्ध हैं।

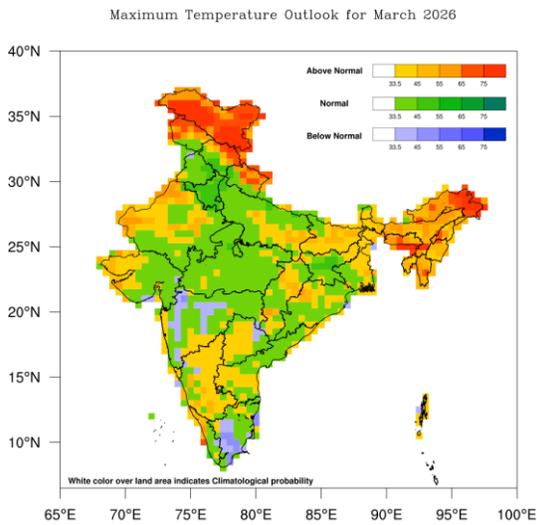
विस्तारित रेंज पूर्वानुमान के बाद IMD द्वारा दैनिक रूप से जारी किया जाने वाला लघु से मध्यम रेंज का पूर्वानुमान आता है। पूर्वानुमान IMD वेबसाइट https://nwp.imd.gov.in/gfsproducts_cycle00_mausam.php के माध्यम से उपलब्ध हैं।



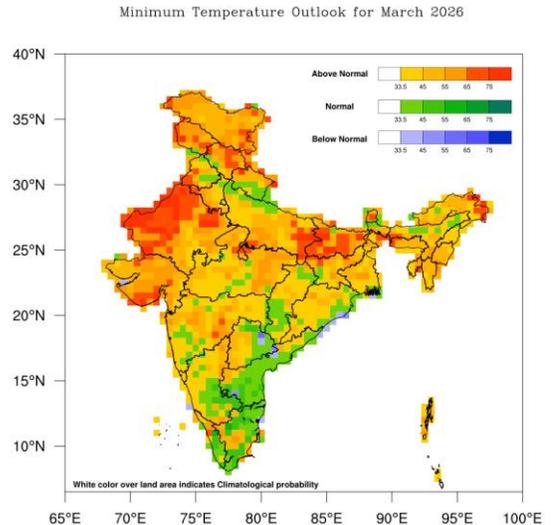
चित्र. 1ए. मार्च से मई 2026 के लिए अधिकतम तापमान का संभाव्यता पूर्वानुमान।



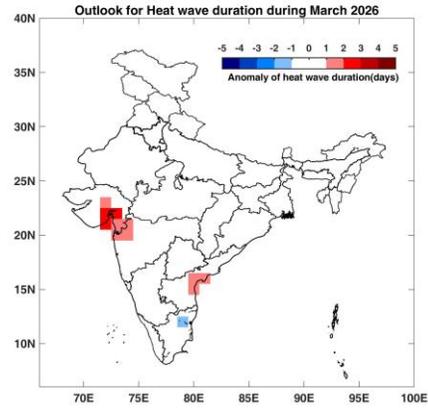
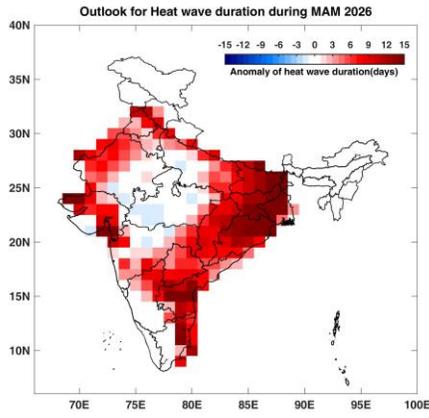
चित्र. 1बी. मार्च से मई 2026 के लिए न्यूनतम तापमान का संभाव्यता पूर्वानुमान।



चित्र. 2ए. मार्च 2026 के लिए अधिकतम तापमान का संभाव्यता पूर्वानुमान।



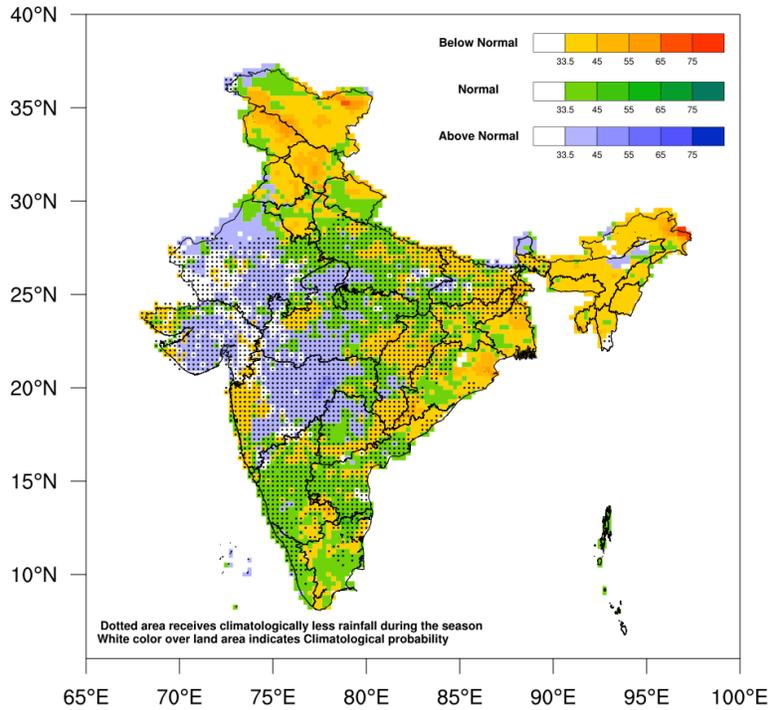
चित्र. 2बी. मार्च 2026 के लिए न्यूनतम तापमान का संभाव्यता पूर्वानुमान।



चित्र. 3ए. मार्च से मई 2026 सीज़न के लिए हीटवेव घटनाओं का संभावित पूर्वानुमान।

चित्र. 3बी. मार्च 2026 के लिए हीटवेव घटनाओं का संभावित पूर्वानुमान।

Probability rainfall forecast for March 2026



चित्र. 4. मार्च 2026 के दौरान भारत में वर्षा के लिए टर्साइल श्रेणी* (सामान्य से नीचे, सामान्य और सामान्य से अधिक) का संभाव्यता पूर्वानुमान। यह चित्र सबसे संभावित श्रेणी और उनकी संभावनाओं को दिखाता है। मानचित्र में बिंदीदार क्षेत्रों में जलवायु के अनुसार मार्च के महीने में बहुत कम वर्षा होती है, और भूमि के भीतर सफेद रंग से छायांकित क्षेत्र मॉडल से कोई संकेत नहीं दर्शाते हैं। (*टर्साइल कैटेगरी की जलवायु संबंधी संभावनाएँ बराबर होती हैं, प्रत्येक की 33.33%)।