

MAPAS FÍSICOS Y POLÍTICOS

EXTREMADURA FÍSICA

- **Relieve.**

En el norte se encuentra el Sistema Central.

- Sierra de Gredos.
- Sierra de Béjar, pico Calvitero (2.425 m.).
- Sierra de Gata, las Hurdes.

En el centro, los Montes de Toledo.

- Sierra de Altamira.
- Sierra de las Villuercas.
- Sierra de Guadalupe.
- Sierra de Montánchez.

En el sur se encuentran las estribaciones de Sierra Morena.

- Sierra de Hornachos.
- Sierra del Pedroso.
- Sierra de Tentudía.
- Sierra de Feria.

- **Penillanuras.**

- Trujillano-cacereña.
- Tierra de Barros.
- La Serena.
- La Siberia.
- Llanos de Olivenza.

- **Ríos.**

Tajo, afluentes: Tiétar, Alagón, Jerte, Almonte y Salor.

Guadiana, afluentes: Rucas, Gargáligas, Búrdalo, Guadajira, Matachel y Zújar.

- **Embalses.**

Orellana, García-Sola, Zújar, Cíjara y La Serena.

EXTREMADURA COMARCAL

Sierra de Gata

Las Hurdes

Tierras de Granadilla

Valle de Ambroz

Valle del Verte

La Vera

Valle del Alagón

Monfragüe y su entorno
 Campo Arañuelo
 Tajo-Salor-Almonte
 Sierra de San Pedro – Los baldios
 Montánchez-Tamujo
 Miajadas-Trujillo;
 Villuercas-Jara-Ibores
 La Siberia
 La Serena
 Vegas Altas del Guadiana
 Lácara
 Sierra Grande-Tierra de Barros
 Olivenza
 Sierra Suroesta
 Zafra-Río Bodión
 Campiña Sur
 Tentudia.

ESPAÑA FÍSICA

- **Mares y océanos:** mar Cantábrico, océano Atlántico, mar de Alborán y mar Mediterráneo.
- **Islas:** archipiélago Balear e islas Canarias (nombre de las islas en ambos).
- **Golfos, cabos y estrechos:** golfo de Vizcaya, cabo Fisterra, cabo San Vicente, golfo de Cádiz, Punta de Tarifa, estrecho de Gibraltar, golfo de Almería, cabo de Gata, cabo de la Nao, golfo de Valencia, delta del Ebro, golfo de Rosas y cabo de Creus.
- **Montañas y cordilleras:** macizo Galaico, montes de León, cordillera Cantábrica, montes Vascos, Pirineos, cordillera Costera Catalana, Sistema Ibérico, Sistema Central, montes de Toledo, Sierra Morena, Sistemas Béticos (se dividen en cordillera Subbética y cordillera Penibética) y sierra de Tramuntana.
- **Cumbres más elevadas:** Torre Cerredo (cordillera Cantábrica); Monte Perdido y Aneto (Pirineos); Moncayo (Sistema Ibérico); Almanzor (Sistema Central); Mulhacén (cordillera Penibética); y Teide (Tenerife).
- **Ríos:** Bidasoa, Nervión, Nalón, Narcea, Navia, Miño-Sil, Duero, Tajo, Guadiana, Guadalquivir, Odiel, Tinto, Guadalete, Segura, Júcar, Ebro y Llobregat.
- **Meseta:** Meseta Central (se divide en submeseta norte y submeseta sur).
- **Valles o depresiones:** depresiones del Ebro y del Guadalquivir.

ESPAÑA POLÍTICA

- **Galicia:** La Coruña. Lugo, Orense, Pontevedra. Santiago de Compostela.

- **Principado de Asturias:** Oviedo.
- **Cantabria:** Santander.
- **País Vasco:** Vizcaya (Bilbao); Guipúzcoa (San Sebastián); Álava (Vitoria).
- **Comunidad Foral de Navarra:** Pamplona.
- **Aragón:** Huesca, Zaragoza, Teruel.
- **La Rioja:** Logroño.
- **Cataluña:** Lérida, Gerona, Barcelona, Tarragona.
- **Comunidad Valenciana:** Castellón, Valencia, Alicante.
- **Islas Baleares:** Palma de Mallorca.
- **Región de Murcia:** Murcia.
- **Castilla y León:** León, Zamora, Salamanca, Palencia, Valladolid, Ávila, Burgos, Segovia, Soria.
- **Comunidad de Madrid:** Madrid.
- **Castilla-La Mancha:** Toledo, Ciudad Real, Guadalajara, Cuenca, Albacete.
- **Extremadura:** Cáceres, Badajoz. Mérida.
- **Andalucía:** Huelva, Sevilla, Cádiz, Córdoba, Málaga, Jaén, Granada, Almería.
- **Canarias:** Santa Cruz de Tenerife, Las Palmas.
- **Provincias no reconocidas como comunidades autónomas (ciudades autónomas):** Ceuta y Melilla.

AMÉRICA POLÍTICA

- | | |
|----------------------------------|----------------------------|
| - CANADÁ: Ottawa | - JAMAICA: Kingston |
| - EEUU: Washington | - PUERTO RICO (EEUU) |
| - MÉXICO: Ciudad de México | - VENEZUELA: Caracas |
| - BELICE: Belmopán | - GUYANA: Georgetown |
| - GUATEMALA: Guatemala | - SURINAM: Paranaribo |
| - EL SALVADOR: San Salvador | - GUYANA FRANCESA: Cayenne |
| - HONDURAS: Tegucigalpa | - COLOMBIA: Bogotá |
| - NICARAGUA: Managua | - BRASIL: Brasilia |
| - COSTA RICA: San José | - ECUADOR: Quito |
| - PANAMÁ: Panamá | - PERÚ: Lima |
| - CUBA: La Habana | - BOLIVIA: La Paz |
| - HAITÍ: Puerto Príncipe | - PARAGUAY: Asunción |
| - REP. DOMINICANA: Santo Domingo | - URUGUAY: Montevideo |
| - ISLAS BAHAMAS: Nassau | - CHILE: Santiago |
| | - ARGENTINA: Buenos Aires |

AMÉRICA FÍSICA

- **Ríos:** Yukón, Mackenzie, San Lorenzo, Mississippi, Missouri, Colorado, Orinoco, Amazonas, Paraná, Paraguay.
- **Lagos:** Gran Lago del Oso, Superior, Hurón, Ontario (catarata del Niágara), Erie, Gran Lago Salado, Titicaca, Maracaibo.
- **Bahías:** Hudson, Baffin.
- **Golfos:** San Lorenzo, México, San Jorge, California, Alaska.

- **Mares y océanos:** mar del Labrador, Caribe, Bering, Atlántico, Pacífico.
- **Relieve:** península de Alaska, pico McKinley, montes Mackenzie, Montañas Rocosas, península del Labrador, montes Apalaches, Sierra Madre, macizo de las Guayanas, Mato Grosso, meseta de Brasil, cordillera de los Andes, Aconcagua, Patagonia argentina, La Pampa.
- **Estrechos:** estrecho de Magallanes, canal de Panamá.

EUROPA POLÍTICA

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| - ESPAÑA: Madrid | - HUNGRÍA: Budapest |
| - PORTUGAL: Lisboa | - SERBIA: Belgrado |
| - FRANCIA: París | - MONTENEGRO: Podgorica |
| - ITALIA: Roma | - ALBANIA: Tirana |
| - LUXEMBURGO: Luxemburgo | - MACEDONIA: Skopje |
| - SUIZA: Berna | - BULGARIA: Sofia |
| - BÉLGICA: Bruselas | - GRECIA: Atenas |
| - PAÍSES BAJOS: Amsterdam | - MALTA: La Valeta |
| - REINO UNIDO: Londres | - CHIPRE: Nicosia |
| - IRLANDA: Dublín | - MOLDAVIA: Kishinev |
| - DINAMARCA: Copenhage | - UCRANIA: Kiev |
| - ALEMANIA: Berlín | - BIELORRUSIA: Minsk |
| - POLONIA: Varsovia | - LITUANIA: Vilna |
| - REPÚBLICA CHECA: Praga | - LETONIA: Riga |
| - ESLOVAQUIA: Bratislava | - ESTONIA: Tallín |
| - AUSTRIA: Viena | - RUSIA: Moscú |
| - ESLOVENIA: Liubliana | - FINLANDIA: Helsinki |
| - CROACIA: Zagreb | - SUECIA: Estocolmo |
| - BOSNIA-HEZEGOVINA: Sarajevo | - NORUEGA: Oslo |
| - RUMANÍA: Bucarest | - ISLANDIA: Reikiavik |
| - TURQUÍA: Ankara | |

EUROPA FÍSICA

- **Mares y océanos:** Caspio, Negro, mar de Azov, mar de Mármara, Egeo, Jónico, Adriático, Tirreno, Mediterráneo, mar del Norte, Báltico, mar de Noruega, Blanco.
- **Ríos:** Ural, Volga, Dnieper, Dniester, Danubio, Po, Ródano, Garona, Loira, Sena, Rin, Támesis, Elba, Oder, Vístula.
- **Relieve:** Caúcaso, península de Anatolia, Cárpatos, Alpes, Balcanes, península Balcánica, península del Peloponeso, Macizo Central Francés, Llanura Norte Europea, montes Apeninos, Macizo Escandinavo, península Escandinava, península de Jutlandia, montes Urales, Pirineos, península Ibérica, pico Elbrus.

- **Estrechos:** Bósforo, Dardanelos, Mesina, Gibraltar, Canal de La Mancha.

ASIA Y OCEANÍA POLÍTICAS

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| - TURQUÍA: Ankara | - INDIA: Nueva Delhi |
| - GEORGIA: Tbilisi | - SRI LANKA: Colombo |
| - ARMENIA: Ereván | - BANGLADESH: Dhaka |
| - SIRIA: Damasco | - NEPAL: Katmandú |
| - LÍBANO: Beirut | - MYANMAR: Naipyidó |
| - ISRAEL: Tel Aviv | - TAILANDIA: Bangkok |
| - JORDANIA: Ammán | - LAOS: Vientiane |
| - IRAK: Bagdad | - VIETNAM: Hanoi |
| - IRÁN: Teherán | - CAMBOYA: Phnom Penh |
| - KUWAI: Kuwait | - CHINA: Pekin |
| - ARABIA SAUDÍ: Riad | - COREA DEL NORTE: Pyongyang |
| - YEMEN: Saná | - COREA DEL SUR: Seúl |
| - OMÁN: Mascate | - JAPÓN: Tokio |
| - U. DE EMIRATOS ÁRABES: Abu-Dabi | - TAIWÁN: Taipei |
| - QATAR: Doha | - FILIPINAS: Manila |
| - AZERBAIYÁN: Bakú | - BRUNEI: Bandar Seri |
| - KAZAJSTÁN: Astaná | - MALASIA: Kuala Lumpur |
| - AFGANISTÁN: Kabul | - INDONESIA: Yakarta |
| - PAKISTÁN: Islamabad | - TIMOR ORIENTAL: Dili |
| - TURKMENISTÁN: Asjabad | - PAPÚA-NUEVA GUINEA: P. Moresby |
| - TAYIKISTÁN: Dushanbe | - NUEVA ZELANDA: Wellington |
| | - AUSTRALIA: Camberra |

ASIA Y OCEANÍA FÍSICAS

- **Mares, océanos y golfos:** mar de Ojotsk, mar de Japón, mar Amarillo, mar de China Oriental, golfo de Bengala, mar Arábigo, golfo de Omán, golfo Pérsico, golfo de Adén, océano Índico, océano Pacífico.
- **Ríos:** Obi, Yenisei, Lena, Amur, Huang-Ho (Amarillo), Yangtsé, Mekong, Ganges, Indo, Trigris, Éufrates.
- **Lagos:** Baikal, Aral, Caspio.
- **Relieve:** Cáucaso, montes Urales, llanura de Siberia Occidental, península de Kamchatka, llanura de manchuria, península de Corea, cordillera del himalaya, pico Everest, meseta del Tíbet, meseta de Mongolia, desierto del Gobi, meseta de Irán, montes Zagros.

ÁFRICA POLÍTICA

- ANGOLA: Luanda
- ARGELIA: Argel
- BENÍN: Porto Novo
- BOTSUANA: Gaborone
- BURUNDI: Bujumbura
- CABO VERDE: Praia
- CAMERÚN: Yaundé
- CHAD: Yamena
- CONGO: Brazzaville
- COSTA DE MARFIL: Yamusukro
- EGIPTO: El Cairo
- ERITREA: Asmara
- ETIOPIA: Addis-Abeba
- GABÓN: Libreville
- GAMBIA: Banjul
- GHANA: Accra
- GUINEA: Conakry
- GUINEA-BISSAU: Bissau
- GUINEA ECUATORIAL: Malabo
- KENIA: Nairobi
- LESHOTO: Maseru
- LIBERIA: Monrovia
- MADAGASCAR: Antananaribo
- MALI: Bamako
- MARRUECOS: Rabat
- MAURITANIA: Nuakchot
- MOZAMBIQUE: Maputo
- NAMIBIA: Windhoek
- NÍGER: Niamey
- NIGERIA: Abuja
- REP. CENTROAFRICANA: Bangui
- REP. DEM. DEL CONGO: Kinshasa
- REP. SUDAFRICANA: Ciudad del Cabo, Bloemfontein, Pretoria
- RUANDA: Kigali
- SENEGAL: Dakar
- SIERRA LEONA: Freetown
- SOMALIA: Mogadiscio
- SUDÁN DEL NORTE: Jartum
- SUDÁN DEL SUR: Yuba
- SUAZILANDIA: Mbabane, Lobamba
- TANZANIA: Dodoma
- TOGO: Lomé
- TÚNEZ: Túnez
- UGANDA: Kampala
- YIBUTI: Yibuti
- ZAMBIA: Lusaka
- ZIMBABUE: Harare

ÁFRICA FÍSICA

- **Ríos:** Nilo, Zambeze, Orange, Zaire, Congo, Niger, Senegal.
- **Lagos:** Victoria, Tanganica, Malawi, Chad.
- **Desiertos:** Sahara, Kalahari, Namibia.
- **Relieve:** cordillera del Atlas, macizo de Ahaggar, montes Tibesti, macizo de Etiopía, península de Somalia, pico Kilimanjaro, montes Drakensberg.
- **Mares y océanos:** océano Atlántico, océano Índico, mar Mediterráneo, mar Rojo.
- **Islas y archipiélagos:** Madagascar, Mauricio, Seychelles, Canarias
- **Cabos:** Buena Esperanza, Verde.
- **Golfos y estrechos:** golfo de Guinea, golfo de Adén, canal de Suez.