

Spis treści

Jak pracować z podręcznikiem? 5

Czas powrócić do szkoły! 6

I. Właściwości substancji

1. W kuchni jak w laboratorium chemicznym 10

2. Czy masa i objętość to właściwości substancji? 15

3. Czy wszystkie substancje tak samo przewodzą ciepło? 20

4. Ciała stałe mogą być kruche, sprężyste lub plastyczne 23

5. Wpływ różnych substancji na wzrost i rozwój roślin 26

6. Wpływ czynników środowiska na różne substancje 31

II. Krajobrazy Polski i Europy

1. Niziny, wyżyny, góry - mieszkamy w różnych miejscach Polski 40

2. Krajobrazy nad Morzem Bałtyckim 45

3. W krainie tysiąca jezior 50

4. Nizina Mazowiecka - największa nizina Polski 55

5. Wyżyna Krakowsko-Częstochowska 60

6. Przemysłowy krajobraz Wyżyny Śląskiej 65

7. Rolniczy krajobraz Wyżyny Lubelskiej 69

8. Tatry - najwyższe góry w Polsce 73

9. Zwiedzamy największe miasta Polski 79

10. Formy ochrony przyrody w Polsce 83

11. Polska leży w Europie 88

12. Najpiękniejsze krajobrazy Europy 92

III. Organizm człowieka

1. Jak jest zbudowany nasz organizm? 102

2. Szkielet jest rusztowaniem ciała i umożliwia ruch 107

3. Układ pokarmowy umożliwia odżywianie się 113

4. Płuca to ważny narząd oddechowy 117

5. Tlen jest potrzebny w procesie spalania 123

6. Serce jest ważnym narządem układu krwionośnego 127

7. Budowa i funkcja układu rozrodczego 132

8. Zmieniasz się, gdyż rośniesz i się rozwijasz	137
9. Okres dojrzewania jest bardzo ważny	141
10. Narządy zmysłów są częścią układu nerwowego.....	146
11. Oczy odbierają wrażenia świetlne	150
12. Ucho to narząd słuchu i równowagi.....	155

IV. Zdrowie i troska o zdrowie

1. Dlaczego choroby zakaźne są groźne?	164
2. Choroby powodowane przez zwierzęta.....	169
3. Bezpieczne grzybobranie	173
4. Zatrucia pokarmowe są bardzo groźne	177
5. Higiena osobista to obowiązek każdego z nas.....	181
6. Higiena wzroku i słuchu.....	187
7. Bezpiecznie i aktywnie spędzamy wolny czas.....	191
8. Każdy może udzielić pierwszej pomocy.....	196
9. Bezpieczeństwo w domu	202
10. Zdrowy styl życia to gwarancja zdrowia.....	206

V. Zjawiska elektryczne i magnetyczne w przyrodzie

1. Zjawiska elektryczne w przyrodzie	214
2. Co to znaczy, że niektóre ciała się elektryzują?.....	218
3. Prąd elektryczny i jego źródła.....	222
4. Budujemy prosty obwód elektryczny.....	226
5. Skutki przepływu prądu	231
6. Energię elektryczną należy oszczędzać.....	236
7. Badamy własności magnesów	240
8. Budujemy prosty kompas.....	245
Indeks.....	253