

I. ŚRODOWISKO

1. Położenie geograficzne i polityczne Polski w Europie . . . 4
2. Ćwiczenia w określaniu współrzędnych geograficznych na mapie Europy i mapie Polski. 5
3. Konsekwencje położenia Polski w Europie 6
4. Jaki wpływ na współczesną rzeźbę Polski miały dawne wydarzenia geologiczne? 7
5. Wpływ lodolodu skandynawskiego i lodowców górskich na rzeźbę powierzchni Polski 8
6. Charakterystyczne cechy ukształtowania powierzchni Polski 9
7. Uwarunkowania i czynniki kształtujące klimat w Europie i w Polsce 10
8. Cechy klimatu Polski 11
9. Wody. Cechy systemów rzecznych Wisły i Odry oraz ich walory przyrodnicze 12
10. Morze Bałtyckie 13
11. Gleby w Polsce 14
12. Lasy w Polsce 15
13. Prawne formy ochrony przyrody w Polsce 16
14. Surowce mineralne w Polsce 17
15. Podział administracyjny Polski. 18

II. SPOŁECZEŃSTWO I GOSPODARKA

16. Ruch naturalny ludności w Polsce 19
17. Zróznicowanie gęstości zaludnienia na obszarze Polski 20
18. Struktura wieku i płci ludności Polski i wybranych państw Europy. 21
19. Kierunki migracji ludności Polski. Migracje wewnętrzne i migracje zagraniczne 22
20. Zmiany liczby ludności w Polsce i Europie w XX i XXI wieku 23
21. Struktura narodowości, wyznań i wykształcenia ludności Polski na tle wybranych państw Europy 24
22. Procesy urbanizacyjne 25
23. Struktura zatrudnienia w Polsce i Europie. Sektory gospodarki 26
24. Bezrobocie w Polsce i w wybranych państwach europejskich 27
25. Rolnictwo na tle warunków naturalnych Polski. 28
26. Rolnictwo Polski – główne uprawy i zwierzęta hodowlane 29
27. Zmiany w polskim przemyśle 30
28. Usługi – rodzaje i znaczenie w gospodarce 31

29. Sieci transportu i łączności w Polsce 32
30. Polska krajem bałtyckim 33
31. Walory turystyczne Polski 34
32. Obiekty światowego dziedzictwa kulturowego i przyrodniczego w Polsce 35
33. Rola i znaczenie Polski w Europie i na świecie 36

III. RELACJE CZŁOWIEK A ŚRODOWISKO

34. Zagrożenia powodziowe na Dolnym Śląsku 37
35. Wezbrania, podtopienia, powódzie w Małopolsce . . . 38
36. Energia ze źródeł odnawialnych w województwie pomorskim 39
37. Energetyka w województwie łódzkim 40
38. Rozwój Warszawy i jej strefy podmiejskiej 41
39. Rozwój Krakowa 42
40. Migracje w województwach zachodniopomorskim i podlaskim 43
41. Zmiany w konurbacji katowickiej po 1989 roku 44
42. Aglomeracja łódzka wczoraj i dziś 45
43. Wrocławski obszar metropolitalny 46
44. Nadmorska aglomeracja Trójmiasta 47
45. Turystyka na Pobrzeżu Bałtyckim 48
46. Dziedzictwo kulturowe Małopolski 49

IV. MÓJ REGION, MOJA OJCZYZNA

47. Położenie i zróznicowanie warunków naturalnych w regionie 50
48. Rozpoznawanie skał w moim regionie 51
49. Charakterystyka pochodzenia społeczności w regionie 52
50. Rozwój gospodarki w moim regionie 53
51. Mój region obszarem turystycznym – wycieczka samochodowa 54
52. Mój region obszarem turystycznym – wycieczka piesza. 54
53. Jakie zmiany zachodzą w środowisku regionu pod wpływem działalności gospodarczej? Przygotowanie do zajęć terenowych. 56
54. Współpraca Polski z sąsiadami – euroregiony 57
55. Moja „mała ojczyzna” – granice i cechy środowiska przyrodniczego 59
56. Moja „mała ojczyzna” – atrakcyjność turystyczna 60
57. Mój region i moja miejscowość – moja „mała ojczyzna”. 61