

Nr i temat lekcji	Wymagania podstawowe Uczeń:		Wymagania ponadpodstawowe Uczeń:		
	ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
DZIAŁ 1. BADAM I POZNAJĘ PRZYRODĘ					
1. Czego dowiem się na lekcjach przyrody?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia co to jest przyroda • wymienia podstawowe zasady bezpieczeństwa na lekcjach przyrody 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia źródła wiedzy przyrodniczej • podaje przykłady substancji niebezpiecznych w swoim otoczeniu 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje niektóre piktogramy substancji niebezpiecznych na rysunkach lub fotografiach i określa co one oznaczają 	<ul style="list-style-type: none"> • przewiduje skutki użycia substancji niebezpiecznych w niewłaściwy sposób 	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje różne źródła wiedzy przyrodniczej
2. Jak mogę poznawać przyrodę?	<ul style="list-style-type: none"> • nazywa zmysły człowieka - wzrok, słuch, węch, smak i dotyk i wskazuje je na własnym ciele • wyjaśnia, czym jest obserwacja • nazywa przyrządy wykorzystywane w poznawaniu przyrody 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady wykorzystania zmysłów do prowadzenia obserwacji przyrodniczych • podaje przykład obserwacji przyrodniczej prowadzonej w najbliższym otoczeniu 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia narządy zmysłów 	<ul style="list-style-type: none"> • uzasadnia potrzebę dokumentowania obserwacji przyrodniczych 	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera odpowiedni zestaw przyrządów do planowanego badania lub obserwacji przyrodniczej
3. Jak prowadzić doświadczenia?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia zasady bezpiecznej pracy podczas wykonywania doświadczeń 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia różnice między doświadczeniem a obserwacją 	<ul style="list-style-type: none"> • planuje proste doświadczenie, np. sprawdzające rozpuszczalność różnych substancji w wodzie 	<ul style="list-style-type: none"> • prawidłowo opisuje wykonywane doświadczenia 	<ul style="list-style-type: none"> • samodzielnie planuje doświadczenie, stawia hipotezę i problem badawczy
4. Z czego składa się otaczający nas świat?	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia stany skupienia (ciekły, stały i gazowy) 	<ul style="list-style-type: none"> • odróżnia stany skupienia (ciekły, stały i gazowy) 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje inne niż w podręczniku przykłady ciał 	<ul style="list-style-type: none"> • porównuje stany skupienia, biorąc za podstawę odległości 	<ul style="list-style-type: none"> • przyporządkowuje nieznanemu ciału do ciał plastycznych,

	<ul style="list-style-type: none"> • nazywa różne stany skupienia wody (lód, ciecz, para wodna) • podaje przykłady ciał kruchych, sprężystych i plastycznych znane ze swojego otoczenia 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia właściwości ciał kruchych, sprężystych i plastycznych 	kruchych, sprężystych i plastycznych	między cząsteczkami na rysunku lub schemacie	sprężystych lub kruchych na podstawie jego właściwości
5. Gdzie jest północ?	<ul style="list-style-type: none"> • określa co to jest widnokrąg • wskazuje na ilustracji linię widnokregu • wymienia nazwy głównych kierunków świata • opisuje sposób na wyznaczenie kierunku północnego przez uważną obserwację obiektów przyrodniczych 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje w terenie widnokrąg i linię widnokregu • wskazuje główne kierunki świata na róży kierunków 	<ul style="list-style-type: none"> • przyporządkowuje skrótów do nazw głównych kierunków geograficznych 	<ul style="list-style-type: none"> • określa położenie obiektów względem siebie, postępując się nazwami głównych kierunków świata • podaje przykłady wykorzystania w życiu umiejętności wyznaczania kierunków geograficznych 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady miejsc i sytuacje z życia codziennego, gdzie możemy zaobserwować różną wielkość widnokregu
6. Jak wyznaczyć północ za pomocą przyrządów?	<ul style="list-style-type: none"> • wyznacza na podstawie instrukcji główne kierunki geograficzne za pomocą kompasu • konstruuje prosty gnomon, wyjaśnia zasadę jego działania 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje, co może zakłócać pracę kompasu 	<ul style="list-style-type: none"> • samodzielnie wyznacza kierunki za pomocą kompasu 	<ul style="list-style-type: none"> • samodzielnie wyznacza kierunki za pomocą gnomonu 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje zależność między gnomonem a działaniem zegarów słonecznych
7. Podsumowanie działu 1.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z lekcji 1-6.				
DZIAŁ 2. ŚRODOWISKO ŻYCIA ORGANIZMÓW					
8. Jak dzielimy organizmy?	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia nazwy pięciu królestw organizmów 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia., co to znaczy „czynności życiowe” 	<ul style="list-style-type: none"> • charakteryzuje czynności życiowe organizmów 	<ul style="list-style-type: none"> • odróżnia organizm jednokomórkowy od wielokomórkowego 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady organizmów jednokomórkowych

	<ul style="list-style-type: none"> wymienia cechy organizmów 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia czynności życiowe organizmów 	<ul style="list-style-type: none"> definiuje pojęcie „komórka” 		<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia, dlaczego wirusy nie należą do żadnego z królestw organizmów
9. Jak odżywiają się organizmy?	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, czym jest samożywność wyjaśnia, czym jest cudzożywność 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia rodzaje organizmów cudzożywnych (drapieżniki, pasożyty, roślinożercy i wszystkożercy) 	<ul style="list-style-type: none"> podaje przykłady organizmów samożywnych i cudzożywnych podaje przykłady organizmów roślinożernych, drapieżników i pasożytów 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje przystosowania zwierząt do odżywiania się różnymi sposobami 	<ul style="list-style-type: none"> dowodzi, że człowiek jest organizmem cudzożywnym
10. Jak wygląda życie w wodzie?	<ul style="list-style-type: none"> opisuje warunki panujące w środowiskach wodnych podaje przykłady mieszkańców wód słodkich 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia ożywione elementy środowiska wymienia nieożywione elementy środowiska podaje przykłady zbiorników sztucznych 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak głębokość zbiornika wpływa na ilość światła dostępnego dla organizmów 	<ul style="list-style-type: none"> porównuje zbiorniki sztuczne i naturalne, podając przykłady z najbliższego otoczenia 	<ul style="list-style-type: none"> porównuje warunki życia w wodzie z warunkami życia na lądzie
11. Jak wygląda życie na lądzie?	<ul style="list-style-type: none"> podaje łąkę, las, pustynie jako przykłady środowisk lądowych podaje przykłady organizmów lądowych 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia warunki panujące na lądzie wymienia naturalne i sztuczne środowiska lądowe 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak zmieniają się warunki życia w środowisku lądowym w ciągu doby 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje warunki, które ulegają zmianom w zależności od typu środowiska lądowego (pustynia, las, łąka) 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje cechy wybranych organizmów, które przystosowały je do życia w górach i na pustyniach
12. Jak wygląda życie w lesie?	<ul style="list-style-type: none"> nazywa warstwy lasu wymienia wybrane warunki życia w lesie rozpoznaje na rysunku lub zdjęciu liście lub gałązki pospolitych drzew i podaje ich nazwy 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia gatunki roślin budujące poszczególne warstwy lasu podaje nazwy wybranych gatunków roślin, zwierząt i grzybów na 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jaką rolę pełnią lasy w zatrzymywaniu wody w środowisku określa cechy roślin tworzących runo, podszyt i warstwę koron 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje skład gatunkowy lasów i wskazuje na tej podstawie ich typ (liściaste, iglaste, mieszane) 	<ul style="list-style-type: none"> buduje makietę lasu wybranego rodzaju (liściasty, iglasty lub mieszany) obrazującą warstwy lasu

		podstawie ich zdjęć lub rysunków			
13. Dlaczego lasy są nam potrzebne?	<ul style="list-style-type: none"> rozpoznaje pospolite grzyby na podstawie ich rysunków lub zdjęć (łączy podaną nazwę z ilustracją) wymienia nazwy znanych grzybów trujących określa zasady zachowania się w lesie 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jaką rolę pełnią lasy w środowisku i gospodarce człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> rozpoznaje drzewa na podstawie ich zdjęć lub rysunków opisuje rolę lasów lub drzew w produkcji tlenu dla wszystkich organizmów 	<ul style="list-style-type: none"> podaje zasady bezpieczeństwa przy zbieraniu i spożywaniu grzybów (pomoc osoby dorosłej, spożycie tylko po ugotowaniu) uzasadnia potrzebę ochrony lasów 	<ul style="list-style-type: none"> proponuje szereg działań, jakie może podjąć każdy uczeń w celu ochrony lasów przed ich wycinaniem (np. oszczędność papieru, recykling)
14. Czym różni się łąka od pola uprawnego?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia warunki życia panujące na łąkach i polach odróżnia łąkę od pola uprawnego w terenie, na zdjęciu lub rysunku 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jaką rolę pełnią pola uprawne dla człowieka podaje nazwy typowych organizmów łąki i pola uprawnego 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje łąkę jako środowisko o większej różnorodności biologicznej niż pole uprawne 	<ul style="list-style-type: none"> odróżnia gatunki pospolitych zbóż na podstawie zdjęcia lub rysunku 	<ul style="list-style-type: none"> ocenia związek braku drzew na polach i łąkach z wilgotnością tych środowisk
15. Jakie organizmy mieszkają blisko człowieka?	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak człowiek wpływa na środowisko naturalne rozpoznaje i nazywa organizmy zamieszkujące otoczenie człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia co to jest środowisko antropogeniczne wskazuje składniki środowiska antropogenicznego w najbliższej okolicy 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia gatunki udomowionych zwierząt 	<ul style="list-style-type: none"> proponuje sposoby zachowania się w sytuacji kontaktu z owadami jadowitymi 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje, czym jest udomowienie zwierząt i jakie pozytywne skutki miało ono dla rozwoju cywilizacji
16. Jak organizmy przystosowały się do życia w różnych warunkach?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia przystosowania ryb do życia w wodzie wymienia przystosowania zwierząt do życia na lądzie na przykładzie psa domowego 	<ul style="list-style-type: none"> porównuje przystosowania do życia w wodzie i na lądzie na przykładzie kaczki i kury (ptactwo domowe) 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia wpływ kształtu ciała na ograniczenie oporu wody 	<ul style="list-style-type: none"> dowodzi, że kaczka posiada cechy budowy przystosowujące ją do życia w wodzie a kura do życia na lądzie 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje zdjęcie nieznanego organizmu i ocenia, w jakim środowisku on zamieszkuje na podstawie zewnętrznych cech budowy

17. Podsumowanie działu 2.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z lekcji 8-16.				
DZIAŁ 3. OBSERWUJEMY POGODĘ					
18. Co to jest pogoda?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to jest pogoda • określa pogodę na podstawie ilustracji (mroźna, śnieżna, słoneczna, deszczowa) • wymienia nazwy składników pogody 	<ul style="list-style-type: none"> • charakteryzuje poznane składniki pogody • opisuje pogodę, którą widzi za oknem 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia poprawność stwierdzenia „pogoda jest zawsze” • wyjaśnia, co to jest ciśnienie atmosferyczne • rozpoznaje nazwy składników pogody w tekście prognozy pogody 	<ul style="list-style-type: none"> • charakteryzuje wilgotność powietrza jako składnik pogody 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia związek między ciśnieniem atmosferycznym a powstawaniem wiatru
19. Jak się bada pogodę?	<ul style="list-style-type: none"> • podaje nazwę przyrządu służącego do pomiaru temperatury otoczenia • odczytuje z termometru temperaturę powietrza 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, czym zajmuje się meteorolog • wymienia nazwy innych przyrządów meteorologicznych 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, jak powstają prognozy pogody • podaje zastosowania termometru w różnych sytuacjach życia codziennego • dopasowuje składnik pogody do przyrządu, którym jest badany 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje jednostki pomiaru, w jakich mierzy się ciśnienie atmosferyczne, opady, prędkość wiatru 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykład kraju, w którym stosuje się skalę Farenheita
20. Czym są opady i osady atmosferyczne?	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje symbole pogody dotyczące zachmurzenia • podaje przykłady opadów atmosferycznych 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje nazwę przemiany stanu skupienia, dzięki której powstają chmury • dzieli opady na te, które mają stan skupienia stały i ciekły • rozpoznaje na mapie pogody symbole 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to jest mgła • rozpoznaje i nazywa symbole stosowane na mapach pogody • podaje przykłady różnych opadów • podaje przykłady opadów atmosferycznych i ich stan skupienia 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, czym się różnią opady od osadów atmosferycznych • opisuje prognozę pogody na podstawie mapy pogody 	<ul style="list-style-type: none"> • bada doświadczalnie powstawanie chmury oraz szronu • charakteryzuje warunki, w jakich powstają: rosa, szron, szadź i gołoledź

		dotyczące opadów			
21. Jakie zjawiska pogodowe są groźne?	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady groźnych zjawisk pogodowych • wyjaśnia skrót RCB 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje i nazywa groźne zjawiska pogodowe przedstawione na ilustracjach • podaje przykłady sytuacji, w których możemy otrzymać alert RCB • wyjaśnia, jakie niebezpieczeństwo jest związane z upałem, burzą, huraganem 	<ul style="list-style-type: none"> • charakteryzuje poznane groźne zjawiska pogodowe • podaje przykłady bezpiecznych zachowań w czasie upału, burzy, huraganu • wskazuje, jakie niebezpieczeństwo jest związane z zawieją i zamiecią śnieżną 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje, jakie niebezpieczeństwo związane jest z silną mgłą, trąbą powietrzną i gołoledzią 	<ul style="list-style-type: none"> • projektuje doświadczenie pozwalające zobaczyć kolory tęczy
22. Co ma wspólnego pogoda ze Słońcem?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia pojęcia wschód, zachód słońca, dzień, noc, doba • wskazuje na widnokręgu lub schemacie miejsca wschodu, zachodu słońca w ciągu doby • podaje porę dnia, gdy cień jest najkrótszy i najdłuższy w ciągu doby 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, czym jest górowanie słońca i południe słoneczne • podaje porę roku, gdy cień jest najkrótszy i najdłuższy w ciągu dnia 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykład, jak można wykorzystać kierunek cienia do oznaczenia kierunków świata • wskazuje pozorną wędrówkę słońca nad widnokręgiem 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje zależności między wysokością słońca a temperaturą w ciągu dnia 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia zależność między wysokością słońca a długością cienia w ciągu dnia
23. Jak zmienia się pogoda w różnych porach roku?	<ul style="list-style-type: none"> • podaje nazwy kalendarzowych pór roku i daty ich rozpoczęcia • podaje przykłady zmian zachodzących w przyrodzie 	<ul style="list-style-type: none"> • dostrzega zależność między wysokością słońca a długością cienia w ciągu dnia i w ciągu roku 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje porę roku na podstawie daty z kalendarza • określa miejsca wschodu i zachodu słońca w różnych porach roku, podając 	<ul style="list-style-type: none"> • opisuje zmiany w położeniu słońca nad widnokręgiem w ciągu roku • stosuje określenia: przesilenie, równonoc 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, dlaczego Australijczycy święta Bożego Narodzenia spędzają na plaży • podaje przykłady innych państw, w których pory roku

	charakterystycznych dla każdej pory roku		skrótów międzynarodowe kierunków świata		są „odwrotnie” niż na półkuli północnej
24. Podsumowanie działu 3.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z lekcji 18-23.				
DZIAŁ IV JA I MOJE CIAŁO					
25. Jak jest zbudowane moje ciało?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia kolejne stopnie hierarchicznej budowy swojego ciała (komórka, tkanka, narząd, układ, organizm) 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia nazwy układów narządów budujących ciało człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> przyporządkowuje narząd do jego układu 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jakie funkcje pełnią układy narządów w jego ciele nazywa układy narządów umieszczone na rysunku 	<ul style="list-style-type: none"> wyszukuje informacje na temat różnic w budowie anatomicznej kobiety i mężczyzny
26. Co się dzieje z moją zjedzoną kanapką?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia składniki pokarmowe (białka, cukry, tłuszcze, sole mineralne, witaminy) wymienia narządy układu pokarmowego 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jaką funkcję pełnią białka, cukry i tłuszcze wymienia funkcje układu pokarmowego 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia rolę narządów przewodu pokarmowego 	<ul style="list-style-type: none"> odróżnia pojęcie przewód pokarmowy i układ pokarmowy 	<ul style="list-style-type: none"> określa składniki pokarmowe znajdujące się w jego posiłkach
27. Dlaczego oddychamy?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia narządy układu oddechowego określa funkcję płuc 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia elementy dróg oddechowych wyjaśnia rolę układu oddechowego 	<ul style="list-style-type: none"> rozpoznaje na rysunku poszczególne elementy układu oddechowego 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia rolę rzęsek pokrywających drogi oddechowe 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia, dlaczego należy podczas oddychania pobierać powietrze przez nos
28. Do czego jest mi potrzebna krew?	<ul style="list-style-type: none"> określa narządy budujące układ krwionośny wymienia funkcje układu krwionośnego 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje położenie serca na schemacie/rysunku oraz na własnym ciele 	<ul style="list-style-type: none"> mierzy własne tętno/puls dowodzi, że wysiłek fizyczny powoduje przyspieszenie tętna 	<ul style="list-style-type: none"> charakteryzuje rolę substancji transportowanych przez krew 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia składniki krwi wyjaśnia funkcje składników krwi (płytek, krwinek białych i czerwonych)
29. W jaki sposób się poruszam?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia części układu ruchu 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia pojęcie „stawy” 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia rolę mięśni w poruszaniu 	<ul style="list-style-type: none"> porównuje zakres ruchów różnych 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia, dlaczego pokarmy zawierające

	<ul style="list-style-type: none"> wymienia główne części szkieletu (czaszkę, klatkę piersiową, kręgosłup, kości kończyn) 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje na rysunku elementy układu kostnego 	się	stawów we własnym ciele <ul style="list-style-type: none"> dowodzi, że sole mineralne nadają kości twardość 	wapń i białko są ważne dla zdrowia kości
30. Dlaczego moje ciało się zmienia?	<ul style="list-style-type: none"> podaje nazwy narządów męskiego i żeńskiego układu rozrodczego wymienia zmiany zachodzące w ciele chłopców i dziewcząt podczas dojrzewania 	<ul style="list-style-type: none"> określa funkcje układu rozrodczego wskazuje na rysunku i nazywa narządy płciowe męskie i żeńskie 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia rolę hormonów podczas dojrzewania wyjaśnia, czym jest menstruacja 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje czynności higieniczne, które wpływają na zdrowie układu rozrodczego ocenia wpływ długości snu na swoje zdrowie 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia różnice w budowie układów: żeńskiego i męskiego i wyjaśnia ich znaczenie dla pełnionych funkcji
31. W jaki sposób mój organizm odbiera informacje?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia narządy układu nerwowego (mózgowie, rdzeń i nerwy) wymienia narządy zmysłów 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia bodźce odbierane przez poszczególne narządy zmysłów 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia rolę receptorów w odbieraniu bodźców ze środowiska 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje budowę układu nerwowego bada współdziałanie zmysłów węchu i smaku 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia rolę wzroku, węchu i smaku w ostrzeganiu człowieka o zagrożeniach
32. Jak moje ciało broni się przed chorobami?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia główne czynniki chorobotwórcze (bakterie i wirusy) podaje nazwy chorób wywoływanych przez bakterie i wirusy 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, czym są czynniki chorobotwórcze wymienia drogi zakażenia definiuje pojęcia: odporność i profilaktyka 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje choroby przenoszone drogą oddechową określa przyczyny zatruc 	<ul style="list-style-type: none"> proponuje działania profilaktyczne które pozwolą ustrzec się przed chorobami zakaźnymi wskazuje szczepienie jako jedną z dróg profilaktyki chorób zakaźnych 	<ul style="list-style-type: none"> przygotowuje plakat dotyczący wybranej choroby zakaźnej zawierający informacje o drodze zakażenia, objawach i leczeniu
33. Jak dbać o zdrowie?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia zasady zdrowego stylu życia wskazuje zasady zdrowego odżywiania 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak zasady zdrowego stylu życia wpływają na zdrowie 	<ul style="list-style-type: none"> proponuje działania, które przyczynią się realizacji zasad zdrowego stylu życia charakteryzuje poszczególne zasady higieny i je omawia 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje skład talerza zdrowego żywienia proponuje jadłospis zgodny z zasadami zdrowego żywienia 	<ul style="list-style-type: none"> przedstawia plan swojego dnia uwzględniający wszystkie zasady zdrowego stylu życia
34. Dlaczego nałogi są	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia co to jest 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia wpływ 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia, że 	<ul style="list-style-type: none"> proponuje działania, 	<ul style="list-style-type: none"> przygotowuje plakat

niebezpieczne?	<ul style="list-style-type: none"> • natóg • wymienia używki • wymienia skutki fonoholizmu 	wymienionych używek na organizm człowieka	<p>fonoholizm jest niebezpieczny dla zdrowia</p> <ul style="list-style-type: none"> • wskazuje negatywne skutki nadużywania alkoholu i innych używek 	<p>które mogą zmniejszyć ryzyko fonoholizmu</p> <ul style="list-style-type: none"> • ocenia na podstawie formularza pytań stopień uzależnienia od telefonu 	lub prezentację na temat szkodliwości napojów energetyzujących
35. Jak udzielić pierwszej pomocy?	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia podstawowy skład apteczki • wymienia nr 112 jako główny numer alarmowy 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje przeznaczenie przedmiotów będących na wyposażeniu apteczki • wyjaśnia, jak zadzwonić na numer alarmowy gdy telefon jest zablokowany 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, jak udzielić pierwszej pomocy w sytuacji oparzeń, ugryzień, ukąszeń, ran lub spożycia trucizny, np. nieznanego grzyba • wybiera sposób udzielenia pomocy adekwatny do opisanego zagrożenia 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia czynności, które należy podjąć w sytuacji wypadku • ocenia zasadność użycia rękawic jednorazowych podczas opatrywania ran 	<ul style="list-style-type: none"> • wykonuje opatrunek wybranej części ciała, np. przedramienia
36. Podsumowanie działu 4.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z lekcji 25-35				
DZIAŁ 5. KRAJOBRAZ WOKÓŁ NAS					
37. Czy wszystkie krajobrazy są takie same?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to jest krajobraz • podaje przykłady krajobrazów naturalnych i kulturowych 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia, z czego składa się krajobraz • rozpoznaje elementy krajobrazu należące do przyrody ożywionej i nieożywionej • odróżnia składniki przyrody od wytworów działalności człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> • opisuje wybrany typ krajobrazu, biorąc pod uwagę widoczne składniki krajobrazu • rozpoznaje w terenie i podaje nazwy składników środowiska antropogenicznego najbliższej okolicy 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje zależności między nieożywionymi a ożywionymi składnikami przyrody • porównuje ze sobą krajobrazy naturalne i kulturowe 	<ul style="list-style-type: none"> • przygotowuje prezentację na temat krajobrazu najbliższej okolicy

38. Czy to minerał czy skała?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to jest skała • wymienia przykłady skał litych, zwięzłych i luźnych • obserwuje skałę i wymienia jej dwie cechy, np. barwę, twardość 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, że skały są zbudowane z minerałów • wymienia kryteria podziału skał • określa, jakich skał jest najwięcej w okolicy szkoły 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady minerałów • rozpoznaje różne rodzaje skał • podaje przykłady różnego zastosowania skał 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to są surowce mineralne i kamienie szlachetne • wskazuje w Polsce regiony występowania różnych rodzajów skał 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, dlaczego cegła i beton nie należą do skał
39. Czy każde wzniesienie to góra?	<ul style="list-style-type: none"> • nazywa formy ukształtowania powierzchni Ziemi • podaje nazwy naturalnych wypukłych form terenu • tworzy model pagórka 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje po opisie główne formy ukształtowania powierzchni • wskazuje na ilustracji formy wypukłe • nazywa elementy wzniesienia i wskazuje je na ilustracji lub modelu 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia różnicę między pagórkiem, wzgórzem i górą • dzieli formy wypukłe na naturalne i antropogeniczne 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje główne formy ukształtowania powierzchni występujące w najbliższej okolicy • podaje przykłady form antropogenicznych 	<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje przykładowe nazwy nizin wyżyn i gór, korzystając z mapy hipsometrycznej Polski
40. Czym różnią się formy wypukłe od wklęsłych?	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia nazwy naturalnych wklęsłych form terenu • rozpoznaje na ilustracji dolinę rzeczną • wskazuje różnice między formą wypukłą i wklęsłą 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje na ilustracjach naturalne wklęsłe formy terenu • tworzy model doliny rzecznej • rozpoznaje elementy doliny rzecznej • porównuje formy wklęsłe i wypukłe 	<ul style="list-style-type: none"> • opisuje wygląd wybranej wklęsłej formy terenu • podaje przykłady antropogenicznych wklęsłych form terenu i ich znaczenie dla człowieka • podaje różnice między kotliną a doliną 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje na ilustracji lub modelu doliny rzecznej elementy jej budowy • rozpoznaje i nazywa wklęsłe formy terenu w najbliższej okolicy 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, w jaki sposób człowiek wykorzystuje formy ukształtowania terenu do własnych potrzeb
41. Jak woda zmienia krajobraz?	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje, której wody jest na Ziemi więcej – słonej czy słodkiej 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to jest źródło i ujście rzeki • opisuje wygląd doliny rzecznej w biegu górnym, dolnym i środkowym 	<ul style="list-style-type: none"> • rozróżnia rodzaje wód płynących • wyjaśnia, w jaki sposób powstają: wydma, klif, dolina, meandry 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje na mapie źródło i ujście rzeki Wisły 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, dlaczego tylko niewielka część zasobów wodnych jest zdatna do picia

42. Jak człowiek zmienia krajobraz?	<ul style="list-style-type: none"> • rozróżnia krajobraz miejski, wiejski i przemysłowy • wyjaśnia pojęcie „degradacja środowiska” • podaje: nazwę miejscowości, w której mieszka lub w której znajduje się jego szkoła, opisuje jej położenie oraz cechy wyróżniające 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady zmian wywołanych działalnością człowieka w krajobrazie miejskim, wiejskim i przemysłowym • dokonuje oceny krajobrazu najbliższej okolicy 	<ul style="list-style-type: none"> • obserwuje zmiany w krajobrazie najbliższej okolicy wywołane działalnością człowieka, podaje ich przykłady • wskazuje negatywne i pozytywne zmiany w krajobrazie najbliższej okolicy wywołane działalnością człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, w jaki sposób krajobraz naturalny zmienia się w antropogeniczny • podaje przykłady pierwotnych krajobrazów • podejmuje próbę ustalenia pochodzenia nazwy swojej miejscowości 	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje informacje dotyczące pochodzenia nazwy swojej miejscowości
43. Jak chronić przyrodę?	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia formy ochrony przyrody występujące w Polsce • podaje kilka sposobów, w jakie uczeń klasy 4. może chronić przyrodę i środowisko 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje cechy parku narodowego, krajobrazowego, rezerwatu przyrody, pomnika przyrody • wyszukuje na mapie parki narodowe, wskazuje ich liczbę 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, na czym polega ochrona gatunkowa • proponuje działania, które pozwalają na co dzień chronić przyrodę i środowisko 	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje na mapie park narodowy położony najbliżej miejsca zamieszkania • wymienia miejsca występowania w najbliższej okolicy innych obszarów chronionych, pomników przyrody 	<ul style="list-style-type: none"> • uzasadnia potrzebę ochrony środowiska i przyrody
44. Podsumowanie działu 5.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z 37-43				
DZIAŁ 6. KORZYSTAMY Z MAPY					
45. Jak wykonać szkic?	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co to jest szkic • wymienia nazwy przyrządów służących do pomiaru odległości • podaje, w jakich jednostkach można 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia podstawowe elementy szkicu • mierzy odległość za pomocą taśmy mierniczej 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia sytuacje z życia codziennego, w których przydaje się umiejętność tworzenia szkicu • orientuje wykonywany szkic • mierzy odległości za 	<ul style="list-style-type: none"> • porównuje dokładność pomiarów wykonanych za pomocą taśmy mierniczej i kroków 	<ul style="list-style-type: none"> • rysuje szkic okolicy szkoły zgodnie z instrukcją

	<p>podać odległości w terenie</p> <ul style="list-style-type: none"> wykonuje prosty szkic okolicy 		<p>pomocą kroków,</p>		
46. Jak narysować plan?	<ul style="list-style-type: none"> przedstawia plan przedmiotu jako jego rzut z góry wyjaśnia, do czego służy skala 	<ul style="list-style-type: none"> rysuje mały przedmiot w skali 1:1 wyjaśnia, dlaczego do narysowania planu niektórych przedmiotów należy zastosować skalę podaje rozmiar rzeczywisty przedmiotu, którego wymiary na planie wynoszą 1 cm × 1 cm 	<ul style="list-style-type: none"> rysuje przedmiot w skali innej niż 1:1 przelicza odległości w skali 	<ul style="list-style-type: none"> rysuje plan pokoju o znanych wymiarach z zastosowaniem skali przelicza jednostki (metry na centymetry) 	<ul style="list-style-type: none"> samodzielnie rysuje plan np. pokoju, boiska, klasy, dokonując pomiarów i dobierając odpowiednią skalę
47. Czym różni się plan od mapy?	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, co to jest plan i mapa 	<ul style="list-style-type: none"> podaje różnicę między planem a mapą 	<ul style="list-style-type: none"> korzysta z planu podczas odszukiwania ulic 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, dlaczego plan zawiera dużo szczegółów 	<ul style="list-style-type: none"> podaje przykłady map wykonanych w różnej skali
48. Czy mapę można czytać?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia elementy mapy rozpoznaje znaki topograficzne w legendzie mapy 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje na mapie poszczególne elementy (tytuł, treść, legendę, skalę) wyjaśnia, w jaki sposób na mapach zaznacza się kierunek północny 	<ul style="list-style-type: none"> interpretuje znaki zamieszczone na różnych mapach odczytuje informacje z mapy, posługując się legendą 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, do czego na mapie jest potrzebna legenda podaje przykłady znaków punktowych, liniowych i powierzchniowych 	<ul style="list-style-type: none"> odnajduje na mapie położenie różnych obiektów geograficznych rozpoznaje różne zapisy skali, potrafi je prawidłowo odczytać
49. Jak wykorzystać mapy do planowania wycieczki?	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, co to znaczy zorientować mapę odczytuje informacje z legendy przydatne podczas planowania wycieczki 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak zorientować mapę za pomocą kompasu wyjaśnia, w jaki sposób obliczyć odległość rzeczywistą, korzystając z podziałki liniowej 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak zorientować mapę za pomocą obiektów w okolicy podaje odległość rzeczywistą na podstawie odległości na mapie 	<ul style="list-style-type: none"> orientuje mapę za pomocą kompasu lub obiektów w terenie korzysta z mapy turystycznej podczas planowania wycieczki po nieznanym terenie 	<ul style="list-style-type: none"> samodzielnie przygotowuje plan wycieczki, korzystając z planu i mapy wielkoskalowej; prezentuje klasie opracowany plan wycieczki

50. Podsumowanie działu 6.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z lekcji 45-49				
DZIAŁ 7. NA WYCIECZCE					
51. Jak zachować bezpieczeństwo na wycieczce?	<ul style="list-style-type: none"> proponuje przykłady wypoczynku biernego i czynnego wymienia zagrożenia pogodowe (burza, upał) 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jak należy zachowywać się w czasie burzy wyjaśnia, jak chronić się przed skutkami upału 	<ul style="list-style-type: none"> wybiera właściwe ubranie na wycieczkę 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje swój dzień, określając ile czasu poświęca na wypoczynek czynny i bierny 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia potrzebę przestrzegania zasad turysty i analizuje każdą z nich
52. Jak wykorzystać swoją wiedzę w terenie?	<ul style="list-style-type: none"> wymienia przyrządy do prowadzenia obserwacji przyrodniczych, które warto zabrać na wycieczkę 	<ul style="list-style-type: none"> podaje nazwy przyrządów do prowadzenia obserwacji i pomiarów zaprezentowanych przez nauczyciela (mogą być na zdjęciu lub rysunku) 	<ul style="list-style-type: none"> proponuje odpowiedni zestaw narzędzi do pracy w terenie, dostosowany do celu obserwacji 	<ul style="list-style-type: none"> określa wiek drzewa na podstawie jego obwodu zmierzonego na wysokości 130 cm nad ziemią 	<ul style="list-style-type: none"> wykonuje dokumentację fotograficzną napotkanych tropów zwierząt i określa, które zwierzęta je pozostawiły
53. Co ciekawego można zobaczyć w okolicy szkoły?	<ul style="list-style-type: none"> podaje przykłady roślin rosnących w pobliżu szkoły wskazuje miejsca w pobliżu szkoły, gdzie możemy zaobserwować elementy przyrody 	<ul style="list-style-type: none"> rozpoznaje znane gatunki roślin rosnących w pobliżu szkoły obserwuje zwierzęta w pobliżu szkoły 	<ul style="list-style-type: none"> korzysta z przewodnika lub aplikacji do rozpoznawania roślin w celu oznaczenia nieznanymi roślin w okolicy szkoły 	<ul style="list-style-type: none"> prowdzi obserwacje przyrody ożywionej i nieożywionej w pobliżu szkoły wyjaśnia, dlaczego tereny zielone są potrzebne zwierzętom i człowiekowi 	<ul style="list-style-type: none"> tworzy album przyrodniczy zawierający zdjęcia i krótkie opisy obserwowanych elementów przyrody ożywionej i nieożywionej, które znajdują się w pobliżu szkoły
54. Podsumowanie działu 7.	Wykazuje się wiadomościami i umiejętnościami z 51-53				