

Bevezető, használati útmutató	3
Az erdő életközössége (Hartdégenné Rieder Éva)	
Az erdő sokféle élőlény életközössége	4
A cserjék kedvelik a sok fényt	8
A tölgy és más erdőalkotó fák	12
A fenyvesek világa	16
Az erdő aljnövényzete	19
Különleges élőlények: a gombák	23
Az erdőben élő emlősök I.	27
Az erdőben élő emlősök II.	31
Képes lapok: az erdőben élő emlősök (Kiegészítő anyag)	34
Madarak az erdőben	35
Képes lapok: az erdőben élő madarak (Kiegészítő anyag)	39
Ízeltlábúak az erdőben	40
Pókszabásúak	44
Képes lapok: az erdőben élő ízeltlábúak (Kiegészítő anyag)	48
Összefoglalás	49
Vizek, vízpartok élővilága (Hartdégenné Rieder Éva)	
Vizek, vízpartok élővilága	51
Ártéri erdők és mocsárrétek növényei	54
A vízpartok, sekély vizek növényei	59
A nyílt vizek növényei, a hínárnövények	61
A vizek parányi élőlényei	64
Iszaplakók: az orvosi pióca és a tavi kagyló	68
Ízeltlábúak a vízben és a vízparton	70
Vizek, vízpartok gerinces állatai: a halak	74
Vizek, vízpartok gerinces állatai: a békák, hüllők	78
Vizek, vízpartok gerinces állatai: a madarak	82
Képes lapok: vizek élőlényei (Kiegészítő anyag)	86
Összefoglalás	87
Az ember szervezete és egészsége (Hartdégenné Rieder Éva)	
Testünk felépítése és működése	89
A bőr szervezetünk legsokoldalúbb szerve (Kiegészítő anyag)	92
A mozgás testünk „szobrásza” – a csontváz és az izomzat	95
A táplálkozás folyamata	99
Nem mindegy, hogy mit eszünk!	102
Miért lélegzünk? A levegő útja	107
A vér testünk szállítóanyaga, szervezetünk második védelmi vonala	111
Hova kerülnek a szervezetünkben keletkezett bomlástermékek?	114
Az érzékszervek: kapcsolat az ember szervezete és a környezete között	116
Fiúk és lányok	121
Az ifjúkor küszöbén: serdülőkori változások	125

Tartalomjegyzék

Az ember egyedfejlődése	129
Családi élet és kapcsolatok (Kiegészítő anyag)	134
Hogyan őrizheted meg egészségedet?	138
Leggyakoribb gyermekbalesetek és megelőzésük (Kiegészítő anyag)	143
Segítség a bajban (Kiegészítő anyag)	146
Amit a felnőtteknek sem szabad: káros szenvedélyek	149
Összefoglalás	154
Kölcsönhatások és energia vizsgálata (Csákány Antalné – Dombovári László)	
A hővezetés	155
Hőáramlás, hősugárzás	157
Melegítés, hűtés	160
Mágnesesség	162
Elektrosztatikai jelenségek	165
Mozgás	168
Gravitáció	170
Energia	173
Tájékozódás a valóságban és a térképen (Hartdégenné Rieder Éva)	
Utazás a Föld körül: óceánok, szárazföldek	177
Hogyan tájékozódunk a földgömbön? I.	180
Hogyan tájékozódunk a földgömbön? II.	182
A földrajzi koordináta-rendszer használata – Gyakorlóóra	184
A Föld és a Világegyetem (Hartdégenné Rieder Éva)	
Földünk éghajlati övezetei I–II.	185
Mely tényezők alakítják és módosítják Európa és hazánk éghajlatát?	190
Európa éghajlata változatos	193
Összefoglalás	197
Hazánk, Magyarország	198
Időutazás: évmilliók emlékei Magyarországon (Kiegészítő anyag)	202
Alföldi tájakon (Hartdégenné Rieder Éva)	
Az Alföld, hazánk legnagyobb tája	208
Az Alföld, az ország éléskamrája	212
Élet a Kisalföldön	216
Hegyvidékek, dombvidékek (Hartdégenné Rieder Éva)	
Erdők, legelők, apró falvak: a Nyugat-magyarországi peremvidék	219
Hazánk nagy dombvidéke a Dunántúli-domb- és hegyvidék	224
Utazzunk a Zala folyótól a Dunáig! A Dunántúli-középhegység	227
Kincsek a Dunántúli-középhegységben	230
Az Északi-középhegység hazánk legmagasabb tája	234
A természet nagy tisztelője és kutatója: Herman Ottó (olvasmány)	239
Lakóhelyünk és környezete (Kiegészítő anyag – gyakorlóóra)	241
A nemzeti parkok a magyar tájak múlt és jelen értékeit őrzik	242
Összefoglalás	246