****

**Każdy z pasów krajobrazowych podzielony jest na mniejsze jednostki, zwane krainami geograficznymi. Każda z nich charakteryzuje się pewną odrębnością i nieco innymi cechami w porównaniu do krain sąsiednich.  
Ich granice bywają nieostre, choć najczęściej są nimi naturalne formy terenu,  
np. [doliny](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=446" \l "dolina" \o "słownik_D) większych [rzek](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=464" \l "rzeka" \o "słownik_R).  
Wiele nazw krain geograficznych nawiązuje do dawnych regionów historycznych.**

|  |  |
| --- | --- |
| PASY KRAJOBRAZOWE | KRAINY GEOGRAFICZNE |
| **[NIZINY NADMORSKIE](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=848" \o "CJD_Polska_KrajobrazNizinny_Nadmorski)** | [**Pobrzeże Szczecińskie**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=848#pszczecinskie)  [**Pobrzeże Koszalińskie**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=848#pkoszalinskie)  [**Pobrzeże Gdańskie**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=848#pgdanskie) **(w tym Żuławy Wiślane)** |
| **[POJEZIERZA](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=851" \o "CJD_Polska_KrajobrazNizinny_Pojezierza)** | [**Pojezierze Pomorskie**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=851#ppomorskie)  [**Pojezierze Mazurskie**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=851#pmazurskie)[**Pojezierze Wielkopolskie**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=851#pwielkopolskie) |
| **[NIZINY ŚRODKOWOPOLSKIE](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=855" \o "CJD_Polska_KrajobrazNizinny_Srodkowopolskie)** | [**Nizina Wielkopolska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=855#nwielkopolska)  [**Nizina Śląska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=855#nslaska)  [**Nizina Mazowiecka**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=855#nmazowiecka)[**Nizina Północnopodlaska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=855#npodlaska) |
| **[WYŻYNY](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=870" \o "CJD_Polska_KrajobrazWyzynny)** | [**Wyżyna Śląska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=870#wslaska)  [**Wyżyna Krakowsko-Częstochowska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=870#wkrakowskocz)  [**Wyżyna Małopolska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=870#wmalopolska) **(w tym Góry Świętokrzyskie)**  [**Wyżyna Lubelska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=870#wlubelska) **(w tym Roztocze)** |
| **[KOTLINY](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=876" \l "kotliny" \o "CJD_Polska_KrajobrazGorski_Karpaty)** | [**Kotlina Sandomierska**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=876#kotliny)  **Kotlina Oświęcimska** |
| **[GÓRY](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=871" \o "CJD_Polska_KrajobrazGorski)** | [**Sudety**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=875) **(w tym Karkonosze)**  [**Karpaty**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=876) **(w tym** [**Beskidy**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=876#beskidy) **i**[**Tatry**](http://www.wiking.edu.pl/article.php?id=876#tatry)**)** |