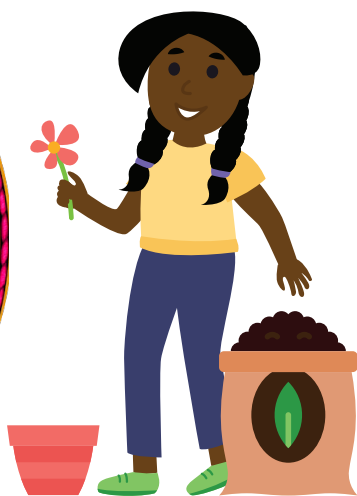


CREZCO EN PLENITUD MI CUADERNO DE EJERCICIOS



¿CÓMO SEMBRAR?



Soy muy **IMPORTANTE**

Yo me **ADAPTO**

Soy **FUERTE**

Soy **RESISTENTE**

Soy **LUZ**

Soy **SEMILLA**

CREZCO EN PLENITUD

Nombre: _____

Escuela: _____

Grado / Grupo: _____


Maestra/o: _____













Mis cualidades: _____

Mis talentos favoritos: _____

Y POR ESO SOY UN SUPERHÉROE/UNA SUPERHEROÍNA.

CONTENIDO

Marco aquí  las páginas del CUADERNO que voy completando con mi familia.

	¿Por qué es importante la Permacultura. Todos estamos conectados.	01
	Unidad: Cómo Sembrar	03
	¿Por qué tengo este cuaderno?	05
	¿Cómo lo utilizo?	06
	Identifico materiales	07
	Construyo mi huerto	09
	Preparo la tierra	11
	Diseño nuestro huerto	15
	Siembro	19
	Nuestro huerto y la conexión entre todo	27
	Mi cuento	28
	Evaluamos lo aprendido	31

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA PERMACULTURA?

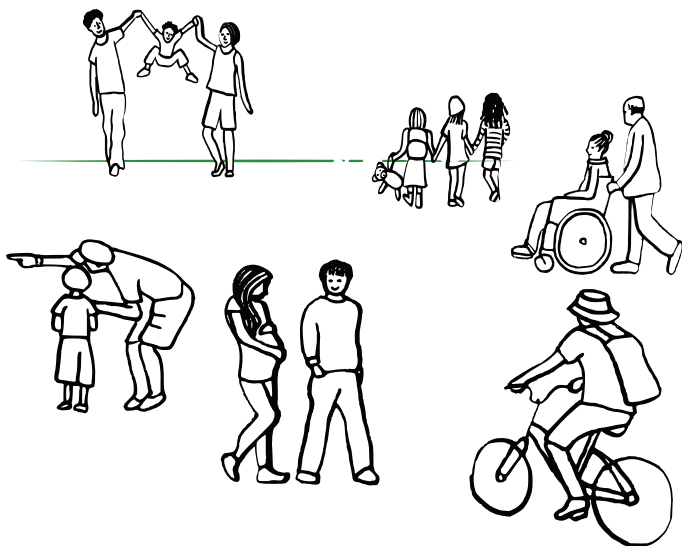


Nos ayuda a cosechar alimentos sin contaminar la Madre Tierra y protegiendo a todos sus seres.

CUIDAR LA TIERRA



CUIDAR LOS SERES VIVOS



TODOS ESTAMOS CONECTADOS

UNIDAD:

¿CÓMO
SEMBRA

Para subscribirme al canal de la niñez:

 Plenitud PR

 Plenitud PR

 Plenitud PR

 plenitudpr.org

Aprenderemos a construir y a sembrar nuestro huerto. Seguiremos la permacultura y observaremos cómo todos estamos conectados.

1. Identifico materiales
2. Construyo huerto
3. Preparo la tierra
4. Diseño nuestro huerto
5. Siembro

R?

¿POR QUÉ TENGO MI CUADERNO?

... Para aprender a crear un **HUERTO** que nos alimente sanamente a mí y a mi comunidad.



Y PARA LOGRAR CREAR MI HUERTO, DEBO:



Utilizar MI KIT DE MATERIALES para sembrar



Observar y escuchar el **VIDEO CÓMO SEMBRAR**



¡Y estudiar los principios básicos de **Cómo Sembrar** en mi **CUADERNO!**

¿CÓMO LO UTILIZO?

Presto atención a los siguientes símbolos y lo que cada uno significa. Me ayudarán a entender cómo completar mi cuaderno de ejercicios:

Nombre del ejercicio



Instrucciones a leer sobre qué debo hacer



Materiales que necesito



Escribo aquí



Dibujo aquí



Pego imágenes aquí



Grabo mi proceso con fotos y videos



Integro a mi familia



¡BUSCO EL VIDEO AQUÍ!

 Plenitud PR

 Plenitud PR

 Plenitud PR

 plenitudpr.org



¿QUÉ NECESITO?

1. Tierra fértil
2. Pala
3. Semillas o plantas
4. Semillero
5. Jardinera
6. Regadera
7. Guantes
8. Marcadores
9. Mi familia

¡Imaginación!



¿QUÉ HAGO?

1. Junto a mi familia leo la guía de materiales para hacer mi huerto.
2. Identifico a mi alrededor qué puedo utilizar.
3. Dibujo en mi **CUADERNO** los materiales que decido utilizar.
4. Tomo fotos y video.

IDENTIFI

LOS MATERIALES QUE VOY

CO MATERIALES

A USAR SON:





¿QUÉ NECESITO?

1. (2) tablas de 6.5"x32"
2. (2) tablas de 12"x6.5"
3. (1) tabla de 12"x32"
4. Pega para PVC
5. (22) tornillos de 1 1/4"
6. Destornillador o taladro

¡Atención!



¿QUÉ HAGO?

1. Junto a mi familia leo y entiendo los pasos para construir mi huerto.
2. Tomo fotos y video.

NOTA:

Puedo utilizar un panel de pvc o madera. Soy creativo con el material que encuentro.

¡Salto la página si ya tengo donde sembrar!

CONSTRU

PASO 1:

Identificamos las piezas.

PASO 2:

Pegamos los bordes de las piezas **b** y **c**. Las atornillamos también para reforzar.

PASO 3:

Pegamos los bordes de la pieza **a** con las piezas **b** y **c**. La atornillamos también para reforzar.

PASO 4:

Escojemos un lugar que le de sol y esté cerca de la cocina y de una pluma de agua.

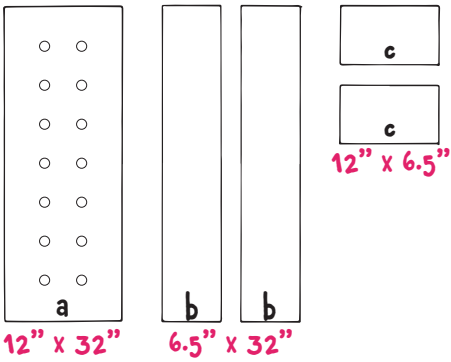
Colocamos sobre dos bloques para que el agua fluya.

Podemos pintar el exterior a tu gusto.

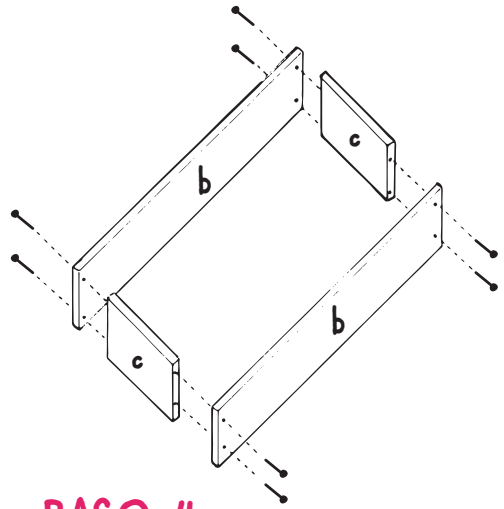
¡YA TIENES TU HUERTO LISTO PARA SEMBRAR!

YO MI HUERTO

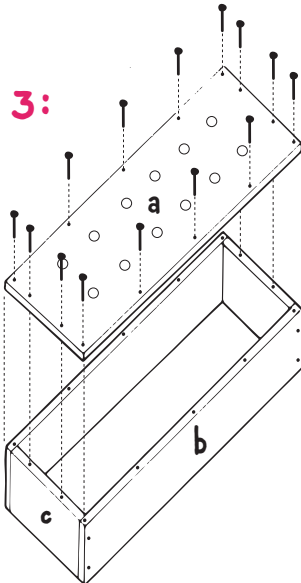
PASO 1:



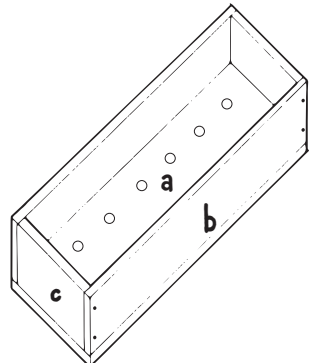
PASO 2:



PASO 3:



PASO 4:





¿QUÉ NECESITO?

1. Composta
2. Perlita (opcional)
3. Peatmoss
4. Arena
5. Pala
6. Espacio de huerto

¡Amor!



¿QUÉ HAGO?

1. Leo y entiendo cuáles son los ingredientes de una tierra fértil.
2. Mezclo los ingredientes para tener mi propia tierra fértil para sembrar.

PREPARO

ES IMPORTANTE SABER:

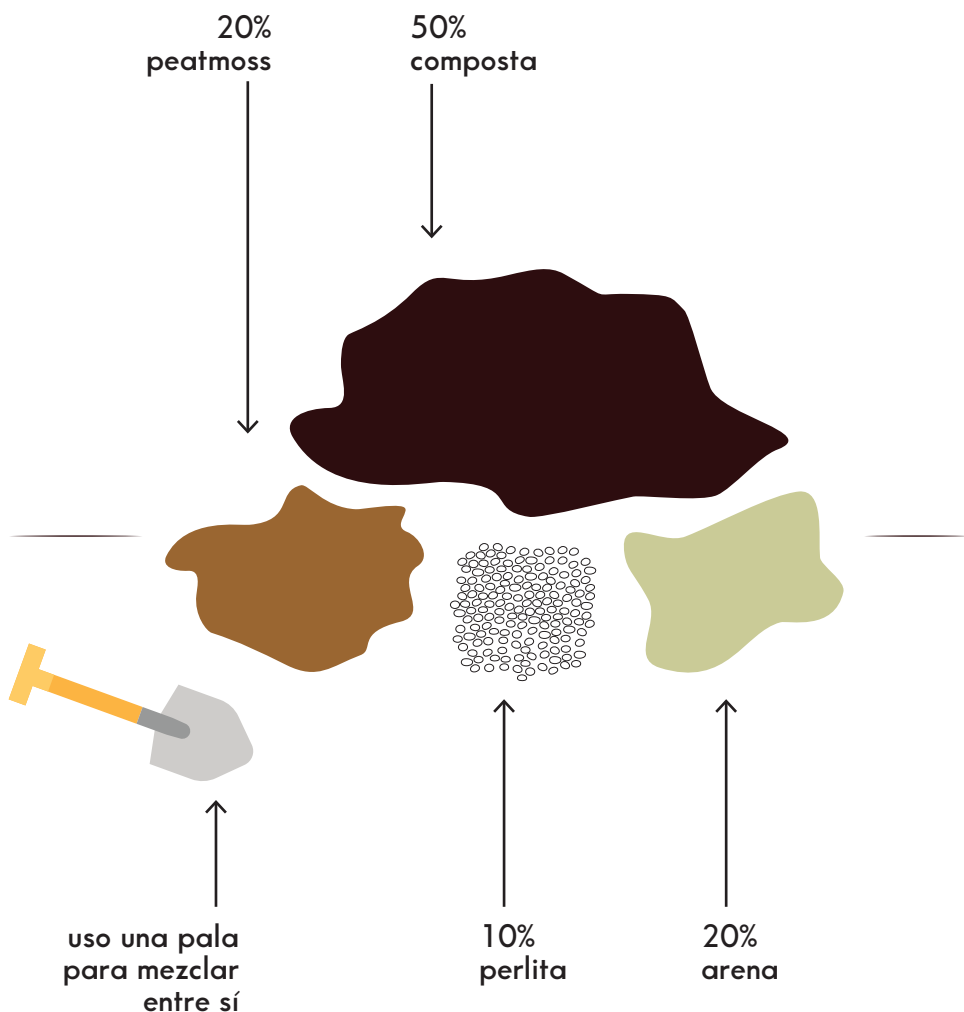
¡La tierra fértil es uno de los ingredientes más importantes para sembrar!

Las plantas necesitan muchos de los mismos nutrientes que tú necesitas. Y los obtienen de la tierra. Los más importantes son: **Nitrógeno, Fósforo y Potasio.**



LA TIERRA

EJEMPLO DE UNA PROPORCIÓN DE TIERRA FÉRTIL:





¿QUÉ NECESITO?

1. Capas de materiales para hacer composta: material verde, material seco y material caliente
2. Agua
3. Termómetro
4. Cartón para cubrir
5. Pala/tenedor para virar



¿QUÉ HAGO?

1. Escojo el espacio para hacer la composta.
2. Recolecto los materiales que hay en mi comunidad.
3. Añado capas hasta llegar a 3 pies de alto y ancho.
4. Añado agua a menudo para que esté húmeda.
5. Mantengo temperatura entre 130°F - 155°F.
6. La viro cada 1 a 2 semanas.

PREPARO

¿QUÉ MATERIALES HAY EN MI COMUNIDAD QUE PUEDO USAR PARA HACER MI COMPOSTA?

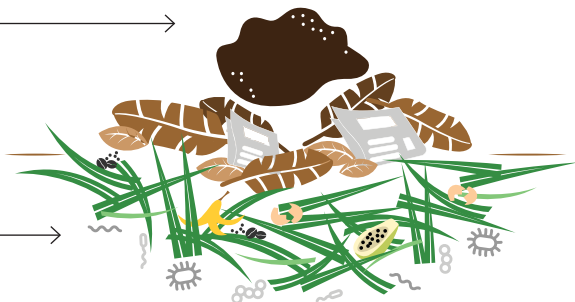


LA COMPOSTA

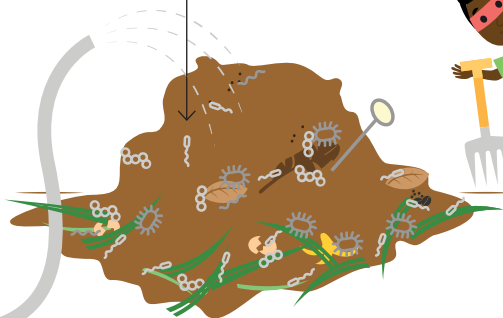
estiércol de gallina, vaca, ovejo, cabra →

hojas secas, periódico o papel triturado, cartón →

grama, pasto, cáscaras de huevo, frutas y vegetales, borra de café →



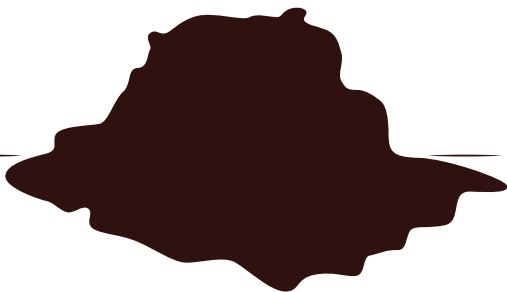
microorganismos



Los microorganismos transforman las capas en composta



¡La composta es el mejor abono! 100% natural y nos ayuda a cuidar a la Madre Tierra.



¡APRENDO MÁS AQUÍ!

Composta - Siembra Boricua Live
<https://youtu.be/nB6GnK-M2g4>



¿QUÉ NECESITO?

1. Lista de plantas amigas
2. Regla
3. Marcadores

¡Creatividad!



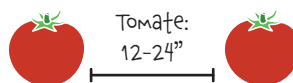
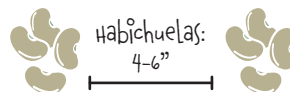
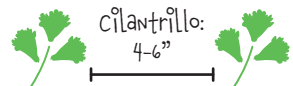
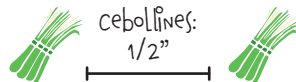
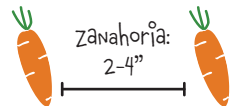
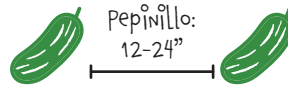
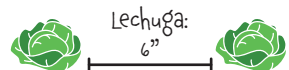
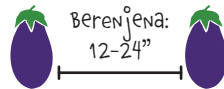
¿QUÉ HAGO?

1. Identifico las semillas que tengo.
2. Mido mi huerto.
3. Veo la distancia de plantas amigas.
4. Determo cuántas plantas caben en mi huerto.
5. En la próxima página del CUADERNO, anoto las plantas amigas que sembraré y dibujo el diseño de mi huerto.

DISEÑO

DISTANCIA DE SEMILLAS

Recuerda siempre darle espacio a cada semilla para que crezca de forma saludable:

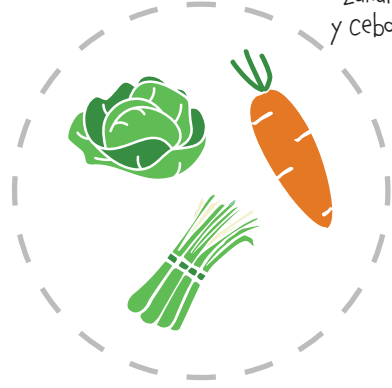


NUESTRO HUERTO

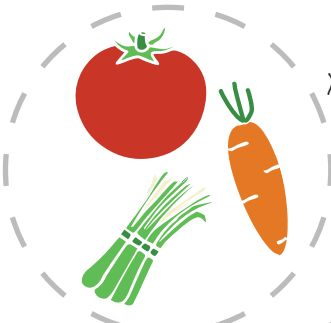
PLANTAS AMIGAS

Hay alimentos que pueden crecer juntos. Esto ayuda a aprovechar el espacio de siembra y practicar la permacultura.

Lechuga,
zanahorias
y cebollines



Tomate,
zanahorias
y cebollines



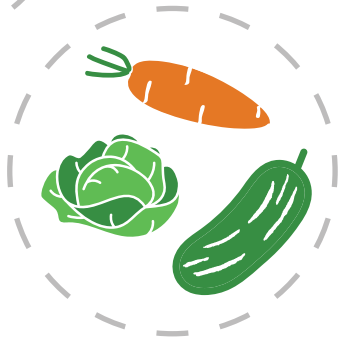
Lechuga,
habichuelas
y pepinillos



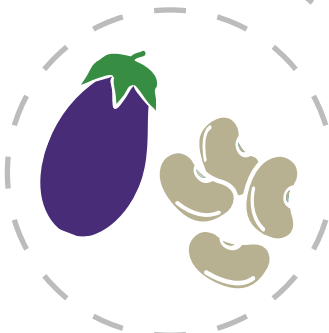
Cilantro
y kale



Lechuga,
zanahorias
y pepinillos



Berenjena y
habichuelas



PLANTAS AMIGAS QUE SEMBRARÉ:



EL DISEÑO DE MI HUERTO:





¿QUÉ NECESITO?

1. Contenedor para hacer semillero
2. Semillas
3. Tierra
4. Guantes
5. Marcadores

¡Paz!

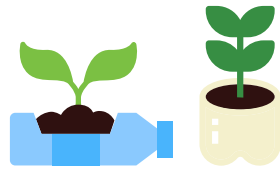


¿QUÉ HAGO?

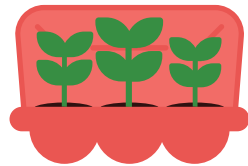
1. Con mi diseño de huerto, mi semillero y las semillas, ¡siembro 2 semillas por hueco!
2. Anoto en mi **CUADERNO** el día que sembré, cuándo nació la planta, qué observo en ella y qué hago para cuidarla.

SIEMBRO

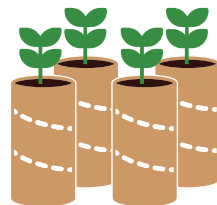
SEMILLEROS CREATIVOS:



envases plásticos con huecos



cartón de huevos



rollitos de cartón

EN SEMILLERO

Escribo el nombre y la fecha en que sembré

riego con agua

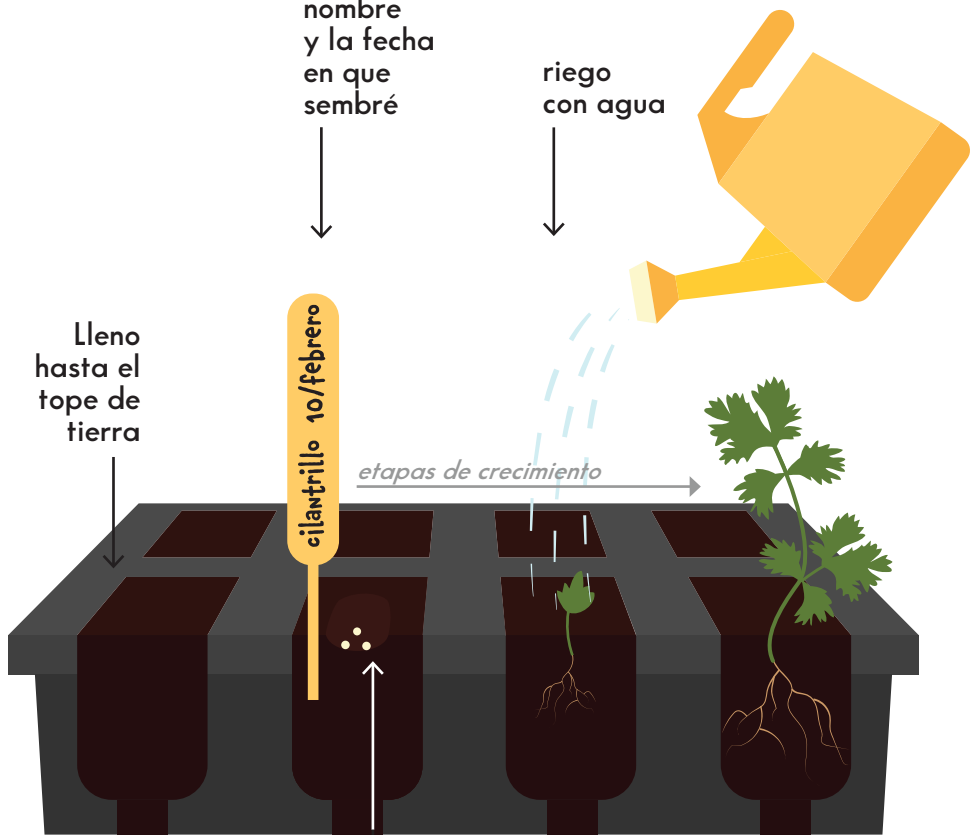
Lleno hasta el tope de tierra

cilantro 10/febrero

etapas de crecimiento

Coloco la semilla a la profundidad indicada en su empaque

Transplanto con cuidado cuando haya crecido la planta



NOTA: ¡SIEMBRO AQUÍ SI LA SEMILLA ES MUY PEQUEÑA!



¿QUÉ NECESITO?

1. Contenedor para hacer siembra directa
2. Semillas
3. Tierra
4. Guantes
5. Marcadores

¡Paz!

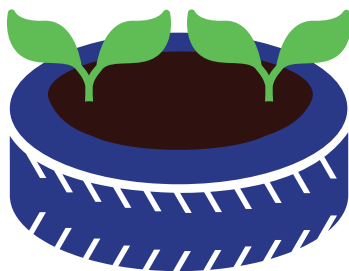


¿QUÉ HAGO?

1. Con mi diseño de huerto y las semillas, ¡siembro directamente en la tierra de mi huerto!
2. Anoto en mi **CUADERNO** el día que sembré, cuándo nació la planta, qué observo en ella y qué hago para cuidarla.

SIEMBRO TIERRA

HUERTOS CREATIVOS:



gomas de carro



neveras reusadas

DIRECTO EN LA

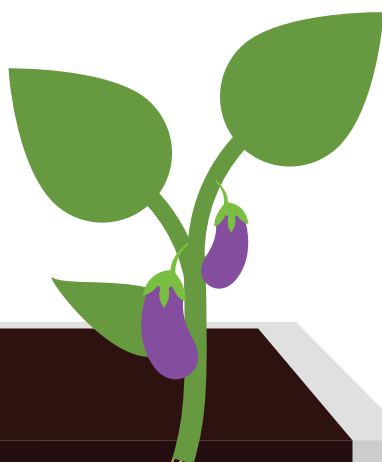
riego con
abundante
agua



Escribo el
nombre
y la fecha
en que
sembré



berenjena 10/febrero



Coloco la
semilla a la
profundidad
indicada en
su empaque



PLANTA:

ej. Lechuga

DÍA/SEMANA

Día 1

¿QUÉ OBSERVO?

Las semillas son pequeñas

¿QUÉ ACCIÓN REALIZO?

Sembré 1 fila del semillero

¿CÓMO ME SIENTO?

¡Entusiasmada(o)!



PLANTA:

ej. Pepinillo

DÍA/SEMANA

Semana 2

¿QUÉ OBSERVO?

La plantita germinó

¡Continúa en
mi libreta
de plenitud!

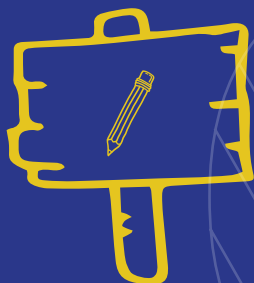
¿QUÉ ACCIÓN REALIZO?

Le eché agua

¿CÓMO ME SIENTO?

¡Inspirada(o)!





¿QUÉ NECESITO?

1. Marcadores

+ ¡Observo el proceso que ha dado vida a mi huerto!



¿QUÉ HAGO?

1. Observo el ejercicio anterior y reflexiono sobre cómo se conecta cada parte de mi huerto, las personas que me ayudaron y la naturaleza a mi alrededor.

NUESTRO H CONEXION

¿CÓMO FUE EL PROCESO DE SEMBRAR NUESTRO HUERTO?

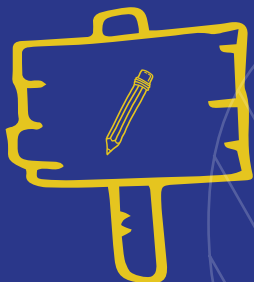


UERTO Y LA ENTRE TODO

¿SIENTO QUE CUIDÉ
LA TIERRA Y LOS SERES
VIVOS EN MI EXPERIEN-
CIA SEMBRANDO?

¿CON QUIÉNES COM-
PARTÍ LA EXPERIENCIA?

¡ENVÍO UN VIDEO CON MIS RESPUESTAS!



¿QUÉ NECESITO?

1. Marcadores
- + ¡Inspiración!



¿QUÉ HAGO?

1. Repaso lo que he aprendido en la escuela sobre cómo contar un cuento.
2. Escojo el tema que más me inspire y desarrollo un cuento para contar a otros niños lo que aprendí sobre Cómo Sembrar. Los temas a escoger son:
 1. Permacultura
 2. Todos estamos conectados
 3. Cómo Sembrar
 4. Tema libre

MI CUENT

MI TEMA:

MIS PERSONAJES:

EL LUGAR EN EL
QUE SE DESARROLLA
MI CUENTO:



ÉRASE UNA VEZ...



EVALUAMOS LO APRENDIDO

YO:

LO MÁS QUE ME DISFRUTÉ FUE:

YO:

ME GUSTARÍA APRENDER MÁS DE:

YO:

PREGUNTAS QUE TENGO:

FAMILIA:

**COSAS NUEVAS QUE APRENDIMOS
JUNTOS:**

Recuerdo seguir
el canal de la
niñez:

 Plenitud PR

 Plenitud PR

 Plenitud PR

 plenitudpr.org

PLENITUD PR:

**(AQUÍ VA UN MENSAJE DE
PLENITUD PARA MÍ)**



CREZCO EN
PLENITUD