

Horta



Cultivar uma horta com crianças é uma experiência muito benéfica por várias razões. Algumas delas incluem o estímulo a uma alimentação saudável, o ensino de responsabilidade e paciência e a prática de algumas ciências. Veja algumas dicas de como iniciar este projeto.

Construa o canteiro

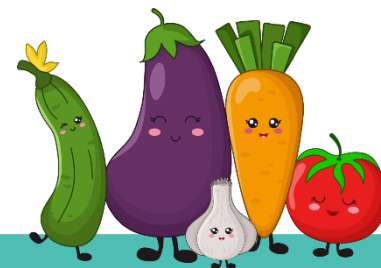
As crianças podem se envolver no planejamento, na escavação e no plantio. Isso lhes dará uma sensação de propriedade sobre a horta. Envolver as crianças nesse tipo de cuidado com a terra as ajuda a desenvolver as habilidades necessárias para cuidar de outros seres vivos. Além disso, com cada vez menos oportunidades de conexão com a natureza, essa interação é incrivelmente benéfica para o seu desenvolvimento.

Atenção ao clima

Se você vive em um clima mais frio, opte por iniciar as sementes em ambientes fechados. Existem muitas maneiras diferentes de fazer isso, desde o uso de materiais recicláveis até a compra de kits. Esse processo de plantar uma semente, observar as raízes crescerem e depois ver uma planta brotar é o experimento científico perfeito para aprender sobre o ciclo de vida das plantas.

Acompanhe

O registro no diário é uma maneira muito divertida de ver o progresso da sua horta e é outra oportunidade de se envolver em um aprendizado prático. As crianças mais novas podem simplesmente desenhar o que observam à medida que a horta muda, enquanto as crianças mais velhas podem gostar de medir e representar graficamente o progresso das plantas.



O que plantar

Feijões e ervilhas são sempre uma maneira fácil de começar. Elas brotam rapidamente, dando gratificação às crianças pelo trabalho duro quase instantaneamente. Os girassóis são uma boa opção para um jardim de flores e, como bônus, seu tamanho os torna ainda mais emocionantes para as crianças!

Cenouras, temperos, saladas são ótimas opções.

Os bônus

Cavar a terra e explorar o exterior já provou ser benéfico não apenas para crianças, mas também para adultos. Este estudo descobriu que o desempenho da memória e a capacidade de atenção melhoraram após uma hora passada na natureza. Não há melhor época para começar o seu jardim do que agora!

Diversão a vista

Uma das melhores partes da jardinagem com crianças é vê-las usar e comer os alimentos que eles trabalharam tanto para cultivar. Lembre-se de como você pode usar o que planta.

