Comisión Europea
Agricultura y Desarrollo Rural

LAS CUATRO ESTACIONES

LIBRO DE ACTIVIDADES PARA NIÑOS

Placeholder Logo

AGRICULTURA ECOLÓGICA.

BUENA PARA LA NATURALEZA, BUENA PARA TI.

www.organic-farming.europa.eu

La vida en una granja ecológica

Una granja ecológica es un lugar donde hay personas que viven y trabajan juntas para cultivar plantas y criar animales para que tú y tu familia podáis disfrutar de comidas y bebidas deliciosas.

Los animales ecológicos que viven en la granja, como las vacas, cerdos, pollos, cabras y ovejas, son tratados con respeto en cuanto a sus necesidades naturales. Los animales ecológicos deben contar con el espacio suficiente en la granja y con una dieta natural para mantenerlos en forma y sanos.

Los granjeros ecológicos también trabajan duro para ayudar a que las plantas crezcan de forma sana, principalmente mediante el uso de estiércol o de abonos que se encuentran en la granja.

Los huevos ecológicos que comes para desayunar, y que se mezclan para hacer esas deliciosas tartas y galletas, son recolectados por un granjero ecológico. Estos huevos vienen de gallinas que pueden felizmente picotear a sus anchas en su corral y que utilizan cómodos nidos para poner sus huevos sin ser molestadas.

Cuando una granja se convierte en granja ecológica, el granjero tendrá que seguir unas reglas especiales para asegurarse de que los animales se mantienen sanos y felices. Las reglas también dicen que el granjero es responsable de la protección del medio ambiente.

¿Cómo sabemos que son productos ecológicos?

Los productos que vienen de granjas ecológicas que se han procesado y convertido en deliciosos quesos y salchichas, mermelada, zumo o cualquier otra comida o bebida ecológica, están expresamente etiquetados como ecológicos, para que puedas saber dónde, cómo y quién produjo estos bienes. Gracias a esto tus padres tendrán la oportunidad de elegir la comida y bebida más deliciosa para ti.

¿Cómo puedo informarme más sobre la agricultura ecológica y sus productos?

Muchas granjas ecológicas cuentan con días de puertas abiertas y tiendas donde venden sus productos. Pregúntales sobre esto a tus padres o profesores y proponles una visita a una de estas granjas. El granjero ecológico seguramente estará encantado de enseñar su granja a tu clase o a tu familia. Te enseñará sus animales y campos, y te explicará lo que hace la agricultura ecológica tan especial.

También puedes visitar el «Rincón de los niños» en el sitio Web de la agricultura ecológica: «Buena para la naturaleza, buena para ti». Puedes encontrar el sitio Web en www.organic-farming.europa.eu, pero recuerda que antes de navegar por Internet debes preguntarle a tus padres.

Por último, puedes probar todas las divertidas actividades descritas en este libro y ver que más puedes hacer con los materiales y alimentos ecológicos. Mientras intentas realizar todas las ideas de manualidades con tus amigos o en el colegio, también tendrás la oportunidad de aprender sobre la producción y la agricultura ecológica. (Si no puedes encontrar los productos ecológicos que se enumeran aquí, también puedes utilizar en su lugar productos no ecológicos.)

¡Diviértete!

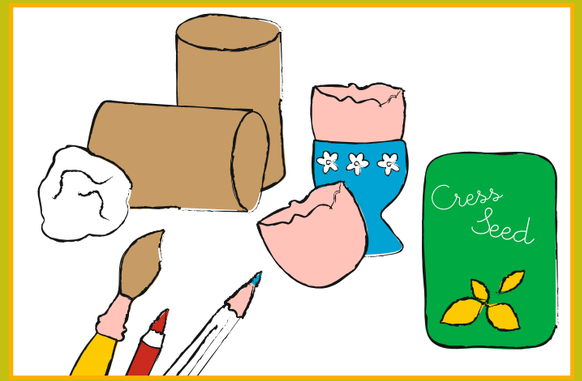
PRIMAVERA

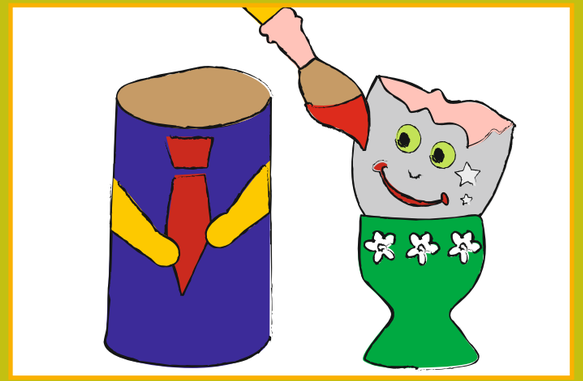
Cabezas de huevos alienígenas

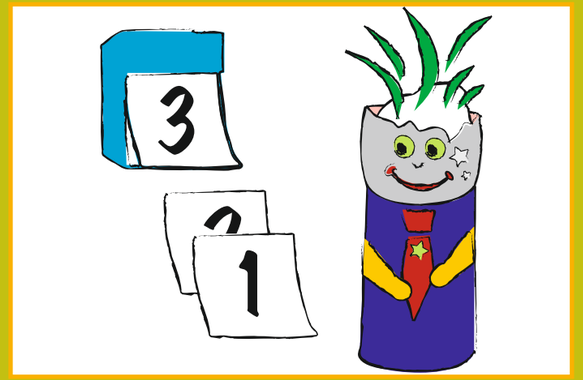
¡Cuidado! ¡Esta primavera, alienígenas con pelos de color verde van a invadir tu cocina! Puedes crear tu propia «cabeza» de huevo de alienígena y observar cómo, las semillas de berro que plantas germinan para convertirse en «pelo» verde.

Se necesitan:
Huevos ecológicos y su cartón de huevos · Lápices o rotuladores de colores · Bolas de algodón · Semillas ecológicas de berros

1. Con cuidado limpia y seca varias mitades de las cáscaras de huevos que se han utilizado para preparar un desayuno con huevos revueltos. Dibuja una divertida cara de alienígena en cada cáscara.
2. Pon en remojo brevemente las bolas de algodones en un cuenco con agua y colócalas dentro de las cáscaras de huevo. Esparce las semillas de berro sobre las bolas de algodón.
3. Coloca las cáscaras de huevo en el cartón y ponlas junto a una ventana.
4. Durante los siguientes días, mantén el algodón húmedo y observa cómo germina el pelo verde de tus «alienígenas». Cuando esté lo suficientemente largo, dales un «corte de pelo» y colócalo en una ensalada o en un bocadillo.







PRIMAVERA

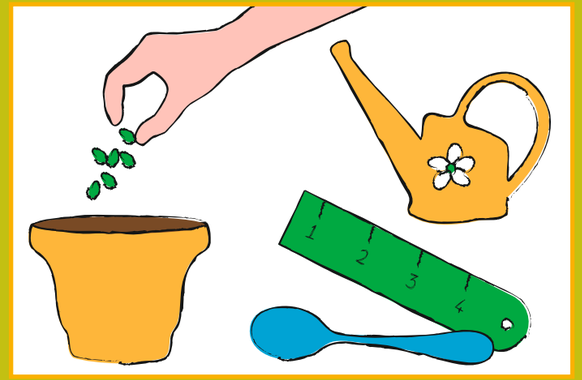
Sin complicaciones; la albahaca ecológica crece fácilmente

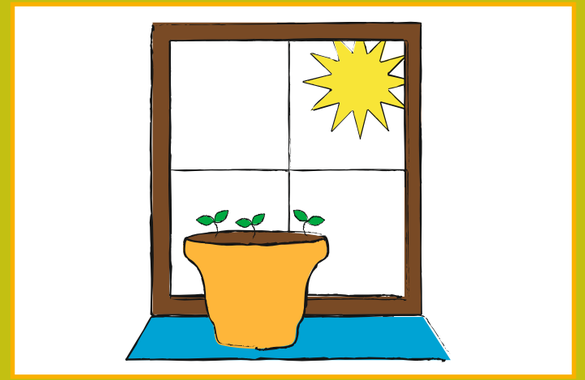
Las hierbas ecológicas, como la albahaca, pueden ser las plantas más fáciles de cultivar, especialmente en primavera. Simplemente siembra las semillas, siéntate y relájate.

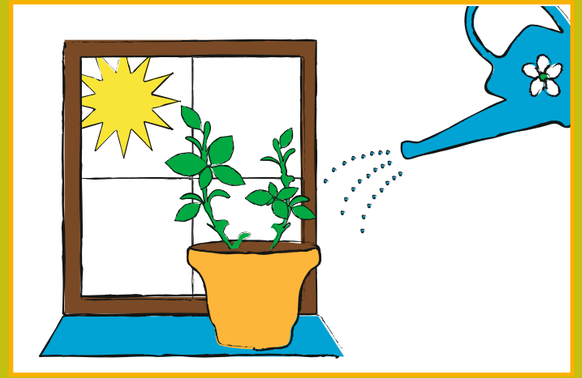
Se necesitan:
Una pequeña maceta de arcilla · Un puñado de guijarros pequeños y tierra de tu jardín o parque (¡pídele permiso a tus padres antes de cavar!) · Semillas ecológicas de albahaca · Un palo de una piruleta y un rotulador

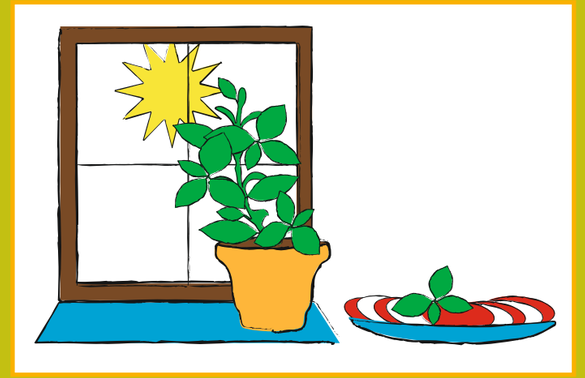
1. Cubre el fondo de la maceta con los guijarros pequeños y, a continuación, añade tierra hasta cubrir ¾ partes de la maceta. Esparce de 5 a 6 semillas y tápalas ligeramente con tierra.
2. Coloca la maceta al sol, y mantén la tierra húmeda hasta que las semillas germinen. Introduce el palo de piruleta en la tierra.
3. Comprueba la albahaca cada dos días, y marca la altura hasta la que van llegando en el palo de la piruleta.
4. Puedes empezar a recolectar la albahaca tan pronto como tenga varias hojas. Si cosechas con frecuencia, conseguirás que tus plantas crezcan incluso más; lo que dará como resultado una albahaca mucho más sabrosa para ti.

La albahaca está deliciosa en la salsa de tomate o pesto! ¡Pruébala!









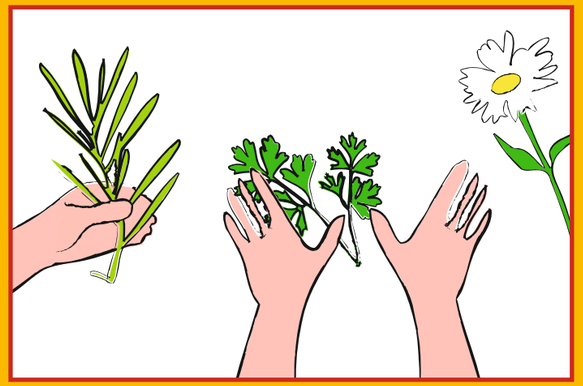
VERANO

El detective del jardín

Este es un gran juego para ti y tus amigos para que agudices tus sentidos y mejores tus habilidades como detective mediante las hierbas ecológicas. Las hierbas son plantas como el perejil, la albahaca y el orégano. Cada hierba tiene un perfume distinto que normalmente tiene un propósito práctico, como puede ser la atracción de insectos para llevar a cabo la polinización o la protección de sus hojas de las plagas. Los insectos pueden diferenciarlos pero, y tu olfato, ¿es lo suficientemente agudo para resolver el misterio?

Se necesitan:
Hierbas ecológicas frescas, como la albahaca, tomillo, romero, salvia, menta, etc. · Un par de amigos

1. Pídele a tus padres que te ayuden a recolectar algunas hierbas ecológicas.
2. Coge una rama o una hoja de cada hierba ecológica y colócalas en una mesa. Huele cada una y di su nombre en alto. ¡Estúdialas detenidamente!
3. Ahora cierra los ojos y dile a tus amigos que te den las hierbas de una en una. Intenta identificarlas sólo a través del tacto y del olfato.
4. Una vez acabado tu turno, deja que otro amigo ponga a prueba sus dotes como detective con las hierbas ecológicas. Y si quieres un reto adicional, dale dos hierbas al «detective» y ¡comprueba hasta dónde pueden llegar sus habilidades!



VERANO

Portavelas de manzana

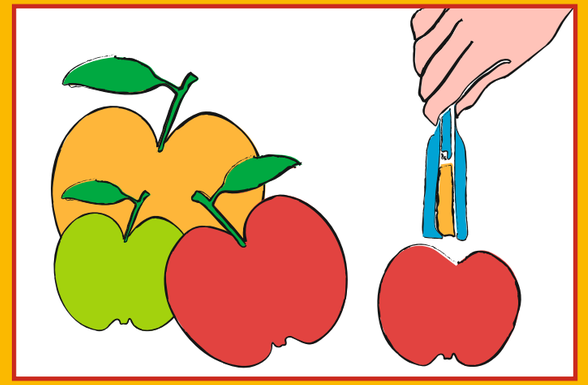
(Apropiado para niños de 6 años o mayores. Se recomienda supervisión parental.)

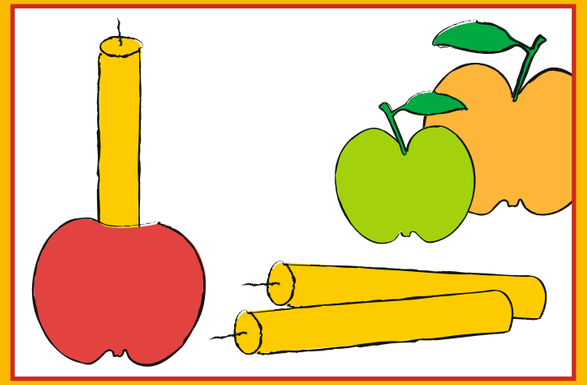
Las manzanas aportan una gran cantidad de vitaminas y fibras en tu dieta para ayudarte a mantenerte sano, y ahora … ¡también te aportan luz! Puedes ayudar a decorar las mesas de cena de tu familia con estos portavelas de moda fabricados con estas crujientes manzanas ecológicas.

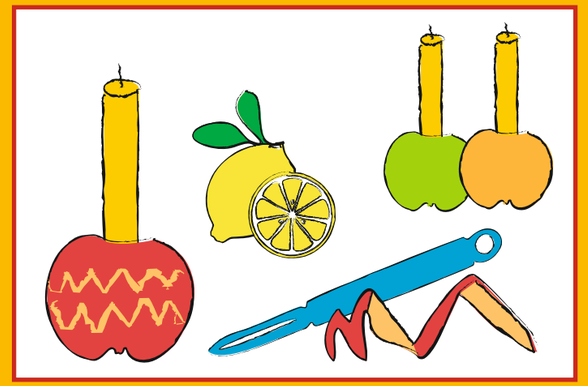
Se necesitan:
Manzanas ecológicas grandes que puedan mantenerse en pie en una mesa · Velas · Papel encerado · Un pelador de patatas y zumo de limón

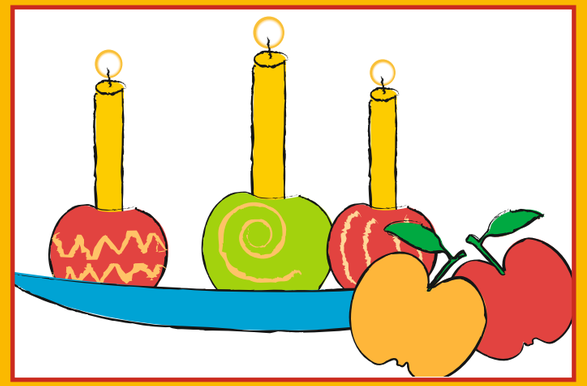
1. Mediante un descorazonador de manzanas haz un agujero en el centro de la manzana, que sea tan ancho como la vela y llegue hasta la mitad de la longitud de la manzana (¡pídele ayuda a un adulto!) Haz el agujero lo más recto posible y extrae el trozo de corazón.
2. Introduce una vela en el agujero de manera que encaje cómodamente. Si el agujero es demasiado grande, envuelve la parte inferior de la vela con papel encerado.
3. Decora las manzanas con diseños tallados en la piel de la manzana con la punta del pelador de patatas (frota los diseños con el zumo de limón para prevenir que se vuelvan marrones).
4. Coloca los portavelas de manzanas en círculo en un plato o en una tabla para cortar y ponlos en la mesa.

Pídele siempre a un adulto que te encienda las velas.









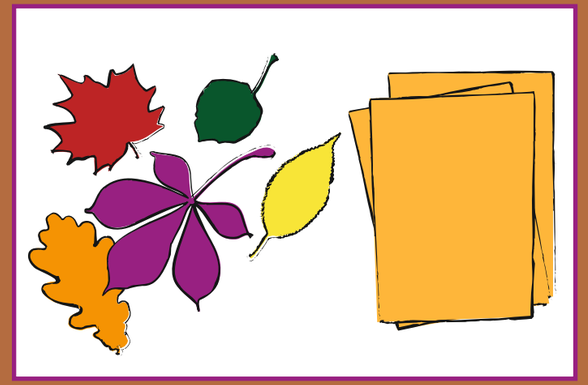
OTOÑO

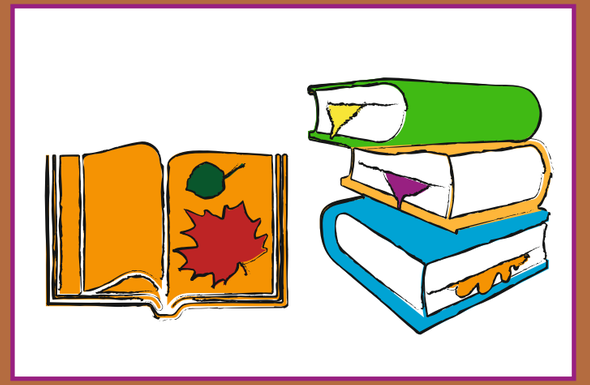
Juego de memoria de otoño

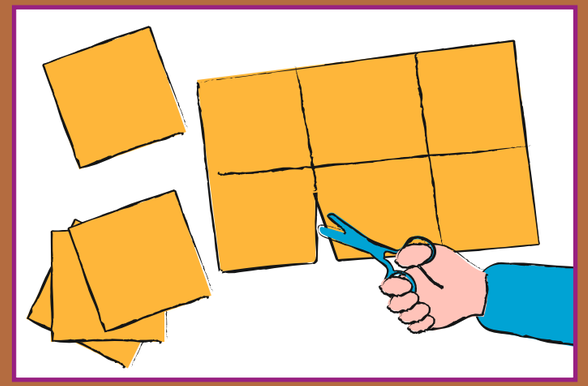
Las hojas están cambiando de color y pronto los árboles pelados se convertirán en un recordatorio diario de que se acerca el invierno. Aquí tienes un juego simple y divertido al que puedes jugar con tus amigos para medir tu memoria y mantener una parte de esta mágica estación contigo durante los meses de frío que nos quedan.

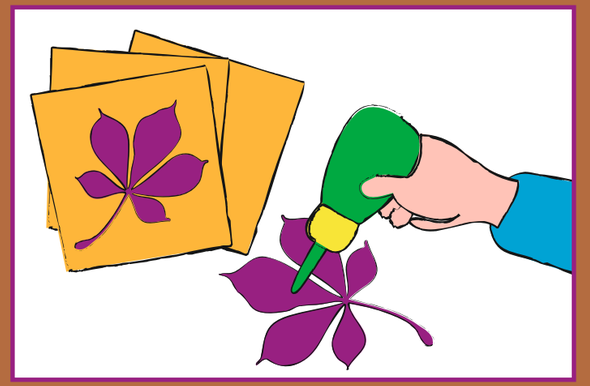
Se necesitan:
10 cartas hechas de cartulinas del mismo tamaño · Dos libros pesados · Papel encerado y pegamento

1. Recoge distintas variedades de hojas del exterior. Elige al menos 5 pares de hojas, por ejemplo, dos hojas de castaño, dos hojas de robles, etc.
2. Seca las hojas dejándolas planas entre dos papeles encerados y pon encima un libro pesado. Déjalas así de 7 a 10 días.
3. Cuando las hojas estén completamente secas, coge las cartas de cartulina y pega cuidadosamente con pegamento una hoja por carta.
4. ¡Invita a tus amigos a jugar al juego de memoria contigo!









OTOÑO

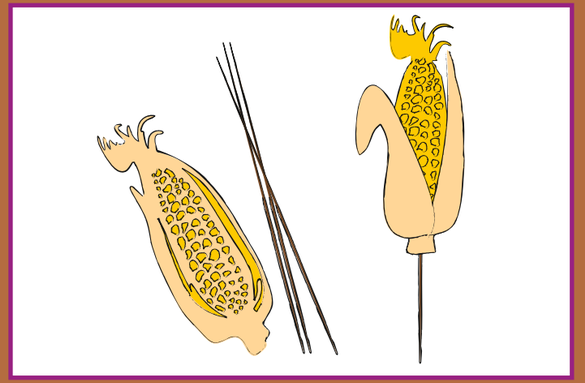
¡Es la hora del espectáculo! Protagonizado por marionetas de maíz

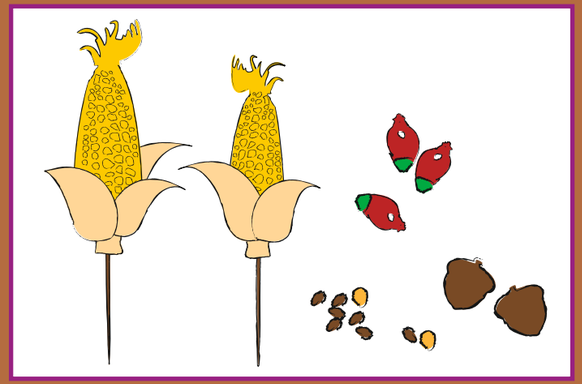
El otoño es la temporada del maíz ecológico, un vegetal repleto de vitaminas y otras cosas buenas que te hacen estar fuerte. Pero el maíz ecológico no es sólo bueno para comérselo … puedes dar vida a este vegetal dorado convirtiéndolo en una marioneta de espectáculos.

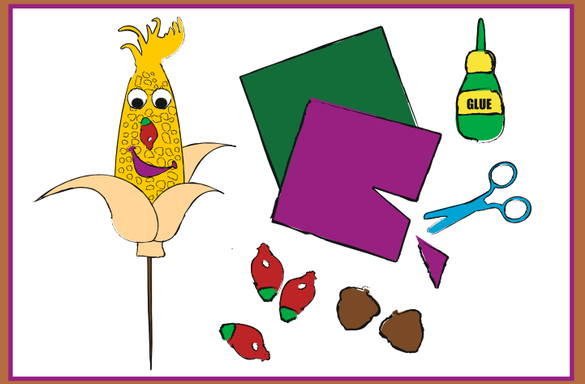
Se necesitan:
Una espiga de maíz ecológico con la hoja · Un palo de madera · Fieltro, cartón coloreado · Semillas grandes o nueces · Pegamento

1. Seca el maíz en un lugar cálido durante unos días.
2. Cuando esté seco, pídele a un adulto que te ayude a atravesar con un palo de madera el fondo del maíz.
3. Deja las barbas del maíz sobre el lado puntiagudo y pela cuidadosamente las hojas, sin arrancarlas. Esto será el cuello de tu marioneta.
4. ¡Ahora es el turno de dejar volar la imaginación! Utiliza los cartones coloreados, el fieltro, las semillas y las nueces con el pegamento para hacerle una cara a tu espiga de maíz.

¡Reúne a tus amigos con todas sus marionetas de maíz y organiza un espectáculo de marionetas para tu familia!







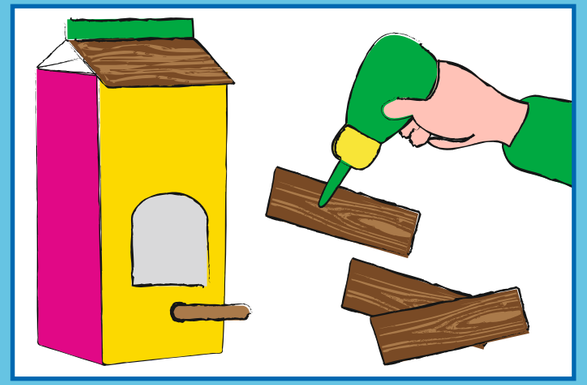
INVIERNO

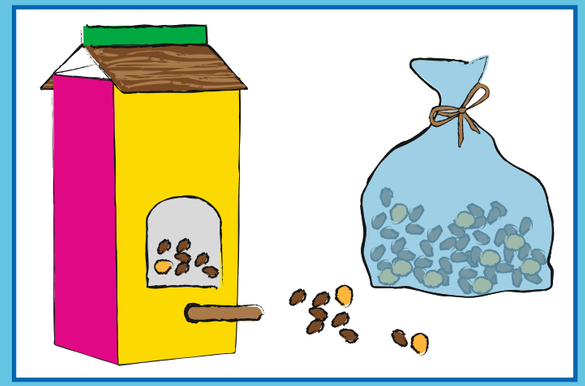
Un restaurante de comida ecológica … ¡para pájaros!

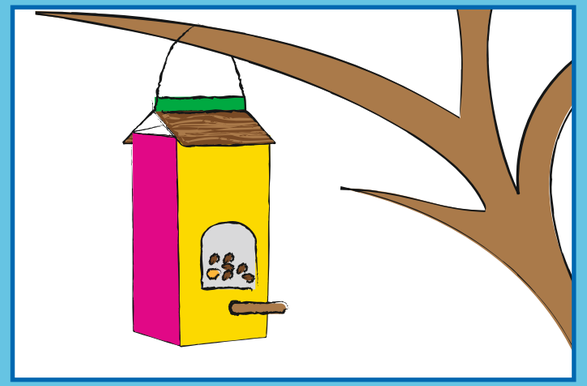
Hace frío fuera y los pájaros de tu vecindario puede que tengan dificultades para encontrar algo bueno que comer. ¿Por qué no abres un restaurante ecológico para ellos? Un cartón de leche ecológica vacío puede ser un lugar elegante para que los pájaros disfruten de sus comidas.

Se necesitan:
Un cartón de leche ecológica vacío y limpio · Tijeras y pintura · Virutas o trozos pequeños de madera planos · Una espiga de madera o un palo grueso y recto · Alpiste ecológico

1. Pinta el cartón de leche y déjalo secar. A continuación corta las «puertas» en lugares opuestos del cartón de leche que queden en el centro del cartón.
2. Pega las virutas o los trozos de madera como si fueran «tejas» en el tejado. Para la percha, haz dos agujeros debajo de las puertas y desliza la espiga o el palo a través de los agujeros.
3. Rellena el fondo del comedero con mezcla de alpiste o haz tu propia comida para pájaro mediante la mezcla de varias semillas ecológicas, como semillas ecológicas de girasol y maíz amarillo.
4. Con la ayuda de un adulto, cuelga el comedero con un alambre en un punto que sea fácil de ver, pero lo bastante lejos de vallas o postes para evitar los ataques de los depredadores.



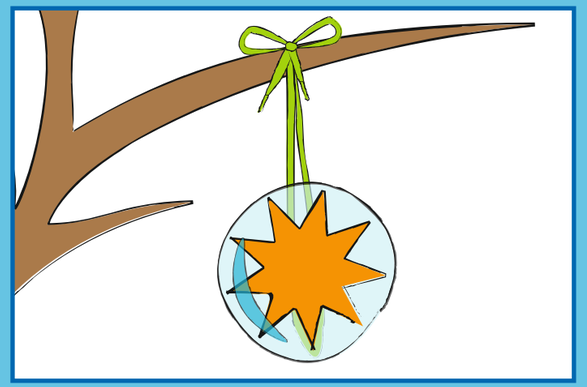




INVIERNO

Atrapasol para el invierno

Durante los largos meses de invierno, no hay nada mejor que un día de sol. Captura los brillantes rayos de sol con este genial atrapasol.

Se necesitan:
Un cordón o un cordel resistente · Un plato para tarta desechable · Agua · Unas tijeras · Limones o naranjas ecológicos

1. Dobla el cordón o el cordel en dos mitades y pasa los dos finales a través del centro del plato para tarta.
2. Pela cuidadosamente las naranjas y limones para que la cáscara salga de una sola pieza. Recorta un círculo grande para que haga de «sol» y muchos triángulos grandes para que sean los «rayos».
3. Coloca el «sol» y los «rayos» en el plato para tarta con la parte coloreada hacia arriba. Con cuidado, vierte agua en el plato hasta que esté casi lleno. Coloca el plato fuera (si hace suficiente frío) o en tu congelador.
4. Una vez que esté congelado, quita el hielo del plato y haz que un adulto lo cuelgue de una rama baja donde pueda atrapar los rayos de sol.