

CADERNO DA  
HORTA BIOLÓGICA  
NA ESCOLA

CASCAIS - VOLUME 2

FICHAS DE ATIVIDADES PARA OS ALUNOS



# ÍNDICE

## FICHAS DE ATIVIDADES PARA OS ALUNOS

<b>Atividade 1 - setembro</b> .....	7 - 9
Plantas e plano da horta Fertilização do solo para as culturas de outono-inverno	
<b>Atividade 2 - outubro</b> .....	10 - 16
Plantação das culturas de outono-inverno	
<b>Atividade 3 - novembro</b> .....	17 - 22
Como funcionam as plantas Manutenção da horta	
<b>Atividade 4 - dezembro</b> .....	23 - 28
Produção biológica Qualidade dos alimentos	
<b>Atividade 5 - janeiro</b> .....	29 - 33
Colheita das culturas de outono-inverno Sementeira em viveiro	
<b>Atividade 6 - fevereiro</b> .....	35 - 39
Solo e compostagem Fertilização do solo para as culturas de primavera-verão	
<b>Atividade 7 - março</b> .....	40 - 46
Plantação das culturas de primavera-verão	
<b>Atividade 8 - abril</b> .....	47 - 50
Manutenção da horta e do compostor	
<b>Atividade 9 - maio</b> .....	51 - 57
Proteção contra pragas e doenças Início da colheita das culturas de primavera-verão	
<b>Atividade 10 - junho</b> .....	58 - 60
Colheita e inovação alimentar	



## ATIVIDADE 2 - **OUTUBRO**

// PLANTAÇÃO DAS CULTURAS DE OUTONO-INVERNO





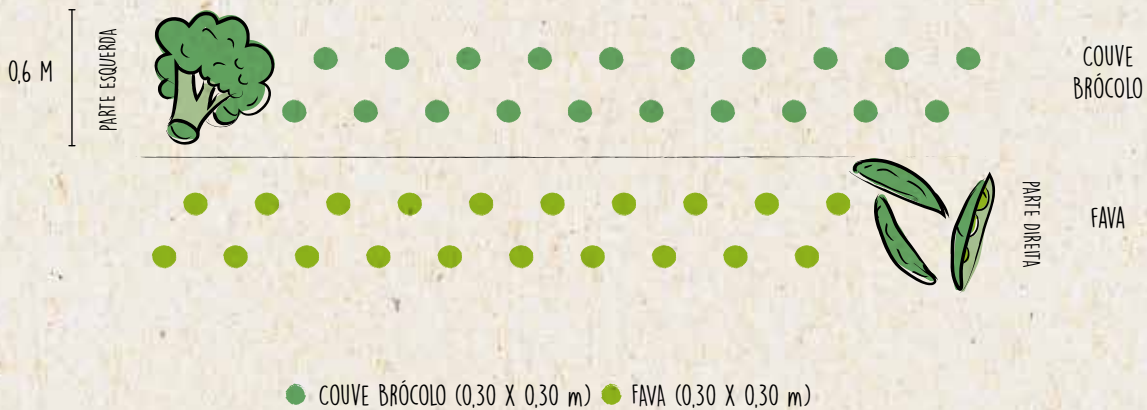
Plano do canteiro  
outono-inverno

Turma .....

Data .....

OUTONO – INVERNO

CANTEIRO \_\_\_\_\_



PLANEIA AQUI O VOSSO CANTEIRO:

Blank area for drawing the garden bed plan.



Plantação das culturas de outono-inverno

Turma .....

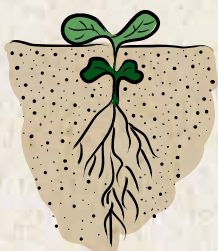
Data .....

- Plantar e semear as culturas de outono-inverno de acordo com o plano do canteiro
- O buraco para colocar a jovem planta é feito com a pá (Figura 1)

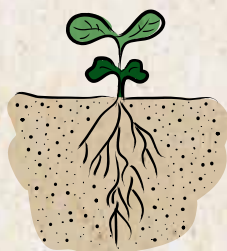


Figura 1 Abrir o buraco com uma pá.

- A distância entre plantas (ver Quadro 2 do Volume 1 do Caderno da Horta Biológica na Escola) pode ser medida com uma fita métrica ou régua. Pode-se também marcar essa distância com a ajuda de um pau ou cana com o tamanho dessa distância
- **As jovens plantas devem ficar enterradas até às primeiras folhas definitivas, pois as primeiras folhas pequeninas (cotiledonares) estão muito próximas da raiz e acabam por morrer**



SIM



NÃO

- Pressionar o solo à volta da planta para aconchegar as raízes (Figura 2)

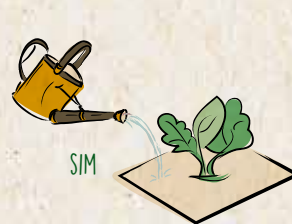


Figura 2 Pressionar o solo.

• Colocar os tutores na cultura de ervilha



- **Regar o canteiro: A água deve ser dirigida ao solo para não molhar as folhas das plantas e evitar o aparecimento de doenças**



SIM



NÃO

- Marcar com uma fita colorida, três plantas da mesma cultura que se localizem no centro do canteiro, para acompanhar o seu crescimento
- Registrar no Caderno de Campo a altura ou diâmetro e o número de folhas das três plantas marcadas, em cada canteiro

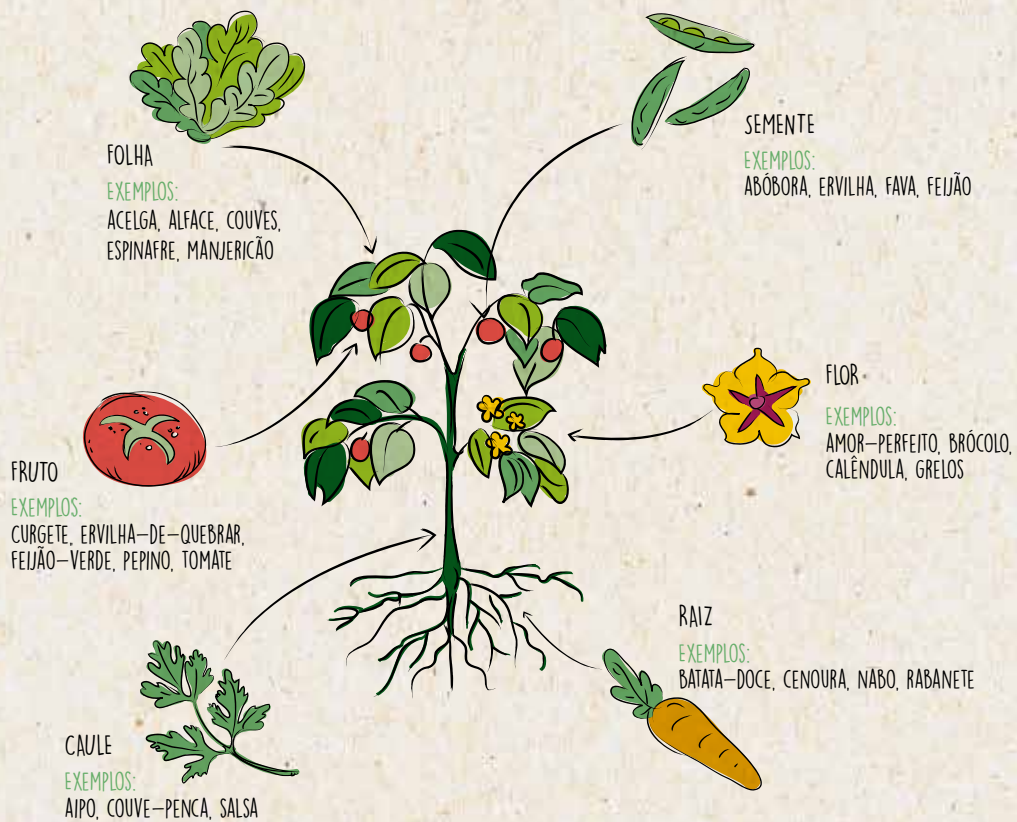


Partes das plantas  
que utilizamos

Turma : .....

Data: .....

AS PARTES QUE UTILIZAMOS DAS PLANTAS SÃO MUITO VARIADAS.

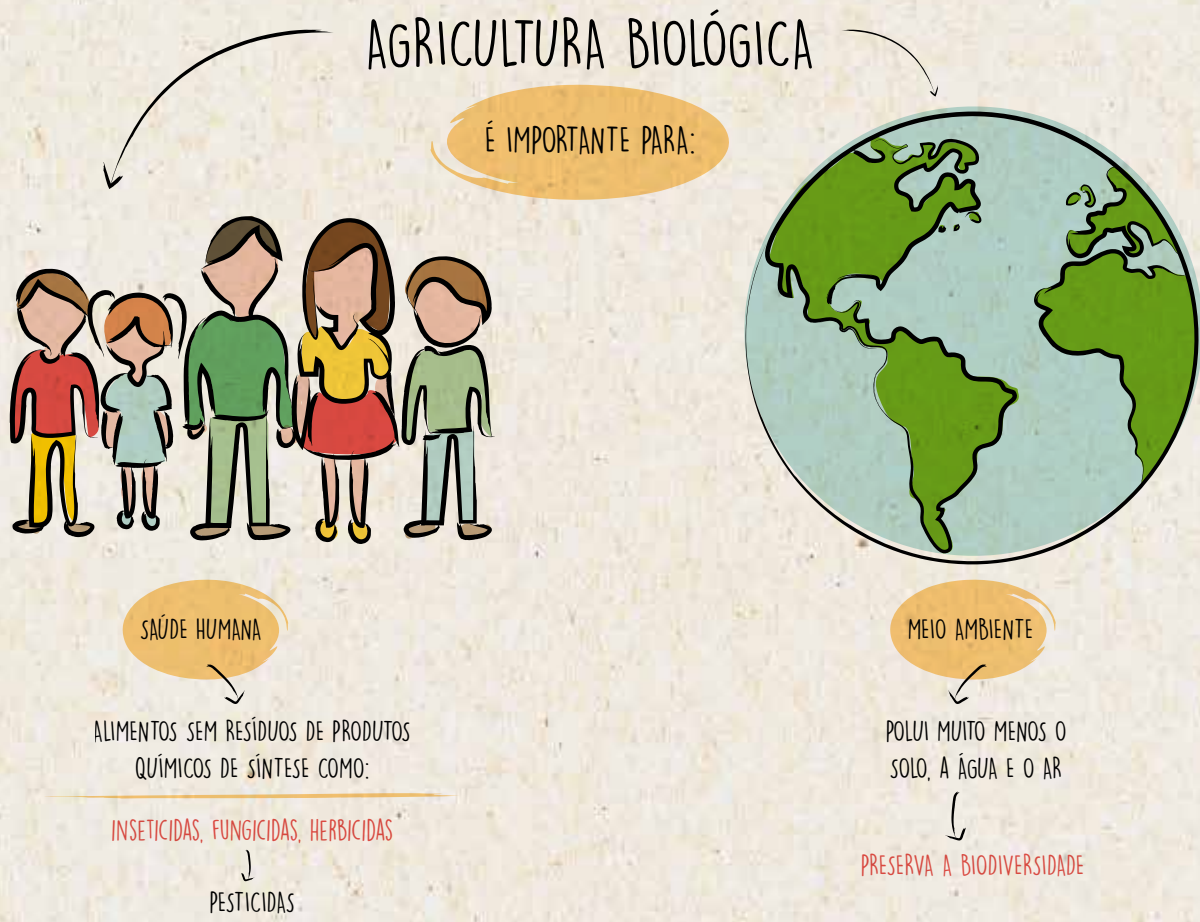


ESTRUTURAS ESPECIAIS: TUBÉRCULO (CAULE SUBTERRÂNEO) – BATATA; BOLBO (BAINHA DAS FOLHAS) – CEBOLA E ALHO

Importância da agricultura biológica

Turma .....

Data .....



OS ALIMENTOS BIOLÓGICOS SÃO MELHORES PARA A SAÚDE DAS PESSOAS E A AGRICULTURA BIOLÓGICA, QUE É UMA TECNOLOGIA DE PRODUÇÃO MAIS AMIGA DO AMBIENTE, OFERECE UMA MAIOR GARANTIA DE PRODUÇÃO DE ALIMENTOS NO FUTURO, EM TODO O MUNDO.



Técnicas da agricultura biológica

Turma .....

Data .....

# AGRICULTURA BIOLÓGICA

COMO:

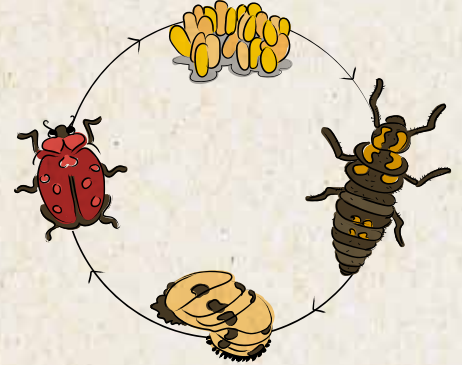
ROTAÇÕES E CONSOCIAÇÕES



COMPOSTAGEM E FERTILIZANTES ORGÂNICOS



BIODIVERSIDADE



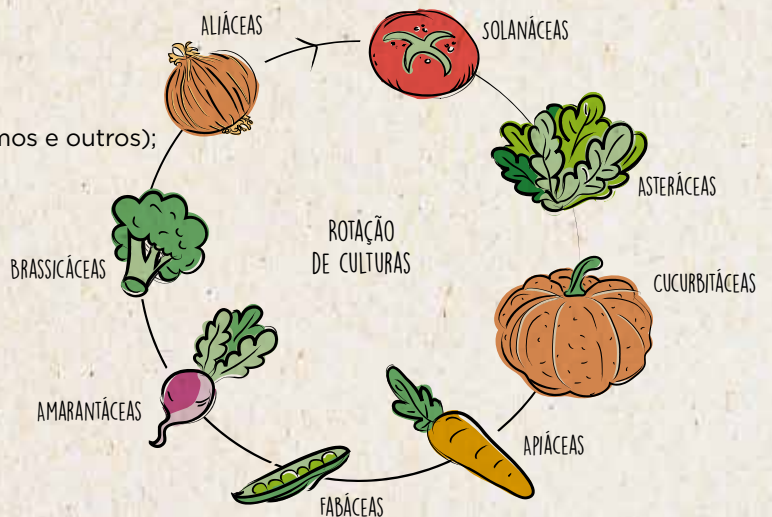
Rotação de culturas

Turma .....

Data .....

- A rotação é uma sucessão de culturas numa parcela ao longo de um determinado número de anos. No exemplo aqui apresentado é de 4 anos e será praticada em 4 canteiros.
- **As culturas que entram na rotação devem pertencer a diferentes famílias botânicas, para melhor se tirar partido das principais vantagens:**

- // menos pragas e doenças;
- // menos plantas infestantes;
- // melhor utilização dos nutrientes do solo;
- // aumento da biodiversidade no solo (microrganismos e outros);
- // maior diversidade de alimentos disponíveis.



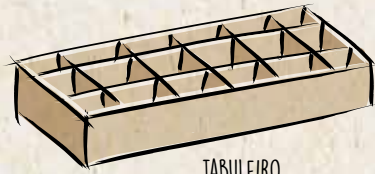


Sementeira  
em viveiro

Turma .....

Data .....

MATERIAIS



TABULEIRO



PÁ



TERRA ESPECIAL



SEMENTES

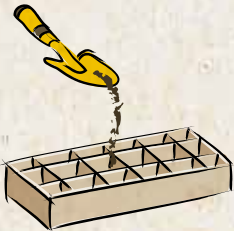


ÁGUA



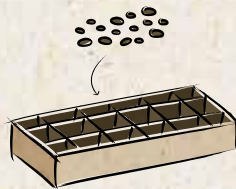
PARA COBRIR AS SEMENTES

1 - SUBSTRATO



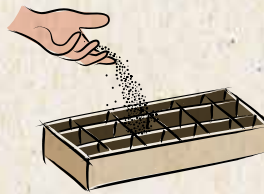
DEITAR A TERRA ESPECIAL  
NO TABULEIRO

2 - SEMEAR



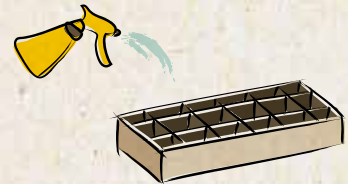
COLOCAR AS SEMENTES

3 - COBRIR



COBRIR COM VERMICULITE

4 - REGAR



DEITAR ÁGUA

CRESCER



ACOMPANHAR O CRESCIMENTO

NOTA: COLOCAR OS TABULEIROS NUM LOCAL PROTEGIDO COM LUZ, AO ABRIGO DA CHUVA.



Degustação  
das culturas de  
primavera-verão

Turma .....

Data .....

DEVEMOS APRECIAR O CHEIRO, O SABOR, A TEXTURA E AS CORES DOS ALIMENTOS DA HORTA ESCOLAR.

AS FLORES COMESTÍVEIS SERVEM PARA DAR SABOR E COR ÀS SALADAS VERDES E DE FRUTA, ENTRADAS, PRATOS COZINHADOS, PÃO, BEBIDAS, DOCES E SOBREMESAS.

JÁ SABEMOS QUE AS PLANTAS HORTÍCOLAS SÃO MUITO IMPORTANTES NA NOSSA ALIMENTAÇÃO E COM ELAS FAZEM-SE SOPAS, SALADAS, PRATOS COZINHADOS, SANDES, BATIDOS, SUMOS, DOCES E SOBREMESAS.



AS PLANTAS AROMÁTICAS PODEM SER CONSUMIDAS FRESCAS COMO CONDIMENTO DOS ALIMENTOS PARA DAR SABOR, OU EM INFUSÕES E PODEM SER SECAS, PARA SE UTILIZAREM MAIS TARDE.

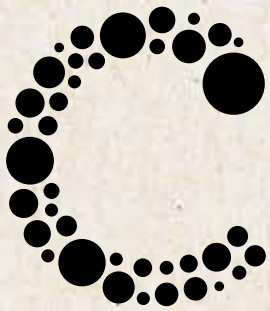
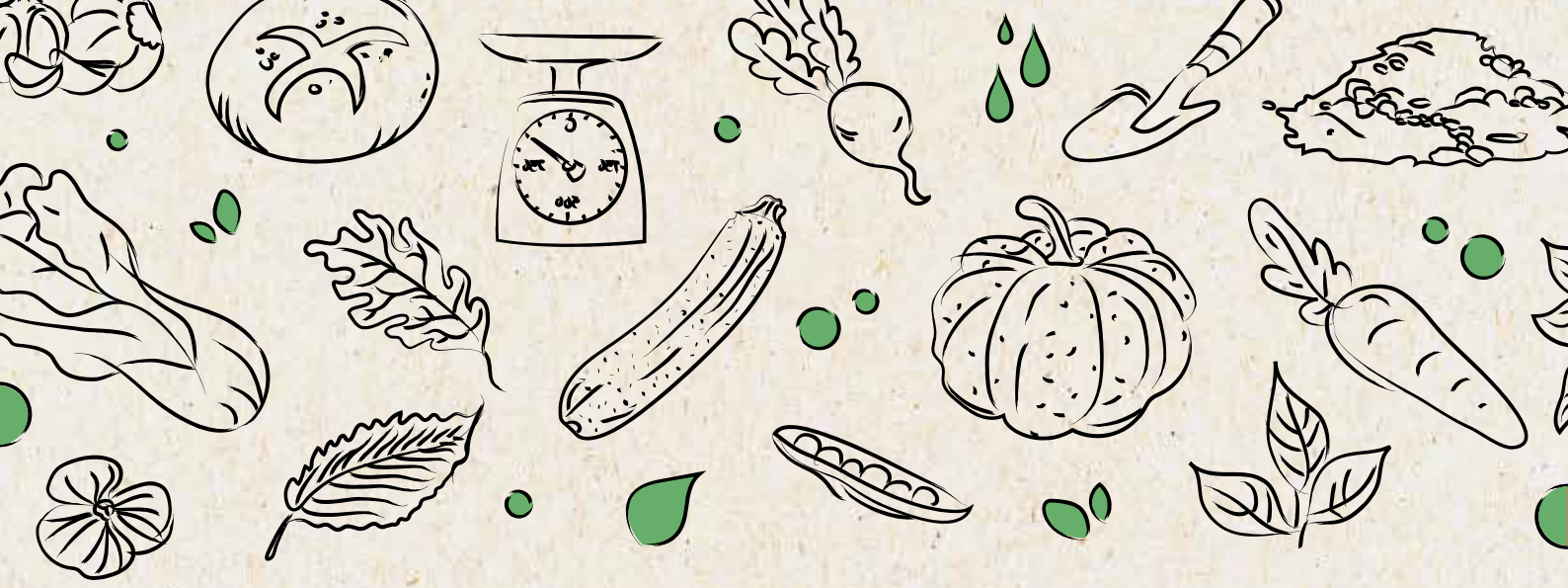


// Flores comestíveis - Escola EB1, O Leão de Arroios, Lisboa.



// Flores comestíveis - Escola EB1 nº 1 de Lisboa (Arroios).





cascais.pt

