Plantando una Casa de Girasoles

Descripción: Los girasoles son fáciles de cultivar. Solo plántelos cuando las temperaturas sean cálidas a fines de la primavera y en el verano, en un lugar con mucho sol y agua.

Materiales:

- Semillas de girasol (elija una o más variedades para cultivar)
- Espacio exterior soleado

Tiempo Aproximado para Completar la Actividad: 7-12 Semanas

Ubicación o Ubicaciones: Exterior

Nivel de Grado: Preescolar, K-2, 3-5, 6-8, 9-12

Temporada: Primavera, Verano, Otoño

Visión general:

Las plantas de girasol tienen flores alegres: ¡se parecen mucho a unas caras, rodeadas de pétalos coloridos! Vienen en muchos tamaños diferentes. Algunos girasoles miden tan solo dos pies de altura, mientras que otros pueden crecer hasta 15 pies de altura. ¡El girasol más alto registrado midió 25 pies de altura! También vienen en una amplia gama de colores, incluidos rojo, naranja, amarillo y blanco. No importa el color, es difícil no sonreír al mirar los girasoles.

Las semillas de girasol son comestibles para los humanos y animales silvestres. Siendo sus semillas unas de las favoritas para alimentar a las aves, las personas también comen las nutritivas semillas de girasol y también hacen aceite con ellas.

¡El 2021 fue el año del girasol! La Agencia Nacional de Jardinería tiene más información sobre esta flor favorita, incluyendo datos divertidos, variedades interesantes y consejos para su cultivo.

KidsGardening is a nonprofit educational organization. Support provided by sponsors and donors is critical to our ability to provide free garden-based resources for parents and educators. All gifts are tax-deductible.

©2022 KidsGardening.org. All Rights Reserved

Instrucciones:

1. Comiencen eligiendo un buen lugar para cultivar girasoles. Los girasoles crecen mejor a pleno sol y prefieren un suelo húmedo pero bien drenado. Su casa de girasoles puede tener el tamaño o la forma que deseen, pero un buen comienzo es plantar una que cubra un área de 4' x 4'.
2. A continuación, creen el contorno de la casa rociando harina en el suelo para marcar el perímetro de la casa donde crecerán las "paredes" de girasol. Limpien las malezas y el césped en un área de 6 a 12 pulgadas de ancho a lo largo de esta línea perimetral para formar un lecho de plantación.

3. Luego, planten semillas en esta área despejada. Las plantas que crezcan formarán las "paredes" de su casa. Pueden plantar semillas en una sola fila o en varias filas para crear "paredes" más gruesas. Asegúrense de dejar al menos una abertura sin plantar lo suficientemente grande para que sirva como entrada.
4. Rieguen sus semillas y mantengan la tierra húmeda, especialmente mientras las plantas bebés son jóvenes. Una vez que sus plantas crezcan, desarrollarán raíces profundas y podrán manejar condiciones más secas.
5. Una vez que las plantas tengan algunos conjuntos de hojas, coloquen cuidadosamente mantillo alrededor de ellas para ayudar a evitar que las malezas y el césped vuelvan a crecer y compitan con los girasoles.
6. Dependiendo de la variedad de girasol que hayan plantado, las plantas comenzarán a producir flores en 7 a 12 semanas.
7. ¡Hora de jugar! Deje que sus niños decoren y amueblen la casa agregando un tope de puerta de piedra o tal vez sillas y una mesa para que sus amigos los visiten. Déjelos explorar y jugar en la casa durante el tiempo al aire libre.
8. Una vez que las semillas comiencen a madurar, es posible que deseen cosecharlas para comerlas o dárselas a los pájaros. Aquí hay algunos consejos para cosechar y preparar semillas de girasol:
    - Los girasoles que están listos para la cosecha se verán muertos o moribundos. Estarán marchitos, secos y marrones, y la mayoría, si no todos, los pétalos amarillos se habrán caído. La parte inferior de las cabezas se volverá amarilla cuando las semillas estén listas para secarse.
    - Encierren las cabezas de sus girasoles en bolsas de papel color café. Aseguren la bolsa alrededor del tallo de la flor firmemente con un trozo de cuerda o cordel. Esto evitará la pérdida de semillas caídas. Es importante usar una bolsa de papel, en lugar de una bolsa de plástico, para

KidsGardening is a nonprofit educational organization. Support provided by sponsors and donors is critical to our ability to provide free garden-based resources for parents and educators. All gifts are tax-deductible.

©2022 KidsGardening.org. All Rights Reserved

evitar el desarrollo de hongos o moho en las semillas. La bolsa de papel permitirá que la planta respire y evitará la acumulación de humedad. Si necesitan llevar sus plantas al interior para completar el proceso de secado, corten las cabezas de las flores que están en las bolsas cortando la planta a aproximadamente 12" por debajo de las bolsas de papel. Deles la vuelta y cuélguelas en un lugar cálido y seco con buena ventilación.

- Revisen la progresión del proceso de secado. Abran las bolsas todos los días y recojan las semillas que ya se hayan caído. Cuando la parte posterior de la cabeza de la flor se haya vuelto marrón oscuro y esté muy seca, las semillas estarán secas y listas para cosechar. Este proceso puede tardar entre uno y cuatro días. Cuando las semillas estén secas, y si las cabezas de la flor permanecen en los tallos, pueden cortarlas del tallo a aproximadamente 12" por debajo de la bolsa. No quiten la bolsa o correrán el riesgo de dejar caer las semillas al suelo.
- Para quitar las semillas, simplemente froten la cabeza de la flor con la mano y se desprenderán del girasol. Recójanlas en un colador grande.
- Enjuáguenlas bien con agua fría bajo el grifo. Escúrranlas bien y extiéndanlas en una sola capa sobre una toalla gruesa. Permitan que las semillas de girasol se sequen al aire durante un par de horas. Saquen cualquier materia extraña o b basurita que puedan ver.
- Sus semillas de girasol secas ahora están listas para que las coman las aves. Para consumo humano se pueden separar en un molde para hornear galletas y tostarlas ligeramente en el horno y ponerles sal. Una vez que estén completamente frías, guárdenlas en recipientes herméticos o bolsas de plástico con cierre hermético. Pero tengan en cuenta que estas semillas de girasol aún tendrán sus cáscaras y no se recomienda que los niños pequeños las coman (cuando compran semillas de girasol comestibles en una tienda de comestibles, por lo general obtienen granos de semillas de girasol sin las cáscaras externas). Para comer con seguridad las semillas sin cáscara, rompan la cáscara con los dientes y escupan los pedazos de cáscara, consumiendo solo el interior del grano. De acuerdo con la Asociación Nacional de Girasoles, "Si no se mastica adecuadamente, las piezas afiladas de la cáscara posiblemente podrían perforar o adherirse a los revestimientos del esófago o del tracto digestivo. La literatura médica confirma una serie de casos en niños en los que se ha producido una impactación debido a la ingestión de cáscaras de girasol".

Ilustraciones de: Nathalie Simon

KidsGardening is a nonprofit educational organization. Support provided by sponsors and donors is critical to our ability to provide free garden-based resources for parents and educators. All gifts are tax-deductible.

©2022 KidsGardening.org. All Rights Reserved