



# Jardinería con niños en educación preescolar y centros de educación y en aulas

*Hope Wilson, Katherine E. Speirs, Rhegan Derfus, Dominique Garcia*



Los jardines proporcionan un entorno de aprendizaje práctico para involucrar a los niños pequeños. Si bien requieren cierta planificación y recursos para construir y mantener, incorporar actividades de jardinería en su aula o centro de educación infantil puede ser gratificante para los maestros y niños. A continuación, proporcionamos sugerencias para planificar un jardín, actividades de jardinería y cómo utilizar las actividades de jardinería para promover el aprendizaje y el desarrollo.

## Hay muchos beneficios de la jardinería con niños de 3 a 5 años<sup>1, 2</sup>

- ✓ El cultivo de plantas enseña a los niños sobre el ciclo de vida de una planta y lo que necesitan las plantas para crecer.
- ✓ Las plantas y las herramientas pueden utilizarse para enseñar sobre formas y colores.
- ✓ Cuidar las plantas y esperar a que crezcan puede enseñar responsabilidad y paciencia.
- ✓ El trabajo compartido y los esfuerzos en el jardín permiten a los niños practicar la cooperación y desarrollar un sentido de contribución a la comunidad.
- ✓ Llevar herramientas, sembrar semillas, regar, deshierbar y cosechar frutas y vegetales pueden promover el desarrollo motriz fino y grueso.

- ✓ El cultivo, el aprendizaje sobre y el consumo de frutas y vegetales pueden promover una alimentación saludable.
- ✓ Aprender a cultivar alimentos puede proveer a los niños de habilidades beneficiosas para toda la vida.

## Planificación de tu Jardín<sup>3</sup>

### ¿Qué tipo de jardín deseas cultivar?

**Jardines en contenedores:** Cultiva plantas en recipientes pequeños o grandes o macetas. Los jardines en contenedores pueden cultivarse fuera o dentro, cerca de una ventana. No necesitas comprar macetas. Puedes usar envases de leche viejos, cubetas o incluso vasos de plástico.



**Jardines en camas elevadas:** Son cajas o contenedores más grandes que se colocan encima del suelo y se llenan con tierra para macetas. Muchos centros de jardinería y ferreterías venden kits que incluyen todo lo necesario para construir camas elevadas.



**Jardines en el suelo:** Planta directamente en el suelo después de haber retirado cualquier césped o cubierta vegetal. Puedes empezar con un espacio pequeño y agrandar el jardín el próximo año.



### ¿Dónde plantarás tu jardín?

- Asegúrate de que el jardín sea fácil de acceder para todos los niños pequeños, incluyendo aquellos con discapacidades físicas.
- Asegúrate de que el jardín esté cerca de una fuente de agua. Si plantas en el campus de una escuela, considera coordinar con el personal de mantenimiento/jardineros para obtener apoyo.

- Toma nota de cuánta sombra y luz solar recibirá tu jardín.
- Considera plantar cerca de un área sombreada donde los niños puedan refrescarse.
- Si el espacio es limitado, un jardín en contenedores dentro de un carrito se puede mover fácilmente dentro y fuera según sea necesario.

### ¿Qué plantarás?

- Si plantas frutas y verduras, puedes enseñar sobre una alimentación saludable y cocinar.
- Investiga qué plantas crecen bien en tu clima y durante la época del año en la que deseas utilizar el jardín. ¡Tu oficina local de Extensión Cooperativa puede ayudarte!
- Considera usar semillas de una biblioteca de semillas local.
- Plantar semillas y plantas en macetas permitirá la gratificación inmediata y tardía.

### ¿Cómo pagarás por tu jardín?

- Pide donaciones de dinero o tiempo a padres o miembros de la comunidad.
- Organiza una recaudación de fondos relacionada con el jardín, como la venta de un libro de cocina con recetas de los estudiantes o piedras con los nombres de los donantes para colocar alrededor del jardín.
- Pide a negocios locales que donen suministros.
- Busca una pequeña beca para apoyar el jardín. Consulta esta lista de becas en <https://kidsgardening.org/grant-opportunities/>

### ¿Quién se encargará de cuidar tu jardín?

Considera tener un pequeño equipo responsable del riego, deshierbe y otras tareas básicas de mantenimiento, especialmente los fines de semana u otros momentos en los que los niños no estén en el jardín.

### ¿Qué materiales necesitas?

Además de los suministros de jardinería reales, asegúrate de que haya herramientas y guantes de jardinería en tallas para niños.

### ¿Cómo promoverás la seguridad en el jardín?

- Pregunta a los padres o cuidadores sobre las alergias de los niños a insectos, plantas, frutas o verduras, y regístralas.
- Exige que los niños usen zapatos cerrados para proteger sus pies.
- Planifica una supervisión adecuada en todo momento en el jardín.



- Evita plantar plantas tóxicas, usar fertilizantes o productos químicos.
- Asegúrate de que las herramientas de jardinería afiladas o mecánicas se mantengan alejadas de los niños.

## Actividades de jardinería

### Observar la germinación de semillas

**Materiales:** Vasos o recipientes de plástico transparente, toallas de papel, bolsas con cierre hermético, agua, semillas y papel de construcción.

**Descripción:** Ayuda a los niños a saturar completamente la toalla de papel con agua, coloca la toalla de papel en el fondo del vaso o recipiente, agrega algunas semillas (trata de colocarlas de manera que no se toquen), cubre el vaso o recipiente con una bolsa con cierre hermético. Las semillas deberían comenzar a germinar en aproximadamente una semana. Revisa las semillas todos los días y ayuda a los niños a seguir los cambios que observen.

### Crece personajes de plantas

**Materiales:** Macetas de terracota o plástico de un color claro, semillas de césped, agua y marcadores o pintura.

**Descripción:** Los niños decoraran las macetas con los marcadores o la pintura creando caras. Planten las semillas de césped en las macetas y observen cómo crece el "pelo" sobre las caras.

### Caza de insectos

**Materiales:** Lentes de aumento y una cámara.

**Descripción:** Lleva a los niños a una caza de insectos en el jardín u otro espacio al aire libre. No olviden mirar debajo de las piedras y en las hojas. Observen a los insectos utilizando los lentes de aumento. Tomen fotos de los insectos que encuentren y colóquenlas alrededor del aula, ayuda a los niños a contar y describir los insectos que encuentren.

## Utiliza actividades de jardinería para promover el desarrollo y el aprendizaje

Las actividades de jardinería proporcionan un entorno excelente para apoyar el desarrollo y el aprendizaje de los niños pequeños en varios de los dominios descritos en los Estándares de Aprendizaje Temprano de Arizona.<sup>4</sup> A continuación, se proporcionan algunos ejemplos:

**Emocional social:** Ayuda a los niños a desarrollar la autoconciencia al animarlos a compartir sus preferencias (por ejemplo, pregúntales qué parte de plantar una semilla les gustó más). Aprender a cultivar plantas locales o conectadas a una cultura puede apoyar un sentido de pertenencia e identidad.

**Enfoques al aprendizaje:** El jardín es un excelente lugar para ayudar a los niños a desarrollar habilidades para resolver problemas (por ejemplo, si un recipiente se desborda al regarlo, ayuda a los niños a pensar por qué se desbordó y cómo evitarlo la próxima vez. Prueba sus soluciones al regar otra planta).

**Lenguaje y alfabetización:** Enseña a los niños que las respuestas se pueden encontrar en libros y otros materiales escritos. Cuando tengas una pregunta sobre jardinería (por ejemplo, ¿con qué frecuencia necesita ser regada una planta?), muéstrales a los niños cómo buscas la respuesta en un libro o usando otros materiales escritos.

**Matemáticas:** Anima a los niños a contar en voz alta mientras trabajan en el jardín (por ejemplo, guíalos en el conteo del número de semillas que plantan, el número de hojas en una rama, el número de pasos que pueden dar de un lado del jardín al otro).



**Ciencias:** Formula y prueba hipótesis mientras haces jardinería (por ejemplo, pídeles a los niños que predigan qué sucederá después de plantar semillas, revísalas cada día para ver cómo han cambiado o planta una semilla al sol y otra a la sombra y pídeles a los niños que predigan qué sucederá con cada una, revisen cada día y hablen sobre las diferencias).

**Estudios sociales:** Utiliza el jardín para enseñar sobre las reglas. Explica las reglas del jardín y ayuda a los niños a comprender las razones detrás de las reglas. Pídeles que te expliquen las reglas y el razonamiento detrás de ellas. El jardín también puede ser un ejemplo útil del sistema alimentario. Explora con los niños de dónde proviene la comida, quién la cultiva y cómo llega a sus mesas.

**Desarrollo físico, salud y seguridad:** Utiliza el jardín para enseñar sobre la salud personal e higiene (por ejemplo, habla sobre la importancia de lavarse las manos después de trabajar en el jardín y lavar la comida antes de comerla).

**Bellas artes:** Utiliza el jardín para ayudar a los niños a conectarse con las artes visuales (por ejemplo, anímalos a dibujar, pintar o hacer un collage de cosas que vean en el jardín; o crea arte visual con plantas, rocas, flores, hojas u otros materiales del jardín).

## Aprende y juega en el jardín: Consejos para el éxito

- Utiliza el tiempo en círculo para explicar las reglas del jardín y las expectativas de comportamiento antes de usarlo. Estas reglas podrían incluir: solo usar herramientas del cubo para niños, ser suaves/amables con las plantas y usar los oídos para escuchar.
- Involucra a los niños en todas las partes del desarrollo y aprendizaje del jardín. ¿Pueden los niños votar sobre qué tipo de recipiente usar o dónde colocar el jardín?



- Comparte desafíos o éxitos con los niños, modelando la resolución de problemas y la resiliencia.
- Al visitar el jardín, considera llevar grupos pequeños de niños a la vez en lugar de toda la clase. Dependiendo del tamaño del jardín, los grupos más pequeños permiten una mejor gestión de actividades y oportunidades para experiencias prácticas.
- Equilibra las experiencias de jardín con guía relajada con actividades estructuradas. Por ejemplo, una vez que los niños sepan cómo deshierbar o regar el jardín, permíteles hacerlo libremente durante su tiempo en el jardín. Otras veces, actividades estructuradas como recolectar verduras maduras o plantar nuevas plántulas pueden ser más guiadas.
- Considera comenzar el tiempo de jardín con una actividad física para liberar energía y preparar el cerebro de los niños para aprender y prestar atención. La actividad física puede ser especialmente útil antes de enseñar una nueva habilidad o componente de la jardinería.
- Al igual que los roles en el aula, como líder de fila, los roles semanales en el jardín apoyan el aprendizaje/responsabilidad de los niños en el jardín. Algunos roles a considerar son: regador, deshierbar, líder de la fila, jalador del carrito, lavador de herramientas, recolector de guantes o reportero del progreso del jardín
- Permite tiempo para que los niños lideren el aprendizaje en el jardín, sigue su ejemplo sobre lo que estimula su curiosidad en el jardín.
- Cuenta con actividades alternativas preparadas para niños con trastornos del procesamiento sensorial, discapacidades físicas u otros desafíos para participar en actividades de jardinería. Por ejemplo, los niños pueden optar por trabajar en la tierra con las manos



o usar una pequeña pala para cavar, o en lugar de arrodillarse para recoger frutas/verduras, sostener la canasta en tu regazo para que otros puedan depositar las cosechas en ella. Hay oportunidades para participar en el jardín para todos los niveles de desarrollo y habilidades físicas.

4. Arizona Department of Education, Early Learning Standards, 4th Edition. May 2018. <https://www.azed.gov/sites/default/files/2018/04/ELS%202018%20DRAFT%20FOR%20COMMENT.pdf?id=5acd475b3217e1183c539fa5>

## Para obtener más información

El Sistema de Extensión Cooperativa de la Universidad de Arizona tiene varias publicaciones que pueden ayudarte a cultivar con éxito un jardín en tu centro de educación infantil o en casa. Puedes buscar todas las publicaciones disponibles aquí: <https://extension.arizona.edu/pubs>. A continuación, se muestran algunas para que puedas comenzar.

- DeGomez, T. & Oebker, N., & Call, R. (2015). Ten Steps to a Successful Vegetable Garden, <https://extension.arizona.edu/sites/extension.arizona.edu/files/pubs/az1435-2015.pdf>
- McDonald, D., Oebker, N., & Call, R. (2018). Diez pasos para un jardín de vegetales exitoso, <https://extension.arizona.edu/sites/extension.arizona.edu/files/pubs/az1435S-2018.pdf>
- Young, K. (2016) Container Gardening In The Southwest Desert, <https://extension.arizona.edu/sites/extension.arizona.edu/files/pubs/az1713-2016.pdf>
- Young, K. (2022). Jardinería en contenedores o macetas en el desierto del suroeste, <https://extension.arizona.edu/sites/extension.arizona.edu/files/pubs/az1713S-2022.pdf>

## Referencias

1. Bergeron, D. Gardening to Enhance Early Childhood and Help Children Grow. Head Start Early Childhood Learning & Knowledge Center. 2019. <https://natlheadstart.medium.com/gardening-to-enhance-early-childhood-and-help-children-grow-1f075f420674>
2. Savoie-Roskos MR, Wengreen H, Durward C. Increasing fruit and vegetable intake among children and youth through gardening-based interventions: a systematic review. *J Acad Nutr Diet.* 2017;117:240-250. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2212267216312965>
3. Let's Move. School Garden Checklist. <https://letsmove.obamawhitehouse.archives.gov/school-garden-checklist>



THE UNIVERSITY OF ARIZONA

Cooperative Extension

### AUTHORS

#### HOPE WILSON, MPH, RND

*Area Associate Agent, Family, Consumer and Health Sciences*

#### KATHERINE E. SPEIRS, PHD

*Associate Specialist, Early Childhood/Childhood Development*

#### RHEGAN RIANE DERFUS, MSW, IBCLC

*Program Coordinator, Senior, Supplemental Nutrition Assistance Program-Education (SNAP-Ed), AZ Health Zone*

#### DOMINIQUE GARCIA

*Research Assistant, Human Development and Family Science*

### CONTACT

#### HOPE WILSON

[hopenwilson@arizona.edu](mailto:hopenwilson@arizona.edu)

This information has been reviewed by University faculty.

[extension.arizona.edu/pubs/az2063-2023.pdf](https://extension.arizona.edu/pubs/az2063-2023.pdf)

Other titles from Arizona Cooperative Extension can be found at:

[extension.arizona.edu/pubs](https://extension.arizona.edu/pubs)