

# GUÍA 4

## ECONOMIZO EN GRANDE DIVERSIFICANDO MI FINCA



### Logro:

- *Comparo los beneficios de la diversificación con el crecimiento económico de la finca.*





# Avivencia

“EXPLOREMOS NUESTROS CONOCIMIENTOS”

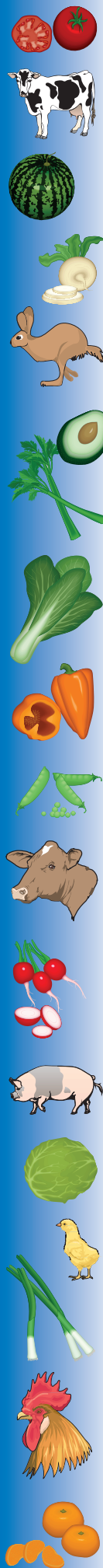


Solo

1. Con base en los aprendizajes adquiridos con el desarrollo de esta unidad, contesto en mi cuaderno:

<p><b>PRÁCTICAS ADECUADAS PARA IMPLEMENTAR LA SEGURIDAD ALIMENTARIA</b></p>	<p>Enuncio tres de las principales prácticas para implementar la seguridad alimentaria:</p>
<p><b>PRODUCIENDO... PRODUCIENDO... EL BOLSILLO VA CRECIENDO</b></p>	<p>Invento y describo una estrategia que ayude a mi familia a ahorrar un poco de dinero:</p>
<p><b>¿CUÁNTO APROVECHO LOS RECURSOS DE LA FINCA?</b></p>	<p>Para aprovechar de una manera efectiva algunos recursos de la finca se pueden tener en cuenta tres principios que son:</p>

*Presento las actividades realizadas a mi profesor para que valore mis aprendizajes.*



# Bundamentación científica



## En equipo

1- Leemos con mucha atención el siguiente texto, recordamos tener buena puntuación y entonación.

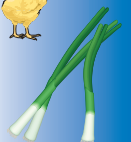
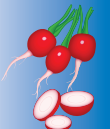
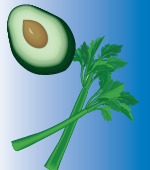
Cuando pensamos en economizar en grande diversificando la finca, debemos tener un amplio conocimiento de las prácticas adecuadas, los espacios con los que contamos, las condiciones climáticas de nuestra finca y las diferentes formas en que podemos utilizar cada uno de estos recursos para nuestro beneficio.

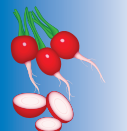
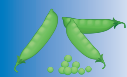
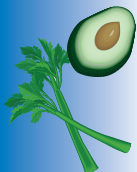
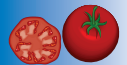
En guías anteriores hemos enfatizado en el manejo de productos animales y vegetales que son comunes en casi todas nuestras regiones y que de alguna manera los hemos venido utilizando en la alimentación, pero que no han sido aprovechados suficientemente y debido a ello tenemos una gran cantidad de problemas de mal nutrición y baja economía en nuestras comunidades. **Es muy importante que comencemos a explorar nuevas alternativas, que permitan diversificar nuestra alimentación y al mismo tiempo, mejorar nuestra economía.**

### AHORREMOS CULTIVANDO DIVERSAS Y NUTRITIVAS HORTALIZAS

#### LA COLIFLOR

Soy una hortaliza que necesita de un buen semillero, en el cual se ponen mis semillas en chorrillo o en surcos, cubriéndome luego con una delgada capa de tierra. Mi germinación se da entre los 5 y los 8 días





después de sembrada. Puede transplantarme entre los 15 y los 20 días después de mi germinación, y sembrarme a una distancia entre surcos de 70 cm. y entre plantas 50 cm.

Mi cosecha se realiza entre los 90 y 130 días después del trasplante, antes de que mis cabezas empiecen a abrir o que mis hojas tomen un color amarillento.

Puedes consumirme en sopas, ensaladas, encurtidos, apanada o con un rico huevo perico.

### LA ESPINACA

Me siembran directamente en la era, mis semillas pueden ser depositadas en chorrillo, a una distancia entre surcos de 40 cm. Requiero de un suelo rico en materia orgánica. Mis semillas empiezan a germinar entre los 8-15 días después de la siembra. Debes hacerme un raleo dejando 25 cm. de distancia entre plantas.



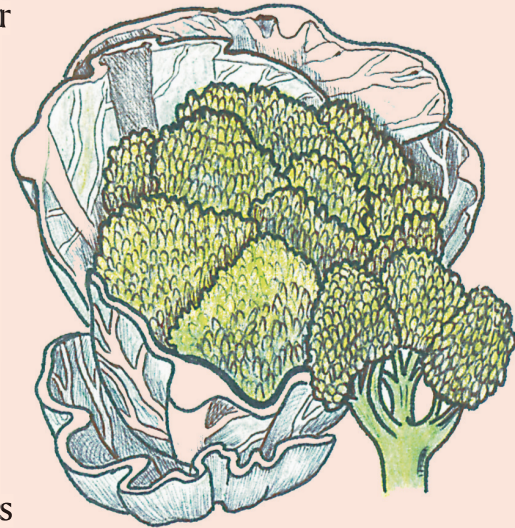
Mi cosecha se realiza entre 80-90 días después de la siembra, recogiendo las más desarrolladas.

Puedes consumirme en sopas, tortillas y ensaladas.

### BRÓCOLI

Me parezco mucho a la coliflor, pero con cabezas verdes alargadas y en ramificaciones, necesito suelos fértiles y ricos en materia orgánica. Mi siembra se hace preferiblemente en semillero (desinfectado), en el cual pones mis semillas en chorrillo a una distancia entre surcos de 10 - 15 cm.

o al voleo, luego me puedes cubrir con una capa delgada de tierra. Mi germinación se da entre los 5-8 días después de sembrada y puedes trasplantarme 15-20 días después de germinar o cuando las plantas tengan entre 4-6 hojas. El trasplante se hace a una distancia entre surcos de 50 cm. y entre plantas de 40 cm.



Mi cosecha se realiza entre los 90-105 días después del trasplante. Debes cosecharme antes de que las cabezas se abran demasiado.

Puedes consumirme solo o combinado con otros vegetales como la zanahoria y la coliflor, también con papas asadas, en cremas, mezclado con carnes, en ensaladas, encurtidos o apanado.

### AHUYAMA

Soy una hortaliza que puedes sembrar directamente a una distancia entre plantas y surcos de 2.5 metros. Mi germinación se da entre los 8 y 10 días después de sembrada.



Mi cosecha se realiza entre los 90 y 120 días después de la siembra.

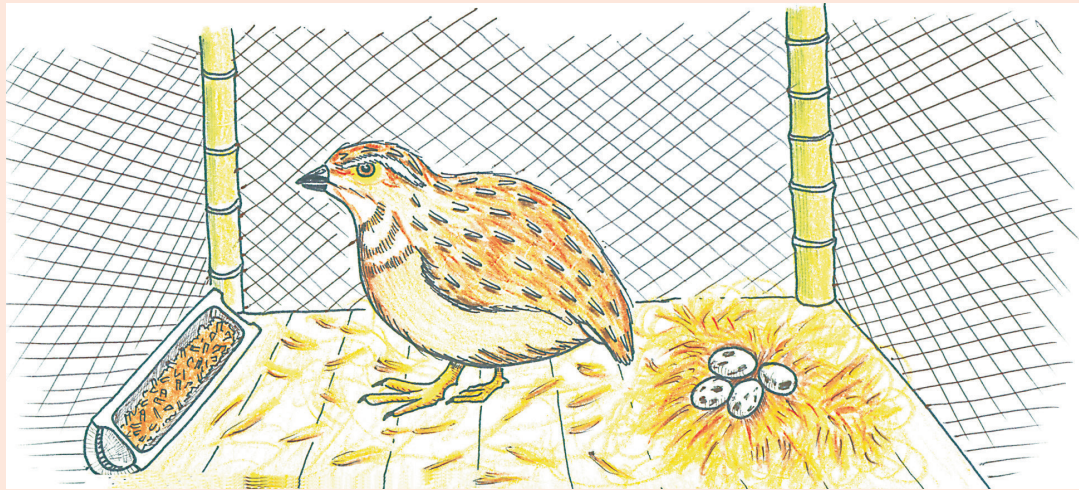
Puedes consumirme en sopas, dulces, tortas y jugos, también puedes tostar mis semillas y consumirlas de manera directa.





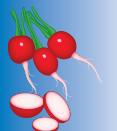
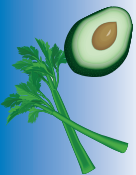
## APROVECHEMOS OTRAS ESPECIES ANIMALES

### CODORNIZ

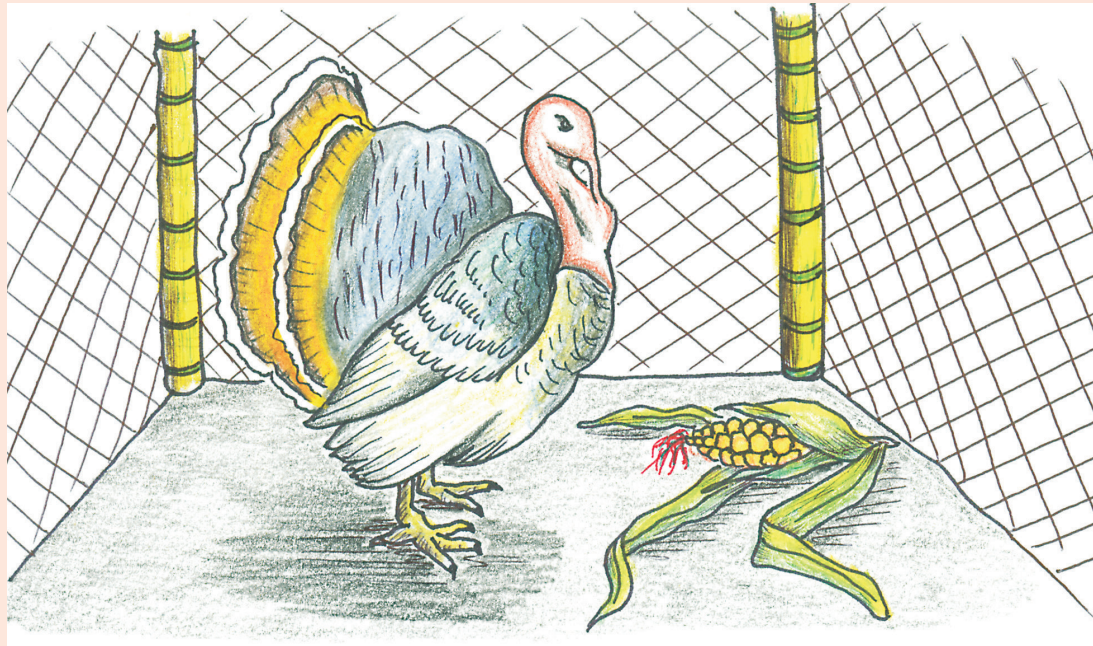


Soy un ave de gran importancia, con características especiales que me hacen sobresalir frente a otras aves de corral:

- Alcanzo mi desarrollo corporal en un breve lapso, por lo que me pueden sacrificar para el consumo humano en unas cuantas semanas (50 – 65 días).
- Mi carne y huevos tienen mejor precio en el mercado que los de la gallina, pavo o pato.
- Me adapto a casi todo tipo de clima.
- El espacio que se necesita para mi alojamiento es mínimo y las jaulas se pueden construir con materiales de la región (guadua).
- Presento gran resistencia a las enfermedades respiratorias.
- Produzco 300 huevos al año.
- Mi alimentación es prácticamente la misma que se les da a las gallinas, en proporciones pequeñas y más concentradas.
- Como todos los seres vivos, requiero de atención, higiene y cuidados para que mi carne y huevos tengan los mejores nutrientes.



PAVO O PISCO



Me crían con el objeto de obtener carne y huevos de muy buena calidad y ricos en nutrientes, ideales para el consumo humano. Dentro de mis cualidades más importantes:

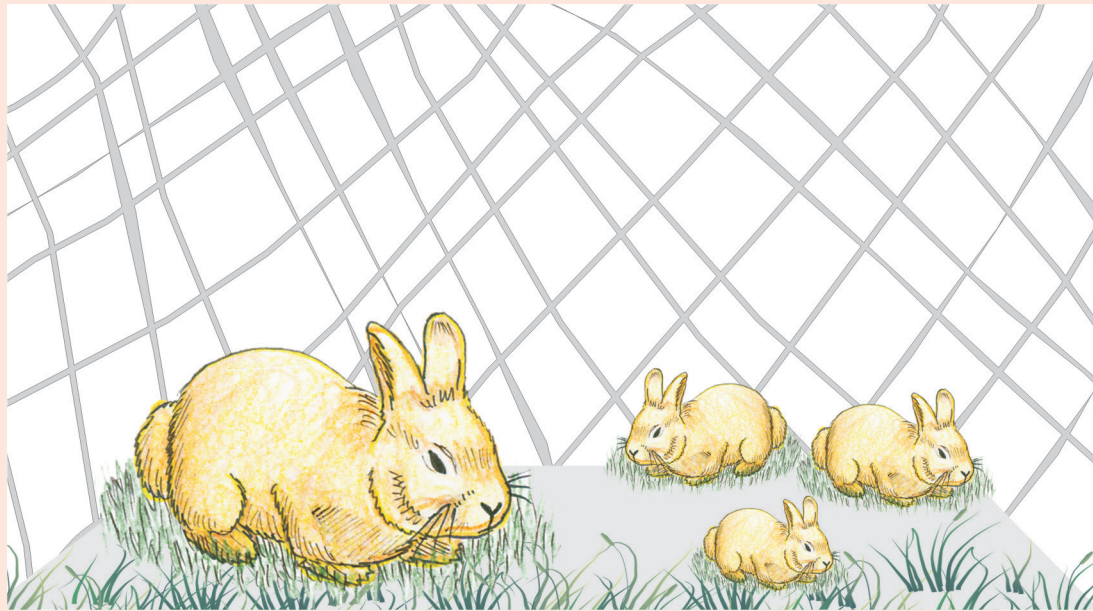
- Soy de rápido crecimiento, alcanzando en corto tiempo el peso ideal.
- Alcanzo mi madurez sexual al año.
- Los machos podemos pesar entre 6.5 – 9.0 kg y las hembras 3.5 – 5.0 kg.
- Aprovecho óptimamente el alimento que me brindan para ganar peso.
- Mi manejo es muy fácil, por eso puedes tenerme en tu finca.
- Dentro de los alimentos que más me gusta consumir están: maíz, trébol, cebolla, alfalfa, lechuga, leche revuelta con pan.
- Si quieres obtener un buen rendimiento en mi explotación es necesario que me críes en corrales.





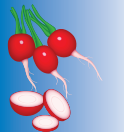
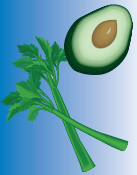
- No olvides que a pesar de ser tan grande necesito que me quieras y me cuides y que mis corrales deben estar siempre muy limpios.
- Mi carne, por ser tan exquisita, es utilizada y preparada de diferentes maneras para su consumo, en fechas especiales como la navidad, un matrimonio, el día de la madre, en un cumpleaños.

### CONEJO



Soy una especie que puede llegar a ser muy importante para la alimentación y la economía de tu familia. Poseo grandes ventajas si me comparan con otras especies animales:

- Me reproduzco en corto tiempo, de 28 a 32 días
- Crezco rápidamente, sólo necesito entre 95 – 98 días para estar listo para el consumo.
- Necesito poco alimento para producir una buena cantidad de carne, además como gran variedad de alimentos que se pueden conseguir en la región como hojas, zanahoria, hortalizas, granos de maíz y fríjol.





- Mi carne tiene alto contenido de proteínas (20 a 21% de proteína). Mi consumo es una forma de elevar la cantidad de proteína consumida por los humanos.
- Me adapto con gran facilidad a cualquier clima.
- Mi conejera ocupa poco espacio y se puede construir con materiales que se consiguen fácilmente.
- Soy útil de diversas maneras, sobre todo para la alimentación humana, pero también mi piel es muy valiosa en la fabricación de abrigos, tapetes, bolsos, muñecos. Además mi estiércol puede ser utilizado en la fabricación de abonos orgánicos.
- Mis vísceras, huesos y sangre se utilizan en la fabricación de harinas para alimentos de animales.

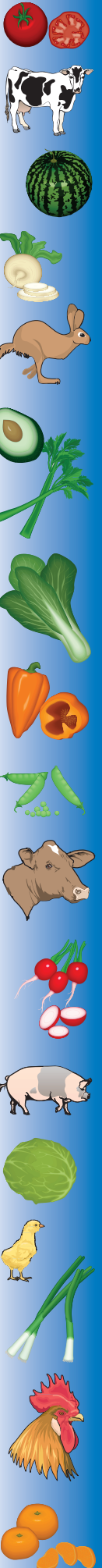
*Presento las actividades realizadas a mi profesor para que valore mis aprendizajes.*

## C actividades de práctica





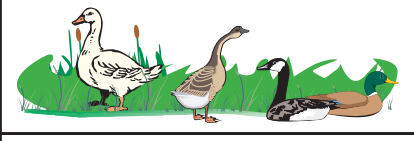
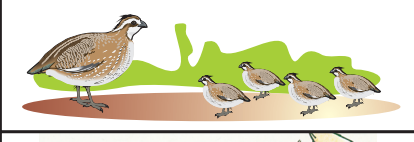

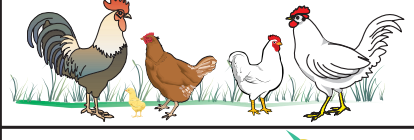
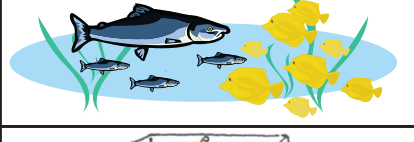



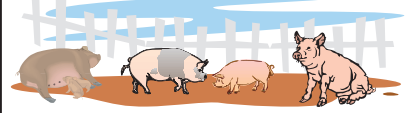
**Solo**

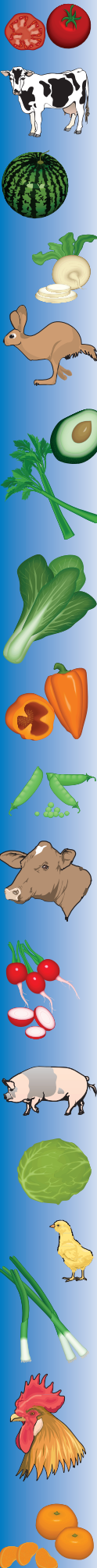
- 1- Leo y escribo en mi cuaderno los nombres con los que se designa la producción de diferentes especies.





## SABÍAS QUE...

ESPECIE	REPRESENTACIÓN	NOMBRE TÉCNICO DE LA CRÍA
CONEJO		Cunicultura
PAVO		Meleagricultura
PATO		Anacultura
CODORNIZ		Cotornicultura
PALOMA		Colombicultura
GALLINAS Y POLLOS		Avicultura
PECES		Piscicultura
LOMBRIZ		Lombricultura
GUSANO DE SEDA		Sericultura
ABEJAS		Apicultura
CERDOS		Porcicultura





**En equipo**

2. Conozcamos algunas formas de preparar estos deliciosos alimentos.

**COLIFLOR REBOZADA CON QUESO**

Ingredientes

- 1 coliflor
- Sal
- Pan rallado
- 1 huevo
- ¼ de queso
- Aceite

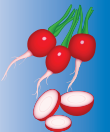
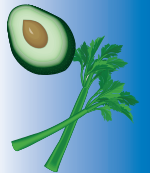
Se cocina la coliflor en una olla, con agua y sal. Se escurre y se parte en ruedas, que se mojan primero en el huevo, se les pone una tajada delgada de queso o si se prefiere queso rallado, luego se pasan por la miga de pan rallado y se fríen en aceite caliente, dejando que se doren por un lado y luego se voltean. Si se quiere se pueden espolvorear con azúcar.



**TORTICAS DE ESPINACA**

Ingredientes

- Tres manojos de espinaca
- 1 Cebolla larga
- 1 Tomate
- 2 salchichas
- 2 huevos
- Aceite
- Sal





Lavo las espinacas con abundante agua, luego las enrolló para picarlas muy finamente, bato dos huevos y les agrego las espinacas. En un sartén aparte realizo un “hogao” con tomate, cebolla, salchichas y un poco de aceite, lo sofrío y revuelvo con los demás ingredientes. Luego en una cacerola, con un poco de aceite caliente, agrego la mezcla con cuidado para que no quede muy gruesa la torta, la dejo asar durante tres minutos quedando lista para una deliciosa comida.

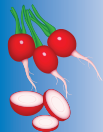
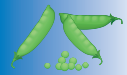
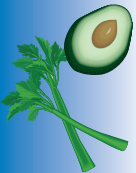
## ENSALADA CON HUEVOS DE CODORNIZ

### Ingredientes

- 1 limón
- 5 papas
- Sal
- 4 habichuelas
- 1 zanahoria
- 1 cebolla de huevo
- 10 huevos de codorniz
- 1 cucharadita de aceite
- 1 pocillo de arveja desgranada



En recipientes aparte se cocinan las papas, las habichuelas, la arveja, la zanahoria, la cebolla y los huevos de codorniz. Luego se parte cada ingrediente en trocitos (los huevos se pueden dejar enteros o partirlos por la mitad), se echan los ingredientes en una vasija. Aparte, en una vasija pequeña se vierte el jugo de limón, la cucharadita de aceite y la pizca de sal, esta mezcla se le agrega a los ingredientes incluyendo los huevos de codorniz.



## CONEJO A LA CASTELLANA

### Ingrediente

- 1 conejo
- Sal
- Pimienta
- 2 ajos
- Cebolla
- Tomillo
- ½ limón
- 1 vaso de vino
- Caldo
- Harina
- Aceite



Se parte el conejo en trozos que se ponen por espacio de cinco horas con un adobo compuesto de sal, pimienta, cebolla picada, tomillo, ajos machacados, medio limón con cáscara, el vino y el caldo en una olla, fuera del fuego.

Cuando los pedazos del conejo estén bien empapados se escurren, se enharinan y se fríen en aceite caliente. Hecho esto, se pasan a la olla con los aliños y el primer caldo donde se adobaron, se ponen al fuego a que suelten unos hervores y se sirven.



### En equipo

- 3- El equipo escoge una receta y cada integrante se compromete a traer un ingrediente.
  - Pedimos la autorización y la ayuda a nuestro profesor, para que nos colabore en la preparación de estas recetas.





- Compartimos estas deliciosas recetas con todos nuestros compañeros.

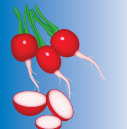
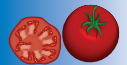
*Presento las actividades a mi profesor para que valore mis aprendizajes.*

## Dactividades de aplicación



### Con nuestra comunidad

- 1- Realizamos una identificación de la cantidad de explotaciones no comunes o convencionales que se tienen en nuestra vereda.
  - Para ello nos dividimos en grupos, con el fin de abarcar diferentes zonas de la vereda.
  - La información que recolectemos será utilizada en la construcción de un historial agropecuario de la vereda.
  - Recolectamos la información en una tabla como la siguiente, marcando con una X las explotaciones que se tienen en cada finca.
  - En la tabla se muestra un ejemplo.



FAMILIA	Espinaca	Brócoli	Coliflor	Ahuyama	Conejos	Pavos	Codornices
1. Morales Bermúdez	X			X	X		
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							



### Con nuestro profesor

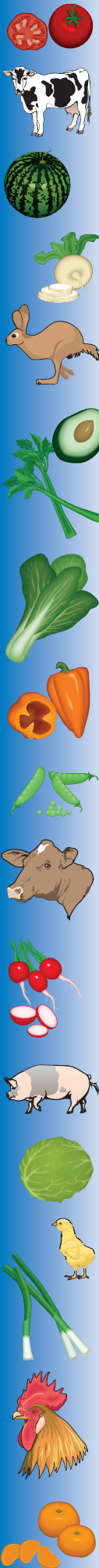
2. Cuando recolectemos toda la información de la vereda, vamos a consolidarla para determinar en cuántas fincas se tienen dichas explotaciones.



### Nuestro Proyecto

- 3- Continuamos con el desarrollo de nuestro proyecto, como ya conocemos los tres principios de **“LA HUERTA QUE RÍE”**, vamos a desarrollar las siguientes actividades:
  - En nuestro cuaderno de registro de actividades de la huerta realizamos la siguiente tabla, para que clasifiquemos los productos que tenemos sembrados de acuerdo a su parte comestible.





PRODUCTO	PARTE COMESTIBLE

- Recordamos las definiciones de los tres principios de la huerta que ríe y analizamos cuáles se cumplen en nuestra huerta, sustentamos por qué.
- Por medio de un dibujo, planificamos la distribución de los productos de la huerta para el próximo ciclo.
- Continuamos registrando las labores realizadas a la huerta.

*Presento las actividades a mi profesor para que valore mis aprendizajes.*



**PROFESOR O PROFESORA**

Escriba las adaptaciones necesarias antes de los niños y niñas desarrollar la guía.

Lined writing area with 17 horizontal orange lines for text entry.

