

Lettuce Love a Little Lettuce



Duration: 20 minutes!

Location/Locación: Outdoors in the soil or in a sunny window indoors!

¡Al aire libre en el suelo o en una ventana soleada en el interior!

Recommended Resources:

Oxbow video: How to transplant your lettuce! <https://bit.ly/2USKf0e>

Materials: Soil, Container or outdoor patch of soil, Ruler, Shovel or Spoon for digging

Materials: Suelo, contenedor o parche exterior de suelo, regla, pala o cuchara para cavar

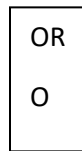
Note* Your starts need to grow for one more week before transplanting! Wait one week before taking these steps!

Noticia* ¡Tus plantas deben crecer durante una semana más antes del trasplante! ¡Espere una semana antes de seguir estos pasos!

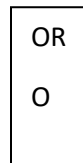
Your garden can be anywhere! Tu jardín puede estar en cualquier lugar!



Grow outside in the ground
...afuera en el suelo...



A pot of soil
una maceta o tierra



Get creative with a recycled container!
¡Sé creativa con un contenedor reciclado!



Theme: Plant a **hardy** lettuce to start your spring garden!

¡Planta una lechuga resistente para comenzar tu jardín de primavera!

Goals: Students and families will grow their own salad at home and bring healthy greens into their kitchen! Students will measure the growth of their lettuce plants to track their growth over time!

Objetivos: ¡Los estudiantes y las familias cultivarán su propia ensalada en casa y traerán verduras saludables a su cocina! ¡Los estudiantes medirán el crecimiento de sus plantas de lechuga para seguir su crecimiento con el tiempo!

Introduction:

¿Qué necesita una planta para crecer? ¡Discuta lo que sabe sobre las necesidades de la planta! ¡Esperemos que hayas nombrado: sol, agua, tierra y espacio!



(Muchas personas olvidan que las plantas alimenticias como la lechuga también necesitan amor y cuidado Y un poco de calor). ¿Qué estación es? ¿Hace calor afuera? ¿Qué te pones cuando sales? Todavía hace un poco de frío, pero ¡buenas noticias! ¡La lechuga es DURA!

Es curioso que las calabazas grandes y la calabaza sean pequeños bebés frágiles y que algo tan delicado como la lechuga se considere resistente. Como tal, esta verdura resistente al frío crece mejor cuando las temperaturas caen entre 45 y 80 ° F.

Eso significa que necesita plantar su cosecha cuando todavía hace bastante frío en la primavera y / o en el otoño.

What does a plant need to grow? Discuss what you know about plant needs! Hopefully you named:

sun, water, soil, and space! (Many people forget that food plants like lettuce also need love and care AND a bit of warmth). What season is it? Is it warm outside? What do you wear when you go outside? It's a bit chilly still but – good news! Lettuce is **HARDY!** It's funny that big pumpkins and squash are fragile little babies and something as delicate as lettuce is considered hardy. As such, this cold-hardy, leafy vegetable grows best when temperatures fall somewhere between 45 and 80°F.

That means you need to plant your crop when it's still quite chilly in the spring and/or in the fall.

Hardiness/Hardy: Plant hardiness describes how much cold a plant can take and thrive. Some plants enjoy cold, even freezing weather, while others cannot tolerate even a light frost.

Robustez/resistente: La resistencia de la planta describe cuánto frío puede soportar y prosperar una planta. Algunas plantas disfrutan de un clima frío e incluso helado, mientras que otras no pueden tolerar ni siquiera una ligera helada.

Compost: decomposed organic material (as of leaves and grass) used to improve soil especially for growing crops.

Compost: material orgánico descompuesto (como hojas y pasto) utilizado para mejorar el suelo, especialmente para el cultivo.

Easy Leaf Lettuce! (It's a variety of different types of greens for a rainbow salad!) Each type will need the same care!

Activity:

Note* your starts need to grow for one more week before transplanting! Wait one week before taking these steps! ¡Tus plantas deben crecer durante una semana más antes del trasplante! ¡Espere una semana antes de seguir estos pasos!



Easy Leaf Lettuce

1. Find a location to grow! ¡Encuentra un lugar para crecer!

If Gardening Indoors: Select a space for your lettuce garden. Locate a window that provides the most sunlight possible.

Si trabaja en el interior: Seleccione un espacio para su jardín de lechugas. Localice una ventana que proporcione la mayor cantidad de luz solar posible..

If Gardening Outdoors: Select a space that has as much sun as possible and fertile (healthy) soil!

Si hace jardinería al aire libre: Localice una lugar que proporcione la mayor cantidad de luz solar posible y tiene tierra fértil.

2. Transplant your lettuce plants/ Transplante sus plantas de lechuga

When it's time to transplant the seedlings, dig a small hole with your trowel and add **compost** if you have it.

Carefully hold the little guy with his leaves above the soil line and his roots in the hole, and push more soil around the roots. Using both hands, gently firm the soil around the seedling.

Cuando llegue el momento de trasplantar las plántulas, cava un pequeño agujero con tu llana y agrega compost si lo tienes.

Sostenga con cuidado al pequeño con sus hojas sobre la línea de tierra y sus raíces en el hoyo, y empuje más tierra alrededor de las raíces. Con ambas manos, firme suavemente la tierra alrededor de la plántula.



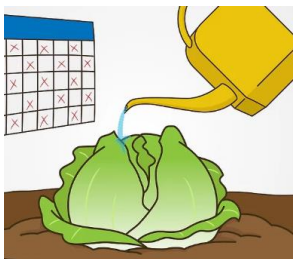
Space the plants out by 6 - 8 inches!

¡Espacie las plantas de 6 a 8 pulgadas!

3. Watering your plant! / ¡Riega tu planta!

Once your seedlings are established, water when the top two inches of soil are dry. Frequent and light watering is best. (Most of you water might come from the rain!)

Una vez que las plántulas estén establecidas, riegue cuando las dos pulgadas superiores del suelo estén secas. El riego frecuente y ligero es el mejor. (¡La mayoría de ustedes el agua podría provenir de la lluvia!)



Water lightly!
Agua a la ligera!



Measure Growth!
Medir el crecimiento!



Wait
Espera!

- 4. Harvesting:** Once the leaves on the greens are five inches tall, it's time to start harvesting. Remember that you won't be growing full heads of lettuce. Harvest a few leaves at a time from each plant and then let them grow again. This is another opportunity to discuss plant growth. The plants won't take up too much space and you'll get multiple harvests. Harvesting is easy. Using scissors simply cut the greens 1 inch above the soil line, leaving a few larger leaves in the center to keep plants healthy. Lettuce will grow back to yield another harvest in a couple of weeks. After a few harvests the plant stems may get thick and the leaves may remain small. This indicates it's time to start over or grow something new!

Cosecha: una vez que las hojas de los verdes miden cinco pulgadas de altura, es hora de comenzar a cosechar. Recuerda que no crecerás cabezas de lechuga. Coseche unas pocas hojas a la vez de cada planta y luego déjelas crecer nuevamente. Esta es otra oportunidad para discutir el crecimiento de las plantas. Las plantas no ocuparán demasiado espacio y obtendrás múltiples cosechas.

La cosecha es fácil. Con unas tijeras, simplemente corte las hojas verdes 1 pulgada por encima de la línea del suelo, dejando algunas hojas más grandes en el centro para mantener las plantas sanas. La lechuga volverá a crecer para producir otra cosecha en un par de semanas. Después de algunas cosechas, los tallos de las plantas pueden engrosarse y las hojas pueden permanecer pequeñas. Esto indica que es hora de comenzar de nuevo.

Inquiry Questions/ Preguntas discusión:

- Were we able to satisfy all the needs of our plants in our indoor garden? What did our growth chart tell us about the conditions we provided?
- What were some of the challenges of growing plants inside? What were some of the benefits?
- Do you think lettuce would grow better outside/inside? Why?
- ¿Pudimos satisfacer todas las necesidades de nuestras plantas en nuestro jardín interior/ jardín exterior?
- ¿Qué nos dijo nuestra tabla de crecimiento sobre las condiciones que brindamos?
- ¿Cuáles fueron algunos de los desafíos de cultivar plantas adentro/ afuera? ¿Cuáles fueron algunos de los beneficios?
- ¿Crees que la lechuga crecería mejor afuera / adentro? ¿Por qué?

Background resources: Exploring the concept of Hardiness (and much more!):

<https://slowfoodusa.org/wp-content/uploads/Slow-Food-USA-Clean-Curriculum-Low-Res.pdf>

Planting your Lettuce Patch: <https://gardenerspath.com/plants/vegetables/successful-lettuce-patch/>

Growing lettuce indoors/Lettuce be healthy: <https://kidsgardening.org/lesson-plans-lettuce-be-healthy/>

Lettuce Growth Chart / Tabla de crecimiento de lechuga:

Lettuce plant name or number Nombre o número de la planta de lechuga	Describe Describir	Height Week 1 Altura Semana 1	Height Week 2 Altura Semana 2	Height Week 3 Altura Semana 3	Height Week 4 Altura Semana 4