



带着孩子一起
亲近自然，
体验农耕蔬菜王国的秘密
为孩子打造一个
贴近自然的游乐场

和孩子 一起种菜

DIY 自己的
迷你菜园

主编 解书香



天津出版传媒集团

天津科技翻译出版有限公司



和孩子 一起种菜

DIY 自己的
迷你菜园

主 编 解书香

编 委 张 蕊 李兰蕊 张纪合
张 玉 程 杰 刘茜茜
张 为

天津出版传媒集团

◆ 天津科技翻译出版有限公司

图书在版编目 (CIP) 数据

和孩子一起种菜: DIY自己的迷你菜园 /解书香主编. —天津: 天津科技翻译出版有限公司, 2014.1

ISBN 978-7-5433-3327-7

I. ①和… II. ②解… III. ①蔬菜园艺 ②家庭教育 IV. ①S63 ②G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第302351号

和孩子一起种菜——DIY自己的迷你菜园

出 版: 天津科技翻译出版有限公司

出 版 人: 刘 庆

地 址: 天津市南开区白堤路244号

邮政编码: 300192

电 话: (022) 87894896

传 真: (022) 87895650

网 址: www.tsttpc.com

印 刷: 唐山天意印刷有限公司

发 行: 全国新华书店

版本记录: 889×1194 24开本 5印张 150千字

2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

定 价: 29.80元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)



前言

你相信吗，有了泥巴、种子和水，你家也能变成孩子的游乐场。从等待种子萌芽到花朵绽放、果实累累，再到秋天的落叶飘零，一棵鲜活的蔬菜带给孩子的乐趣远比玩具更多，还能让孩子亲近自然，体验农耕，培养责任感和细致的观察能力。偶尔有蝴蝶、蚂蚁或者七星瓢虫前来拜访，也不失为生活中的小小惊喜！各位父母们，现在就动手吧，和孩子一起探索蔬菜王国的秘密，DIY 充满乐趣、知识和惊奇的迷你菜园！



目 录

CONTENTS

CONTENTS

chapter 1

新手补习班

拿起铲子挖泥巴	2
如何给蔬菜喝水	5
施肥帮蔬菜补充营养	7
一起动手，制作可爱的容器	8
安全的园艺工具	11
小手巧装扮，蔬菜盆栽大变样	12
菜园里的战争	13

chapter 2

初级班——让孩子自己播种吧

生菜 美丽的小舞裙	18
豆角 向上，向上，勇敢的攀爬者	21
油菜 每周都能采摘	24
大葱 快帮妈妈拔棵葱	27
蒜苗 长得最快的菜	30
菠菜 “大力水手”的最爱	33
辣椒 可爱的小灯笼	36
樱桃萝卜 美丽的减肥菜	39
小白菜 好种好玩乐趣多	42
姜 天然的内热源	45
苦菊 清脆可口清火菜	48

chapter 3

中级班——和家人一起劳动

丝瓜	生命力超强的蔬菜	52
芹菜	清洁肚肚的小帮手	55
韭菜	增加力气的人间仙草	58
香菜	香气十足的小叶菜	61
茼蒿	味道独特的开胃菜	64
空心菜	“没有心”的绿叶菜	67
香葱	柔细清香的“葱”	70
薄荷	奇奇怪怪味儿的利咽小草	73
南瓜	万圣节的标志物	75

chapter 4

高级班——无敌的诱惑

黄瓜	浑身长刺的攀爬能手	80
小番茄	阳台上的神仙果	83
胡萝卜	好吃不贵的“小人参”	86
葫芦	可爱的“8”字精灵	89
苦瓜	清热解暑、明目解毒的“赖皮”瓜	92
茄子	紫色的口袋装芝麻	95
红薯	甜甜的粗粮	98
冬瓜	一个胖娃娃，穿着绿褂褂	101

chapter 5

鲜花来我家

矮牵牛	“滴滴答”吹起小喇叭	106
三色堇	可爱的小猫脸	108
常春藤	会爬高的攀登能手	110
向日葵	围着太阳转的光明使者	112

Chapter 1

新手补习班



拿起铲子挖泥巴

亲近泥巴似乎是儿童的天性，手心里握着的一团泥土的乐趣，远远超过我们花大价钱买来的玩具。“70后”、“80后”的父母大多有玩泥巴的经历，在玩具稀少的年代，就地取材的泥土陪伴了许多人的童年。现在，就让我们通过和孩子们一起种菜，带领他们认识各种适宜栽种的土壤，同时满足一下我们未泯的小小童心吧！



花生发芽以后的样子是不是很萌呢



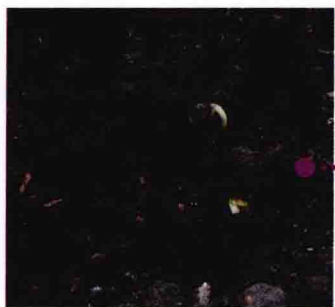
和好朋友一起享受栽培的乐趣



水培绿豆长成了窗台的小盆景



水培大蒜简单易活又能很快满足孩子成就感



腐叶土

密林下有厚厚一层夹杂树叶的土层，蓬松柔软，这种夹杂着腐烂树叶的壤土，是最好的腐叶土。趁着周末带孩子去森林公园玩，便可以收集到大树下肥沃的腐叶土。在自然环境中采集的土壤，使用前要经过阳光曝晒，以杀灭其中的寄生虫卵。

泥炭土

也称草炭土，是古苔藓植物及水生植物常年埋藏地下形成的颜色发黑的、酸性的有机壤土。我们在花卉市场可以买到大袋的泥炭土。



园土

菜园、果园、苗圃中的土壤。因为经常耕作施肥，是优良的蔬菜种植土壤。

素沙土

就是纯沙子，也叫河沙土，大多来自河滩处，比如建筑用的沙子。这种沙子质地纯净，沙子细腻，黏性小，排水性能好，但不含其他肥力。主要用于植株的扦插，是配制培养土的主要材料之一。

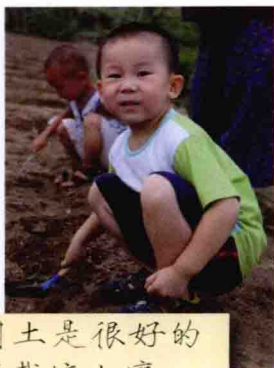


蛭石育苗

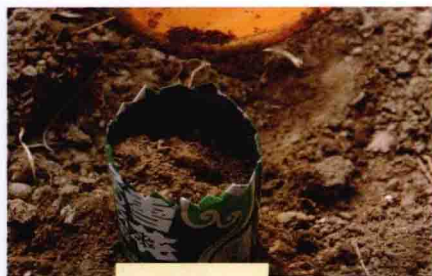
混合基质育苗

一般家庭盆栽植物的培养土比例

腐叶土 4.5 份、园土 2.5 份、河沙土 2.5 份、其他 0.5 份。按这种比例配制出的培养土，相对来说，质地疏松，透水性能好，养分多。



田园土是很好的
蔬菜栽培土壤



园土



袋装花卉土

小贴士

和孩子一起种菜使用的土壤，首先要清洁，不含致病微生物和寄生性虫卵（如蛔虫卵），因此在使用前做好土壤的暴晒尤为重要。

- 1 日光消毒法：**把配制好的培养土放在清洁的水泥地面或木板上薄薄摊开，晒三天。这种方法最好在夏季进行，如不能，可延长暴晒的天数。
- 2 加热消毒法：**蒸煮，或高压加热，或蒸汽加热，持续 30 ~ 60 分钟可以达到消毒目的。家庭盆栽没有加热设备的，可放入旧铁锅在火上翻炒约 20 分钟。

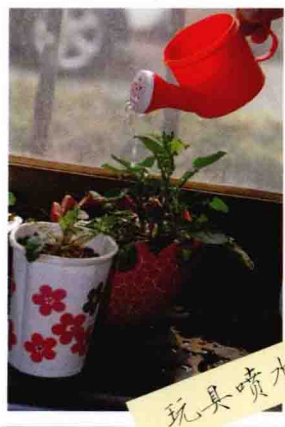
如何给蔬菜喝水

蔬菜生长离不开水，保证充足的饮水，蔬菜才会快快长高。浇水的首要原则是根据蔬菜的生长需要，适量浇水。父母要告诉孩子，蔬菜也有喝“饱”的时候，不能因为觉得好玩而给它们频繁浇水。

1

普通浇水法

自上向下浇水。缺点是容易使下层的盆土长期干燥，导致土壤板结，不利于根系发育。用此浇水法，要确保多余的水能够从盘底的排水孔溢出。



玩具喷水壶



2

盆底吸水法

将花盆放在另一较大的盛有清水的容器中，使水由盆底渗湿盆土表面。优点是吸水面大，防止土壤板结，促进根部发育。缺点是盆土中的盐分会上升，积累在盆表和盆缘，造成难看的盐斑。

>> 以上两种基本浇水法，宜交替使用 <<

小贴士

和孩子一起制作一只迷你喷水壶吧！

在我们的家里有许多孩子弃之不用的物品可以用来改造成喷水壶，例如婴儿的奶瓶，将奶嘴剪大一些，就是一个简易喷壶了。奶瓶上面的刻度，可以用来监控稀释液体肥料，很方便哦！孩子的玩具喷水壶也是不错的浇菜工具，大小刚好适合孩子的小手，教给孩子用莲蓬头的喷嘴轻轻给蔬菜洒水，还能带来更多的乐趣。



充满童趣的水壶



矿泉水瓶扎洞



简易矿泉水瓶喷水壶

3

家中无人浇水法

吸水法

将毛巾或宽布条的一端浸在水盆中，将水盆放置在稍低于花盆的旁边，再将毛巾的另一端压在盆底下，毛巾的毛细管作用使水分徐徐上升浸润到盆底排水孔等处，渗入盆内使盆土滋润。

滴灌法

安装一个打吊针一样的滴管装置，让瓶装的水从滴管内慢慢滴入盆栽的根部，再浸润到土中被根系吸收利用。

坐水法

选一个大而浅的瓷盘，在盘中装入一层湿沙土，再将盆栽坐在湿沙土上面。水分通过沙土的毛细管作用不断地供给花卉生长需要。此法只适用于需水量较大的植物。

套盆法

将小型的花盆，放入大的花盆中，在两盆壁间放入湿沙土，让沙中含的水分通过小花盆的盆壁渗入花盆内，以补充水分的不足。

施肥帮蔬菜补充营养

新型的盆栽植物肥料

随着盆栽植物越来越多地进入室内，市场上出现了新型的盆栽植物专用肥料。它最大的优点是克服使用有机肥料所产生的臭气，给室内种菜爱好者带来极大的便利。



1. 片状肥料：

包括全元素片肥、促花片肥、促叶片肥。

- 全元素片肥：含有按适当比例混合的各种营养元素，除氮、磷、钾外还有微量元素，适合于一般盆栽植物生长和发育的需要。
- 促花片肥：以磷、钾为主，可以促进花蕾形成，抑制徒长，适于瓜果类蔬菜需要。但不能与促叶片肥同时使用。
- 促叶片肥：以氮为主，适用于幼苗期间的植物成长和叶菜类植物需要。

2. 腐殖酸类肥料：

以含腐殖酸较多的草炭等为基质，加入适当比例的各种营养元素制成的有机、无机混合肥料。其特点是肥效缓慢，性质柔和，呈弱酸性，适用于多种盆栽植物需要，尤其对喜酸性的植物更为适宜。



施肥



❖ 1. 忌花期施肥

植物正在花期。施氮肥会刺激植物生长，花器官得到的养料减少，花朵发育受到抑制，开花期推后，花朵早凋，花期缩短。

❖ 2. 忌雨天和晚上施肥

每当早春和晚秋的阴雨天，气温降低，每到晚上，气温也降低，叶片蒸腾与根系吸收力降低，如果这时候施肥，肥料利用率低，大多积存到土壤里，容易伤根。

❖ 3. 忌高温施肥

高温施肥，容易引起植株体内生理代谢失调，造成枝叶萎蔫、花朵凋谢。

一起动手，制作可爱的容器

杯盘瓶罐齐上阵——“so happy”！

好奇心是人类的宝贵财富，对于儿童尤为重要。大多数成才成家的人，我们都可以从少年时期的好奇心和求知欲的萌芽中看到他们成功的端倪。每个孩子都渴望接近、体验新鲜事物，并从中获得知识。假如我们不给孩子玩弄沙土，他就不会知道沙土的性质；假如不让孩子多与同伴游戏，他哪里能够学得做人，与人交往的道理。



向高处拓展种植空间



● 竹筒也可以用来种植小盆栽



● 可爱的草莓车



● 孩子自己找到的小瓷盆



● 果篮种植容器

在和孩子一起种菜的过程中，家长也要学会利用孩子的好奇心，和孩子一起动手实践，制作可爱的种植容器。

留心观察一下

留心观察一下，家里可以利用的种植容器有很多，挑选的标准是不会对孩子造成伤害，安全清洁。例如，设计精美的生日蛋糕盒子、泡沫箱、水果筐、水果篮等，稍加改造就能变身成蔬菜盆。废弃的可乐瓶、饮料瓶，使用前要进行裁剪和打孔，家长如果请孩子操作，务必要注意安全。



水桶也能派上用场



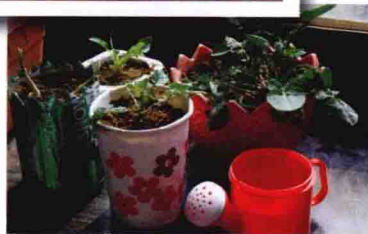
木质种植盆充满了田园气息



小手学涂鸦

——陶土花盆变画板

陶土花盆透气性好，是非常棒的种菜容器，但是陶土花盆往往颜色单一，灰头土脸的形象不太适合温馨的家居氛围。能不能借助家长和孩子的巧手给它们来个时尚大变身呢？当然！借助一只画笔，DIY 半个下午就可以让这些花盆穿上新衣服。根据不同的植物可以 DIY 很多种色彩和图案，或者只是随意描上几笔，不经意间也许会诞生出一件难得的艺术品呢！





盆栽蔬菜“大军”



观赏辣椒亦景亦菜，一举两得



NO.

5

安全的园艺工具

栽培蔬菜需要使用的工具主要有铲子、耙子、剪刀、手套等。首先，需要给孩子准备一双保护手套，在做一些粗糙工作，如铲土、修剪、换盆时给孩子的小手更多的保护。如果买不到孩子专用的园艺手套，也可以用平时戴的小手套代替。



孩子的洒水壶



耙子

用来给蔬菜松土，或是作为条播划线的辅助工具。除了市场上销售的铁质园艺三件套，还可以利用孩子的沙滩玩具，那些造型可爱的塑料铲子一样可以完成这些工作。

园艺剪刀

多用于修剪比较硬的枝丫。6岁以内的小朋友不建议使用。软叶蔬菜可以让孩子用儿童安全剪刀尝试采收和修剪。

铲子

主要用来移栽、挖土、施肥等。



挖土的工具



小耙子不能有锐利的尖端