Diário de Campo

Conteúdo desenvolvido por DAYANA ANDRADE
Design e Ilustrações de RITA CORREIA

Fundação Mendes Gonçalves

Este Diário de Campo integra a estratégia pedagógica do livro “Hortas-Florestas Regenerativas - guia teórico e prático de educação ecológica infantil”. Não é um material avulso: foi concebido para ser utilizado em articulação com o livro, no âmbito das atividades planificadas para a horta-floresta.



Fundação Mendes Gonçalves

Título: Diário de Campo
Autora: Dayana Andrade
Ilustração e Design: Rita Correia
1.ª edição: Jameiro de 2026
Edição: 2.ª edição
Data de publicação: Agosto de 2026
Editora: Fundação Mendes Gonçalves
Local de edição: Golegã
Data de publicação: agosto 2026
Idioma: Português
Formato: 16 × 23 cm
ISBN: 978-989-36705-1-4
Depósito legal:
Idioma: Português
Número de páginas: 48 páginas
Formato: 16 × 23 cm
Encadernação: Capa mole
Impressão e acabamento: Palma Artes Gráficas, Lda
Rua do Caminho Novo 50, Covão da Carvalha | 2485-232 Mira de Aire
Tiragem: 500 exemplares

Direitos: © 2026, Dayana Andrade e Fundação Mendes Gonçalves. Todos os direitos reservados

Este é o teu Diário de Campo da Horta-Floresta!
Aqui vais guardar os teus desenhos, as tuas descobertas e tudo o que aprenderes ao longo do ano.
Os teus professores têm um livro chamado “Hortas-Florestas Regenerativas”, que os ajuda a planear as atividades, mas este Diário é só teu.
É aqui que vais registar o que vês, sentes e pensas enquanto cuidas da terra.
No final, encontras também o Almanaque Beirinha D’Água com segredos e dicas para toda a família.
Dá lá uma espreitadela!
Este diário será a memória do crescimento da horta-floresta e do teu próprio crescimento ao longo deste ano.

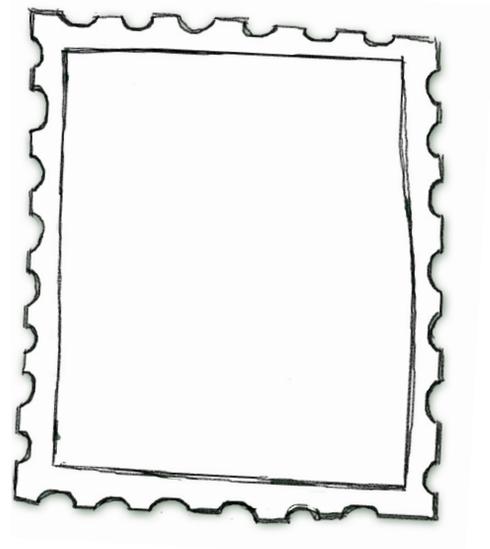
Boas descobertas!



Podes começar
por desenhar o teu retrato
e escrever o teu nome



Este DIÁRIO de Campo pertence a



DESENHO DA HORTA

O que não pode faltar numa horta?
Solta a imaginação.
Não te esqueças de escrever
o teu nome e a data!

Desenha aqui como imaginas a tua horta

Nome _____

Data _____

CARIMBO DO CUIDADOR DA HORTA

Mãos com terra?
Excelente sinal de quem planta e cuida.
Já podes ser promovido a
"Cuidador da Horta"!



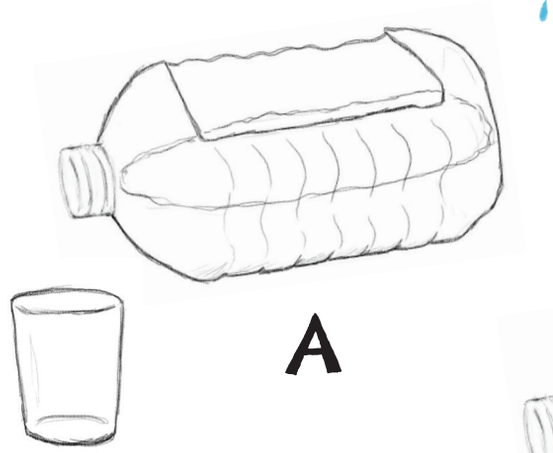
Estampa aqui a tua mão com a terra da horta

EXPERIÊNCIA DE SOLO

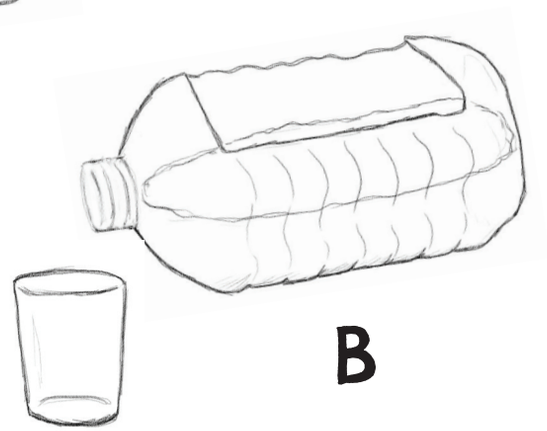
Vamos representar
três paisagens diferentes:
A, B e C.
Passado alguns dias, qual é o aspeto
de cada garrafão?

Desenha o conteúdo dos garrafões
A, B e C no dia da experiência
da erosão.
Qual vai reter mais água?
Faz a tua aposta: A B C

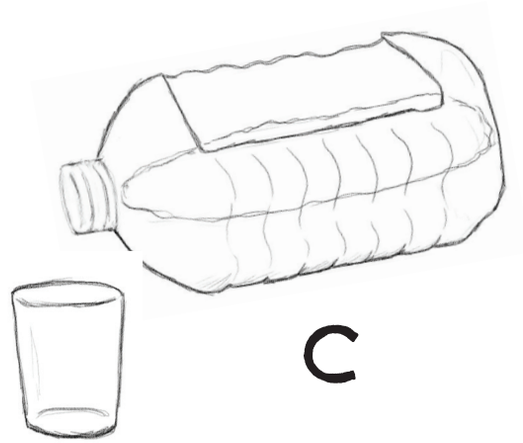




A



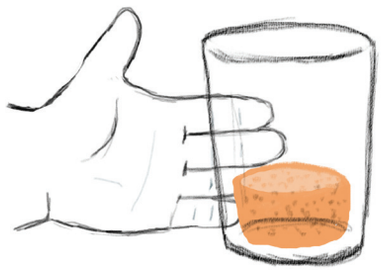
B



C

AGRICULTOR-CIENTISTA

Agora analisa cada um dos copos.
Mede quantos dedos de água
tinha cada um.
Observa também a cor da água.
No final, tira as tuas conclusões.



	Quantidade de água	Cor da água
A		
B		
C		

Em que caso houve menos erosão?

ANOTAÇÕES DE UM PEQUENO HORTELÃO

Na Horta-Floresta
as colheitas são muito variadas.
Nas próximas páginas vais poder anotar
cada colheita que fizeres.



AS NOSSAS COLHEITAS





ESPÉCIE	QUANTIDADE (UNIDADE / PESO)	DATA	DESTINO (CASA / ESCOLA)	SABOR/CHEIRO

O MEU HERBÁRIO
(OUTONO/INVERNO)

As folhas
podem ser muito diferentes
umas das outras!
Como é a folha que apanhaste hoje?
É grande ou pequena? A margem é lisa ou serrilhada?
A superfície é lisa ou áspera?
Cheira a quê?



Cola aqui a tua folha com cuidado
e escreve tudo o que sabes sobre ela.

Nome da espécie: _____
Características: _____
Onde estava: _____
Data: _____

RODA DOS SENTIDOS

Provaste algum sabor novo da horta?
Sentiste algum aroma diferente?
Ouviste o canto dos pássaros
ou o ruído do vento?
Tocaste a terra húmida?
O que viste que te chamou a atenção?

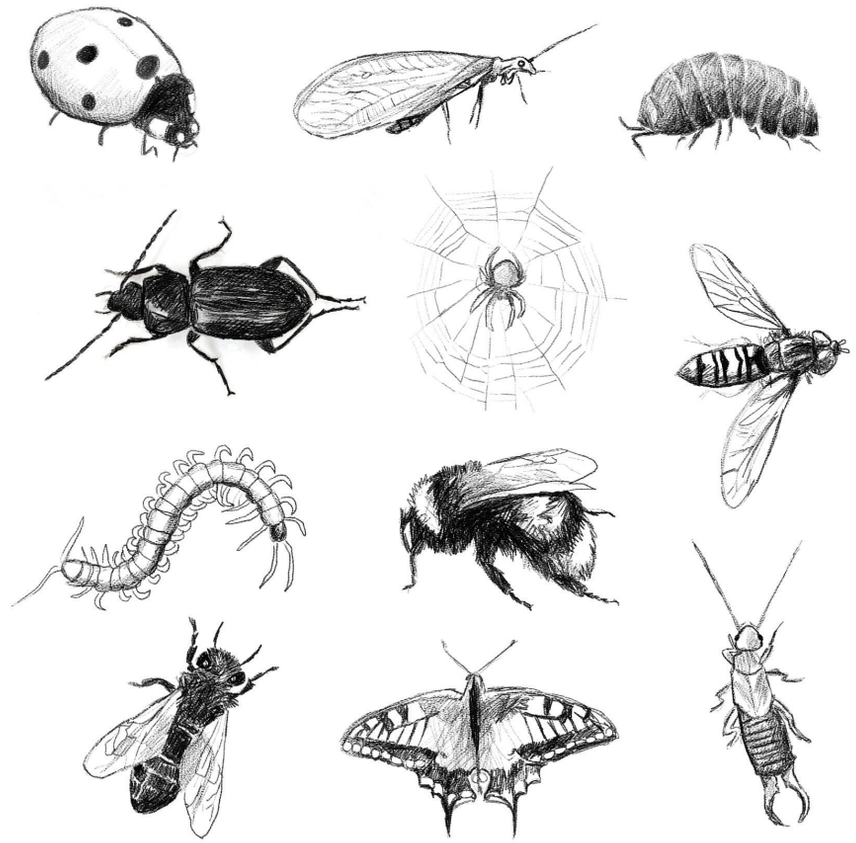
Ativa os teus sentidos e toma nota ou desenha tudo aqui.



ANOTAÇÕES DE UM AGRICULTOR-BIÓLOGO

Na Horta-Floresta há muitos pequenos moradores e visitantes. Nas próximas páginas podes anotar tudo o que encontrares nas expedições biológicas que fizeres pela horta.

VISITANTES COMUNS DA HORTA-FLORESTA



NOTAS DA EXPEDIÇÃO BIOLÓGICA

Sempre que encontrares algum bicho na horta, vem aqui fazer o registo do que viste, o que comia e onde estava, como no exemplo.



vi uma abelha a comer néctar numa flor

MAPA DA ÁGUA INVISÍVEL

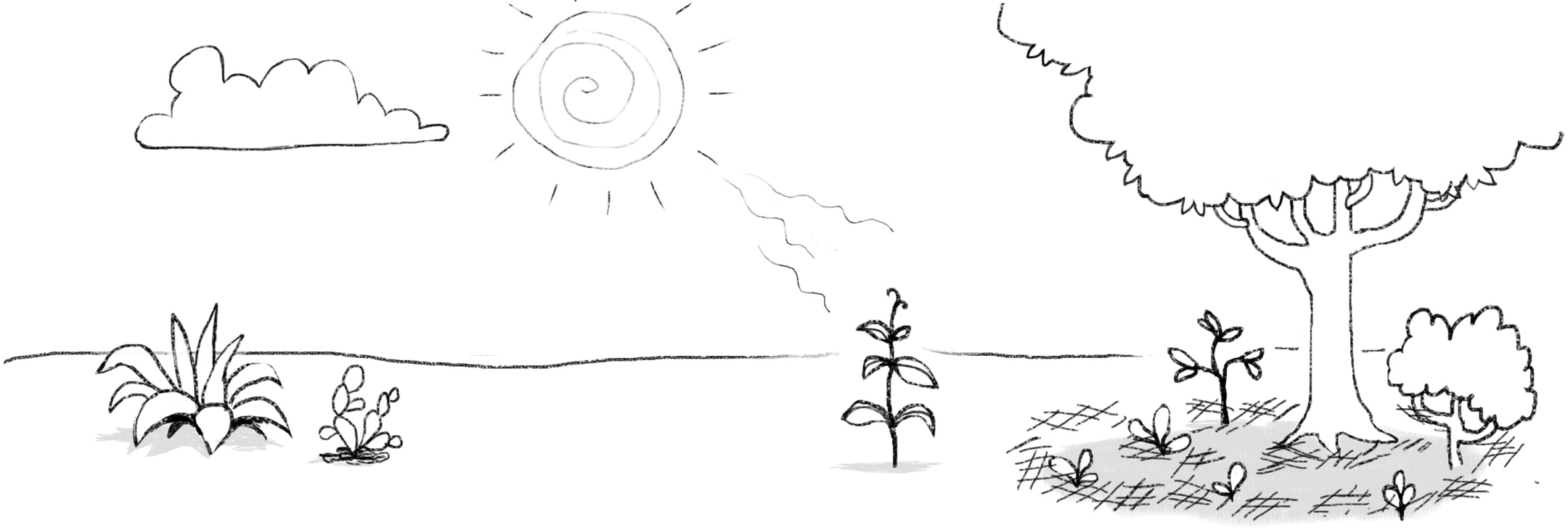
Nós nem sempre a vemos,
mas a água está sempre em circulação
na natureza. Onde está a água que
os olhos não veem?

Onde há água nesta horta?

Às vezes em forma de gota

noutras em forma de vapor

Marca os locais nos quais descobriste que a água se esconde e pinta o desenho.



O MEU HERBÁRIO
(PRIMAVERA/VERÃO)

As folhas mudam conforme
a estação do ano.
Como é a folha que apanhaste hoje?
Consegues descrevê-la?



Cola aqui a tua folha com cuidado
e escreve tudo o que sabes sobre ela.

Nome da espécie: _____
Características: _____
Onde estava: _____
Data: _____

DESENHO DA HORTA

Depois de tantas descobertas,
como vês a horta agora?

Desenha aqui a tua horta

Nome _____

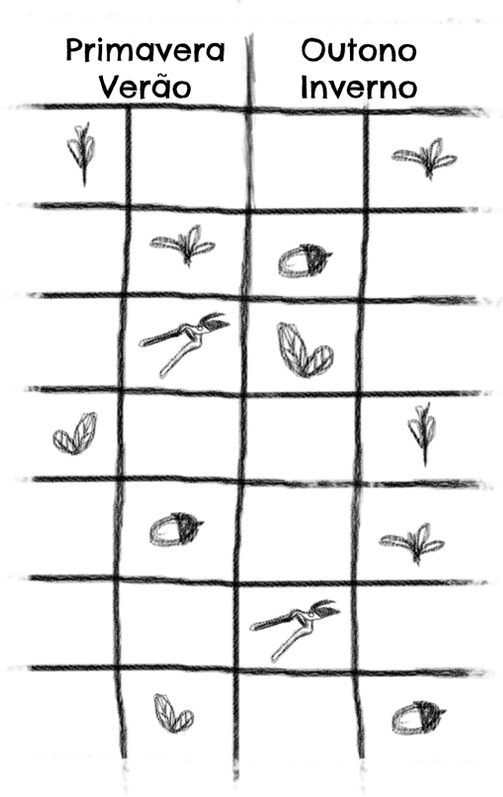
Data _____



ALMANAQUE BEIRINHA D'ÁGUA

Reportório útil a todas as crianças





CALENDÁRIO DE SEMENTEIRAS E CULTURAS DE PORTUGAL

HORTÍCOLAS

Espécie	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Abóbora				*	*							
Acelga		*	*							*	*	
Alface		*	*	*						*	*	
Alho										*	*	
Alho-francês			*	*								
Amor-perfeito		*							*	*	*	
Batata			*									
Beringela					*	*						
Beterraba			*						*			
Borragem		*	*	*						*	*	
Bróculo			*	*								
Calêndula		*	*							*	*	*
Capuchinha		*	*	*						*	*	*
Cebola										*	*	
Cebolinho			*	*					*			
Cenoura			*						*			
Chicória			*						*	*		
Coentro		*	*	*	*					*	*	
Couve		*								*	*	*
Couve-flor			*	*								
Curgete												
Ervilha		*									*	
Espinafre		*	*							*	*	
Fava											*	
Feijão					*	*						
Funcho			*	*					*			
Girassol				*	*							
Grão-de-bico		*	*									
Malva		*	*							*	*	*
Manjericão				*	*							
Melão/Melancia				*	*							
Morango										*	*	
Nabo greleiro		*	*							*	*	
Pastinaca		*	*									
Pepino					*							
Pimento					*	*						
Rabanete		*	*	*						*	*	
Rúcula		*	*	*						*	*	
Tomate					*							

Legenda: * Período de sementeira ou plantio

FRUTEIRAS

Caducas

TIPO	Espécies	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Raiz nua	Pomóideas Prunóideas	*	*									*	*
Estaca	Videira, Figueira		*										
Mudas*	Todas	*	*	*	*	*	0	0	0	*	*	*	*

* Com irrigação abundante 0 Evitar períodos muito quentes

Perenes

Espécie	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Citrinos		*	*	*					0	0		
Abacateiro			*	*	*							
Oliveira			*	*					*	*		

0 Outono somente em local protegido do frio

CULTURAS DE COBERTURA

Outono-Inverno (Semear com as primeiras chuvas de outono)

Categoria	Espécies	set	out	nov	dez
Leguminosas	Ervilhaca, Tremoço, Fava, Trevos anuais	*	*	*	
Gramíneas	Aveia, Centeio, Cevada, Triticale	*	*	*	
Brássicas	Nabo/Rabanete forrageiro, Mostarda	*	*	*	

Primavera-Verão (Semear no início da primavera)

Categoria	Espécies	mar	abr	mai
Leguminosas	Luzerna, Trevos perenes, Feijão	*	*	
Gramíneas	Milho (alta densidade)	*	*	*
Flores	Girassol, Tagetes		*	*

AROMÁTICAS

TIPO	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Sementes								*	*	*		
Estacas			*	*				*	*	*		
Mudas	*	*	*	*	0	0	0	*	*	*	*	*

FLORESTAIS

TIPO	Espécies	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Sementes	Freixo, Azinheira Sobreiro										*	*	
Estacas	Salgueiro, Choupo		*										
Mudas	Todas	*	*	*							*	*	*
Mudas*	Sobreiro Azinheira Alfarroba Medronheiro											*	

* Período ideal

Coleção de provérbios

SABES O QUE É UM PROVÉRBIO?

Provérbio é uma frase curta que guarda uma ideia de sabedoria, passada de geração em geração. Fala de chuva e de sol, de sementes e de colheitas, de trabalho e de paciência. Vais notar que alguns, nesta página, estão incompletos. A tua missão é descobrir como terminam. Vale perguntar a toda a gente. Dica: os mais velhos costumam ter estas e muitas outras sabedorias guardadas na memória.

COMO FAZER...

Lê o provérbio em voz alta, pergunta a familiares, vizinhos ou amigos do teu convívio e escreve no tracejado o final que descobriste. Se ouvires versões diferentes, regista-as todas e diz quem te ensinou.

Janeiro geadeiro.

Rãs a cantar, água a chegar.

Em abril, ...

Abril frio e molhado, enche o celeiro e farta o gado.

Pelo São João (24 de junho), colhe a cebola e .....

Pelo São Miguel (29 de setembro), quem não semeou não colhe mel.

Logo que outubro venha, procura .....

O que à terra deres já, ela depois te o dará.

Aí por São Clemente (23 novembro), ...

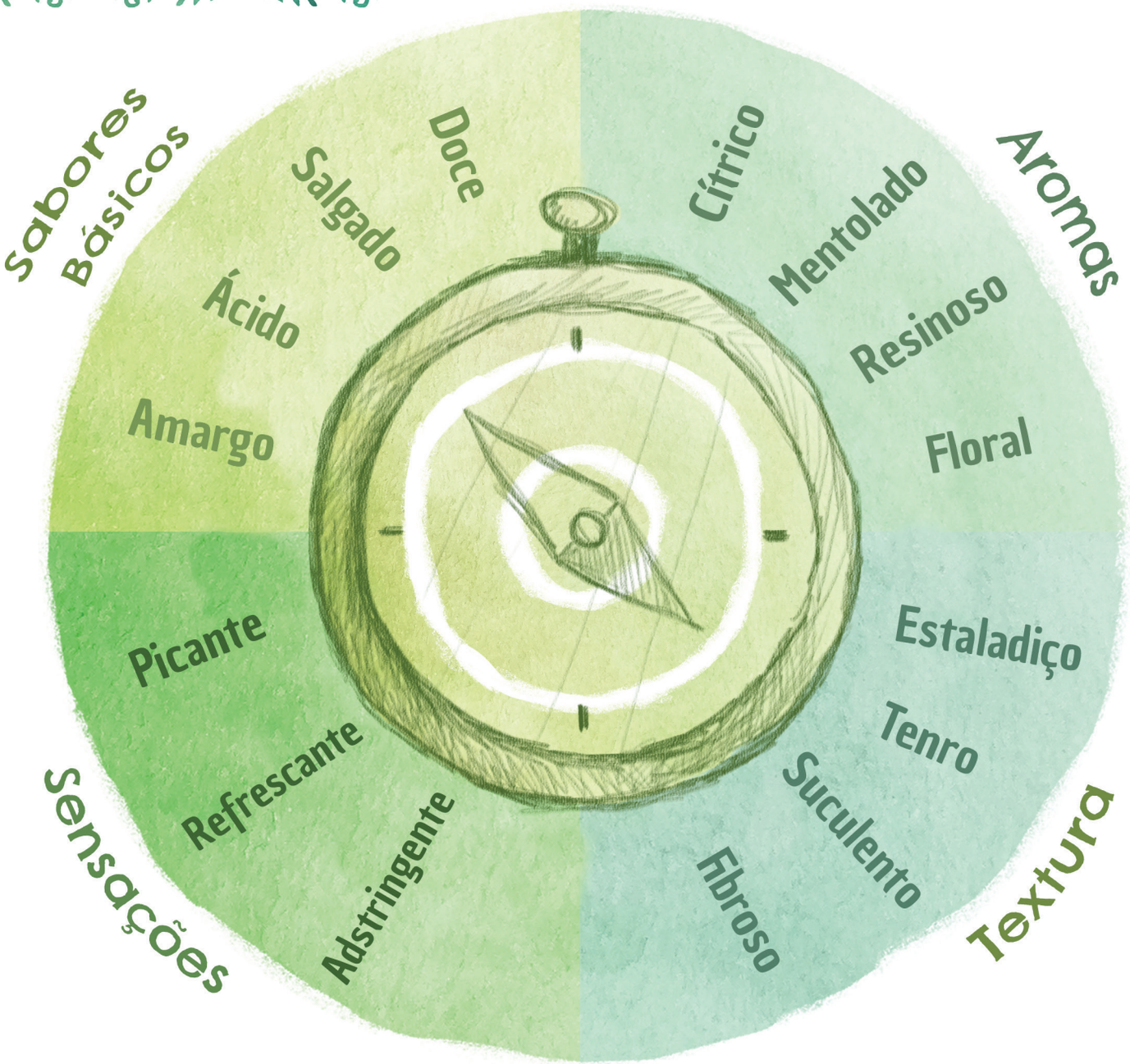
Bom estrume e bom lavor, traz tudo num primor.

Março marçagão, de manhã inverno .....

Junho floreiro paraíso verdadeiro.

Novembro à porta geada na horta.

BÚSSOLA DO GOSTO



Receitas

O QUE FIZ COM AS COLHEITAS

O que sai da horta transforma-se na cozinha. A cozinha é um pequeno laboratório onde o calor, o tempo e as mãos mudam sabores e texturas. Aqui, tu és aprendiz e explorador. Aprendes com quem cozinha em tua casa ou na escola e agradeces esse cuidado.

Usa estas páginas para guardar as tuas descobertas. Escreve o nome da receita, desenha os ingredientes, regista quem ajudou, o que resultou e com quem partilhaste à mesa.

Receita

Receita

Receita

NOTAS

NOTAS

