

그린교육 보고서 예시 -

*식물도깁..

1. 상추

1) 역사

상추는 재배 역사가 매우 오래 된 작물이다. 기원전 4500년경의 고대 이집트 피라미드 벽화에도 기록되어 있고, 기원전 550년에 페르시아 왕의 식탁에 올랐다는 기록도, 중국에는 당나라 때인 713년의 문헌에 기록, 한국에는 연대가 확실하지는 않으나 중국을 통해 전래되었으며, 중국의 문헌에는 고려의 상추가 질이 좋다는 기록 등이 있다.



2) 특징

줄기는 가지가 많이 갈라지고 높이가 90~120cm이며 전체에 털이 없다. 뿌리에서 나온 잎은 타원 모양에 크며 가장 큰 잎의 길이는 20~35cm, 폭은 25~39cm이다. 줄기에 달린 잎은 점차 작아지고 뒷부분에 달린 잎은 밑 부분이 활살 밀 모양으로 줄기를 감싸며 양면에 주름이 많고 가장자리에 불규칙한 톱니가 있다.

상추는 비타민과 무기질이 풍부해 빈혈 환자에게 좋으며, 줄기에서 나오는 우유빛 즙에는 락투세린과 락투신이 들어 있어 진통과 최면효과가 있다고 한다. 그래서 숙면을 취하고 싶을 때 상추는 천연 수면제로 도움이 된다.

국화과의 작물이며 서늘한 기후를 좋아해 15°C~25°C가 최적의 조건이다. 저온(8°C)에서는 생장이 더디고 30°C 이상에서는 싹틔기 어렵다.

3) 재배

재배 측면에서 봤을 때 상추는 비교적 재배하기 쉬운 효자 작물에 속한다.

실습 일자	2019년 4월 2일
날씨	1/13°C 맑음
주제	멀칭과 정식



오늘 우리의 과제는 멀칭(mulching)과 정식이다. 멀칭은 비닐이나 나무껍질 등으로 토양의 표면을 덮는 일인데 이를 통해 열을 수 있는 장점이 여럿 있다. 먼저 좋은 영양분이 많이 섞인 토양에 비가 내려 토양이 유실되는 것을 막을 수 있고, 잡초의 발생을 막고, 수분 증발로 인한 토양의 수분 손실을 방지해 준다. 또 추위 피튀김을 방지해서 병해충 억제하며 밭속 공기 구멍인 공극을 유지하게 도와준다는 장점이 있다. 정식은 아주 살기라고도 불리는데 온상에 서 키운 모종을 밭에 내어 제대로 심는 일을 말한다. 나는 두 가지 작업 중 정식만 해 보았는데 아무래도 멀칭작업은 흙을 모으고 비닐을 덮고, 땅을 파 밭고랑(이랑)을 만드는 일들로 이루어져 있어서 그전지 교수님께서 우선 남학생들을 먼저 멀칭을 하게 하셨다. 남학생들이 먼저 나가 작업을 하고 그 뒤에 내가 나가 보았을 때는 이미 구멍이 송송 뚫린 걸경 비닐이 밭에 딱히 붙어 있었다. 정식을 할 때 우리는 먼저 호미로 묘를 두드려 묘를 빼냈다. 이후 호미를 45도로 기울여 비닐의 구멍 부분을 찍고 호미를 들어 올리면 생기는 구멍에 묘를 넣었다. 들어 올린 흙은 모종 주변 빈 부분을 채우는데 사용하였고 잘 두드리며 마무리했다. 그리고 잘 심은 상추에는 흙부리개로 물을 주었다. 물을 줄 때 유의할 점은 상추가 모종이 있을 정도 물을 줄. 즉 꽤 충분한 양의 물을 줘야 하는데 흙부리개를 많이 기울여 물을 주게 되면 물이 넓은 면적으로 흩어져 나오면서 물이 모종이 있는 비닐 구멍에 들어가는 양보다 밖으로 새는 양이 더 많고, 또 그 양비되는 물 때문에 우리의 신발이 물을 수도 있기에 흙부리개는 살짝 기울여 드르르 드르르

*노작을 시작하며..

2019.03~2020.06

우리 가족은 매년 주말농장에서 농사를 지어왔다. 상추를 비롯한 온갖 채소를 키워왔고 매년 잘 자란 농작물들을 맛있게 먹었지만 사실 나는 바쁘다는 핑계로 주말농장에서 일을 해 본 적이 별로 없었다. 그렇게 농사짓기를 몇 년째 빼고 빼던 나는 대학교 1학년, 노작 교육이라는 이름으로 농사 수업을 듣게 되었다. 처음 수강 신청을 할 때는 힘들고 귀찮지 않을까 하는 생각을 조금 했었는데 점점 시간이 지날수록 친구들과 함께 일하는 시간이 제법 즐거웠고 땀 흘려 일하고 난 뒤 쉬면서 느끼는 개운함이 좋았다. 운동을 통해 느끼는 즐거움과 비슷한 감정이었는데 노작은 이에 더해 보람까지 느낄 수 있어 더욱 좋았다. 수확한 작물들을 집으로 가져가 자랑하듯 이야기하며 도란도란 가족들과 이야기를 나누는 시간이 즐거웠고, 아버지가 수확한 상추들까지 더해 동네 어른들이나 다른 지인분들께 나누어 드리는 게 좋았다. 이후로 내년에는 아버지가 다니시던 주말농장에 자주 들러서 아버지 일을 좀여드려야겠다고 마음먹은 작년의 나는 올해 인성교육원에서 진행되는 home farming 프로젝트에 지원하게 되었다. 큰 밭을 두고 굳이 집에서 농사를 짓겠다고 계획한 건 우리 농장의 규칙 때문이다. 주말농장은 여러

노작을 통해 느낀점

1. 올해 봄과 여름동안 코로나19로 집 밖에 나가는 것이 부담스럽게 되어버렸다. 그런 상황에서 옥상정원을 만들기 시작하면서 다른 사람을 만나지 않으면서도 바깥 바람을 쐬 수 있고, 목표를 가지고 몸을 움직여 일할 수 있게 되어서 답답함을 덜 수 있었다. 옥상정원은 참 시기적절한 선택이었던 것 같다. 너무 많은 공간을 차지하고 식물을 기르면 다른 사람들에게 민폐가 될 수도 있어서 최대한 자제 하려고는 하고 있지만, 내년에는 체리나 무화과, 석류, 이스파라거스 같이 그동안 키우고 싶었던 시간, 공간적 여건이 못들었던 다년생이거나 부피가 큰 식물들을 키워보고 싶다.

04. 아욱국



1. 아욱을 씻내를 없애기 위해 주물러 초록 물을 빼고 3~4번 행군다.
2. 물에 된장과 고추장을 약간 풀고 다시마와 멸치 가루를 넣어 맛을 낸다.



4. 다시마를 건지고 아욱을 넣는다.
5. 아욱이 한 번 끓어오르면 마른 새우를 넣는다.

