

Ongelmanratkaisupelin kysymykset

3.-6. luokka

Mitä teet, jos unohdat syödä aamupalan ennen kouluun lähtöä?

Miltä oppitunti tuntuu, jos olet unohtanut syödä aamupalan?

Mitä söisit aamulla, jos edessä on pitkä koulupäivä?

Mitä voisit keksiä välipalaksi, jos kotona ei ole mitään valmista?

Miten huomaat, onko kyse oikeasta nälästä vai vain mieliteosta?

Millainen välipala saa sinut virkeäksi koulun jälkeen?

Millainen on mielestäsi monipuolinen aamupala?

Mitä sanoisit kaverille, joka juo pelkkää limua koulun jälkeen eikä syö ollenkaan?

Mitä teet, jos kouluruoka ei maistu, mutta tiedät että tarvitset energiaa?

Millainen olisi unelmavälipalasi, joka olisi sekä monipuolinen että maukas?

Mitä teet, jos ruokailun jälkeen jää vielä nälkä?

Millaisen välipalan voisi syödä ennen harrastusta?

Mitä mieltä olet: pitääkö syödä vaikka ei ole nälkä, jos tietää että seuraava ruoka on vasta myöhemmin?

Mitä teet, jos huomaat napostelevasi tylsyyteen?

Millainen välipala pitää sinut kylläisenä pitkään?

Kuinka monta kertaa päivässä olisi hyvä syödä?

Millainen välipala pitää hyvin nälkää?

Mistä kehon merkeistä tunnistat, että sinulla on nälkä?

Mitä mieltä olet: voiko terveellinen ruoka olla myös herkkua?

Kaverilla unohtuu aamupala usein. Mitä vinkkejä antaisit kaverille?

Jääkaapissa on jogurttia, marjoja ja kaurahiutaleita - minkä välipalan niistä valmistaisit?

Syötkö erilaista aamupalaa koulupäivänä ja viikonloppuna?

Mitä välipaloja on helppo pakata koulureppuun?