

식사구성안을 중심으로 한 청소년 대상의 CAI 프로그램의 개발 및 이해도 평가

김금옥* · 이정원. 서천여자고등학교*, 충남대학교 소비자생활정보학과

Development of CAI program for learning Food Guide Tower and its evaluation of the understanding in adolescent students.

Geumok Kim, Joung-Won Lee. Department of Consumers' Life Information, Chungnam National University, Daejeon, Korea

청소년기의 식습관은 평생의 식습관과 건강으로 연결되므로 청소년들에게 균형 잡힌 식습관을 형성하도록 도와주는 일은 학교 교육에 있어서 매우 중요한 일이다. 제 7차 교육과정의 중학교 기술·가정 교과에는 청소년의 영양과 식사 및 가족의 식사 관리에 대한 내용이 주요 부분을 차지하고 있으며, 식사 구성안을 활용하여 자신 및 가족에게 하루에 필요한 식품의 종류와 양을 알게 하는 실천적인 식생활 교육을 꾀하고 있다. 기술·가정 교과는 특히 실생활 적용을 중시하는 체험적인 내용이 중심이 되는 교과이므로 컴퓨터가 갖고 있는 교육적 잠재성을 수업에 활용하는 것이 학생들의 실천적인 태도 형성에 매우 효과적일 것이다.

이에 본 연구에서는 기술·가정 교과의 중학교 1학년에서 나의 하루 식사 구성 단원에 제시된 내용을 중심으로 CAI(computer aided instruction) 프로그램을 개발하였다. 하루에 필요한 식품의 종류와 양을 이해하고 매일의 균형된 식단을 작성하는 방법의 학습을 목적으로 하여, 식품 구성안의 다섯가지 식품군, 1인 1회 분량, 1일 권장 섭취 횟수, 1일 식사 구성 방법 및 평소 1일 식단 평가 방법 등을 프로그램의 주요 내용으로 구성하였다. 각 내용은 학생들이 직접 참여하여 상호 작용할 수 있는 프로그램으로 제작하였으며, 특히 식사 구성안 활용에 있어 필수적인 이해가 요구되는 1인 1회 분량을 익히기 위해 중학생이 자주 섭취하는 식품들의 1인 1회 분량을 종류별로 실물 크기의 사진을 제시하고 반복 학습할 수 있게 하여, 1인 1회 분량을 자연스럽게 이해하고 매일의 균형된 식품 구성에 대해 실천적인 태도 변화를 유도하는데 중점을 두었다.

개발된 프로그램의 투입 결과를 알아보기 위하여 중학생 240명을 대상으로 인터넷을 통해 프로그램을 학습하게 한 다음 설문지 조사를 통해 평가한 결과, 본 프로그램을 통한 학습이 평소 수업에 비해 이해하기가 더 쉬웠다는 응답이 65.8%이었으며, 처음 이 내용을 학습하는 학생들도 73.4%가 이해하기가 쉬웠다고 응답하였다. 또한 프로그램의 내용 중에서 실물 크기 사진을 반복해서 익힐 수 있어서 학습이 효과적이었다고 56.7%의 학생이 응답하였으며, 특히 1회 분량과 섭취 횟수에 대해 활용하고자 하는 마음 여부를 묻는 항목에서는 169명(70.4%)의 학생이 그렇다 또는 매우 그렇다라고 응답하여 학생들의 실천적 식습관 형성에 긍정적인 효과가 있었음을 알 수 있었고, 흥미도와 화면 디자인에서도 각각 61.3%, 72.1%의 학생이 만족하였다고 응답하였다.

결론적으로 본 연구에서 개발한 식사 구성안 학습을 위한 CAI 프로그램은 학생들이 좋아하는 컴퓨터를 활용한 학습으로서 동기 유발과 주의 집중을 유도하여 흥미도, 참여도 및 이해도를 향상시킬 수 있으며, 또한 수준별 개별 학습이 가능하므로 학생 개인의 학업 성취도를 높일 수 있을 것이다. 본 프로그램이 인터넷 사이트와 연계되면 24시간 열린 학습 환경이 조성됨으로써, 학습자의 수준에 맞는 보충 및 심화 학습이 가능하며, 나아가서 일반인을 대상으로 식사 구성안에 관한 영양교육에 있어 효과적인 매체로서 활용 가치가 매우 클 것으로 기대된다.