

[P3-8]

초등학생 대상의 영양교육 웹사이트 활용 효과

김선희*, 현대선
충북대학교 식품영양학과

Evaluation of a nutrition education website for children

Sun-Hee Kim*, Taisun Hyun

Department of Food and Nutrition, Chungbuk National University, Cheongju, Korea

본 연구는 2002년 9월부터 인터넷을 통해 제공되고 있는 초등학생 대상의 영양교육 웹사이트인 '아이푸드(<http://ifood.or.kr>)'를 초등학생 5, 6학년 262명(남 142명, 여 120명)에게 활용하도록 한 후 각 메뉴에 대한 이해도, 중요도, 편리성 등과 전체적인 내용에 대하여 평가하고 활용에 따른 영양지식, 식태도, 식행동의 변화를 살펴보고자 하였다. 조사기간은 2003년 5월부터 약 3개월간이었으며, 조사도구는 활용 전 평가 설문지, 활용 설문지(1차-4차), 활용 후 평가 설문지 등 총 6종류의 설문지를 개발하여 사용하였다. 활용 전에는 일반사항과 영양지식, 식태도, 식행동에 대한 조사를 실시하였으며, 그 후 2주일 간격으로 4회 컴퓨터실에 모여 각자 웹사이트에 접속하여 활용설문지에 있는 문항에 대한 정답을 스스로 찾도록 함으로써 웹사이트를 활용시켰다. 활용 후에는 웹사이트에 대한 평가와 영양지식, 식태도, 식행동에 대한 설문 조사를 실시하였다. 웹사이트 평가 결과 '아이푸드'가 영양지식에 도움이 되었는지에 대해서는 '도움이 되었다' 51.2%, '매우 도움이 되었다' 46%로 조사대상자의 97.2%가 도움이 되었다고 하였으며, 내용의 난이도에서는 '쉬운 편이다' 70.6%, '매우 쉽다' 19.5%로 대부분이 쉽고 응답하였다. 심미성에 대해서는 '그림'은 94.1%, '색깔'은 93.7%, '글자'는 83.1%가 '좋다'고 응답하였고, '아이푸드'에 다시 접속하겠느냐는 질문에 대해 88.8%가 '그렇다'라고 응답하였다. '아이푸드'를 업데이트할 때 우선적으로 해야 할 부분을 묻는 질문에 대해 35.5%가 '내용을 더욱 다양하고 자세하게', 24.7%는 '노래나 동영상, 그림을 많이', 21.5%는 '재미있는 게임을 더 많이', 18.3%는 '내용을 더 쉽고 간단하게'라고 응답하였다. 또한 웹사이트 활용 후 가장 흥미 있었던 메뉴를 2가지씩 고르도록 하여 100%로 환산한 결과 '재미있는 게임' 35.8%, '내가 만든 음식' 17.8%, '날씬해지고 싶어요' 16.4%, '얼마나 먹었을까' 9.9%, '내가 고른 식품' 7.5%, '어떻게 먹을까' 5.4%, '어디로 갔을까' 4.0%, '덥고 싶어요' 3.2%의 순으로 나타났다. 웹사이트 활용 전과 활용 후의 영양지식의 변화를 알아본 결과 총 20개의 영양지식 문항 중 18문항에서 정답률이 상승했으며, 영양지식 점수는 20점 만점에 10.9점에서 13.1점으로 유의적으로 향상되었다($p < 0.001$). 식태도는 총 7문항으로 웹사이트 활용 후 각 문항의 점수는 조금씩 상승하였으며, 특히 '음식을 남기지 않으려고 한다'에서는 남, 녀 전체에서 유의적으로 향상되었고($p < 0.05$), '젓가락을 바르게 사용하려고 한다'는 남자에게서 유의적으로 향상되었다($p < 0.05$). 식행동은 총 10문항으로 식태도와 마찬가지로 각 문항의 점수는 활용 후 조금씩 상승하였고, '매끼마다 채소를 먹는다'($p < 0.01$)와 '식사 후에는 양치질을 한다'($p < 0.05$)는 남, 녀 전체에서 유의적으로 향상되었으며, '매일 김치를 먹는다'는 남자에게서 유의적으로 상승하였다($p < 0.05$). 이와 같이 초등학생 대상의 영양교육 웹사이트인 '아이푸드'를 실제로 초등학생에게 활용시킨 결과 영양지식을 상승시키는데 효과적이었으며, 식태도 및 식행동의 변화에도 긍정적인 효과를 나타냈다. 조사대상자의 평가 결과를 바탕으로 앞으로 '아이푸드'에 내용을 좀 더 다양하고 자세하게 하는 한편 노래나 동영상, 그림을 첨가하고 재미있는 게임을 개발하여 보완한다면 더욱 효과적인 영양교육 사이트가 될 것으로 생각된다.