

## 영양교육 교수-학습과정안의 작성 사례

교수 이연경  
경북대학교 식품영양학과

영양교육을 효과적으로 실시하기 위해서는 교수-학습과정안을 잘 계획하는 것이 무엇보다 중요하다. 교수-학습과정안은 교수활동과 학습활동을 하나로 통합시킨 교수-학습과정 전개 계획서로서 학습주제, 학습목표, 학습자료, 학습단계, 교수학습 활동과정, 지도 시 유의점 등의 내용을 포함한다. 앞선 주제발표에서 교수-학습과정 안작성 방법에 대한 설명이 있었으므로 본고에서는 영양교육 교수-학습과정안 작성 시 학습목표 진술방법과 영양교육 주제별 작성 사례를 중심으로 살펴보고자 한다.

### 1. 교수-학습과정안의 학습목표 진술방법

#### 1) 학습목표 진술방식

학습목표의 진술양식에 대해서는 학자들에 따라서 상이한 견해를 가지고 있는데, 그것은 어떤 요소들을 중심으로 진술되느냐가 다르기 때문이다. 여기서는 영양교육 교수-학습과정안 작성에 활용될 수 있는 기본적인 진술방식을 제시하면 다음과 같다.

한 진술문 속에 구체적인 내용과 행동이 포함되어 제시되어야 한다.

학습목표에는 학습자가 수업이 끝난 후에 할 수 있어야 하는 것이 무엇인지, 혹은 어떻게 느끼고 생각해야 하는지에 관한 행동명이 진술되어야 하고, 또 무엇에 대하여 느끼고 생각해야 하는지에 관한 내용이 동시에 진술문 속에 표시되어야 한다. 예를 들어, ‘식품구성분에 포함된 식품군 이름을 열거한다.’라는 학습목표가 있다고 할 때, ‘식품구성분에 포함된 식품군 이름’은 내용에 해당하겠고, ‘열거한다’는 행동에 해당한다. 그러나 여기서 한 가지 주의해야 할 점은 행동을 규정하는 동사로서 ‘이해한다’, ‘안다’, ‘느낀다’, ‘추측한다’ 등은 학습된 결과를 알기가 어려우므로 학습목표에서는 사용하지 않아야 한다는 것이다. 왜냐하면, 내용이나 행동을 의미하는 것이 너무나 크고 광범위하여 애매하기 때문에 학습될 행동을 대표해서 표시할 수 있는 구체적인 동사를 택해서 사용하도록 한다.

#### 2) 학습목표 진술에 사용되는 행동 동사

학습목표에는 학습결과가 명세되어야 하고, 학습결과는 내용과 행동으로 구분될 수 있다. 이 점에 착안하여 교육목표 분류학이라는 이름 아래 교육목표를 내용-행

동으로 이원분류하는 방법이 개발되었고, 이 분류법은 학습목표의 설정에 많은 도움을 주고 있다. 교육목표 분류학에서는 행동을 인지적 영역(cognitive domain), 정의적 영역(affective domain), 운동기능적 영역(psychomotor domain)으로 나누고 있다.

### (1) 인지적 영역

인지적 영역 목표는 크게 지식과 지적 능력 및 기능(이해력, 적용력, 분석력, 종합력, 평가력)의 발달에 관한 지적 과업들이 포함되는 목표를 말하며, 이를 구체적으로 설명하면 다음과 같다.

#### ① 지식(knowledge)

: 지식이란 이미 배운 내용 즉 사실, 개념, 원리, 방법, 유형, 구조 등의 기억(recall)을 의미한다.

#### ② 이해력(comprehension)

: 이해력은 이미 배운 내용에 관한 의미를 파악하는 능력을 뜻하며, 단순히 자료를 기억하는 수준을 넘어 자료의 내용이 다소 바뀌어도 그 의미를 파악하고 해석하고 또 추론하는 능력을 말한다.

#### ③ 적용력(application)

: 적용력은 이미 배운 내용, 즉 개념, 규칙, 원리, 이론, 기술, 방법 등을 구체적인 또는 새로운 장면에 활용하는 능력을 가리킨다.

#### ④ 분석력(analysis)

: 분석력은 조직, 구조 및 구성요소의 상호관계를 이해하기 위하여 주어진 자료의 구성 및 내용을 분석하는 능력을 의미한다.

#### ⑤ 종합력(synthesis)

: 종합력은 비교적 새롭고 독창적인 형태, 원리, 관계구조 등을 만들어 내기 위하여 주어진 자료의 내용 및 요소를 정리하고 조직하는 능력을 뜻한다.

#### ⑥ 평가력(evaluation)

: 평가력은 어떤 특정한 목적과 의도를 근거로 하여 주어진 자료 또는 방법이 가지고 있는 가치를 판단하는 능력을 말한다. 판단은 명확한 준거에 기초를 둔다. 평가력은 인지적 영역 중에서 가장 상위단계에 있는 목표이다.

### (2) 정의적 영역(affective domain)

정의적 영역은 흥미, 태도, 가치의 변화와 감상력과 적용력의 개발을 포함하는 목표를 말한다.

### (3) 운동기능적 영역(psychomotor domain)

운동기능적 영역의 목표는 손으로 다루는, 그리고 근육운동이라고 할 수 있는 기능을 발전시키고자 하는 목표를 다루고 있다.

학습목표 진술에 사용되는 동사와 영양교육 학습목표 작성에 활용할 수 있는 학습목표의 예는 다음 표 1과 같다.

**표 1. 목표 진술에 사용되는 동사 및 영양교육 학습목표의 예**

영역	목표진술에 사용되는 동사의 예	영양교육 학습목표 진술 예시	
인 지 적 영 역 (이해)	지식	정의한다, 열거한다, 기술한다, 진술한다, 찾아낸다, 명칭을 맨다, 작지운다.	○ 편식을 정의한다. ○ 식품구성단의 식품군을 열거한다. ○ 칼슘의 체내기능을 기술한다.
	이해	구별한다, 설명한다, 전환한다, 부연한다, 일반화한다, 예시한다, 예측한다, 요약한다.	○ 좋은 식습관과 나쁜 식습관을 구별한다. ○ 식이섬유의 체내역할을 설명한다.
	적용	적용한다, 작성한다, 계산한다, 사용한다, 수정한다, 조정한다, 준비한다.	○ 자신의 열량에 맞는 식단을 작성한다. ○ 자신의 비만도를 계산한다. ○ 식사운동일기를 주 3회 쓴다.
	종합	계획한다, 제안한다, 설계한다, 분류한다, 고안한다, 창출한다.	○ 자신의 열량에 맞는 식단을 계획한다. ○ 식품교환표의 식품군을 군별로 분류한다.
	평가	판단한다, 판정한다, 평가한다, 비교한다, 등급을 매긴다.	○ 주어진 식단이 가족의 기호도에 적합한지 그 여부를 판단한다. ○ 자신의 비만도를 판정한다. ○ 식사내용의 영양적 균형상태를 평가한다.
	정의적 영역 (태도)	수용한다, 인식한다, 주의 깊게 듣는다, 태도를 가진다, 관심을 가진다, 완성한다, 참여한다, 흥미를 보인다, 실행한다.	○ 비만의 심각성을 인식한다. ○ 편식 실습시간에 자진해서 참여한다. ○ 음식을 골고루 먹으려는 태도를 가진다. ○ 역할연기에 대하여 흥미를 보인다.
운동 기능적 영역 (기능)	선택한다, 시작한다, 찾아낸다, 준비한다, 진행시킨다, 만든다, 조립한다, 진열한다, 혼합시킨다, 측정한다, 변화시킨다, 조정한다, 정돈한다, 설계한다.	○ 샌드위치 만드는데 필요한 조리기구를 찾아낸다. ○ 시범에 따라서 스크램블드 샌드위치를 만든다. ○ 환자의 상태에 따라 식사량을 조정한다.	

### 3) 학습목표 진술 시 주의점

어떤 방식의 진술형태를 택하든 학습목표는 두 사람 이상이 보아서 같은 생각을 가질 수 있는 수준의 것으로 진술해야 한다. 간편하면서도 애매성 없는 진술로서 우리들이 사용하고 있는 구체적인 내용과 구체적인 행동이 동시에 나타날 수 있으면 최소한 학습목표의 진술로 적합하다. 흔히 범하기 쉬운 오류를 살펴보면 다음과 같다.

**첫째, 교사의 수업행동이나 수업 중에 할 교사의 활동을 학습목표로 진술하는 오류이다.** 수업과정에서 수업자가 항상 관심을 두어야 할 것은 주어진 시간의 수업

이 끝난 후 학습자가 해낼 수 있는 능력이 무엇인가이다. 그러므로 학습목표로는, 학습자에게 변화되기를 혹은 획득하기를 바라는 것을 진술해야 한다. 예를 들어, ‘게임을 통해 기초식품군의 식품을 알게 한다.’는 진술은 학습 후에 나타나는 학생의 행동이 아니라 교사의 활동에 강조를 둔 것이다. 따라서 이 경우 ‘기초식품군의 식품을 열거할 수 있다’ 등으로 수정하여야 한다.

**둘째로, 학습결과로 변화될 행동을 기술하는 것이 아니라 학습의 과정을 기술하는 오류이다.** 예를 들어, ‘가족의 영양문제에 대하여 토론한다’의 경우에 이는 학습목표라고 하기보다는 수업시간 중에 학습자가 하는 학습행동의 하나이지, 수업결과로 산출되어야 할 행동을 의미하지는 않는다. 가족의 영양문제에 관하여 학습자들이 토론함으로써 얻어지기를 기대하는 것이 무엇인지가 바로 학습목표가 될 것이다. ‘가족 영양문제의 발생원인을 말할 수 있다’와 같은 것이어야 한다.

**셋째로, 가르칠 교과목의 내용이나 주요 제목을 학습목표라고 열거하는 것이다.** 예를 들어, ‘영양소의 기능’ 등 한 교과목의 주요 내용이나 제목을 기술해 놓고 그것을 학습목표로 생각하는 경우를 흔히 볼 수 있다. 그러나 학습목표는 그 시간에 학생들이 획득할 능력, 태도, 기능 등에 관심을 두어야 한다.

**넷째로는, 한 가지 학습목표 속에 두 가지 이상의 학습결과를 포함시키는 오류이다.** 예를 들어, ‘당뇨병의 식사요법을 설명하고, 이를 실생활에 적용한다.’라고 진술한 경우에 ‘설명한다’와 ‘적용한다’라는 두 가지 학습결과를 포함하고 있다. 이 때 학습자는 설명은 하지만 적용은 못하는 경우도 있을 수 있으므로 학습된 결과를 확인하기도 어렵지만, 교수매체의 선정과 수업활동을 제공하는 경우에도 어느 것에 초점을 맞추어야 할지가 애매하다.

**다섯째로는, 학습목표를 정확하게 진술하면 할수록 좋다는 생각 때문에 지나치게 세분화시켜 한 시간의 학습목표가 너무 많아지게 되는 경우이다.** 너무 많은 학습목표는 시간이 부족하여 어느 한 가지도 제대로 성취하지 못할 것이다.

## 2 영양교육 주제별 교수-학습과정안 작성 사례

현재까지 제시된 본시 교수-학습과정안의 양식은 다양하지만 이 중 영양교육에서 활용하기에 적합한 형태를 선택하여 아침결식, 비만, 편식을 주제로 하는 교수-학습과정안을 작성하였다. 비만과 편식에 대해서는 특별활동반 운영지침서의 차시별 지도 계획을 표 2, 표 3에 제시하였고, 이 중 비만관리 교육-학습과정안은 2차시와 3차시 주제를, 편식예방 교수-학습과정안은 2차시와 7차시 주제를 사례로 제시하였다.

## 아침결식 예방을 위한 영양교육 교수-학습과정안 예시

2007년 5월 11일 금요일 3교시

영양교사 :

단 원	아침식사를 하자	학 년	5	차시	1/4
학습주제	아침식사는 필수조건!	학습형태	강의식, 멀티미디어 활용		
학습목표	1. 아침식사를 해야 하는 이유를 말할 수 있다. 2. 아침식사를 꼭 하려는 태도를 갖는다.				
학습자료	지침서, 교재, 동영상(몸속체험이야기), 플래시 노래(밥사랑송), 패널(실천다짐나무)				
학습단계	교수 - 학습 활동			시간	자료 및 유의점
학습문제 확인	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 동기유발           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 오늘 아침식사를 했는지, 했다면 어떤 메뉴였는지 질문하기</li> <li>· 아침결식을 했다면 그 이유와 아침결식 빈도 질문하기</li> </ul> </li> <li>○ 학습목표 제시</li> </ul>		3'		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 학습 문위기를 조성하고, 학습 목표를 명확히 제시한다.</li> </ul>
문제제시 정보탐색	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 아침결식의 문제점 제시           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 아침식사를 걸렀을 때 느끼는 신체변화에 대해 질문하기</li> <li>· 아침결식의 문제점 설명하기</li> </ul> </li> <li>○ 아침식사의 중요성 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 아침식사를 왜 해야 하는지 질문하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 학생은 자유롭게 생각을 말한다.</li> </ul> </li> <li>· 동영상 「몸속체험 이야기」 시청하기</li> <li>· 아침식사를 해야 하는 이유를 동영상과 연관지어 설명하기</li> </ul> </li> </ul>		5' (8')		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 지침서</li> <li>· 교재</li> <li>· 파워포인트</li> </ul>
생각자극 해결안 검증	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 아침식사를 거르지 않기 위한 방법 질문           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 학생들이 스스로 해결방안을 모색하도록 유도하기</li> <li>· 아침식사를 맛있게 하는 방법 설명하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 야식을 피한다, 충분한 수면, 가벼운 아침운동을 한다.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>○ 아침먹기 실천다짐           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 실천 다짐 나무에 각자 다짐열매 부착하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 매일 아침먹기를 실천하기로 다짐하면서 다짐나무에 첫 번째 ‘나의 실천다짐열매’를 부착한다.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		15' (23')		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 동영상 「몸 속 체험이야기」</li> <li>· 아침식사를 할 수 있는 방법을 스스로 찾도록 지도한다.</li> <li>· 패널(실천다짐 나무)</li> </ul>
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 아침식사의 중요성에 대하여 정리</li> <li>○ 밥사랑송 노래</li> <li>○ 차시 수업(나의 아침식사는?) 예고</li> </ul>		3' (36')		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 밥사랑송</li> </ul>
평가계획	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 평가하기           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 아침식사는 왜 해야 하는가?</li> <li>· 앞으로 매일 아침식사를 하려고 하는가?</li> </ul> </li> </ul>				

**표 2. 특별활동반-건강관리반 차시별 지도계획**

차시	학습주제	학습내용	학습자료
	<b>대상 진단 및 반 편성</b>	▪ 신체계측	▪ 참가신청서, 학부모동의서 ▪ 신장계, 체지방측정기
1	<b>건강관리반 소개</b>	▪ 건강관리반 소개 ▪ 건강관리반가: 우리는 튼튼이 ▪ 설문조사	▪ 노래: 우리는 튼튼이 ▪ 설문지, 가정통신문
2 (본시)	<b>소아비만은 알자!</b>	▪ 소아비만의 실태, 원인, 합병증 ▪ 비만도 판정방법	▪ 방송자료: 소아비만의 심각성 ▪ 한국소아의 신장별체중백분위수
3 (본시)	<b>식사운동일기른 쓰자!</b>	▪ 비만관리방법(식사, 운동, 행동수정요법) ▪ 식사운동일기 작성법	▪ 동영상: 튼튼퀴와 통통퀴 ▪ 식사운동일기 양식
4	<b>곧고루 먹자!</b>	▪ 식품구성탐 ▪ 균형식단의 중요성	▪ 동영상: 세고양이 이야기 ▪ 곧고루총
5	<b>알맞게 먹자!</b>	▪ 식사목표세우기 ▪ 나에게 맞는 식단 짜기	▪ 동화: 치히로 이야기
6	<b>생활 속의 운동은 실천하자!</b>	▪ 운동의 효과 및 비만과의 관계 ▪ 음식과 운동열량	▪ 동영상: 포리신랑
7	<b>지방 섭취를 줄이자!</b>	▪ 지방의 종류와 작용 ▪ 트랜스지방, 패스트푸드 과잉 섭취의 문제점	▪ 방송자료: 콜레스테롤 및 트랜스지방섭취와 건강과의 관련성
8	<b>암록달록 색깔 채소, 많이 먹자!</b>	▪ 암록달록 색깔채소의 좋은 점 ▪ 영양 신호등	▪ 동영상: 백설공주와 일곱색깔 난장이 ▪ 야채총
9	<b>아침식사는 꼭수조건!</b>	▪ 아침식사와 비만과의 관계 ▪ 아침식사와 공부와의 관계	▪ 동영상: 몸속체험이야기
10	<b>아직은 불은 신호등!</b>	▪ 간식의 중요성과 선택 ▪ 야식, 외식의 문제점	▪ 동영상: 튼튼이와 우람이의 꿈속 여행
11	<b>싱겁게 먹자!</b>	▪ 나트륨 ▪ 영양표시	▪ 동영상: 싱겁게 먹게 된 피노키오 ▪ 싱겁게 먹기총
12	<b>올바른 다이어트를 실천하자!</b>	▪ 요요현상 ▪ 유행 다이어트의 종류 및 문제점 ▪ 올바른 다이어트 방법	▪ 동영상: yoyo효과, 미문오리의 아름다운 비행
	<b>총괄 평가</b>	▪ 설문조사 ▪ 신체계측	▪ 설문지 ▪ 신장계, 체지방측정기

자료: 이연경 등, 2007

## 비만관리를 위한 영양교육 교수-학습과정안 예시(1)

2007년 5월 18일 금요일 3교시

영양교사 :

단 원	비만관리	학 년	5	차시	2/12
학습주제	비만을 알자!	학습형태	강의식, 멀티미디어 활용		
학습목표	1. 소아비만의 심각성을 인식한다. 2. 자신의 비만도를 판정한다.				
학습자료	지침서, 교재, TV 보도자료(비만의 심각성)				
학습단계	학습 활동	교사의 역할	시간	자료 및 유의점	
문제인식	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 듣기유발           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 방송자료 「소아비만의 심각성」 시청하기 - 소아비만의 실태를 파악한다.</li> </ul> </li> <li>○ 학습목표 제시</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 소아비만 증가실태에 대한 심각성을 강조하며, 보도자료를 보여준다.</li> </ul>	4'	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 방송자료 「소아비만의 심각성」</li> </ul>	
문제확인	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 비만의 원인 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신의 비만 원인은 무엇이라고 생각하는지 질문하기</li> <li>· 비만의 원인 설명하기</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 부끄럽게 생각하지 않고 자신의 문제점을 드러내도록 유도한다.</li> </ul>	8' (12')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 지침서</li> <li>· 교재</li> <li>· 파워포인트</li> </ul>	
정보탐색	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 비만의 합병증 제시           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 비만 합병증에 대해 질문하기</li> <li>· 비만의 합병증에 대해 설명하기</li> </ul> </li> <li>○ 비만도 판정법 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 비만도 계산법 및 판정법 설명하기 - 학생 스스로 자신의 비만도를 계산한다.</li> <li>· 학생 스스로 자신의 비만도를 판정한다.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 소아비만의 60-80%는 성인비만으로 이행됨을 강조, 올바른 생활습관 가질 것을 당부한다.</li> <li>· 미래 건강한 성인이 되기 위해 체중관리 노력을 할 것을 다짐시킨다.</li> </ul>	10' (22')		
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 비만의 심각성 및 비만 판정법 정리</li> <li>○ 「우리는 튼튼이」(월드컵송 개사) 노래</li> <li>○ 차시 수업(식사운동일기 쓰기) 예고</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 노래를 부르면서 즐거운 분위기를 형성하여 올바른 생활습관을 갖자고 약속한다.</li> </ul>	4' (40')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 「우리는 튼튼이」</li> </ul>	
평가계획	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 평가하기           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 비만하면 어떤 질병들이 생길 수 있는가?</li> <li>· 비만도를 판정할 수 있는가?</li> </ul> </li> </ul>				

## 비만관리를 위한 영양교육 교수-학습과정안 예시(2)

2007년 5월 25일 금요일 3교시

영양교사 :

단 원	비만관리	학 년	5	차시	3/12			
학습주제	식사운동일기를 쓰자!	학습형태	강의식, 실습, 멀티미디어 활용					
학습목표	1. 비만관리 방법을 말할 수 있다. 2. 식사운동일기를 주 3회 쓸 수 있다.							
학습자료	지침서, 교재(운동식사일기), 동영상(튼튼쥐와 통통쥐)							
학습단계	학습 활동	교사의 역할	시간	자료 및 유의점				
도 입	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 동기유발           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 학생들의 비만관리방법에 대해 질문하기</li> <li>· 일기를 쓰고 있는지 질문하기</li> </ul> </li> <li>○ 학습목표 제시</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 적극적으로 수업에 임할 수 있도록 학습분위기를 조성한다.</li> </ul>	2'					
전 개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 소아비만 관리 방법 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 비만관리 방법 질문하기</li> <li>· 동영상 「튼튼쥐와 통통쥐」 시청하기</li> <li>- 퉁퉁쥐의 생활습관을 익힌다.</li> <li>- 비만관리 3가지 방법 간단히 설명하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 비만관리 식사요법을 설명한다.</li> <li>- 비만관리 운동요법을 설명한다.</li> <li>- 비만관리 행동수정요법을 설명한다.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>○ 식사운동일기 쓰는 방법 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 식사일기 쓰는 방법 설명하기</li> <li>· 운동일기 쓰는 방법 설명하기</li> </ul> </li> <li>○ 식사운동일기 쓰기           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 식사운동일기 쓰기 지도하기</li> <li>- 각자 식사운동일기를 써 본다.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 통통쥐가 퉁퉁쥐처럼 건강하게 된 비결을 질문하면서 비람직한 생활습관의 중요성을 인식시키고, 비람직한 생활습관을 갖도록 당부한다.</li> </ul>	16' (18') 10' (28') 10' (38')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 동영상 「튼튼쥐와 통통쥐」</li> <li>· 지침서</li> <li>· 교재</li> <li>· 파워포인트</li> </ul>				
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 비만관리 방법 정리</li> <li>○ 「우리는 퉁퉁이」(월드컵송 개사) 노래</li> <li>○ 차시 수업(골고루 먹자) 예고</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 지금부터 올바른 생활습관을 갖자고 약속한다.</li> </ul>	2' (40')	· 「우리는 퉁퉁이」				
평가계획	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 비만관리 방법에는 어떤 것이 있을까?</li> <li>· 식사운동일기를 주 3회 쓸 수 있겠는가?</li> </ul>							

**표 3. 특별활동반-편식관리반 차시별 지도계획**

차시	학습주제	학습내용	학습자료
	<b>대상진단 및 반편성</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 나의 편식지수</li> <li>• 나의 식생활지수</li> <li>• 편식관리반 소개</li> <li>• 식습관 조사</li> <li>• 영양상태 판정</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 참가신청서</li> <li>• 학부모동의서</li> </ul>
1	<b>편식관리반 소개</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 편식의 원인</li> <li>• 편식의 문제점</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 설문지</li> </ul>
2 (본시)	<b>편식을 알자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 편식의 원인</li> <li>• 편식의 문제점</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 세창동이 이야기</li> </ul>
3	<b>곧고루 먹자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 식품구성 탐</li> <li>• 영양소 이야기</li> <li>• 균형식</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 세교양이 이야기</li> <li>• 곧고루총</li> </ul>
4	<b>우유를 마시자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 칼슘의 역할</li> <li>• 우유를 마셔야 되는 이유</li> <li>• 탄산음료와 치아건강</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 우유 에피소드</li> <li>• 우유총</li> </ul>
5	<b>조리실습(1)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 김치 만들기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 김치만드는 과정</li> <li>• 김치총</li> </ul>
6	<b>색깔 채소와 과일을 먹자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 채소와 과일 색깔 영양소</li> <li>• 채소와 과일의 섭취 이유</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 알록달록 색깔천 사들</li> <li>• 야채총</li> </ul>
7 (본시)	<b>역할극</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 색깔 영양소의 체내 역할</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 연극대본 및 소품 : 백설공주와 일곱색깔 난장이</li> <li>• 건강총</li> </ul>
8	<b>몸에 좋은 지방을 먹자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 트랜스 지방</li> <li>• 오메가 3-지방산</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상(보도자료) : 콜레스테롤/트랜스지방</li> </ul>
9	<b>조리실습(2)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 채소, 생선 이용한 음식 만들기           <ul style="list-style-type: none"> <li>- 스크램블드에그 샌드위치</li> <li>- 삼색참치주먹밥</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상: 샌드위치와 주먹밥 만드는 방법</li> </ul>
10	<b>저체중은 탈출하자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 표준체중계산법</li> <li>• 저체중의 정의, 원인, 문제점</li> <li>• 저체중의 해결방법</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 튼튼이와 우람이의 꿈속여행</li> </ul>
11	<b>아침식사를 꼭 하자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 아침식사와 두뇌 활동</li> <li>• 건강한 아침식사 하는 방법</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 몸속 체험이야기</li> <li>• 밥사랑총</li> </ul>
12	<b>올바른 간식 습관을 갖자!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 간식의 정의, 문제점</li> <li>• 패스트푸드와 인스턴트식품</li> <li>• 올바른 간식 섭취 방법</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 : 세상에서 가장 예쁜 신부</li> <li>• 건강총</li> </ul>
	<b>제가 달라졌어요!</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 식습관 조사</li> <li>• 영양상태 판정</li> <li>• 편식교정 후의 사후관리</li> </ul>	

자료: 이연경 등, 2007

## 편식예방을 위한 영양교육 교수-학습과정안 예시(1)

2007년 6월 1일 금요일 3교시

영양교사 :

단원	편식 예방	학년	3	차시	2/12			
학습주제	편식을 알자!	학습형태	강의식, 멀티미디어 활용					
학습목표	1. 편식을 정의한다. 2. 편식의 문제점을 열거한다.							
학습자료	지침서, 교재, 동영상(세쌍둥이 이야기), 플래시 노래(골고루송)							
학습단계	학습 활동	교사의 역할	시간	자료 및 유의점				
학습문제 확인하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 전시학습 확인           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 1차시에 조사한 설문결과 발표하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 편식관리반 학생들의 편식지수, 식습관 및 식품기호도 조사 결과를 배부한다.</li> </ul> </li> <li>○ 학습목표 제시</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 편식 습관을 고치려는 의지를 갖도록 격려한다.</li> </ul>	5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 설문조사 결과</li> </ul>				
문제형성	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 편식의 정의 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 편식이 무엇인지 질문하기</li> <li>· 편식의 정의를 설명하기</li> </ul> </li> <li>○ 편식하는 이유 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 편식하는 이유에 대해 질문하기</li> <li>· 일반적인 편식 이유에 대해 설명하기</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신의 편식 이유를 밝힐 수 있도록 예를 들어준다.</li> </ul>	5' (10')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 지침서</li> <li>· 교재</li> <li>· 파워포인트</li> </ul>				
정보탐색	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 편식의 문제점 설명           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 동영상 「세쌍둥이 이야기」 시청하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 튜더이가 편식으로 인해 성인기에 어떤 어려움을 겪는지 관심 있게 본다.</li> </ul> </li> <li>· 편식을 계속 할 경우 신체적으로 어떤 증상이 나타나는지 질문하기</li> <li>· 편식으로 인한 문제점 설명하기</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 세쌍둥이 좀 누구의 식습관이 바람직한지 20년 후의 모습을 보면서 생각하도록 유도한다.</li> </ul>	5' (15')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 동영상 「세쌍둥이 이야기」</li> </ul>				
생각자극	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 편식을 계속 할 경우 신체적으로 어떤 증상이 나타나는지 질문하기</li> <li>· 편식으로 인한 문제점 설명하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 12주간의 특별활동반을 통하여 특별히 싫어하는 식품 없이 골고루 잘 먹는 식습관을 들일 것을 당부한다.</li> </ul>	20' (35')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 골고루 송</li> </ul>				
해결안 제시	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 편식관리반 출석 100% 다짐           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 편식 탈출방법은 편식관리반 출석 100% 임을 강조하기</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 골고루 송을 신나게 부르면서 골고루 먹으려는 태도를 갖도록 권한다.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· 골고루 송</li> </ul>				
정리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 편식의 정의 및 문제점 정리</li> <li>○ 골고루 송 노래</li> <li>○ 차시 수업(골고루 먹자) 예고</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 골고루 송을 신나게 부르면서 골고루 먹으려는 태도를 갖도록 권한다.</li> </ul>	5' (40')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 골고루 송</li> </ul>				
평가계획	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 평가하기           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 편식이란 무엇인가?</li> <li>· 편식의 문제점은 무엇인가?</li> </ul> </li> </ul>							

## 편식예방을 위한 영양교육 교수-학습과정안 예시(2)

2007년 6월 8일 금요일 3교시

영양교사 :

단 원	편식 예방	학 년	3	차시	7/12			
학습주제	색깔채소와 과일을 많이 먹자!	학습형태	역할극, 멀티미디어 활용					
학습목표	1. 역할극을 통하여 색깔채소와 과일을 먹으려는 태도를 갖는다.							
학습자료	역할극 대본 및 소품, 동영상(백설공주와 일곱색깔 난장이), 플래시 노래(아채춤)							
학습단계	학 습 활 동	교사의 역할	시간	자료 및 유의점				
학습문제 확인	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 전시학습 확인           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 색깔영양소의 체내 역할 질문하기</li> <li>· 채소를 먹어야 하는 이유 질문하기</li> </ul> </li> <li>○ 과제 확인           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 모둠별로 역할극 대본을 확인하기</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 채소와 과일에 포함된 색깔 영양소의 체내역 할 질문 및 조별로 작성한 역할극 대본을 확인한다.</li> </ul>	3'	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 역할극 대본</li> </ul>				
창의적 구상 전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 역할극 준비           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 색깔 채소와 과일 및 소품을 준비하기</li> </ul> </li> <li>○ 역할극 실시           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 모둠별로 역할극 하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 모둠별로 일곱 색깔(빨강, 주황, 노랑, 초록, 하양, 보라, 검정) 채소나 과일을 의인화하여 역할극을 한다.</li> <li>- 모둠별 역할극 시간은 3분으로 제한한다.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>○ 역할극 마무리           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 모둠별로 발표하기               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 역할극을 직접 하거나 보고 느낀 점을 발표한다.</li> <li>- 동영상 「백설공주와 일곱색깔난장이」 시청하기</li> <li>- 색깔채소의 체내역할 및 중요성을 되새긴다.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 모둠별로 준비한 소품들을 잘 정리하여 섞이지 않도록 주의시킨다.</li> <li>· 모둠별 주어진 시간 내 마칠 수 있도록 2분 지나면 시간을 알려준다.</li> </ul>	2' (5')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 모둠별 주어진 시간 내 마칠 수 있도록 2분 지나면 시간을 알려준다.</li> <li>· 색깔 영양소의 체내역할을 상기시킨다.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 동영상 「백설공주와 일곱색깔난장이」</li> </ul>			
의사교환 활동	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 모둠별로 발표하기</li> <li>○ 동영상 「백설공주와 일곱색깔난장이」 시청하기</li> <li>○ 색깔채소의 체내역할 및 중요성을 되새긴다.</li> </ul>		12' (38')					
정 리	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 아채춤 노래</li> <li>○ 차시 수업(몸에 좋은 지방을 먹자!) 예고</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 아채춤을 부르면서 채소와 과일을 먹으려는 태도를 갖도록 유도한다.</li> </ul>	2' (40')	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 「아채춤」</li> </ul>				
평가계획	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 평가하기           <ul style="list-style-type: none"> <li>· 앞으로 색깔채소와 과일을 먹으려고 노력할 것인가?</li> </ul> </li> </ul>							

## 역할극을 통한 평가방법

평가관점	평가척도			반영 비율	점수
	상	중	하		
문제해결	색깔채소의 역할을 우수하게 표현함	색깔채소의 역할에 대한 표현 방법이 다소 미비하지만 비교적 잘함	색깔채소의 역할에 대한 표현 방법이 부족함	40%	
표현력	주제를 잘 표현하고 연기력도 우수함	연기력은 조금 부족하지만 주제 표현을 잘함	주제 표현력과 연기력이 부족함	40%	
준비성	주어진 시간 내에 완성하고 사전 준비가 잘됨	주어진 시간 내에 완성하였으나 사전 준비가 미비함	주어진 시간 내에 완성하지 못했으며 사전 준비가 부족함	20%	

## 참고문헌

1. 이상혁, 이용순, 김성식, 김진수, 성철, 이기훈, 임공희, 이기영, 이은영, 김대년, 이정원, 김유미, 중학교 1학년 기술·가정 교사용 지도서, (주) 두산, 2006
2. 이연숙, 가정과 교육의 이론과 실제, 신광출판사, 2002
3. 정명화, 김신곤, 권기, 김준규, 신경숙, 예비교사를 위한 교육방법의 이론과 실제, 학지사, 2005
4. 변영계, 김영환, 손미, 교육방법 및 교육공학, 학지사, 2000
5. 이연경, 배인숙, 신경희, 김윤화, 초등학교 특별활동반 운영지침서 - I. 편식관리 반, II. 건강관리 반, 대한영양사협회 중간보고서, 2007