

중·고등학교 여학생의 식생활관리 능력에 관한 실태 연구

주 명 자* · 임 양 순**

강원도 사임당연구원* · 강원대학교 사범대학 가정교육학과**

A Study on the Ability of the Meal Management of the Middle and High School Girls

Choo, Myoung-Ja* · Im, Yang-Soon**

*Saimdang Education Academy**

*Dept. of Home Economics Education, Kangwon National University***

Abstract

The ability of the meal management of the middle and high school girls in Kangweon area was surveyed by Likert scale questionnaire.

The results were as follows:

1. The ability of the meal management of the middle school girls have good marks in table etiquette as 3.93 point, in using cooking apparatus as 3.86 points, in sanitation management as 3.76 points and in food selection as 3.70 points, but not so good in food preparation as 3.56 points, in meal planning as 3.22 points and in table setting as 3.20 points.

2. For the high school girls they have good marks in table etiquette(3.99 points), using cooking apparatus(3.96 points), food selection(3.95 points) and sanitation management(3.93 points), but not so good in food preparation(3.64 points), meal planning and table setting(3.36 points each).

3. And we found that they have a significant difference in ability of meal planning, table setting, food selection and sanitation manabement($P < 0.001$) but no significant difference in food preparation, using cooking apparatus and table etiquette between middle and high school girls. In general they have a significant difERENCE in ability of meal management between middle and high school girls.

I. 서 론

가정과 교육은 가정생활에 관한 학습을 통하여

가정과 사회의 일원으로서 바람직한 자질을 양성하는 전인적인 인격의 형성을 목표로하는 교육이며 아울러 가정의 기능을 충분히 발휘할수 있도록 기초능력을 기르는 생활교육이다. 따라서 과학기술을

중심으로 하며 생활에 필요한 기초적 기술을 습득시켜 생활 기술에 대한 이해와 이론을 일상 가정 생활에 침투시키고 구체화하여 실천하는 태도를 양성하는 실천교육이기도 하다.¹⁾ 가정과 교육중 식생활 영역은 중·고등학교를 통하여 중학교²⁾에서는 건강과 식생활, 식품과 관리, 식생활계획, 식품의 조리, 식품의 가공, 식생활 문화, 매일의 식사, 단체 급식, 특수식을, 고등학교³⁾에서는 인체와 영양, 식품과 조리, 식생활관리, 조리의 윤리, 조리의 실제 등을 영역으로 나누어 배우게 되고 배운 지식 및 기술을 가정에서 실천함이 중요하다고 생각된다.

식생활 영역중 식생활 관리는 식생활 전반에 관계되는 여러요소-영양 필요양과 식품관, 식비의 예산과 식단계획, 식품의 선정과 구입방법, 조리법과 상차림에 관한 의사를 결정하는 행위이다.⁴⁾ 또한 식사와 관계되는 모든 활동과 의사결정, 그리고 실천하는 것을 책임받은 사람을 식생활 관리자(Meal Manager)라고 부르고 그 책임의 내용을 식생활 관리라고 한다.⁵⁾

현재 우리나라에서는 주부가 식생활 관리자로서 역할을 담당하고 있는 가정이 많은데⁶⁾ 여성의 사회 진출 및 직장 진출의 증가로 인해 가정에서의 여성의 전통적인 역할 분담에 변화를 가져오고 있다.⁷⁾ 6차 교육과정 개정으로 1995학년부터 가정교과의 남·녀 공수로 학교에서 배운 지식을 식생활에 이용하는 측면에서나 여성의 사회진출에 따른 가사노동 분담의 측면에서 볼때 앞으로는 주부아닌 남편이나 자녀들의 식생활 관리 능력 및 실천여부가 가정생활에 미치는 영향이 커질 것으로 보여진다.

현재 학교에서 가정과 교육을 받고 있는 여학생의 경우 실험 실습 흥미도 조사에서 음식 만들기가 1순위, 가정에서의 활용도가 1순위로 보고 되고 있고,⁸⁾ 여고생의 학교에서 배우는 가정과 교과 내용에 대한 관심도 조사에서는 식생활이 가장 높았고⁹⁾ ~¹⁰⁾ 실생활에 이용되는 분야도 식생활이 1순위로 보고되고 있는 점¹¹⁾으로 미루어 볼때 학교에서 배운 지식을 활용하고자 하는 학생들의 욕구가 큰 것으로 보여진다.

이에 본 연구는 중·고등학교에서 배우는 식생활 영역중 식생활 계획, 식품선택, 음식만들기, 상차림, 위생관리, 조리기기사용, 식사예절등의 식생활 관리 분야에 대한 학생들의 능력 실태를 조사하였다. 지금까지 식생활 관리에 관한 연구는 주부들을 대상

으로 한 연구^{6), 12)~14)}가 있을 뿐이고 학교에서 배운 지식을 가정에서 실천할수 있는 여학생을 대상으로 한 연구는 거의 없는 실정이다.

본 연구는 강원지역에 재학중인 여자 중·고등학생을 대상으로 식생활 관리 면에서 실제로 그 능력의 수준을 파악하여 앞으로의 가정 교과중의 식생활 영역의 내용 구성과 지도 방향에 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 조사대상 및 기간

본 연구는 강원도내 여자 중·고등학교에 재학중인 2학년 학생들을 대상으로 조사하였다.

중·고등학교 각각 500부씩의 설문지를 배부하여 회수한후 응답이 불충분한 자료를 제외하고 중학교 465부, 고등학교 478부를 자료처리로 이용하였다. 조사기간은 1992년 9월 15일부터 30일 까지이다.

2. 조사도구 및 방법

본 조사는 중·고등학교 가정교과서를 토대로 식생활관리 능력에 관한 문항을 식생활계획 5문항, 식품의 선택 5문항, 음식만들기 15문항, 상차림 5문항, 위생관리 5문항, 조리기기 사용 10문항, 식사예절 5문항, 총 50문항으로 설문지를 작성하였다. 식생활 관리는 중학교 1학년 가정에서 「식품의 관리」 단원에서 식품의 종류와 선택, 음식만들기, 식사예절, 식생활기기 등을 학습하고 2학년 과정에서는 「식품의 조리」 단원에서 조리방법의 종류, 음식만들기 등을 학습하게 된다. 고등학교 가정에서는 「식품과 조리」 단원에서 식품의 종류와 선택, 「식생활 관리」 단원에서 식사계획, 음식만들기와 상차림에 대해서 학습하게 되므로 본 연구의 설문작성은 중학교 과정에서 학습한 내용을 중심으로 작성하여 조사하였다. 작성된 설문지는 교사들의 협조로 학생들에게 배부하여 답하게 한후 회수하였다.

3. 자료처리

본 연구를 위한 자료처리는 5단계 척도법으로 설문지에서 아주 못한다 1점, 못한다 2점, 보통이다 3점, 잘한다 4점, 아주잘한다 5점을 주었다. 통계처리는 SPSS 프로그램을 이용하여 백분율과 빈도 및 평균점수를 내었고 중·고등학생의 유의차를 검증

하기 위하여 t-test를 하였다.

로 <표 1>에서와 같이 어머니의 학력은 중졸 이하가 중학생 75.9%, 고등학생 66.5%이고 어머니의 직업이 있는 학생은 중학생 35.2%, 고등학생 32.2%이었다.

III. 결과 및 고찰

1. 조사 대상자의 일반적 상황

조사 대상자는 중학생 465명, 고등학생 478명으

가족 형태는 중학생 81.9%, 고등학생의 84.5%가 핵가족의 형태이고 가사조력자는 자신을 포함한 자

<표 1> 조사대상자의 일반적 사항

		중 학생		고 등 학생	
		빈도(N)	백분율(%)	빈도(N)	백분율(%)
보호자 직업	전문·기술직	44	9.5	37	7.8
	행정·사무직	74	15.9	63	13.1
	농·임				
	축산·수산업	163	35.1	184	38.5
	서비스업	117	25.1	107	22.4
	제조업	45	9.6	63	13.2
	기 타	22	4.8	24	5.0
	계	465	100.0	478	100.0
어머니 연령	39세 이하	168	36.2	65	13.6
	40-49세	229	49.2	314	65.7
	50-59세	66	14.1	95	19.9
	60세 이상	2	0.5	4	0.9
	계	465	100.0	478	100.0
어머니 학력	국졸 이하	185	39.8	142	29.7
	중 졸	168	36.1	76	36.8
	고 졸	99	21.3	144	30.1
	대졸이상	13	2.8	16	3.4
	계	465	100.0	478	100.0
어머니 직업 유무	유	164	35.2	154	32.2
	무	301	64.8	324	67.8
	계	465	100.0	478	100.0
가족 형태	핵가족	381	81.9	404	84.5
	확대가족	84	18.1	74	15.5
	계	465	100.0	478	100.0
형제순위	장녀	185	39.8	170	35.6
	중간	144	30.9	154	32.2
	막내	120	25.9	143	29.9
	무남독녀	16	3.4	11	2.3
	계	465	100.0	478	100.0
가사 조력자	없다	101	21.7	136	28.5
	아버지	24	5.2	18	3.3
	자녀	170	36.6	164	34.3
	가족모두	158	33.9	136	28.5
	파출부, 기타	13	2.7	24	5.4
	계	465	100.0	478	100.0

너가 돕는다는, 중학생의 36.6%, 고등학생의 34.3%가 응답하였다.

2. 식생활계획 능력

식생활계획에 있어서는 <표 2>에서 보는 바와 같이 중학생은 「영양손실을 적게한 조리방법을 선택할수 있다」에 3.38점으로 점수가 높았고 고등학생은 「가족수에 알맞은 양의 음식을 만들수 있다」가 3.65점으로 높았다.

중·고등 학생 모두 「새로운 음식 문화에 대한 정보를 수집한다」는 각각 2.86점, 2.91점으로 비교적

낮은 점수를 보였다.

3. 식품선택 능력

식품선택에 있어서는 <표 3>에서 보는 바와 같이 중학생은 「식품구입시 저울 눈금과 분량, 제조일자를 반드시 확인한다」와 「양보다 질을 우선 하여 식품을 구입한다」가 3.81점으로 점수가 높았고 고등학생은 「식품구입시 저울 눈금이 분량, 제조일자를 반드시 확인한다」가 4.04로 점수가 높았다.

중·고등학생 모두 「식품을 구입할때는 식품의 종류와 분량을 목록을 작성하여 구입한다」가 각각

<표 2> 식생활 계획 능력

내 용	학교별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 영양적으로 균형잡힌 식단을 작성할 수 있다.	중	13	2.8	38	8.2	218	46.9	157	33.7	39	8.4	3.36
	고	6	1.3	32	6.7	162	33.8	242	50.7	36	7.5	3.46
2. 영양손실을 적게한 조리 방법을 선택할 수 있다.	중	7	1.5	68	14.6	163	35.1	204	43.8	22	4.7	3.38
	고	3	0.6	72	15.1	155	32.5	216	45.2	32	6.7	3.42
3. 가족의 건강과 기호를 고려하여 변화있는 식생활 계획을 한다.	중	16	3.4	97	20.8	194	41.8	125	26.8	33	7.1	3.26
	고	10	2.1	89	18.7	177	37.1	169	35.3	33	6.9	3.62
4. 새로운 음식문화에 대한 정보를 수집한다.	중	32	8.9	144	31.0	162	34.8	107	23.0	20	4.3	2.86
	고	26	5.4	150	31.4	169	35.4	104	21.8	29	6.0	2.91
5. 가족수에 알맞은 양의 음식을 만들수 있다.	중	27	5.8	83	17.8	132	28.4	145	31.2	79	16.9	3.35
	고	8	1.7	85	17.9	102	21.3	170	35.5	113	23.6	3.65

<표 3> 식품 선택 능력

내 용	학교별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 식품을 구입할 때에는 식품의 종류와 분량을 목록을 작성하여 구입한다.	중	27	5.9	95	20.5	187	40.2	114	24.5	42	8.8	3.07
	고	14	2.9	87	18.2	154	32.3	164	34.3	59	12.3	3.37
2. 신선하고 용도에 맞는 식품을 선택한다.	중	12	2.4	38	8.3	117	25.2	206	44.4	92	19.7	3.15
	고	2	0.4	35	7.3	93	19.4	225	47.1	123	25.8	3.99
3. 어머니를 대신하여 시장을 보러 갈때 영양을 고려한다.	중	24	5.1	92	19.7	132	28.4	176	37.9	41	9.0	3.26
	고	12	2.5	66	13.7	176	36.8	165	34.6	59	12.4	3.41
4. 식품 구입시 저울눈금과 분량, 제조일자를 반드시 확인한다.	중	8	1.7	57	12.3	77	16.5	178	38.2	145	31.2	3.81
	고	13	2.7	27	5.7	71	14.9	196	41.0	171	35.7	4.04
5. 양보다 질을 우선하여 식품을 구입한다.	중	7	1.5	40	8.5	91	19.6	215	46.2	112	24.1	3.81
	고	8	1.6	45	9.4	101	21.1	202	42.3	122	25.6	3.84

(표 4) 음식 만들기 능력

내 용	학교별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 가스나 연탄불에 밥을 지을 수 있다.	중	31	6.7	77	16.6	60	12.9	152	32.6	145	31.2	3.61
	고	43	9.0	75	15.7	59	12.3	148	30.9	153	32.1	3.67
2. 가족수에 알맞은 양의 밥을 지을 수 있다.	중	20	4.3	78	16.8	69	12.7	167	35.9	141	30.3	3.71
	고	17	3.6	62	13.0	56	11.7	150	31.3	193	40.4	3.90
3. 국수를 알맞게 삶을 수 있다.	중	29	6.2	110	23.7	90	19.4	141	30.3	95	20.5	3.31
	고	23	4.8	98	20.4	108	22.6	153	32.0	97	20.2	3.41
4. 채소를 새파랗게 데칠 수 있다.	중	28	6.0	98	21.0	139	29.9	124	26.6	77	16.5	3.18
	고	32	6.7	113	23.6	142	29.7	128	26.8	63	13.1	3.26
5. 김치를 담글 수 있다.	중	126	2.7	147	31.7	96	20.7	60	13.0	35	7.6	2.46
	고	102	21.3	151	31.6	103	21.5	81	16.9	33	6.9	2.53
6. 간단한 일품요리(샌드위치, 카레라이스 등)을 만들 수 있다.	중	20	4.3	39	8.3	71	15.2	194	41.8	141	30.4	3.84
	고	15	3.1	36	7.6	78	16.3	189	39.5	160	33.5	3.93
7. 육류(쇠고기, 돼지고기, 닭고기) 요리를 만들 수 있다.	중	93	20.0	138	29.7	94	20.3	94	20.2	46	9.8	2.70
	고	88	18.5	147	30.7	90	18.8	108	22.6	45	9.4	2.74
8. 달걀 프라이를 할 수 있다.	중	13	2.7	23	4.9	23	4.9	106	22.8	301	64.7	4.45
	고	13	2.8	31	6.4	21	4.4	83	17.4	329	68.9	4.40
9. 생선요리를 만들 수 있다.	중	76	16.3	131	28.1	83	17.9	102	21.9	73	15.8	2.94
	고	54	11.4	119	24.9	102	21.3	107	22.4	93	19.4	3.09
10. 김구이를 할 수 있다.	중	11	2.4	34	7.1	54	11.6	138	29.7	228	49.1	4.17
	고	11	2.3	31	6.4	48	10.4	144	30.2	244	51.0	4.19
11. 과일을 깎아서 변색되지 않게 처리할 수 있다.	중	15	3.2	69	14.9	79	17.0	179	38.5	123	26.4	3.70
	고	13	2.7	70	14.7	86	17.9	187	39.1	122	25.6	3.73
12. 도시락 반찬에 넣을 소시지 부침을 할 수 있다.	중	25	5.4	70	15.0	124	26.6	126	27.1	120	25.9	3.54
	고	15	3.1	38	8.0	134	28.1	158	33.0	133	27.8	3.75
13. 우리나라 각 명절음식의 종류를 안다.	중	25	5.3	87	18.7	38	8.2	247	53.1	69	14.9	3.54
	고	15	3.2	62	13.0	35	7.3	265	55.4	101	21.1	3.75
14. 어머니가 안 계실 때는 식사 준비를 내가 한다.	중	17	3.6	35	7.6	41	8.9	178	38.2	194	41.7	4.04
	고	5	1.1	14	3.0	32	6.7	175	36.6	252	52.6	4.41
15. 차(茶)준비를 할 수 있다.	중	8	1.8	28	6.0	52	11.2	173	37.3	204	43.8	4.15
	고	9	1.9	26	5.5	49	10.3	178	37.3	216	45.1	4.17

3.07점과 3.37점으로 낮은 점수를 보였다.

4. 음식만들기 능력

음식만들기에서는 <표 4>에서 보는 바와 같이 달걀 프라이, 김구이, 간단한 일품요리를 잘할수 있는 것으로 나타났고 어머니가 안계실때 식사준비와 차분비를 중·고등학생 모두 잘 할수 있는 것으로 나

타났다.

김치를 담그는일, 육류요리, 생선요리 등은 중·고등학생 모두 잘 할수 없는 것으로 나타났다.

5. 삼차림 능력

삼차림에서는 <표 5>에서 보는 바와 같이 「도시락을 준비하여 담을 수 있다」와 「손님에게 차와 과

실을 대접할 수 있다」에 잘 할 수 있다고 대답한 학생들이 많았고 젓상차림을 중학생이 75.2%가, 고등학생은 56.6%가 못하거나 아주 못한다고 대답하여 중학생은 2.04, 고등학생은 2.54의 낮은 점수를 보였다.

「반상차림을 할 수 있다」는 중학생이 3.48점, 고등학생이 3.66점을 나타냈고, 「양식상 차림을 할 수 있다」에는 중학생이 2.75점, 고등학생이 2.77점으로 낮은 점수를 나타냈다.

6. 위생관리 능력

위생관리에서는 <표 6>에서 보는 바와 같이 가스레인지 사용시 환기문제, 도마와 칼의 위생관리, 행주의 위생면등에 관심을 가지고 관리를 잘 하는 것

으로 나타났고 배수구나 식기장, 찬장, 냉장고 등의 위생면은 비교적 낮은 점수를 나타냈다.

7. 조리기기 사용능력

조리기기 사용능력은 <표 7>에서 보는 바와 같이 「냉장고에 식품을 저장할때 포장이나 두껍을 해서 넣는다」에 잘한다거나 아주 잘한다고 응답한 학생이 중학생 80.1%, 고등학생 83.2%로 많았고, 「커피포트 사용시 플러그를 꽂은후 스위치를 넣는다」, 「전열기구 사용시 플러그는 항상 마른손으로 꽂고 뺀다」에 잘한다고 응답한 학생이 많아서 각각 평균점수 중학생은 4.13, 4.09점을 고등학생은 4.04, 4.31점을 나타냈다. 「조리기기용 플러그의 나사가 헐거워지면 드라이버로 조여서 쓴다」는 중학생 3.40,

<표 5> 상차림 능력

내 용	학교별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 반상 차림을 할 수 있다.	중	24	5.1	74	15.9	118	25.4	158	34.0	91	19.6	3.48
	고	31	6.6	58	12.1	85	17.8	184	38.5	120	25.0	3.66
2. 젓상차림을 할 수 있다.	중	188	40.4	162	34.8	45	9.8	52	11.1	18	3.9	2.04
	고	117	24.5	153	32.1	82	17.1	76	15.8	50	10.5	2.54
3. 도시락을 준비하여 담을 수 있다.	중	16	3.4	28	6.0	58	12.5	190	40.9	173	37.2	4.03
	고	22	4.6	24	5.0	45	9.4	159	33.3	228	47.6	4.15
4. 손님이 오시면 차와 과일을 대접할 수 있다.	중	11	2.4	47	10.0	92	19.9	228	49.0	87	18.7	3.72
	고	13	2.7	37	7.8	112	23.4	213	44.6	103	21.5	3.74
5. 양식 상차림을 할 수 있다.	중	60	13.2	148	31.9	123	26.4	112	24.1	21	4.5	2.75
	고	71	14.9	146	30.6	129	27	101	21.1	31	6.5	2.77

<표 6> 위생관리 능력

내 용	학교별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 우리집 배수구에 찌꺼기가 보이면 내가 손질한다.	중	45	9.6	85	18.3	61	13.1	191	41.1	83	17.9	3.39
	고	30	6.3	82	17.1	83	17.4	198	4.14	85	17.8	3.47
2. 행주가 정결한지 관심을 가지며 손질한다.	중	17	3.7	51	11.0	72	15.4	143	30.8	182	39.1	3.91
	고	5	1.1	34	7.1	58	12.1	165	34.5	216	45.2	4.15
3. 도마와 칼이 깨끗한지 관심을 가지며 손질한다.	중	17	3.7	46	9.8	86	18.4	174	37.5	142	30.6	3.81
	고	12	2.5	33	6.9	81	16.9	192	40.1	161	33.6	4.07
4. 식기장이나 찬장, 냉장고 내부는 항상 정결하도록 관심을 가진다.	중	25	5.3	47	10.1	111	23.9	169	36.4	113	24.4	3.64
	고	21	4.4	44	9.2	98	20.4	187	39.1	128	26.8	3.75
5. 가스레인지 사용시에는 환기에 관심을 가진다.	중	17	3.6	30	6.6	68	14.7	143	30.8	207	44.3	4.06
	고	13	2.7	27	5.7	34	7.1	172	35.9	233	48.7	4.23

〈표 7〉 조리 기기 사용 능력

내 용	학교별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 조리기기용 플러그의 나사가 헐거워지면 드라이버로 조여서 쓴다.	중	28	6.0	83	17.9	127	27.3	129	27.7	98	21.1	3.40
	고	45	9.4	96	20.1	135	28.2	109	22.9	96	20.1	3.26
2. 냉장고에 넣을 때는 잘 포장 하거나 뚜껑을 덮어서 넣는다.	중	9	2.0	35	7.6	48	10.3	171	36.8	202	43.3	4.12
	고	13	2.7	26	5.5	41	8.5	175	36.7	222	46.5	4.18
3. 전기밥솥은 속의 냄비밀에 오물이나 물이 묻어있을 때 잘 닦아서 사용한다.	중	7	1.6	43	9.2	85	18.3	138	29.7	191	41.1	3.99
	고	5	1.1	22	4.6	59	12.4	155	32.5	236	49.4	4.14
4. 냉장고 문은 조용히 여닫는다.	중	13	2.9	47	10.1	36	7.8	201	43.1	168	36.1	3.99
	고	12	2.5	37	7.8	33	6.9	169	35.3	227	47.4	4.18
5. 블렌더 사용시 처음에는 저속으로 시작하여 2-3초 후 고속으로 전환시키고 수분이 적은 경우 저속으로 회전시킨다.	중	28	6.0	52	11.1	171	37.8	118	25.4	92	19.7	3.43
	고	22	4.6	47	9.8	174	36.4	126	26.3	109	22.9	3.53
6. 압력밥솥은 수증기를 뺀 후 뚜껑을 연다.	중	29	6.2	51	10.9	115	24.8	98	21.1	172	37.0	3.72
	고	30	6.4	38	8.0	128	26.8	115	24.0	165	34.5	3.78
7. 석유곤로를 이동할 때는 반드시 불을 끄고 이동한다.	중	21	4.5	41	8.9	146	31.3	99	21.4	158	33.9	3.71
	고	18	3.8	36	7.5	147	30.8	114	23.8	163	34.1	3.77
8. 전자레인지에 음식을 익히거나 데울 때는 그릇에 뚜껑을 덮어 사용한다.	중	19	4.1	32	6.9	137	29.5	142	30.5	135	29.0	3.63
	고	17	3.6	36	7.5	160	33.5	101	21.1	164	34.4	3.75
9. 커피포트용 사용할 때는 플러그를 꽂은 후 스위치를 넣는다.	중	9	1.9	19	4.1	71	15.3	150	32.2	216	46.5	4.13
	고	7	1.5	24	5.0	113	23.6	134	28.0	200	41.8	4.04
10. 전열기구 사용시 플러그는 항상 마른손으로 꽂고 뺀다.	중	9	1.9	38	8.2	45	9.7	181	38.9	192	41.3	4.09
	고	7	1.5	29	6.2	32	6.8	143	29.9	265	55.6	4.31

고등학교생 3.26으로 점수가 낮았고 「블렌더 사용시 처음에는 저속으로 시작하여 2~3초 후 고속으로 전환시키고 수분이 적은 경우 저속으로 회전시킨다」는 중학생 3.43, 고등학교생 3.53으로 점수가 낮았다.

8. 식사예절

식사예절은 〈표 8〉에서 보는 바와 같이, 「숟가락, 젓가락을 각각 따로 사용한다」에 잘한다거나 아주

잘한다고 응답한 학생이 중학생 81.1%, 고등학교생 82%로 많았고 「음식을 먹을때 소리내지 않기», 「음식을 뒤적이지 않고 깨끗이 먹기», 「식사할 때 용의 단정히 하기」 등에 점수가 높았고, 「편식을 하지 않으며 반찬 투정을 하지 않는다」의 점수가 비교적 낮았다.

9. 중·고등학교생의 식생활 관리 능력의 비교

식생활계획, 식품선택, 음식만들기, 상차림, 위생

〈표 8〉 식사 예절

내 용	학교 별	아주못함		못한다		보통이다		잘한다		아주잘함		평균 점수
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
1. 식사할 때 용의는 항상 단정히 한다.	중	13	2.8	50	10.8	41	8.8	259	55.7	102	21.9	3.73
	고	10	2.1	29	6.1	28	5.9	260	54.4	151	31.6	4.07
2. 음식을 먹을 때 소리를 내지 않는다.	중	10	2.2	53	11.4	32	6.9	215	46.2	155	33.3	3.97
	고	8	1.7	47	9.8	34	7.1	226	47.3	163	34.1	4.02
3. 숟가락 젓가락을 각각 따로 사용한다.	중	16	3.4	48	10.3	24	5.2	165	35.5	212	45.6	4.09
	고	18	3.8	36	7.5	32	6.7	146	30.5	246	51.5	4.18
4. 음식을 뒤적이지 않고 깨끗이 먹는다.	중	11	2.4	52	11.2	33	7.1	216	46.5	153	32.9	3.96
	고	21	4.4	58	12.1	32	6.7	214	44.8	153	32.0	3.88
5. 편식을 하지 않으며 반찬 투정을 하지 않는다.	중	32	6.9	93	20.0	33	7.1	186	40.0	121	26.0	3.58
	고	22	4.6	92	19.2	39	8.2	184	38.5	141	29.5	3.69

〈표 9〉 중·고등학생의 식생활 관리 능력의 비교

내 용	집단	평균	표준편차	T(Value)
식생활 계획	중	3.22	0.64	-3.93***
	고	3.36	0.56	
식품 선택	중	3.70	0.67	-3.80***
	고	3.95	0.62	
음식 만들기	중	3.56	0.68	-1.92
	고	3.64	0.57	
상 차 림	중	3.20	0.64	-4.32***
	고	3.36	0.60	
위생 및 관리	중	3.76	0.64	-3.61***
	고	3.93	0.56	
조리기기 사용 능력	중	3.86	0.63	-1.15
	고	3.96	0.58	
식사에절	중	3.93	0.69	-1.65
	고	3.99	0.66	
계	중	3.56	0.49	-3.47***
	고	3.65	0.43	

***P<0.001

관리, 조리기기 사용능력, 식사 예절등 7영역으로 나누어 조사해본 중·고등학생들의 평균점수는 〈표 9〉에서 보는 바와 같이 중학생은 식사에절이 3.93점, 조리기기 사용능력이 3.86점, 위생관리능력이 3.76점, 식품 선택이 3.70점으로 높았고, 식생활계획이 3.22점, 상차림 3.20점, 음식만들기 3.56점으로 낮았다.

고등학생은 식사에절 3.99점, 조리기기 사용능력

3.96점, 식품선택 3.95점, 위생관리능력 3.93점으로 높았고, 식생활계획과 상차림이 3.36점, 음식만들기 3.64점이었다.

식생활계획, 식품선택, 상차림, 위생관리능력은 중·고등학생간에 유의적인 차이가 있었고(P<0.001수준) 음식만들기, 조리기기 사용능력 및 식사예절은 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났고 전체적인 식생활 관리 능력은 중·고등학생간에 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났다.

이상에서의 결과를 종합하여 고찰하여 보면 식생활 관리를 7분야로 나누어 조사한 결과 아주잘한다(5점) 중 중학생은 3.56점, 고등학생은 3.65점으로 중·고등학교 여학생들의 식생활 관리 능력은 말할수 있는 것으로 나타났다. 이는 학교에서 받은 가정과 교육의 중요성을 반증하는 것이라고 볼수 있겠다. 조사한 7분야중 음식만들기, 상차림, 식생활 계획 분야가 식사에절, 조리기기 사용능력, 위생관리, 식품선택분야보다 점수가 낮은 것은 중학교에서의 실험실습, 흥미도 조사연구¹⁵⁾에 의하면 음식만들기가 1순위로 높았지만 중등학교에서 조리실습 횟수가 년 1회 실시하는 학교가 조사 대상교의 50%, 2회 실습이 44%로 년 1~2회 실습이 대부분을 차지했고, 전혀 실습을 하지않는 학교도 3.6%나 되었다¹⁶⁾는 보고와 또 다른 연구¹⁷⁾에 의하면 고등학교에서 조리실습 단원의 학습 방안으로서 교사의 설명이 27.2%, 영상자료제시 23.6%, 가정에서 실습하도록 한다가 20.8%, 교사의 시범실습 14.3%, 사진 및 견본품 제시가 14.1%라는 보고에서 볼수

있듯이 중·고등학교에서의 조리실습이 제대로 이루어지지 않고 있는데서도 찾을 수 있지 않을까 생각된다. 또한 가정에서 음식만들기 참여¹⁸⁾는 고등학교 여학생들의 경우 「학교시간 때문에 할수 없다」가 52.5%, 「과정이 복잡하고 정리가 귀찮아서 하기 싫다」가 20.5%, 「하려고 해도 하지못하게 한다」가 20.7%로 나타났는데 이는 가정에서 중·고등학생들이 입시 위주의 공부에 밀려 참여할 수 있는 시간도 없고 하려고 해도 「공부나 해라」는 부모님의 권유가 작용한 것으로 생각된다. 가정과 교육이 실천교육이라는 점에서 실험·실습교육이 학교에서 제대로 이루어지고 특히 식생활 영역중 식생활 관리 분야는 가정에서 실생활에 적용할 수 있도록 지도해야 할 것으로 생각된다.

IV. 결 론

강원지역 중·고등학교 2학년에 재학중인 여학생을 대상으로 식생활관리 능력 실태를 질문지에 의해서 5단계 척도법을 이용하여 조사한 결과는 다음과 같다.

1. 중학생은 식생활관리 분야중에서 식사예절이 3.93점, 조리기기 사용능력이 3.86점, 위생관리능력이 3.76점, 식품선택이 3.70점으로 높았고, 음식만들기 3.56점, 식생활 계획 3.22점, 상차림 3.20점으로 낮았다.

2. 고등학생은 식사예절 3.99점, 조리기기 사용능력 3.96점, 식품선택 3.95점, 위생관리능력 3.93점으로 높았고, 음식만들기 3.64점, 식생활 계획과 상차림이 3.36점으로 낮았다.

3. 중·고등학생의 식생활 관리 능력의 비교는 식생활 계획, 식품선택, 상차림, 위생관리능력은 중·고등학생간에 유의적인 차이가 있었고($P < 0.001$ 수준) 음식만들기, 조리기기 사용능력 및 식사예절은 유의적인 차이가 없는 것으로 나타났고 전체적인 식생활 관리능력은 중·고등학생간에 유의적인 차이가 있는 것으로 나타났다.

참 고 문 헌

1. 이인희, 이옥임, 가정과 교수법, P.14, 수학사,

1992.
 2. 문교부 저작, 중학교 가정 1, 가정 2, 가사.
 3. 문교부 검정, 고등학교 가정, 가사.
 4. 윤서석, 안명수, 안숙자, 식생활 관리, P.9, 수학사, 1992.
 5. 현기순, 식생활 관리학, P.24, 교문사, 1993.
 6. 김옥래, 식생활 관리에 관한 실태조사, 강원대학교 교육대학원 석사논문, 1982.
 7. 이영옥, 어머니의 직업유무에 따른 부모 역할에 대한 아동의 지각 연구, 군산대학 논문집 제 3집, 군산대학, 1982, P.72.
 8. 장정인, 윤인경, 중학교 가정과 실험·실습내용의 적정성에 관한 조사연구, 한국가정과교육학회지 4권 1호, PP.77~86, 1992.
 9. 주명자, 임양순, 고등학교 가정과 교사와 학생의 가정과 교과내용에 대한 인식 및 활용, 한국가정과교육학회지 3권 1호, P.4, 1991.
 10. 김봉애, 중학교 가정과 교육이 여고생의 가사능력에 미치는 영향, 이화 여자대학교 교육대학원 석사논문, 1987.
 11. 고현숙, 김기남, 여고생의 가정교과에 대한 인식 및 학습내용의 활용도에 관한 조사 연구, 한국가정과교육과교육학회지 1권 1호, PP.19~32, 1989.
 12. 유영상, 식생활 관리 실태에 관한 연구, 대한가정학회지 18권 1호, PP.53~66, 1980.
 13. 장명숙, 황재희, 영동지역 주부들의 식생활 관리 및 영양지식에 관한 실태조사, 한국영양학회지, 13권 4호, PP.389~396, 1984.
 14. 이효지, 장유경, 오은주, 유차숙, 식사관리와 영양지식에 관한 연구, 한국 생활과학 연구 제 7호, PP.5~16, 한양대학교 한국생활 과학 연구소, 1989.
 15. 장정인, 윤인경, 상계서, P.84.
 16. 김정미, 주정숙, 중등학교 조리실습에 대한 현황과 효율화 방안, 한국가정과교육학회지 1권 1호, P.58, 1989.
 17. 주명자, 임양순, 상계서, P.8.
 18. 주명자, 고등학교 가정과 교사와 학생의 가정과 교과내용에 대한 인식 및 활용, 강원대학교 교육대학원 석사논문, P.35, 1991.