

초등학교 학생들을 위한 전통음식문화 교육 프로그램의 효과 평가

차진아 · 양일선¹ · 이소정² · 정라나³

전주대학교 전통음식문화전공, ¹연세대학교 식품영양학과, ²조선대학교 식품영양학과, ³인하대학교 식품영양학과

Effect-Evaluation of Korean Traditional Food Culture Education Program for the elementary schoolers

Jin-A Cha, Il-Sun Yang¹, So-Jung Lee², Lana Chung³

Department of Traditional Food Culture, Jeonju University

Department of Food & Nutrition, Yonsei University¹

Department of Food & Nutrition, Chosun University²

Department of Food & Nutrition, Inha University³

Abstract

The object of this study is to evaluate the Korean traditional food culture education program which was developed in the prior study. In order to evaluate the effect of the program on the students' knowledge of traditional food culture and their food habit, the program was practiced for 82 students in 4 elementary schools located in Seoul and Kyungki province during 16 weeks from Mar 1, 2005 to July 23, 2005. The pretest and the post-test were performed using an evaluation tool which is composed of evaluation sections for the perception and knowledge of the Korean traditional food culture, Korean children's food habit and food preference for the Korean traditional food and fast food. The validity of evaluation was proved through the control group in the pretest and the post-test. Descriptive analysis and paired t-test were performed using SPSS/WIN 12.0 Statistic Package in order to compare the results of the pretest with those of the post-test after the education. The perception of the students who took the class for the Korean traditional food was slightly improved ($p < 0.05$) and their knowledge was also increased ($p < 0.001$) after the education while no difference was found in the control group. Moreover, the subjects' food habit ($p < 0.001$) and their preference of the Korean traditional food ($p < .05$) were increased respectively but their preference of the Western fast food was decreased ($p < .01$). These results indicate that the education program evaluated in this study has the effect of altering the subjects' food habit or food preference as well as of introducing the knowledge of the Korean traditional food culture.

Key Words : Effect-evaluation of education program, Korean traditional food culture, Elementary school

1. 서론

음식은 하나의 문화적 상징으로 여겨지며 음식문화는 인류의 시작과 함께 존재해 온 현상으로 한 나라의 식생활 문화는 긴 역사의 조류 속에서 환경에 영향을 받으면서 형성된다(Moon & Lee 1986). 각 국가마다 독특한 음식문화가 존재하고 한 국가 안에서도 지역에 따른 다양한 음식문화가 존재하고 있으며, 우리의 음식문화 또한 그 고유성과 우수성을 인정받고 있다(Jung 등 1996).

그러나, 우수한 식문화적 유산을 지니고 있음에도 불구하고 최근의 생활양식의 변화, 서구 식문화의 도입 등으로 인하여 한국음식의 고유성이 상실되고 있을 뿐만 아니라 만성퇴행성 질환과 같은 서구형 질환을 증가시키는 원인이 되고 있다. 이러한 경향은 비단 성인에게서만이 아니라 성

장기의 아동들에게도 나타나 잘못된 식습관이나 유전적 요인들로 인한 소아비만이 심각한 사회적 문제를 야기시키고 있다. 또한, 초등학교생들을 대상으로 한 식행동 및 식품기호도 비교 연구(Ryu 2001)에 의하면 저학년에서 고학년으로 갈수록 서양음식에 대한 선호는 증가하는 반면 전통음식에 대한 선호는 감소하는 것으로 나타났고 학년에 무관하게 인스턴트 음식에 대한 기호가 높게 나타나고 있다는 점에서 매우 우려되는 결과가 아닐 수 없다.

이와 같이 왜곡되고 있는 식행동을 바로잡기 위해서는 이 시기에 적절한 영양교육 및 건강에 이로운 우리 고유의 음식문화를 정립하기 위한 식문화 교육의 시행이 매우 절실하다고 할 수 있다. 그러나, 보건복지부의 국민건강 증진 연구사업보고서에 따르면(Chungnam National University 2000) 초등학교 학부모 및 학교장의 90% 이

* Corresponding author : So-Jung Lee, Department of Food and Nutrition, Chosun University, 275 Seosuk-dong Dong-gu Kwangju, 501-759, Korea
Tel: 010-2257-5055 062-230-7725 E-mail : lsj528@chosun.ac.kr or lsj528@hanmail.net

상이 식생활 교육이 필요하다고는 느끼고 있지만, 아직까지 사회적으로 식생활 교육의 중요성에 대한 인식이 부족하여, 이에 대한 체계적인 학교 교육을 통한 식생활 개선 프로그램의 실시를 위한 제반 여건이 부족하다고 보고하였다.

학령기 아동의 좋은 식습관 형성은 성인이 되어서도 지속되므로 이 시기의 올바른 식습관 형성은 매우 중요하며, 이는 영양 및 식습관 교육을 통해 효과적으로 이루어질 수 있다. 또한 식습관은 반복학습이라고 볼 수 있으므로 가치관이 완전히 확립되어 있지 않은 시기에 이와 같은 교육을 시행하는 것이 가장 효과적이라고 할 수 있다.

실제로 여러 연구 결과에 의하면 영양 및 식습관 교육의 효과가 아동들의 식품선택 상황에 영향을 주는 것으로 보고하고 있으며(Chung & Lee 1995, Lee 등 2000), 이 시기의 바람직한 식행동 변화를 유도할 수 있도록 지속적, 효과적인 영양 교육이 절실히 요구되고 있다. 또한, 이러한 영양교육을 지식적 차원에 그치지 않고 식태도 및 식행동의 변화까지 유도하기 위해서는 한국인의 영양의 토대가 되어온 식문화 전반에 걸친 교육이 함께 이루어져야 할 것이다. 즉, 영양의 기능적인 요소에 국한하지 말고 영양을 이루는 음식 문화에 대한 전반적 교육이 선행 또는 병행됨으로써 보다 실생활에 밀접한 영양교육이 수행됨과 동시에 그 영양교육의 효과를 배가시킬 수 있을 것이라고 본다.

이와 같이 교육에 있어서 단순히 지식을 아는 것만으로 그치는 것이 아니라 이를 바탕으로 바른 실천과정으로 유도하기 위한 교육 방침은 최근 활동주의에 근거한 교육(Kim & Lee 2003)에 접목되고 있다. 활동주의 교육관에서는 학문 자체를 시간의 흐름에 따라 인간의 외부환경과 인간의 지적 체계 사이에서 능동적인 지적 활동을 통하여 지속적으로 형성·발전해온 지식체계로 보며, 학문의 생성 결과가 아닌 생성과정에서의 직접적이고 능동적인 학습활동을 통해 학문을 경험하게 된다고 하였다.

특히, 초등학교 아동들은 인지 발달 측면에서 구체적 조작기에 있으며 매우 활동적이고 호기심이 많으며 본질적으로 탐구적이므로 이 시기의 영양교육도 아동의 활동 욕구와 신체적 근육 발달 정도를 고려하여 놀이, 게임, 노래 부르기, 동화 만들기, 노래가사 만들기 등의 다양한 만들기 활동과 조리 조작 등의 활동이 중심이 되는 학습으로 구성되는 것이 바람직하다(Han & Lee 2003). Lee(2002, 2003)는 활동중심의 영양교육이란 영양교육의 기초적인 개념을 적용한 영양놀이와 게임, 책읽기와 만들기(식품관련 책 읽기, 동화 만들기), 쓰기 활동(식품에 대한 감정 쓰기, 식품에 대해 자세히 묘사하기, 음식 일기 쓰기), 노래 부르기와 노래 가사 만들기, 역할극, 토의 및 토론 활동, 조리활동 등 다양한 활동을 통하여 식품, 영양, 음식, 식문화 전반에 관하여 학습할 수 있도록 하는 교육방식이라고 하였다. Lee 등(2005)은 초등학교 4,5,6학년생들을 대상으로 식생활 습관 개선을 위한 5주 동안 실시된 영양교육

의 효과를 조사하였는데, 영양 교육 후 영양 지식의 변화는 나타났으나 식습관의 변화는 나타나지 않았음을 보고하였으며, 아동들이 좋아하는 교육매체로는 영양표시 읽기 게임 등의 참여활동위주의 교육 방식인 것을 나타냈다. 향후 희망하는 영양교육 수업 형태로서 응답자의 70%가 전통음식 만들기, 식품 과학실험 등의 요리실습인 것으로 보고하였다. 즉, 이와 같은 연구 결과는 단기간 동안의 교육이 식습관 변화를 유도할 수 없음을 시사하는 것으로서 장기동안 교과 과정으로 시행될 수 있는 영양 교육 프로그램의 개발 및 이를 실제 교과 과정에 적용시키기 위한 교육계의 적극적 참여가 필요하다고 할 수 있다. 또한 아동들이 관심 있게 참여할 수 있는 요리 실습, 게임 등의 활동주의 프로그램의 개발에 주력해야 함을 시사한다고 하겠다.

최근 외국에서도 식습관이 형성되는 아동기에 영양적 균형 및 부적절한 식생활 습관의 교정을 위한 영양 교육의 필요성이 강조되면서(Escamilla 등 2002) 다양한 영양 교육 프로그램 개발에 관한 연구들이 수행되어져 오고 있다. Stang & Bayerl(2003)은 학교 급식에서 이루어질 수 있는 적절한 영양 프로그램은 식품 보조, 급식 프로그램, 영양교육 훈련, 영양 검사 및 영양 개입이 수반되는 영양 상태 평가 등이 포함된다고 하였으며, Escamilla 등(2002)은 학교 급식에서의 영양 교육의 필요성에 대한 평가를 시도하였다.

Yang 등(2006)은 최근 초등학교 학생들을 대상으로 한 전통 식문화 교육 프로그램을 개발하여 아동들로 하여금 최근 그 영양적 우수성을 인정받고 있는 우리의 전통 식문화에 대한 자긍심을 갖게 할 뿐만 아니라, 전통 식문화에 대한 지식의 습득과 더불어 서구 음식문화에 의해 왜곡된 식습관 및 식행동 변화를 유도하고자 하였다. Yang 등(2006)에 의해 개발된 프로그램은 1년 (2학기)동안 실시될 수 있도록 32단원에 걸쳐 전통음식 문화관련 주제들을 다루고 있으며, 전통음식 조리 및 게임 등 아동들이 흥미롭게 직접 참여할 수 있는 활동들을 중심으로 교육되도록 구성되었다.

본 연구는 Yang 등(2006)에 의해 개발된 전통음식문화 교육 프로그램의 교육 후 지식습득 및 식습관 변화 등에 대한 효과를 평가하는 것을 목적으로 하였다. 즉, 개발된 프로그램이 초등학교생들의 실제 식생활 및 영양 교육에 직접 활용 가능한지에 대한 타당성을 조사하기 위하여 초등학교 고학년학생들을 대상으로 식문화 교육 프로그램의 시범 시행을 실시하였으며, 본 연구에서 개발된 평가 도구를 이용하여 교육 전후의 사전·사후 테스트를 실시하고 비교 분석함으로써 식문화 교육 프로그램의 교육 효과를 평가하고자 하였다.

II. 연구 방법

Yang 등(2006)에 의해 개발된 음식문화 교육프로그램이 초등학교생들의 실제 식생활 및 영양 교육에 직접 활용 가능지에 대한 타당성 및 교육 프로그램의 효과를 조사하기 위해

초등학생들을 대상으로 시범 평가를 실시하고자 하였다. 이러한 시범 평가 및 운용 시험에 앞서 실무교육자를 대상으로 식문화교육 프로그램의 취지를 충분히 설명하였고, 교육 과정 및 내용에 대해 충분히 숙지하도록 하였다. 개발된 프로그램에 따라 한 학기 동안 교육을 진행하였다. 또한, 교육을 진행하기 전과 교육 완료 시점에서 교육 대상 아동들에 대한 사전조사 및 사후조사를 실시하여 식지식, 식태도, 식행동의 변화를 조사함으로써 교육의 효과를 평가하고자 하였다.

1. 연구대상 및 기간

전통 식문화 교육 프로그램의 효과를 평가하기 위하여 서울·경기 지역에 위치한 4개 초등학교(중마초등학교, 자양초등학교, 금육초등학교, 지장초등학교)의 4, 5, 6학년 학생들로 구성된 실험군의 학생들을 대상으로 2005년 3월 1일부터 7월 23일까지 16주간 주 1회 재량 활동시간을 통하여 전통식문화 교육을 실시하였다. 2곳의 초등학교(중마, 자양)에서 42명의 전통식문화반을 선택한 학생 42명을 대상으로 1학기 내용의 식문화 교육을 실시하였으며, 나머지 2개 초등학교(금육, 지장)의 40명의 학생들을 대상으로 2학기 내용의 식문화 교육을 실시하였다.

전통 식문화 교육 실시후, 실험군에 의한 교육 효과의 타당성을 비교 평가하기 위하여 1,2학기 모두 대조군을 설정하여 사전·사후 테스트를 실시하고 그 결과를 비교하고자 하였다. 즉 실험군 및 대조군 모두를 대상으로 사전 설문조사 및 교육 실시 후 사후 설문조사를 모두를 실시하고 그 결과를 비교 분석하였다. 실험군을 대상으로 한 사후 검사에서는 동일한 사전검사 문항과 함께 교육에 대한 소감(10문항)을 기록하도록 하였다.

2. 평가 도구 개발

전통식문화 교육 프로그램의 효과를 측정하기 위한 개발된 평가도구는 크게 일반 사항, 전통음식에 대한 인식도, 전통음식에 대한 지식, 식생활 습관, 전통 음식 및 패스트 음식에 대한 선호도를 조사하기 위한 문항들로 구성되어졌다. 즉, 일반 사항(15문항), 전통음식에 대한 인식도(10문항), 전통음식문화에 대한 지식(15문항), 식생활 습관(29문항), 전통 음식 및 패스트 푸드에 대한 선호도에 관한 문항(각각 28문항)들로 구성되어졌다. 이들 중 전통음식에 대한 인식도 및 전통음식문화에 대한 지식에 관한 문항들은 본 연구에서 평가하고자 하는 Yang 등(2006)의 연구에서 개발된 식문화 교육 프로그램의 교과내용을 기초로 하여 도출되었고, 식생활 습관 및 일반 사항들의 문항들은 여러 식생활 문화 관련 문헌들을 기초로 이루어졌다(Lee & Woo 2003, Lee 2003, Kim 등 2000).

교육 실시에 앞서 2005년 2월 4, 5, 6학년 아동 30명을 대상으로 설문지 문항에 대한 pilot test를 실시하여 정답률에 대한 난이도와 용어를 수정보완 하였다.

3. 통계분석

본 조사 자료는 SPSS/Win 12.0을 이용하여 통계처리 하였으며, 빈도, 평균, 표준편차 등의 기술 통계 분석을 실시하였으며, 전통식문화 교육 프로그램의 효과를 비교 분석하기 위한 목적으로 실험군 및 대조군 각각에서 사전 및 사후 조사의 결과들을 paired T-test를 이용하여 비교 분석하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 평가 대상 전통 식문화 교육 프로그램의 구성

Yang등(2006)에 의해 개발된 전통 식문화 교육프로그램은 초등학교 재량 및 특별활동 시간을 활용하여 실시할 수 있도록 계획되었으며, 주당 1차시(1시간 기준)로 1학기 당 약 16차시 정도의 시간이 소요되는 것을 기준으로 하였다. 본 전통 식문화 교육 프로그램은 2개 학기동안 실시될 수 있는 총 32차시 분량으로 구성되었다. 각 차시별 주제 및 간략한 내용을 <Table 1>에 제시하였다.

본 교육 프로그램은 활동중심의 교육 프로그램으로 운영될 수 있도록 하기 위해 각 차시별로 주제에 적합한 다양한 활동요소(조리활동, 놀이 및 게임, 퀴즈, 카드, 그림, 글짓기, 토론 등)들을 접목시킨 교육 콘텐츠들이 포함되어있다. 즉, 학령기 아동들의 인지수준 및 동기유발 정도에 적합한 교육을 실시하기 위해서는 교육내용에 있어서 아동들의 흥미를 충분히 유발할 수 있어야 하고(fun), 교육 내용이 실제 생활과 다른 교과에 통합적이어야 하며(integrated), 행동변화가 유도(behavior)될 수 있어야 한다는 활동주의 이론에 근거한 FIB(Fun Integrated Behavior) 접근법(Kutnick & Kington 2005)에 의해 음식문화 교육을 위한 개념 및 세부 구성요소, 각 세부 구성요소의 교수-학습 과정에 가장 적합한 활동요소들을 도출하여 이를 각 학습 과정에 통합되도록 한 프로그램으로 개발되었다.

개발된 음식문화 교육 프로그램이 실제 교육 현장에서 쉽게 도입되게 하기 위한 목적으로 본 교육 프로그램은 '교사를 위한 교사용 지도서', '교수용 PPT 강의록' 및 '학생용 워크북' 등의 자료들이 개발되어 구성되었으며, 식문화 관련 동영상 등을 활용하여 수업이 진행되도록 하였다.

2. 연구 대상의 일반 사항

전통 식문화 프로그램의 교육 효과를 평가하기 위하여 실제 4개 초등학교를 선정하고 각각 1,2학기 분량의 프로그램을 시범 실시하였는데, 2개 학교의 학생들(42명)에게 1학기 교육 프로그램을 실시하였고 동시에 2개 학교의 학생들(40명)에게 2학기 교육 프로그램을 실시하였다. 또한, 실시된 교육 효과의 타당성 평가를 위하여 교육을 받지 않은 학생들로 구성된 대조군을 선정하고 사후 및 사전 평가에 참여시켰다.

교육을 받은 실험군과 교육을 받지 않은 대조군의 일반

<Table 1> Contents of the Korean traditional food culture education program

Session	Subjects	Contents	Education Media	
1	Organization of Activity Group	▶ Introduction of class of traditional food culture class ▶ organization of activity group		
2	Precious traditional Korean food as a heritage of ancestors	▶ Understanding for special facts and superiority of Korean traditional food	PPT instruction Movie	
3	Cooking of royal Tuckbocki	▶ Cooking of royal Tuckbocki.	Cooking	
4	What did our ancestors eat in their life?	▶ How had our food culture been changing? ▶ Recognition about the superiority of our traditional food	PPT instruction Movie	
5	Cooking of Yackbab	▶ Understanding of the principle that food is the most important medicine for our health. ▶ Cooking of Yackbab	Cooking	
6	Traditional Seasonal Food	▶ Understanding of traditional seasonal food	PPT instruction Movie	
1	7	Cooking of Whajun	▶ Recognition about the foods which made with flower among our traditional foods ▶ Cooking of Whajun	Cooking
8	Traditional food of life time ceremony	▶ What's the lifetime ceremony? ▶ Which food do our ancestors eat in their lifetime ceremony	PPT instruction Movie	
9	Cooking of Kooksujangkook	▶ Cooking of Kooksujangkook(Korean noodle soup), one of foods in lifetime ceremony	Cooking	
10	What's the court cuisine?	▶ Understanding of court cuisine.	Word puzzle game	
11	Cooking of Tangpyungchai	▶ Cooking of Tangpyungchai(a court cuisine)	Cooking	
12	Special regional Folk food	▶ Recognizing for the local folk foods in Korea	PPT instruction	
13	Cooking of Jorangyee Tuckook	▶ Cooking of Jorangyee Tuchkook, the folk food of Gaisung	Cooking	
14	Table manner	▶ Understanding of Korean traditional table manner	PPT instruction Self evaluation	
15	Field trip in order to experience our food culture	▶ Visit to local museum related with food culture group discussion	Field trip	
16	Recognition for the superiority and preciousness of Korean traditional food'	▶ Group discussion : Talking about what students became know after completion the Korean food culture class.	Group discussion	
1	Organization of Activity Group	▶ Introduction for the class of traditional food culture class ▶ Organization of activity group		
2	Representative Korean Traditional Food	▶ Understanding for the representative Korean traditional foods and food ingredients used in	PPT instruction Word puzzle game	
3	Our Nation living with Rice Power	▶ Talking about origin of farming the rice and boiled rice	PPT instruction	
4	Making of Boiled Rice with Five Grains	▶ Having a knowledge about five grains ▶ Cooking the boiled rice with five grains	PPT instruction	
5	Rice Cake above Rice	▶ Kinds of rice cakes ▶ Recognizing of meaning Hiding in individual rice cake	PPT instruction	
6	Making of Colorful Kyung-Dan	▶ Making Kyung-Dan	Cooking	
7	Science of Fermentation, Kimchi!	▶ History and origin of making Kimchi in Korea	PPT instruction Self test	
8	Cooking of Kakduki	▶ Recognizing for the ingredints of Kakduki ▶ Cooking of Kakduki	Cooking	
2	9	Taste of Time, Jang, made by Devotion	▶ Understanding of our culture which ancestors put in Jang ▶ Recognizing kinds of Jang and making method	PPT instruction Idea mapping
10	Cooking of Chungkookjang	▶ Cooking of Chungkookjang	Cooking	
11	Multiple Vitamin, Potherbs	▶ Recognizing of our traditional potherbs and the cooking method	PPT instruction Word puzzle game	
12	Cooking of Japchai	▶ Recognizing of ingredients in Japchai ▶ Cooking of Japchai.	Cooking	
13	Our traditional Beverage, the Water of Nature	▶ History and meaning for Korean traditional beverage	PPT instruction	
14	Cooking of SoojungKwa	▶ Recognizing of Ingredients of Sujungkwa ▶ Cooking of Sujungkwa(Cinnamon beverage)	Cooking	
15	Visit of Traditional Korean Restaurant	▶ Visit of local traditional Korean restaurant ▶ Taking about the impression	Field trip	
16	Recognizing of Preciousness for our Traditional Food Culture	▶ Recognizing of preciousness for our traditional food culture ▶ Group discussion for the superiority of our traditional food culture	Group Discussion	

<Table 2> Demographic Profile of Subjects

	Control		Experimental	
	Semester 1	Semester 2	Semester 1	Semester 2
Male	25(44.6) [†]	28(59.6)	15(35.7)	16(40.0)
Female	31(55.4)	19(40.4)	27(64.3)	24(60.0)
Total	56(100.0)	47(100.0)	42(100.0)	40(100.0)
4th Grade	0(0.0)	0(0.0)	9(21.4)	7(17.5)
5th Grade	29(51.8)	19(40.4)	8(19.0)	17(42.5)
6th Grade	27(48.2)	28(59.6)	25(59.5)	16(40.0)
Total	56(100.0)	47(100.0)	42(100.0)	40(100.0)

[†] frequency(percentage)

사항을 <Table 2>에 제시하였다. 대조군 1학기의 남녀의 비율은 각각 45%, 55%였으며 대조군 2학기의 남녀 비율은 각각 60%, 40%로 구성되었다. 실험군의 남녀 구성 비율은 1학기는 남 36%, 여 64%, 2학기는 남 40%, 여 60%로 여학생의 비율이 조금 높게 구성되었다. 본 연구에서는 되도록이면 남녀 학생의 비율을 균등하게 하도록 하였으나 각 학교에서 실시하고 있는 학생 선정의 과정에 직접 관여할 수 없는 이유로 인하여 여학생들이 비율이 조금 높게 구성되었다.

실험군에서 여학생의 비율이 약간 높은 것으로 보이지만 비교적 균등한 남·여학생의 비율로 구성되었다고 할 수 있다. 대조군은 5, 6학년 학생들로 구성되었으며 실험군은 4, 5, 6학년 학생들로 구성되었고 6학년의 비율이 높게 나타났다.

3. 전통 식문화 프로그램의 교육효과 평가

(1) 전통음식에 대한 인식도 분석에 의한 평가

식문화 교육 프로그램의 시범교육 실시 후 학생들의 전통음식에 대한 인식도가 변화했는지의 여부를 조사하기 위

하여 10개 문항으로 구성된 전통음식에 대한 인식도 조사 설문지를 사전(pretest)과 사후(post test)의 형식으로 두 차례 실시하였다. 전통음식에 대한 인식도의 사전·사후 조사결과의 paired t-test 분석 결과를 <Table 3>에 제시하였다. 대조군에서는 1학기에서만 '지역의 생활습관과 관련이 있다'라는 인식에서만 사전·사후의 차이(p<0.05)를 나타내었으며, 다른 항목들에서는 차이를 보이지 않았다. 반면에 실험군 1학기에서는 '재료와 조리법이 다양하다' (p<0.05)에서 교육 후 인식이 증가하였고, 실험군 2학기에서는 '선조들이 물려준 훌륭한 문화유산 중 하나이다' (p<0.05), '전통 문화와 관련성이 크다' (p<0.01), '한국의 자연환경의 영향을 받아 발달해 왔다' (p<0.05), '서양의 음식에 비해 영양적으로 우수하다' (p<0.05) 등의 문항에서 교육 후 전통식문화에 대한 인식도가 증가한 것으로 나타났다. 교육 후 실험군에서 전통식문화에 대한 인식도가 긍정적으로 증가하고 있는 이와 같은 결과는 전통 식문화 교육 프로그램의 전통 식문화에 대한 인식도 변화의 효과를 보여준다고 할 수 있다. 그러나, 모든 문항에서 확연한 증가를 나타내고 있지 않는 것으로 보아 1학기 동안의 교육은 교육 수혜자들의 인식도를 크게 바꾸어 놓기에는 불충분하였던 것으로 사료된다.

O'Neil 등(2002)은 Gimme 5라고 하는 고교생을 위한 영양관리 프로그램을 개발하고 그 효과를 평가 하였는데, 이 프로그램은 야채와 과일의 섭취량을 증가시키기 위한 목적으로 개발되었으며 학교 방송을 통한 홍보, 연수회 개최, 학부모 참여 등의 다양한 구성요소(multicomponent)로 구성되어 4년이라는 장기간 동안 시행되었다. 장기적이고 지속적으로 다양한 매체를 통해 학생들에게 영양에 대한 문제를 인식시킴으로서 학생들의 영구적인 식습관 및

<Table 3> The perception for the Korean traditional food

	Control						Experimental					
	Semester 1			Semester 2			Semester 1			Semester 2		
	Pre	Post	t [†]	Pre	Post	t	Pre	Post	t	Pre	Post	t
Healthy food	2.89	2.91	-.573	2.75	2.90	-1.143	2.83	2.93	-1.432	2.92	2.95	-.443
Good Heritage from ancestor	2.57	2.64	-.573	2.45	2.30	.645	2.67	2.76	-1.159	2.56	2.95	-3.567**
One of the traditional culture	2.39	2.55	-1.189	2.60	2.20	1.566	2.56	2.68	-.927	2.46	2.78	-3.151**
Affected by natural environment of Korea	2.32	2.57	-1.806	2.35	2.25	.490	2.69	2.62	-.216	2.46	2.79	-2.485*
Related with local customs	2.26	2.58	-2.324*	2.61	2.17	1.917	2.56	2.66	-.942	2.62	2.79	-1.741
Variety of cuisine	2.74	2.81	-.771	2.85	2.80	.438	2.90	2.71	2.240*	2.87	2.89	-.329
Good taste	2.79	2.81	-.298	2.75	2.60	.825	2.30	2.76	.684	2.87	2.89	-.374
Variety of seasonal food	2.61	2.72	-1.044	2.72	2.88	-1.144	2.76	2.88	-1.403	2.82	2.85	-.274
Good nutritional aspect	2.58	2.63	-.350	2.63	2.42	1.166	2.60	2.76	-1.361	2.64	2.82	-2.214*
Worldwide quality	2.45	2.67	-.896	2.73	2.63	.524	2.64	2.60	.361	2.64	2.74	-.892

Likert Score Scale: 3:Strongly agree, 2: little bit agree 1: Strongly disagree

Values are mean ± SD

* P <0.05, ** P<0.01

[†] Paired Sample T-Test(t-value)

식행동 변화를 유도하고자 하였다. 이와 같이 잘못된 식생활을 교정하거나 영양이나 식문화에 대한 인식도 변화를 통한 바람직한 식생활 변화를 유도하기에 충분한 효과를 나타내기 위해서는 실시되는 교육 프로그램이 단기적이고 1회성의 성격을 갖는 것이 아니라 장기적이고 체계적인 프로그램으로 운영될 수 있도록 계획되어야 할 것이다.

(2) 전통 식문화에 대한 지식 평가

교육 실시 후 학생들의 전통 식문화에 대한 지식이 향상되었는지의 여부를 조사하기 위해 본 연구에서 운용 시험으로 실시된 전통식문화 교육 프로그램의 교육 내용을 토대로 15개 문항의 전통식문화에 대한 지식문제를 개발하였고 각 문항의 점수를 1점으로 계산하여 총 15점 만점을 기준으로 하였다. 실험군 및 대조군을 대상으로 사전·사후 평가를 실시하여 이에 대한 paired t-test 분석 결과를 <Table 4>에 제시하였다.

1, 2학기 모두에서 실험군의 점수가 사전보다 사후에 월등히 증가하고 있음이 나타났다. 즉, 결과의 타당성을 위해 설정된 대조군에서는 사전 및 사후의 변수 변화가 나타나지 않은 반면 실험군에서는 1학기(p<0.001) 및 2학기(p<0.01) 모두에서 교육 후 전통 식문화 지식 점수가 통계적으로 유의하게 증가하였음을 알 수 있다. 전통 식문화 교육 후 학생들의 전통 식문화에 대한 지식수준이 높아짐을 확인함으로써 전통 식문화 교육 프로그램이 지식 전달에 대한 교육 효과가 있다고 평가할 수 있다.

<Table 4> The Knowledge of Korean Traditional Food

		Control	Experimental
Semester 1	Pretest	5.20 [†] ± 2.66	5.95 ± 1.95
	Posttest	4.40 ± 1.35	7.83 ± 2.27
	t value [†]	.811	-4.374***
Semester 2	Pretest	5.71 ± 3.30	7.71 ± 2.10
	Posttest	6.71 ± 2.75	9.625 ± 2.04
	t value	-.573	-3.268**

values are mean ± SD

** P < 0.01, *** P < 0.001

† Paired Sample T-Test(t-value)

(3) 식습관 변화에 미치는 영향분석

전통 식문화 교육 프로그램이 학생들의 식습관 변화에까지 영향을 미치게 될 수 있는지의 여부를 평가해 보기 위해 대조군 및 실험군 각각에서 식습관에 대한 사전·사후 조사를 실시하고 그 결과를 비교 분석하여 <table 5>에 제시하였다. 식습관에 관한 내용은 29개의 식습관을 측정하는 문항들로 구성되었으며 각 문항에 대하여 각각 3점 척도로서 평가하도록 하였다. 긍정적인 식습관의 점수는 3점 부정적인 식습관의 점수는 1점으로 환산하였으며, 최종적으로 식습관 점수의 평균을 내어 분석하였다.

대조군 및 실험군 각각에서 사전과 사후의 식습관 점수

평균에 대하여 paired t-test 분석 결과 대조군에서는 차이를 나타내지 않고 있는 반면 1,2학기 실험군 모두에서 통계적으로 유의적인 차이를 나타내었다.(p<0.001) 이와 같은 결과는 본 연구에서 평가하고자 하는 전통 식문화 교육 프로그램이 긍정적인 식습관 변화를 유도해 내는 효과를 보이고 있음을 시사한다.

영양교육 프로그램의 식습관 교정 효과를 평가한 Park(2000)의 연구에서는 6주간의 영양교육으로 아동들의 특정 식품에 대해 편식하는 식습관이 감소하였다고 하였으며, Jin(2001)등의 연구에서는 7주간의 영양교육 후 모든 반찬을 골고루 먹는 식습관 점수가 증가되었으나 다른 식습관 문항들에서는 유의적인 차이를 나타내지 못하였다고 보고하였다. 단기간에 실시되는 영양 교육 또는 식생활 교육의 효과를 측정한다는 것 자체가 어려움이 있는 것이 사실이다.

지식 전달 뿐 아니라 행동의 변화까지를 유발하기 위한 영양교육 프로그램을 개발하기 위한 일환으로 Borra 등(2003)은 다각적인 매체를 활용하여 다양한 환경에서 다양한 매체를 통하여 비만을 예방하기 위한 건강 정보 및 효과적 정보 전달을 위한 자극 방법을 개발하기 위해 아동, 부모, 선생님들을 대상으로 한 질적 연구(qualitative study)를 실시하였으며, 이 연구에서는 아동들은 식행동을 교정하기 위해 필요한 정보를 직접적으로 전달받길 원하며 바람직한 식생활 실천에 부모가 같이 참여한다는 사실에 긍정적인 자극을 받게 된다고 하였다.

본 연구에서 평가된 전통 식문화 교육 프로그램은 FIB 이론에 기초해 가능한 다양한 매체를 활용하여 정보를 전달하고자 하였으나, 장기적 관점에서 학생들의 우리 전통 식문화에 대한 올바른 정체성을 정립하게 하고 그 결과 올바른 식습관 및 식행동을 유발하기까지 이르게 하기 위해서는 학교에서의 교육 내용이 가정에까지 연계되어 부모와 우리 전통 식문화에 대해 생각해보고 이의 장점을 살려 실제 식생활에 적용할 수 있도록 하여야 할 것이다.

<Table 5> The effect of the traditional food culture education program on the Food Habit

		Control	Experimental
Semester 1	Pretest	2.56 ± 0.17	1.99 ± 0.25
	Posttest	2.49 ± 0.16	2.37 ± 0.20
	t value [†]	1.060*	-5.927***
Semester 2	Pretest	2.25 ± 0.26	1.99 ± 0.21
	Posttest	2.30 ± 0.24	2.31 ± 0.23
	t value	-.449	-5.322***

values are mean ± SD

* P < .05, *** P < .001

† Paired Sample T-Test(t-value)

(4) 식품에 대한 선호도 변화에 미치는 영향분석

전통 식문화 교육 후 식품에 대한 선호도 변화가 나타나

<Table 6> The Preference of Korean Traditional Food and Western Fast Food

		Control	Experimental	
Korean Traditional Food	Semester 1	Pretest	2.33 ± 0.39	2.25 ± 0.29
		Posttest	2.58 ± 0.29	2.44 ± 0.30
	t value [†]		-3.063**	2.762*
	Semester 2	Pretest	2.34 ± 0.29	2.52 ± 0.23
		Posttest	2.34 ± 0.38	2.61 ± 0.30
	t value		.037	-1.530
Western Fast Food	Semester 1	Pretest	2.60 ± 0.38	2.61 ± 0.26
		Posttest	2.66 ± 0.28	2.42 ± 0.25
	t value		-.862	-3.175**
	Semester 2	Pretest	2.50 ± 0.36	2.53 ± 0.36
		Posttest	2.46 ± 0.33	2.56 ± 0.39
	t value		.265	-.775

values are mean ± SD

* P <0.05, ** P <0.01

† Paired Sample T-Test(t-value)

는지의 여부를 조사해 보기 위해 대조군 실험군을 대상으로 전통음식 28가지와 서구식 패스트푸드 음식 28가지에 대한 선호도 조사를 교육 실시 전 및 교육 실시 후에 실시하였다(Table 6).

대조군 1학기 전통음식에 대한 선호도를 제외한 대조군 2학기 전통음식 선호도와 대조군 1, 2학기 패스트푸드에 대한 선호도에서 사전·사후간 차이가 나타나지 않았으며, 실험군 1학기에서는 전통음식에 선호도가 증가하였고 (p<0.05) 패스트푸드에 대한 선호도는 감소하였다. (p<0.01) 그러나, 실험군 2학기에서는 아무런 사전·사후간 선호도의 차이가 나타나지 않았다.

전체적으로 볼 때 본 연구의 조사에 참여한 학생들은 우리 전통 음식보다 패스트푸드를 좀 더 좋아하고 있는 것으로 나타났으며, 비록 통계적으로 유의하지 않지만 실험군에서 전통식문화 교육 실시 전에는 전통음식에 대한 선호도 평균이(2.48) 패스트푸드에 대한 평균(2.52)보다 낮았던 것에 반해 교육 실시 후 전통음식에 대한 선호도 평균(2.63)이 패스트푸드에 대한 것(2.54)보다 조금 더 높게 나타났다. 교육 후 전통음식에 대한 선호도가 증가되었음을 알 수 있다.

초등학교 학생들의 영양 교육 필요성에 대한 요구도를 조사하기 위해 학부모, 학생, 교사들을 대상으로 초등학교 학생들의 식습관 문제 및 요구되는 영양 교육의 내용에 대해 조사한 Shin(2006)등의 연구에서는 교정되어야 할 가장 심각하고 시급한 식습관의 문제점으로 편식 및 패스트푸드 선호 등을 지적하였으며, 이를 교정하기 위한 다양한 영양교육 프로그램이 시급함을 제안하였다. 본 연구의 결과에서도 학생들의 패스트푸드 선호도가 전통음식에 대한 선호도보다 높게 나타났으나, 전통 식문화 교육 프로그램의 실시 후 전통음식에 대한 선호도가 증가하고 패스트푸드에 대한 선호도가 감소하였다는 연구의 결과는 본 연구

에서 평가하고 있는 전통 식문화 교육 프로그램의 식습관 교정 효과를 입증한다고 하겠다.

4. 전통 식문화 교육 후 소감

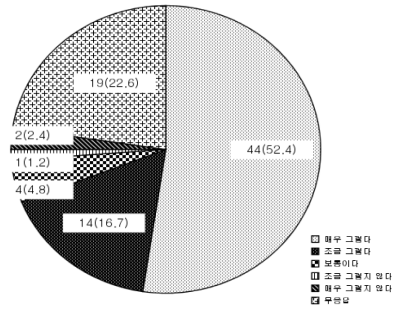
전통 식문화 교육을 받은 학생들을 대상으로 교육 후 소감을 조사하고 그 결과를 <Figure 1>에서 <Figure 9>까지의 그림으로 요약하였다. 식문화 교육 내용에 대하여 매우 만족한다가 52.4%, 조금 만족한다가 16.7%로 나타났으며, 식문화교육의 참신도를 묻는 항목에서도 ‘매우 그렇다’의 응답이 52.4%, 식문화 교육으로 인한 새로운 지식 습득 여부에 관하여 ‘매우 그렇다’라고 응답한 학생이 43명(51.2%)으로 수업을 받은 학생들이 식문화 교육에 대하여 매우 긍정적으로 생각하고 있는 것으로 나타났다.

식문화 전반적인 수업 내용과 조리실습의 이해도를 묻는 항목에 대하여 매우 이해하기 쉬웠다고 응답한 비율은 각각 33.3%와 51.2%으로 나타났으며, 이러한 사실은 조리실습 수업에 대한 이해가 전반적인 이론 수업 내용에 대한 이해보다 더 쉬웠던 것으로 해석된다. 실습이나 현장 학습을 통한 체험 학습이 학생들의 집중력과 이해력을 증진 시키는 교육 수단임을 확인할 수 있었다.

조리실습의 실생활 적용에 대한 문항에 대하여 58%의 학생들이 집에서 조리실습을 실천해보고 싶다고 응답하였으며, 식문화 교육의 재수강 의지에 문항에 대해서는 재수강하겠다는 비율이 47.6%로 비교적 높게 나타났다. 친구에게 추천하겠다는 추천의사에 대한 항목에 대해서도 비교적 높은 비율인 58.0%가 ‘매우 그렇다’에 응답하였다. 가장 기억에 남는 수업 내용으로는 ‘조리실습’ 40명(47.6%), ‘게임’ 10명(11.9%), ‘강의내용’ 9명(10.7%), ‘견학’ 3명(3.6%) 순으로 나타났다. 본 연구에서 평가된 전통 식문화 교육 프로그램의 기본 취지인 활동주의 이론(FIB)에 근거하여 본 프로그램은 우리 전통 음식을 직접 조리해보고 그룹간 비교 및 평가를 통해 재미있게 토론하고 전통음식에 대해 생각해 볼 수 있도록 하였기에 실제 수업에 참여한 학생들은 조리 실습을 가장 기억에 남는 수업으로 평가하고 있다고 사료된다.

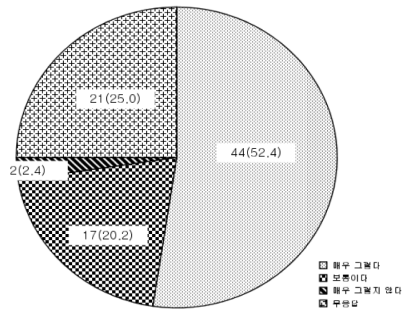
IV. 요약 및 결론

본 연구에서 운용 시험을 거쳐 그 교육의 효과가 평가된 전통 식문화 교육 프로그램은 FIB 이론에 기초하여 학생들의 동기유발 및 흥미를 도모하기 위한 다양한 활동들로 구성되었으며, 1년(1,2학기)의 기간동안 32개의 전통 식문화 관련 주제들을 중심으로 실행될 수 있도록 초등학교 재량 활동시간을 활용하여 실행될 수 있도록 개발된 것이다 (Yang 등 2006). 교육 프로그램의 효과를 평가하기 위하여 교육 실시전과 후의 전통 식문화에 대한 지식도, 전통 식문화에 대한 인식도, 식습관 변화, 패스트푸드와 전통음



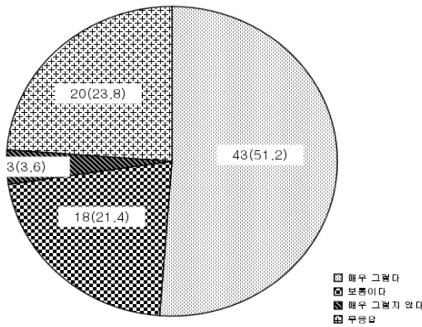
전통 식문화반에 대한 전반적인 만족도

<Figure 1> Satisfaction for the program.



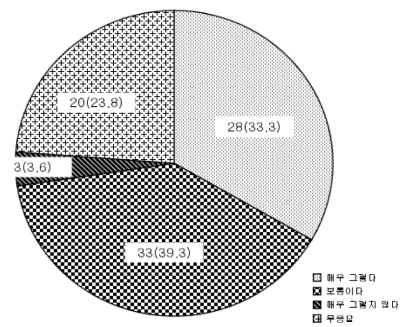
전통식문화반 수업내용의 신선도

<Figure 2> Freshness for the content of the program.



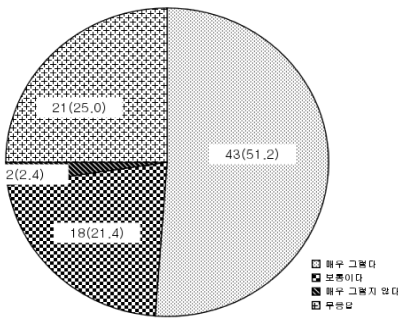
전통식문화반 수업 후 새로운 지식 습득 여부

<Figure 3> Learning for new Knowledge.



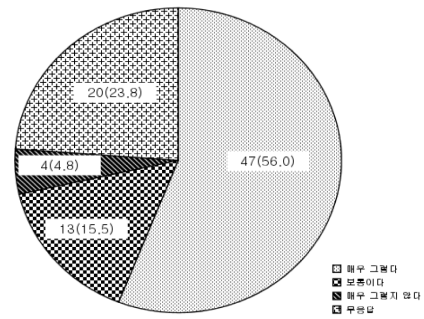
전통식문화반 교사의 수업내용 이해의 용이성

<Figure 4> Comprehension for the theory.



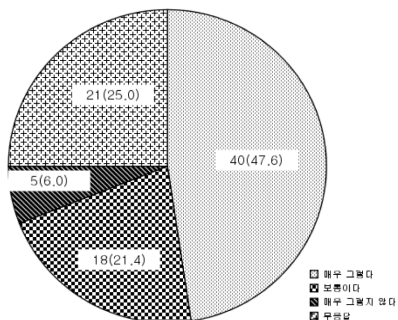
전통식문화반 조리실습의 용이성

<Figure 5> Easiness of cooking practice.



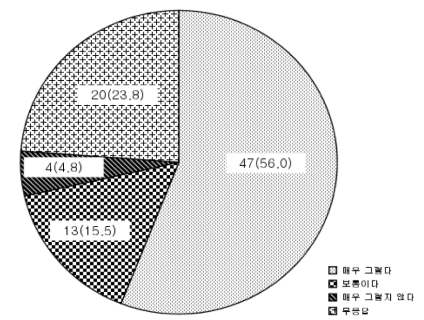
전통식문화반 조리실습 내용 가정에 적용 여부

<Figure 6> Application of cooking practice in practical life.



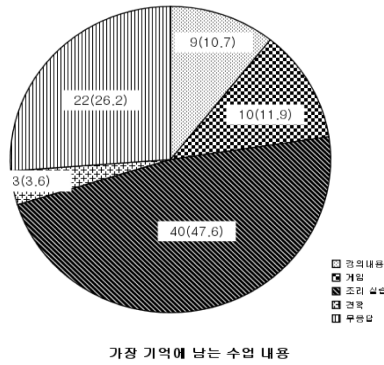
전통 식문화반 수업 재수강 여부

<Figure 7> Willingness for retaking a class.



전통식문화반 추천의지

<Figure 8> Willingness for recommendation.



<Figure 9> The most impressive content of program.

식에 대한 선호도 변화들을 측정하여 분석하였으며, 실험 결과의 타당성을 위하여 대조군을 구성하여 실제 교육을 받은 실험군과 동시에 사전·사후 테스트를 실시하였다. 평가 분석 결과 대조군에서는 교육 실시 전과 후에 전통음식에 대한 인식도, 전통 식문화 지식 등에 유의적 차이를 보이지 않은 반면 실험군에서는 교육 실시후 전통음식에 대한 인식도가 긍정적으로 변화하였고 지식 점수도 유의적으로 증가함을 나타내었다. 또한, 식습관을 점수화하여 평가 분석된 식습관 점수도 대조군에서는 사전·사후간 거의 차이를 나타내지 않은 반면 실험군에서는 교육 실시후 식습관 점수가 통계적으로 유의하게 증가하였음을 나타냈다. 마지막으로 전통 음식과 패스트푸드에 대한 선호도 변화를 측정한 결과 실험군 1학기에서만 전통 음식에 대한 선호도는 유의한 증가를 나타내었고 서구식 패스트푸드에 대한 선호도는 유의적인 감소를 나타내었다.

이와 같은 결과들을 종합하여 볼 때 본 연구에서 평가된 전통 식문화 교육 프로그램의 식문화 지식 전달 효과와 더불어 인식 변화에 의한 식습관 변화를 유발할 수 있는 효과를 입증할 수 있다고 하겠다.

교육 인적 자원부에서 제정한 학교 급식법 제 7조에 의거하여 영양사 배치 기준을 신설하고 이에 따라 급식 시설과 설비를 갖춘 학교에 영양 교사가 배치되게 함으로써 영양교육을 체계적으로 실시할 수 있는 제도적 기반이 마련되고 있지만, 향후 영양 교육의 실시 방향이나 실제 학교에서 수업의 형식으로 영양 교육을 진행하기 위해 필요한 체계적이고 효과적인 교육 프로그램의 개발은 아직까지 활발히 이루어지고 있지 않은 실정이다. 그러므로, 향후 본 연구에서 평가된 전통 식문화 교육 프로그램과 같이 체계적이며 다양한 매체와 활동 요소들로 구성된 식문화관련 영양교육 프로그램은 영양 교사를 지원할 뿐만 아니라 학생들의 관심 유발을 통해 그들의 올바른 식습관 정립 및 우리 전통 식문화에 대한 인식 고취라는 긍정적인 효과를 미침으로서 우리 식문화 발전에 기여하는 하나의 디딤돌이 될 수 있을 것으로 기대한다.

이와 같이 우리 전통 식문화의 우수성에 대한 인식을 고

취하고 바람직한 식문화 정립과 더불어 올바른 영양지식 전달을 통한 바른 식습관 형성을 위한 교육 프로그램의 개발이 지속적으로 수행되고 그 교육의 효과가 평가되어야 할 것이며, 교육 효과를 최대화하기 위한 자극 개발 등에 대한 관심이 기울여져야 할 것이다.

그러나, 이와 같은 프로그램 개발을 통한 학교에서의 교육과 더불어 전체 실생활에서 지속적으로 영양 및 건전한 식행동 및 식습관에 대한 지식을 전달하고 자극을 주는 경로의 개발이 필요하다고 사료된다. Borra 등(2006)은 비만 아동들을 위한 영양 교육 프로그램을 개발하기 위해 효과적 자극을 개발하기 위해 focus group interview등을 통해 질적 연구를 수행하였는데, 부모와의 지속적이며 긍정적인 관계 형성을 통해 교육의 효과가 증가될 수 있으며, fun postcard, 재미있는 영양관련 게임들로 구성된 영양 정보 인터넷 사이트 등의 개발을 통하여 학생들을 지적·심리적으로 자극하는 것이 효과가 있을 것이라고 하였다. 향후 학생들의 관심의 변화에 집중하여 그들의 관심을 유발할 수 있는 다양한 경로를 활용한 영양 정보 및 식문화 정보 전달 체계가 구축되어야 할 것이다.

■ 참고문헌

Borra ST, Kelly L, Shirreffs MB, Neville K, Geiger CJ. 2003. Developing health messages: Qualitative studies with children, parents, and teachers help identify communications opportunities for healthful lifestyles and the prevention of obesity. *J American Dietetic Association* 103(6): 721-728

Chang SO, Lee KS. 1995. The effect of nutrition education on children who avoid to eat vegetable. *J Korean Dietetic Association* 1(1): 2-9

Chung HK, Lee JH, Cho MS, Lee JM. 1996. Food of Seoul: 'Traditional' and contemporary dietary constructions among Seoullite. *Korean J. Dietary Culture* 11(2): 155-167

Chungnam National University. 2000. Developing the guideline of nutrition education in elementary school for the practical healthful life. The report of the ministry of national health & welfare for national health improvement research project.

Escamilla RP, Haldeman L, Gray S. 2002. Assessment of nutrition education needs in an urban school districts in Connecticut. *J American Dietetic Association* 102(4): 559

Han H, Lee KA. 2003. Development and application of play materials for nutrition education in practical arts education. *J Korean Practical Art Education* 16(1): 41-57

Jin JH. 2001. The effect of the nutrition education on children' unbalanced diet: focus on the elementary students in Incheon area. The thesis of master degree. The graduate school of education, Incheon University

- Kim KN, Kim AJ, Park ES, Woo MK, Lee BK, Hyun T. 2000. Content Analysis of the Questionnaires Used in Dietary Surveys. *Korean J Community Nutrition* 5(4): 697-708
- Kim MH, Lee KA. 2003. A comparison of the perceptions of children and their mother of the effects of school lunch program on the children's dietary behavior. *J Korean Soc Food Sci Nutri* 32(4): 636-644
- Kutnick P, Kington A. 2005. Children's friendships and learning in school: Cognitive enhancement through social interaction. *British J Educational Psychology* 75(4): 521-39
- Lee YJ, Kim GM, Chang KJ. 2000. The analysis of effect on nutrition education of elementary school children, Inchon. *J Korean Dietetic Association* 6(2): 86-96, 2000
- Lee KA. 2002. The concern for health, nutrition knowledge, and nutritional attitude of elementary school children's mothers in Busan. *Korean J dietary culture* 17(4): 411-423
- Lee KA. 2003 Activity based nutrition education for elementary school students. *Korean J Nutrition* 36(4): 405-417
- Lee MS, Woo MK. 2003. Differences in the Dietary and Health-Related Habits and Quality of Diet in University Students Living in Daejeon. *Korean J Community Nutrition* 8(1): 33-40
- Lee JS. 2003. The effects of Gender, Obesity Rate, Nutrition Knowledge and Dietary Attitude on the Dietary Self-Efficiency of Adolescents. *Korean J Community Nutrition* 8(5): 652-657
- Lee YM, Lee MJ, Kim SY. 2005. Effects of nutrition education through discretionary activities in elementary school. *J Korean Dietetic Association* 11(3): 331-340
- Moon SJ, Lee YM. 1986. A computerized nutrition education program for meal management and nutrition assessment. *Korean J Nutrition* 19(3):146-154
- O'Neil CE, Nicklas TA. 2002. Gimme 5: An innovative, school-based nutrition intervention for high school students. *J American Dietetic Association* 2002(Mar): s93
- Park HO. 2000. Evaluation of food behavior and knowledge about nutrition for the obese elementary students in Kyung-Ki province. The thesis of master degree. The graduate school of education, Yonsei University
- Ryu HK, Park J. 2001. Grade and gender differences in dietary behavior, food preference and perception about body image of 4,5 and 6th grade students in elementary school. *J Korean Dietary culture* 16(2): 158-169
- Shin EK, Shin KH, Kim HH, Park YH, Bae IS, Lee YK. 2006. A survey on the needs of educators, learners and parents for implementing nutrition education by nutrition teachers in elementary schools. *Journal of the Korean Dietetic Association*, 12(1): 89-101
- Stang J, Bayerl CT. 2003. Child and adolescent food and nutrition programs. *J American Dietetic Association* 102(4): 887
- Yang IS, Chung HK, Jang MJ, Cha JA, Lee SJ, Chung L, Park SH, Cha SM. 2006. Development of education program for Korean traditional food culture for the elementary students. *J Korean Dietetic Association* 12(2): 127-145

(2007년 4월18일 접수, 2007년 7월17일 채택)