

## 대구·경북지역 고등학생의 식생활교육 요구도 조사

김윤화\*

경북대학교 식품영양학과\*

---

### A Study on the needs of Dietary Education of High School Students in Daegu and Gyeongbuk Province

Kim, Yun-Hwa\*

*Department of Food Science and Nutrition, Kyungpook National University,  
Daegu 702-701, Korea\**

#### Abstract

The purpose of this study was to investigate the practice of eating life and the needs of dietary education of high school students. The data was collected by means of questionnaire form the total of 463 high school students who were living in Daegu and Gyeongbuk province. Recognition of the need dietary education was 3.47/5.00, the utilization in daily life was 3.16, the degree of interesting was 3.23, and the degree of difficulty was 2.82. The reason of necessity was health care and growth (54.6%). The reasons of interesting were as follows: various information (28.3%), job choices (21.2%), happy family life (20.7%), cooking practice (19.7%). The degree of dietary education needs was 3.24. The need of cooking ability improvement was highest as 3.59. The practice of eating life was 3.41. Such as hand washing, food hygiene was the highest as 3.71. But the items of healthy eating life and evaluation of eating life were the lowest. The practice in daily life was positively correlated with recognition of the need, utilization, interest. But it was a negative correlation with the difficulty. Therefore dietary education should be strengthened in home economics subject, and to increase the rate of daily practice the teaching content and methods must be improved. In addition, dietary education in schools should be closely connected with families and local communities.

**Key words:** practice of eating life, the needs of dietary education, utilization of dietary knowledge

---

1) 교신저자: Kim, Yun-hwa, 1370 Kyungpook National Univ., Sangyeok 3(sam)-dong, Buk-gu, Daegu, 702-701, Republic of Korea  
Tel : 82-10-7564-1378 Fax : 82-53-950-6229 E-mail : yunhwa47@hanmail.net

## I. 서론

식생활은 식품의 생산과 조리, 가공, 식사용구, 상차림, 식습관, 식사예절, 식품의 선택과 소비 등 음식물의 섭취와 관련된 유·무형의 활동을 말하는 것으로(식생활교육지원법, 2009) 인간의 기본적인 생리적인 욕구를 충족시키고, 인간의 성장과 건강, 인격 형성에 중요한 영향을 미치는 영역으로 일상생활에서 시간적, 경제적으로 큰 부분을 차지하고 있다. 급격한 사회·경제적 발전으로 인한 도시화와 산업화는 생활 수준을 향상시키고, 식생활에도 많은 변화를 주어 비만, 암, 고혈압, 당뇨병 등의 성인병 발병률을 높이고 있다(보건복지가족부, 2008). 그리고 청소년기의 과도한 학업과 진로문제에 대한 중압감 등은 식생활 패턴에 영향을 주어 영양불량 등의 식생활문제를 초래하고, 가공식품, 인스턴트식품 범람 등으로 인한 불규칙한 식사와 부적당한 간식 등은 청소년들의 건강을 위협하고 있다(이은주, 2006). 또한 여학생은 외모와 체형에 대한 지대한 관심으로 잘못된 식사조절을 시도하고, 이로 인한 장기간의 불량한 식생활은 영양불균형을 심화시킬 수 있으며, 최근의 청소년기 영양소 섭취 실태조사에서 칼슘, 철, 나트륨, 지질 섭취의 불균형이 심각한 것으로 조사되고 있다(정은영, 2010). 이와 더불어 수입자유화로 식품선택의 폭이 넓어지면서 건강과 안전을 심각하게 위협하는 인수공통 전염병 및 식중독균 등의 위해요소와 축산물의 생산성을 높이기 위해 사용하는 각종 동물용 의약품의 가축체내 이행 및 잔류 등은 건강을 위협하고 있다(박정민 외, 2007).

청소년기는 심리적·사회적으로 가장 변화가 많고, 신체적 변화와 발달이 매우 빠르게 진행되어 평생 중 가장 많은 영양소가 요구되는 시기이다(Spear, 2002). 따라서 이 시기의 식습관과 영양 상태는 건강과 성장에 밀접한 관련이 있고, 이 시기에 형성된 식습관과 건강상태, 식생활과 관련된 지식과 기술은 장래 성인기의 건강에 결정적인 영향을 미치게 된다. 뿐만 아니라 이 시기의 기술·가정 교과에서의 식생활교육은 가족의 건강증진을 바탕으로 한 원만한 가족생활을 영위하기 위한 태도와 가치관을 확립하는 중요한 시기로 식생활교육은 더욱더 강조되어야 한다(차명화, 2005).

최근 국민건강을 증진시키기 위한 식생활교육지원법과 국

민영양관리법이 제정되고 실시되고 있다. 식생활교육지원법(2009)은 건전한 식습관 형성, 식생활에 대한 감사와 이해, 식생활 체험활동 촉진, 전통식생활 문화계승, 환경친화적인 식생활 실천 방향으로 식생활교육이 이루어져야 한다고 규정하고 있다. 국민영양관리법(2010)의 영양 및 식생활교육 내용은 생애주기별 올바른 식습관 형성 및 실천, 식생활 지침, 질병예방 관리, 바람직한 식생활 문화 정립, 비만과 저체중 관리, 식품의 영양과 안전, 영양과 건강을 고려한 음식 만들기 등의 내용으로 이루어져 있다. 하지만 일생에서 신적, 정신적으로 가장 중요한 시기에 있는 고등학생들을 대상으로 한 식생활교육 요구도에 관한 연구는 거의 이루어져 있지 않다. 따라서 본 연구에서는 대구·경북지역 고등학생들을 대상으로 식생활 영역 흥미도와 실천정도 및 식생활교육 요구도를 조사하여 식생활교육지원법과 국민영양관리법의 실행과 더불어 기술·가정 교과에서 식생활교육이 나아가야 할 방향을 제시하고자 한다. 단, 본 연구에서는 남학생이 여학생의 수에 비해 적게 조사된 제한점을 갖고 있다.

## II. 이론적 배경

### 1. 교육과정 중 식생활교육 실태 분석

기술·가정교과는 1992년 제6차 교육개정 이후 남녀 공동 이수가 되었다. 하지만 1997년 7차 교육과정 개정 이후 기술·가정 교과는 국민공통 기본교과로 10학년까지 이수하도록 하여 주당 3시간(단위)으로 가정전공과 기술전공 교사가 팀 티칭으로 지도하도록 되었다. 10학년에서 이루어지고 있는 식생활영역 교육은 가정생활 문화 영역 중 의식주 생활문화 단원에서 아주 미미하게 이루어지고 있는 실정이다. 11~12학년에서는 가정생활과 관련된 직업 분야의 적성을 개발하고, 자신의 진로를 탐색하는 데 필요한 역량을 강화하는 심화선택 과목으로 가정과학을 3시간(단위) 이수하고 있는데 식품과 영양단원은 가족의 영양과 건강, 식품 선택과 관리, 음식 문화와 음식 만들기의 3영역에서 생애주기 영양관리, 영양문

제와 식이요법, 안전한 식품 선택, 조리 시 식품 성분 변화, 위생적인 식품 관리, 한국 음식과 외국 음식의 문화와 음식 만들기 및 식품과 영양 관련 직업의 내용요소로 이루어져 있다. 단편적인 지식과 기능의 습득보다는 실생활의 문제를 해결할 수 있는 능력을 기르는 데 중점을 두고, 체험적, 통합적인 학습이 주도적으로 이루어질 수 있도록 하며, 일의 즐거움과 성취감을 느낄 수 있도록 지도하도록 하였다.

2009년 개정 교육과정은 2011년부터 적용 실시되며, 고등학교 교육과정은 선택 교육과정으로 기술·가정과 가정과학은 생활·교양영역의 보통교과(군)으로 가사·실업 교과는 전문교과로 편성되어 운영된다. 기술·가정, 제2 외국어, 한문, 교양의 생활·교양 영역은 16단위를 이수하도록 되어 기술·가정교과에서 식생활교육은 7차 교육과정에서보다 오히려 축소되었다.

## 2. 고등학생 대상 식생활교육과 관련한 연구 실태 조사

고등학교 식생활교육 실태 및 교육 요구도와 관련된 연구들을 살펴보면, 전세경(2010)의 연구에서는 학교 식생활교육은 일상적 삶에 향촌 하는 문제와 일상성에 대한 가치를 가르치는 것으로 특정 주제에 대한 깊은 이해나 분리된 전문적 내용의 교육이 아니라 학습자의 내면에 삶의 문제와 의미로 부여되는 생활교육으로서의 면모와 가치를 지녀야 하며, 학교 식생활교육에 대한 의사결정의 준거에는 다른 어떠한 교육외적 변수보다 청소년이라는 학습자가 중심에 있어야 학교 식생활교육이 현장에서 구현될 수 있다고 하였다.

김나라(2010)의 연구에서는 초·중학교에 비해 고등학교에서 편식( $p<0.001$ )과 잘못된 식사예절( $p<0.001$ ) 문제가 심각하게 인식되고 있는 것으로 조사되어 영양교육의 효율성을 위해서는 가정과 연계한 방안이 필요하며, 식품의 낭비와 환경문제에 관한 교육이나 식습관의 교육이 필요하다고 하였다. 또 올바른 식사예절과 식품에 대한 올바른 지식습득, 편식교정이나 학생들의 건강유지와 적절한 성장발육을 교육 후 기대하는 개선효과로 조사되었다.

김미라 등(2009)의 연구에서는 환경호르몬에 대한 정보는 텔레비전과 라디오를 통해 가장 많이 획득하고 있으며

(57.2%), 환경호르몬에 대한 교육 필요성 인식도도 높았다(3.44/5.00점). 환경호르몬 피해 예방법(4.25점), 환경호르몬 방출물질 또는 오염물질(3.99점) 및 환경호르몬의 위해성(3.92점)에 대한 교육내용 요구도가 높은 것으로 조사되었다. 또한 환경호르몬에 대한 교육이 충분하지 않아 기술·가정 교과에서 이에 대한 교육이 보완되어야 한다고 보고하였다.

김은정 등(2009)의 연구에서는 고등학생들이 식품선택 시 맛과 가격보다는 영양성분 및 원재료를 확인하고 구매하는 경우가 적고(2.66/5.00점), 보관 시 표시사항을 잘 확인하지 않는 것으로 조사되어(2.86점) 식품의 표시사항 보는 방법을 교육하여 식품을 올바르게 선택하고 식품을 안전하게 취급, 보관하는 방법을 익혀 안전한 식생활을 영위하기 위한 습관을 형성시켜야 한다고 보고하였다.

인수진(2009)의 연구에서는 61.3%가 영양교육이 필요하다고 하였으며, 영양교육이 필요한 이유는 균형 잡힌 식단에 의한 성장발육이 44.8%로 가장 높았고, 필요하지 않다고 답한 경우의 42.9% 실천에 옮기지 않기 때문으로 조사되었다. 또 영양교육 내용 중 가장 관심 있는 분야는 건강, 성장 및 질병문제가 15%로 가장 높게 조사되었다.

차명화 등(2005)의 연구에서는 기능적, 응용적, 종합적인 기술·가정 교과교육의 기본이념을 달성하기 위해서는 이론적인 요소가 강조된 식생활 단원의 교과내용을 실생활과 밀접하게 연관시켜 실천할 수 있는 교육과정 개발과 학습지도를 강조하였다.

## Ⅲ. 연구방법

### 1. 연구대상 및 기간

본 연구는 대구지역 3개, 경북지역 2개 고등학교에 재학 중인 1, 2학년 남녀 고등학생 480명을 대상으로 하였으며, 2010년 7월 5일에서 7월 14일까지 조사하였다. 이 중 부실 기재한 17부를 제외한 463부를 통계처리 자료로 사용하였다.

## 2. 연구방법 및 내용

설문지는 일반사항 7문항, 가정교과의 식생활 영역의 필요성 및 흥미도 등에 관한 내용 10문항, 식생활 영역 교육 요구도 13문항, 식생활 영역 실천도 12문항으로 구성하였다. 식생활 영역의 필요성 및 흥미도 등에 관한 문항은 선행연구(인수진, 2009; 이은주, 2006)를 참고로 하여 작성하였고, 식생활교육 요구도와 실천도 문항은 중·고등학교 7차 교육과정 기술·가정 교과의 식생활 영역을 참고로 하여 작성하였다. 고등학교 교육에서 필요하다고 생각되는 식생활 영역의 교육 요구도는 식생활 문화 4문항, 건강과 식생활 4문항, 음식 만들기 2문항, 먹거리 선택 2문항, 진로선택 1문항으로 구성하였고, 고등학생으로 기본적으로 실천해야 할 영역의 실천도 평가항목은 식생활 문화 4문항, 건강과 식생활 5문항, 음식 만들기 2문항, 먹거리 선택 1문항으로 구성하였다. 식생활교육의 필요성, 활용도, 흥미도, 난이도 및 요구도의 평가는 ‘매우 높다’ 5점, ‘높다’ 4점, ‘보통’ 3점, ‘낮다’ 2점, ‘매우 낮다’ 1점으로 평가하였으며, 식생활 실천도는 ‘매우 잘 수행한다’ 5점, ‘수행한다’ 4점, ‘보통’ 3점, ‘가끔 수행한다’ 2점, ‘전혀 수행하지 않는다’ 1점으로 평가하였다. 본인이 스스로 평가한 학교성적 기준은 30% 이내는 상, 70% 이내는 중, 100% 이내는 하로 답하도록 하였다. 40부의 예비조사를 통해 문항의 난해한 부분과 미흡한 부분을 수정, 보완하여 사용하였고, 평가문항의 신뢰성 검사는 문항의 내적일관성을 판단하는 Cronbach's alpha 계수를 사용하였다.

## 3. 자료처리 및 분석방법

본 연구의 자료의 통계처리는 SPSS(Statistical Package for the Social Science Version 17.0) 통계 프로그램을 이용하여 평균, 표준편차, 빈도, 백분율 등의 기술적 통계값을 산출하였다. 독립된 집단의 비교에는 t-test와 F-value를 사용하였다. 조사대상자의 일반사항 등은 백분율과 빈도로 표시하였고,  $\chi^2$ -test로 검증하였으며, 요구도와 실천도는 평균과 표준편차로 표시하였고, one-way ANOVA와 Duncan's

multiple range test를 이용하여  $p < 0.05$  수준에서 유의성을 검증하였다.

## IV. 결과 및 고찰

### 1. 조사대상자의 일반사항

조사대상자들의 일반사항은 표 1과 같다. 조사대상자는 대구지역 고등학생이 304명(65.7%), 경북지역 고등학생이 159명(34.3%)이었다. 남학생이 70명(15.1%), 여학생이 393명(84.9%)이었으며, 고등학교 1학년이 284명(61.3%), 2학년이 179명(38.7%)이었다. 인문계열의 학생이 331명(71.5%), 실업계열 학생이 132명(28.5%)이었다. 가족형태는 핵가족이 393명(84.95%), 확대가족이 70(15.1%)이었으며, 아버지의 직업이 근로 생산직인 학생이 37명(8.0%), 사무직이 145명(31.3%), 자영업이 139명(30.0%), 전문직이 29명(6.3%), 기타 106명(22.89%), 무응답이 7명(1.51%)이었다. 조사대상자 스스로가 생각하는 학교성적은 상위그룹이 123명(26.6%), 중위그룹이 186명(40.2%), 하위그룹이 149명(32.1%), 무응답이 5명(1.1%)이었다.

### 2. 가정교과의 식생활교육에 대한 필요성 인식, 활용도, 흥미도 및 난이도

조사대상자의 일반사항에 따른 가정교과에서의 식생활교육 필요성 인식, 활용도, 흥미도 및 난이도 인식에 대한 조사결과는 표 2와 같다. 가정교과의 식생활교육 필요성에 대한 인식 수준은 3.47/5.00점으로 높은 편이었다. 남학생보다는 여학생이( $p < 0.05$ ), 2학년보다는 1학년이( $p < 0.001$ ), 실업계열보다는 인문계열이( $p < 0.001$ ), 확대가족의 학생보다는 핵가족의 학생이( $p < 0.05$ ) 식생활교육의 필요성을 더 많이 인식하고 있는 것으로 조사되었다. 이은주(2006)의 연구에서도 식생활교육이 매우 필요하다고 응답한 학생은 여학생이 74.9%로 남학생

표 1. 조사대상 고등학생의 일반적 특성

요 인		N=463
지역	대구	304(65.7)
	경북	159(34.3)
성별	남	70(15.1)
	여	393(84.9)
학년	고1	284(61.3)
	고2	179(38.7)
계열	인문계열	331(71.5)
	실업계열	132(28.5)
가족 형태	핵가족	393(84.9)
	확대가족	70(15.1)
아버지 직업	근로 생산가능직	37(8.0)
	사무직(공무원, 일반회사, 사무직 등)	145(31.3)
	자영업	139(30.0)
	전문직(의사, 변호사, 교사 등)	29(6.3)
	기타	106(22.9)
	무응답	7(1.51)
학교성적	상	123(26.6)
	중	186(40.2)
	하	149(32.1)
	무응답	5(1.1)

63.4%보다 높은 것으로 보고하였다. 일상생활에서의 활용도는 3.16/5.00점으로 남학생과 여학생의 유의적인 차이는 없었으나 2학년보다는 1학년이(p<0.01), 실업계열보다는 인문계열이(p<0.05), 확대가족보다는 핵가족의 학생들이(p<0.05) 더 많이 식생활교육 내용을 활용하고 있는 것으로 조사되었다.

이은주(2006)의 연구에서도 고등학생들의 영양지식의 활용도가 낮은 것으로 보고되었다. 중학생을 대상으로 한 김윤화(2010)의 연구에서는 가정과의 식생활교육이 실제생활에서 도움을 주는 정도는 3.30/5.00점으로 그다지 높지 않은 것으로 조사되었다.

표 2. 가정과의 식생활교육에 대한 필요성 인식, 활용도, 흥미도 및 난이도

문 항	전체 (N=463)	성 별		t	학 년		t	계 열		t	가족형태		t
		남 (N=70)	여 (N=393)		1학년 (N=284)	2학년 (N=179)		인문계열 (N=331)	실업계열 (N=132)		핵가족 (N=393)	확대가족 (N=70)	
필요성	3.47±0.96	3.25±1.19	3.51±0.91	-2.07*	3.65±0.96	3.17±0.89	5.53***	3.58±0.97	3.17±0.89	4.21***	3.51±0.94	3.21±1.06	2.19*
식생활 활용도	3.16±0.67	3.26±0.87	3.14±0.62	1.48	3.23±0.69	3.03±0.61	3.23**	3.20±0.67	3.05±0.63	2.22*	3.19±0.63	2.97±0.80	2.13*
흥미도	3.23±0.95	3.21±1.15	3.24±0.91	-0.23	3.44±0.94	2.90±0.87	6.24***	3.39±0.95	2.85±0.83	5.59***	3.29±0.93	2.91±0.97	3.01*
난이도	2.82±0.71	2.81±0.93	2.82±0.67	-0.14	2.82±0.73	2.81±0.68	0.28	2.82±0.71	2.81±0.71	0.21	2.81±0.70	2.88±0.76	-0.77

\*: p<0.05    \*\*: p<0.01    \*\*\*: p<0.001

가정과의 식생활 영역에 대한 흥미도는 3.23/5.00점으로 남녀 학생 간에 유의적인 차이는 없었으나 2학년보다는 1학년이(p<0.001), 실업계열보다는 인문계열이(p<0.001), 확대가족보다는 핵가족의 학생들이(p<0.05) 식생활 영역에 더 높은 흥미를 나타내어 실업계열의 학생들과 2학년을 대상으로 식생활교육이 요구되며, 흥미를 높일 수 있는 수업 전략 및 방법이 적극적으로 모색되어야 할 것이다. 식생활교육 내용의 난이도는 2.82/5.00점으로 비교적 어렵지 않게 인식되고 있는 것으로 조사되었고, 성별, 학년, 계열, 가족형태에 따라서도 유의적인 차이는 없었다. 성장기의 학생들을 대상으로 하는 식생활교육은 지식위주의 교육보다는 바람직한 행동의 변화와 연결될 수 있도록 쉽고, 흥미를 유발시킬 수 있는 내용과 방법으로 교육이 이루어져야 할 것이다.

식생활교육이 필요한 이유와 식생활 영역이 흥미로운 이유에 대한 조사결과는 표 3과 같다. 식생활교육이 필요한 이유는 남녀 학생 모두 건강관리와 성장에 필요하기 때문이

54.6%로 유의적으로 높았고(p<0.05), 행복한 가정생활을 위해(15.3%), 식사준비를 위해(14.0%), 진로선택을 위해(1.9%) 순이었다. 최미경 등(2010)의 영양교육 요구도 조사에서 중학생들의 61.3%가 영양교육이 필요하다고 하였고, 영양교육이 필요한 이유로 적절한 성장(44.8%), 올바른 식품선택(24.0%), 올바른 식습관과 식사예절(14.9%), 식품 및 영양소에 대한 지식획득(9.1%)으로 보고하였다. 식생활교육이 흥미로운 이유는 내용이 다양하고 재미있어서가 28.3%로 가장 높았고, 직업선택을 위해(21.2%), 행복한 가정생활을 위해(20.7%), 실습이 많아서(19.6%), 입시에 대한 부담이 적어서(4.3%), 담당 선생님이 좋아서(1.3%) 순이었다. 남학생은 직업선택을 위해서가 가장 많았지만(30.0%) 여학생은 내용이 다양하고 재미있어서(28.5%)가 유의적으로 높았다(p<0.01). 따라서 고등학생들을 대상으로 하는 식생활교육의 효과를 높이기 위해서는 학생의 성장과 건강관리 및 직업선택에 초점을 맞추고, 다양하고 흥미로운 내용으로 행동의 변화를 유도

표 3. 가정과의 식생활교육이 필요한 이유 및 식생활 영역이 흥미로운 이유

문항	전체 (N=463)	성별		학년		계열			가족형태		
		남 (N=70)	여 (N=393)	1학년 (N=284)	2학년 (N=179)	인문계열 (N=331)	실업계열 (N=132)	핵가족 (N=393)	확대가족 (N=70)	N(%)	
				$\chi^2$	$\chi^2$	$\chi^2$	$\chi^2$	$\chi^2$	$\chi^2$	$\chi^2$	$\chi^2$
식생활교육이 필요한 이유	건강관리 및 성장	253(54.6)	30(42.9)	223(56.7)	91(54.8)	162(54.5)	179(54.1)	74(56.1)	218(55.5)	35(50.0)	
	행복한 가정생활	71(15.3)	13(18.6)	58(14.8)	23(13.9)	48(16.2)	49(14.8)	22(16.7)	62(15.8)	9(12.9)	12.11*
	식사준비	65(14.0)	7(10.0)	58(14.8)	30(18.1)	35(11.8)	52(15.7)	13(9.8)	55(14.0)	10(14.3)	4.63
	진로선택	9(1.9)	3(4.3)	6(1.5)	3(1.8)	6(2.0)	7(2.1)	2(1.5)	7(1.8)	2(2.9)	3.23
	기타	65(14.0)	17(24.3)	48(12.2)	19(11.4)	46(15.5)	44(13.3)	21(15.9)	51(13.0)	14(20.0)	3.10
식생활 영역이 흥미로운 이유	행복한 가정생활	96(20.7)	15(21.4)	81(20.6)	32(19.3)	64(21.5)	69(20.8)	27(20.5)	83(21.1)	13(18.6)	
	내용이 다양하고 재미있어서	131(28.3)	19(27.1)	112(28.5)	51(30.7)	80(26.9)	101(30.5)	30(22.7)	115(29.3)	16(22.9)	
	직업선택	98(21.2)	21(30.0)	77(19.6)	24(14.5)	74(24.9)	53(16.0)	45(34.1)	75(19.1)	23(32.9)	
	실습	91(19.6)	3(4.3)	88(22.4)	47(28.3)	44(14.8)	74(22.4)	17(12.9)	80(20.4)	11(15.7)	20.40**
	담당 선생님이 좋아서	6(1.3)	3(4.3)	3(0.8)	2(1.2)	4(1.3)	4(1.2)	2(1.5)	6(1.5)	0(0.0)	19.07**
	입시에 대한 부담이 적어서	16(3.5)	3(4.3)	13(3.3)	5(3.0)	11(3.7)	12(3.6)	4(3.0)	14(3.6)	2(2.9)	21.08**
기타	25(5.4)	6(8.6)	19(4.8)	5(3.0)	20(6.7)	18(5.4)	7(5.3)	20(5.1)	5(7.1)	8.64	

\*: p<0.05 \*\*: p<0.01

표 4. 가정과의 식생활교육이 어려운 이유와 식생활교육 시간의 적절성

문항	전체	성별		학년			계열			가족형태		N(%)		
		남	여	$\chi^2$	1학년	2학년	$\chi^2$	인문계열	실업계열	$\chi^2$	핵가족		확대가족	
식생활 영역이 어려운 이유	시청각 자료부족	10(2.2)	3(4.3)	7(1.8)	2(1.2)	8(2.7)		8(2.4)	2(1.5)		7(1.8)	3(4.3)		
	실습이 힘들	16(3.5)	4(5.7)	12(3.1)	5(3.0)	11(3.7)		13(3.9)	3(2.3)		14(3.6)	2(2.9)		
	수업내용이 이해하기 어려움	33(7.1)	5(7.1)	28(7.1)	6.83	10(6.0)	23(7.7)	1.87	24(7.3)	9(6.8)	1.79	28(7.1)	5(7.1)	1.91
	수업시간 부족	16(3.5)	5(7.1)	11(2.8)		6(3.6)	10(3.4)		10(3.0)	6(4.5)		14(3.6)	2(2.9)	
	기타	388(83.8)	53(75.7)	335(85.2)		143(86.1)	245(82.5)		276(83.4)	112(84.8)		330(84.0)	58(82.9)	
식생활 교육 시간	매우 많다	9(1.9)	3(4.3)	6(1.5)		3(1.8)	6(2.0)		8(2.4)	1(0.8)		9(2.3)	0(0.0)	
	많은 편이다	52(11.2)	12(17.1)	40(10.2)		31(18.7)	21(7.1)		42(12.7)	10(7.6)		43(10.9)	9(12.9)	
	보통	306(66.1)	43(61.4)	263(66.9)	13.05*	105(63.3)	201(67.7)	17.74**	213(64.4)	93(70.5)	4.16	258(65.6)	48(68.6)	2.50
	적은 편이다	67(14.5)	4(5.7)	63(16.0)		22(13.3)	45(15.2)		48(14.5)	19(14.4)		59(15.0)	8(11.4)	
	매우 적다	29(6.3)	8(11.4)	21(5.3)		5(3.0)	24(8.1)		20(6.0)	9(6.8)		24(6.1)	5(7.1)	

\*: p<0.05 \*\*: p<0.01

할 수 있는 적극적인 교육이 이루어져야 할 것이다.

식생활 영역이 어려운 이유와 교육시간의 적절성에 대한 조사결과는 표 4와 같다. 식생활 영역이 어려운 이유로는 수업내용이 어려워 이해하기 어렵다가 7.1%로 가장 높았고, 수업시간 부족(3.5%), 실습의 어려움(3.5%), 시청각 자료의 부족(2.2%) 등이었다. 식생활교육 시간에 대해서는 보통이라고 생각하는 학생이 66.1%로 가장 많았고, 적은 편(14.5%), 많은 편(11.2%), 매우 적음(6.3%), 매우 많음(1.9%) 순이었다.

남학생보다는 여학생이(p<0.05), 1학년보다는 2학년(p<0.01) 학생이 식생활교육 시간이 적다고 생각하는 것으로 조사되었다. 따라서 여학생과 2학년을 대상으로 하는 식생활교육이 더 이루어져야 할 것이다.

표 5. 식생활 정보의 습득 경로와 가정에서의 식생활교육 여부

문항	전체	성별		학년			계열			가족형태		N(%)		
		남	여	$\chi^2$	1학년	2학년	$\chi^2$	인문계열	실업계열	$\chi^2$	핵가족		확대가족	
식생활 정보의 습득 경로	가족	71(15.3)	9(12.9)	62(15.8)	21(12.7)	50(16.8)		52(15.7)	19(14.4)		62(15.8)	9(12.9)		
	친구	18(3.9)	4(5.7)	14(3.6)	14(8.4)	4(1.3)		16(4.8)	2(1.5)		16(4.1)	2(2.9)		
	학교	105(22.7)	13(18.6)	92(23.4)	37(22.3)	68(22.9)		71(21.5)	34(25.8)		84(21.4)	21(30.0)		
	인터넷	124(26.8)	15(21.4)	109(27.7)	48(28.9)	76(15.6)		93(28.1)	31(23.5)		113(28.8)	11(15.7)		
	TV나 라디오	85(18.4)	11(15.7)	74(18.8)	16.98*	32(19.3)	53(17.8)	20.62**	61(18.4)	24(18.2)	9.05	73(18.6)	12(17.1)	12.58
	책이나 신문	21(4.5)	5(7.1)	16(4.1)		6(3.6)	15(5.1)		16(4.8)	5(3.8)		15(3.8)	6(8.6)	
	병원이나 보건소	3(0.6)	2(2.9)	1(0.3)		0(0.0)	3(1.0)		2(0.6)	1(0.8)		3(0.8)	0(0.0)	
	기타	36(7.8)	11(15.7)	25(6.4)		8(4.8)	28(9.4)		20(6.0)	16(12.1)		27(6.9)	9(12.9)	

표 5. 표 연결

문항	전체	성별		학년		계열		가족형태		N(%)			
		남	여	$\chi^2$	1학년	2학년	$\chi^2$	인문계열	실업계열		$\chi^2$	핵가족	확대가족
영양소의 기능과 역할	16(3.5)	4(5.7)	12(3.1)		9(5.4)	7(2.4)		12(3.6)	4(3.0)		13(3.3)	3(4.3)	
식품과 영양소	28(6.0)	9(12.9)	19(4.8)		13(7.8)	15(5.1)		18(5.4)	10(7.6)		18(4.6)	10(14.3)	
가정에서 의 식생활 교육 여부	118(25.5)	17(24.3)	101(25.7)		38(22.9)	80(26.9)		85(25.7)	33(25.0)		104(26.5)	14(20.0)	
식습관과 태도	125(27.0)	13(18.6)	112(28.5)	12.15	45(27.1)	80(26.9)	10.13	96(29.0)	29(22.0)	19.08*	114(29.0)	11(15.7)	31.04***
음식 만들기	75(16.2)	8(11.4)	67(17.0)		33(19.9)	42(14.1)		62(18.7)	13(9.8)		64(16.3)	11(15.7)	
위생/안전	35(7.6)	6(8.6)	29(7.4)		10(6.0)	25(8.4)		17(5.1)	18(13.6)		32(8.1)	3(4.3)	
받지 않음	60(13.0)	12(17.1)	48(12.2)		16(9.6)	44(14.8)		37(11.2)	23(17.4)		46(11.7)	14(20.0)	
기타	6(1.3)	1(1.4)	5(1.3)		2(1.2)	4(1.3)		4(1.2)	2(1.5)		2(0.5)	4(5.7)	

\*: p<0.05 \*\*: p<0.01 \*\*\*: p<0.001

### 3. 식생활 정보 습득 경로 및 가정에서의 식생활교육 여부

식생활 정보의 습득 경로 및 가정에서의 식생활교육 여부에 대한 조사결과는 표 5와 같다. 식생활에 대한 정보는 인터넷에서 얻는 경우가 가장 많았고(26.8%), 학교(22.7%), TV나 라디오(18.4%), 가족(15.3%), 책이나 신문(4.5%), 친구(3.9%), 병원이나 보건소(0.6%) 순이었다.

김미라 등(2009)의 연구에서 환경호르몬에 대한 정보의 출처는 TV나 라디오(26.9%), 학교수업(20.6%), 인터넷(13.4%) 순이었다고 보고하였다. 이해연 등(2010)의 연구에서는 인터넷 위생 정보 사이트의 내용 전문성과 정보 유익성 등의 항목 평가에서 보통 이하의 평가를 받아 과학적인 근거 제공 등을 우선적으로 개선할 필요성이 있다고 보고하였으므로 이들 정보로 인한 피해가 발생할 가능성을 줄이기 위해 인터넷 정보 이용이 많은 학생들을 대상으로 하는 식생활교육은 더욱 강화되어야 할 것이다. 가정에서의 식생활교육은 식습관과 태도에 관한 내용이 가장 많았으며(27.0%), 식사예절(25.5%), 음식 만들기(16.2%), 위생/안전(7.6%), 식품과 영양소(6.0%), 영양소의 기능과 역할(3.5%) 순이었다. 청소년기의 식생활은 이 시기뿐 아니라 미래의 건강과 행복한 가정생활에 큰 영향을 미친다. 이 시기에 식생활에 대한 올바른 태도와 좋은 식습관 형성과 일생의 건강을 좌우하는 기초를 마련하기 위한 청소년 시기의 식생활교육은 아무리 강조하여도 지나치지 않을 것이다. 따라서 식생활교육은 가정과 학교, 지

역사회가 협력하여 적극적으로 실시함으로써 미래사회의 인재를 양성하는 데 부족함이 없어야 할 것이다. 가정에서 식생활교육을 받지 않는 학생이 13.0%로 조사되었다. 인문계열 학생들은 식습관과 태도(27.1%)를 가장 많이 교육 받고 있었고, 실업계열 학생들은 식습관(26.9%)과 식사예절(26.9%) 교육을 유의적으로 높게 받는 것으로 조사되었다(p<0.05). 핵가족의 학생들은 식습관과 태도(29.0%), 확대가족 학생들은 식사예절(20.0%) 교육을 높게 받는 것으로 나타났다(p<0.001).

### 4. 식생활교육 요구도 및 실천도

조사대상자의 성별과 학년에 따른 가정과 식생활교육 요구도의 조사결과는 표 6과 같다. 식생활교육에 대한 요구도 평가문항의 신뢰성 검사를 위한 Cronbach's alpha 계수는 0.920으로 Nunnally(1978)가 제시한 0.70 수준을 만족하였다. 식생활 영역의 교육 요구도는 3.24/5.00점으로 조리능력 향상을 위한 요구도가 3.59점으로 가장 높았고, 예절 등의 우리나라 식생활 문화(3.46점), 식생활과 환경오염(3.30점), 질병과 영양소와의 관계(3.30점), 식품안전성과 생산, 유통과정(3.28점), 영양소의 종류와 기능(3.25점) 순으로 높았다. 식생활과 관련된 식품산업 및 직업 세계에 대한 요구도가 3.05점으로 가장 낮았고, 식생활 분석 및 평가(3.10점), 생애주기별 식생활 관리(3.13점), 식단 작성하기(3.18점), 식생활의 의미와 기능



표 6. 성별과 학년에 따른 가정과의 식생활교육에 대한 영역별 요구도

문항	전체	성별		t	학년			Cronbach's alpha	
		남	여		1학년	2학년	t		
		Mean±S.D							
식생활 문화	1. 식생활의 의미와 기능	3.19±0.83	3.35±0.97	3.16±0.80	1.76	3.23±0.88	3.13±0.75	1.21	0.920
	2. 예절 등의 우리나라의 식생활 문화	3.46±0.88	3.50±1.02	3.45±0.85	0.38	3.56±0.91	3.30±0.80	3.05**	
	3. 외국의 식생활 문화	3.26±0.92	3.57±1.01	3.21±0.90	3.03**	3.36±0.95	3.11±0.87	2.81**	
	4. 식생활과 환경오염	3.30±0.88	3.35±1.02	3.29±0.86	0.50	3.31±0.92	3.28±0.83	0.27	
	평균	3.30±0.70	3.44±0.80	3.27±0.68	1.92	3.36±0.73	3.19±0.63	2.49*	
건강과 식생활	5. 영양소의 종류와 기능	3.25±0.90	3.24±0.92	3.25±0.90	-0.14	3.33±0.94	3.13±0.83	2.30*	
	6. 질병과 영양소와의 관계	3.30±0.93	3.29±0.96	3.30±0.93	-0.02	3.43±0.94	3.08±0.88	3.95***	
	7. 생애주기별 식생활 관리	3.13±0.88	3.15±0.94	3.12±0.88	0.19	3.23±0.92	2.96±0.80	3.26**	
	8. 식생활 분석 및 평가	3.10±0.86	3.12±1.04	3.09±0.83	0.22	3.18±0.88	2.96±0.82	2.73*	
평균	3.19±0.78	3.20±0.85	3.35±0.94	0.83	3.29±0.80	3.03±0.73	3.46**		
음식 만들기	9. 기호와 영양요구량에 맞는 식단 작성하기	3.18±0.95	3.22±1.02	3.17±0.94	0.40	3.24±0.95	3.07±0.94	1.95	
	10. 조리능력 향상	3.59±1.00	3.47±1.15	3.61±0.97	-0.91	3.73±1.02	3.35±0.92	4.02***	
평균	3.38±0.86	3.35±0.94	3.39±0.84	-0.36	3.49±0.84	3.21±0.85	3.43**		
먹거리 선택	11. 식품재료의 영양적인 가치(영양표시 등)	3.24±0.92	3.34±1.00	3.22±0.91	0.93	3.38±0.93	3.03±0.88	4.02***	
	12. 식품안전성(GMO, 식중독 등)과 생산 및 유통과정	3.28±0.94	3.32±0.98	3.27±0.93	0.41	3.39±0.98	3.11±0.85	3.20**	
	평균	3.26±0.88	3.33±0.93	3.25±0.87	0.75	3.38±0.89	3.67±0.81	3.77***	
진로 선택	13. 식생활과 관련된 식품산업 및 직업 세계의 탐구	3.05±0.92	3.10±1.02	3.04±0.91	0.51	3.11±0.95	2.96±0.88	1.67	
전체 평균	3.24±0.67	3.26±0.81	3.24±0.64	0.24	3.33±0.69	3.10±0.60	3.49**		

\*: p<0.05 \*\*: p<0.01 \*\*\*: p<0.001

(3.19점), 영양표시(3.24점) 순으로 낮았다. 식생활 영역별에서는 조리영역의 점수가 3.38점으로 가장 높았고, 식생활과 문화(3.30), 먹거리 선택(3.26점), 건강과 식생활(3.19점), 진로선택(3.05점) 순이었다. 따라서 고등학생들을 대상으로 하는 식생활교육은 조리 영역과 식생활 문화를 중심으로 먹거리 선택, 건강, 진로지도가 이루어져야 할 것이다. 성별로는 남학생의 식생활교육 요구도가 3.26점으로 여학생의 3.24점 보다 높았으며, 외국의 식생활 문화에 대한 교육 요구도는 남학생들의 요구도가 유의적으로 높았다(p<0.01). 1학년은 3.33점으로 2학년의 3.10점 보다 유의적으로 높았고(p<0.01), 대부분의 영역에서 1학년의 식생활교육 요구도가 유의적으로 높았다(p<0.05). 이는 1학년이 입시에 대한 부담이 적고, 식생활교육

을 받고 있어 식생활영역에 대한 인식이 높기 때문으로 추측된다. 따라서 식생활교육 강화를 통해 건강하고 행복한 가정생활을 위한 기초가 마련되어야 할 것이다.

조사대상자의 계열과 성적에 따른 식생활교육 요구도는 표 7과 같다. 인문계열의 요구도 총점이 3.31/5.00점으로 실업계열의 3.08점보다 유의적으로 높았으며(p<0.001), 거의 대부분의 세부영역에서도 유의적으로 높았다(p<0.05). 인문계열 학생들은 음식 만들기 영역에 대한 교육 요구도가 가장 높았으나(3.48점) 실업계열 학생들은 건강과 식생활 영역에 대한 교육 요구도가 가장 높은 것으로(3.31점) 조사되었다. 본인 스스로가 인식하고 있는 자신의 성적에 따른 교육 요구도는 대부분의 영역에서 성적이 높은 학생의 요구도가 높게 조사되

표 7. 계열과 성적에 따른 가정과의 식생활교육에 대한 영역별 요구도

문항	계열		t	성적			F
	인문	실업		상	중	하	
1. 식생활의 의미와 기능	3.21±0.85	3.13±0.78	1.00	3.18±0.96	3.25±0.73	3.11±0.84	1.14
2. 예절 등의 우리나라의 식생활 문화	3.53±0.90	3.27±0.80	2.91**	3.60±0.93 <sup>a</sup>	3.52±0.80 <sup>a</sup>	3.27±0.90 <sup>b</sup>	5.43*
3. 외국의 식생활 문화	3.33±0.95	3.09±0.83	2.56*	3.47±0.97 <sup>a</sup>	3.32±0.85 <sup>a</sup>	3.02±0.93 <sup>b</sup>	8.84***
4. 식생활과 환경오염	3.30±0.89	3.30±0.86	-0.02	3.41±1.00 <sup>a</sup>	3.37±0.84 <sup>a</sup>	3.11±0.81 <sup>b</sup>	5.11*
평균	3.34±0.71	3.19±0.66	2.03*	3.40±0.75 <sup>a</sup>	3.36±0.63 <sup>a</sup>	3.12±0.71 <sup>b</sup>	6.92**
5. 영양소의 종류와 기능	3.32±0.92	3.07±0.84	2.76*	3.28±1.01	3.32±0.81	3.14±0.92	1.85
6. 질병과 영양소와의 관계	3.40±0.94	3.05±0.87	3.72***	3.44±1.04 <sup>a</sup>	3.35±.85 <sup>a</sup>	3.11±0.91 <sup>b</sup>	4.84**
7. 생애주기별 식생활 관리	3.20±0.91	2.95±0.79	2.80*	3.23±0.96 <sup>a</sup>	3.19±0.86 <sup>a</sup>	2.97±0.83 <sup>b</sup>	3.78*
8. 식생활 분석 및 평가	3.15±0.88	2.97±0.79	2.02*	3.12±0.89	3.12±0.86	3.05±0.84	0.36
평균	3.27±0.80	3.31±0.73	3.22**	3.26±0.87 <sup>a</sup>	3.25±0.73 <sup>a</sup>	3.06±0.76 <sup>b</sup>	2.89
9. 기호와 영양요구량에 맞는 식단작성하기	3.24±0.96	3.02±0.91	2.31*	3.31±1.01 <sup>a</sup>	3.19±0.89 <sup>a</sup>	3.05±0.96 <sup>b</sup>	2.54
10. 조리능력 향상	3.72±1.01	3.26±0.91	4.56***	3.73±1.03 <sup>a</sup>	3.64±0.96 <sup>a</sup>	3.40±1.02 <sup>b</sup>	4.14*
평균	3.48±0.85	3.14±0.82	3.95***	3.52±0.89 <sup>a</sup>	3.42±0.79 <sup>a</sup>	3.22±0.89 <sup>b</sup>	4.26*
11. 식품재료의 영양적인 가치 (영양 표시 등)	3.35±0.94	2.97±0.84	4.09***	3.33±0.96	3.29±0.89	3.11±0.93	2.34
12. 식품안전성(GMO, 식중독 등)과 생산과 유통과정	3.37±0.97	3.11±0.96	3.23**	3.43±0.94 <sup>a</sup>	3.35±0.86 <sup>a</sup>	3.07±1.00 <sup>b</sup>	5.71**
평균	3.36±0.89	3.02±0.78	3.83***	3.38±0.89 <sup>a</sup>	3.32±0.82 <sup>a</sup>	3.08±0.91 <sup>b</sup>	4.72*
13. 식생활과 관련된 식품산업 및 직업 세계의 탐구	3.11±0.96	2.90±0.80	2.21*	2.98±0.98	3.16±0.85	2.97±0.96	2.26
전체 평균	3.31±0.68	3.08±0.60	3.46***	3.34±0.66 <sup>a</sup>	3.29±0.64 <sup>a</sup>	3.10±0.68 <sup>b</sup>	5.24*

Different superscript in the same column indicates significant difference by Duncan's multiple range test at p<0.05.  
 \*: p<0.05    \*\*: p<0.01    \*\*\*: p<0.001

었다(p<0.05).

조사대상자의 일반사항에 따른 식생활 영역 실천도 조사결과 표 8~9와 같다. 식생활 영역 실천도 평가문항의 신뢰성 검사를 위한 Cronbach's alpha 계수는 0.921로 Nunnally(1978)가 제시한 0.70 수준을 만족하였고, 식생활 영역의 실천도는 3.41/5.00점으로 높은 편이었다. 먹거리 선택 영역의 점수가 3.72점으로 가장 높았고, 음식 만들기(3.48점), 식생활 문화(3.46점), 건강과 식생활(3.27점) 순이었다. 위생적이고 안전한 식품선택이 3.72점으로 가장 높았고, 손 씻기 등의 위생적인 식생활(3.71점), 식사예절을 지키는 식생활(3.67점), 가족과 함께 하는 식사(3.58점), 예의바르고 정성스런 손님 초대(3.50점), 음식준비에 직접 참가한 화목한 가정 분위기 조성(3.47점), 신체의 성장에 도움을 주는 식생활

(3.37점), 환경을 보호하는 식생활(3.34점), 음식을 통한 원만한 인간관계 형성(3.29점), 질병과 영양소와의 관계에 기반을 둔 건강한 식생활(3.20점), 순으로 높았다. 식생활 분석과 평가(3.02점) 항목의 점수가 가장 낮았고, 생애주기별 계획적인 식생활(3.13점) 순으로 낮았다. 위생과 안전, 식사예절에 관한 항목의 실천도가 높게 나타난 반면 건강한 생활을 위한 영양 관리 영역의 실천도는 낮은 것으로 조사되었다. 위생과 안전에 대한 실천도가 높은 것은 최근 식품유통량 및 외국과의 교역 증가로 인해 BSE(일명 소해면상뇌증), 벨기에산 축산물의 다이옥신 오염사고, AI, 인플루엔자A(H1N1), GMO 등에 대한 사회적 관심이 증가하기 때문으로 보인다(박정민 외, 2007). 하지만 정화영(2009)의 연구에서는 학생들의 식품안전성에 대한 관심은 높지만 실제 식품첨가물 등 안전성에 관

표 8. 성별과 학년에 따른 식생활 영역별 실천도

문항	전체	성별		t	학년		t	Cronbach's alpha
		남	여		1학년	2학년		
		Mean±S.D						
식생활 문화	1. 가족과 함께 하는 즐거운 식사	3.58±0.99	3.46±1.00	3.60±0.99	-1.06	3.72±0.98	3.50±0.97	0.87***
	2. 음식을 통한 원만한 인간관계 형성 및 봉사하는 생활	3.29±0.95	3.24±0.98	3.30±0.94	-0.48	3.37±0.99	3.17±0.87	2.18*
	3. 식사예절을 지키는 식생활	3.67±0.91	3.62±0.94	3.68±0.90	-0.44	3.84±0.91	3.39±0.84	5.32***
	4. 환경을 보호하는 식생활	3.34±0.91	3.44±0.93	3.33±0.91	0.85	3.39±0.94	3.27±0.87	1.37
	평균	3.46±0.80	3.37±0.92	3.48±0.78	-0.87	3.58±0.79	3.28±0.80	3.92***
건강과 식생활	5. 식생활 분석과 평가	3.02±0.97	3.13±0.96	3.02±0.92	0.84	3.06±0.97	2.99±0.83	0.82
	6. 질병과 영양소와의 관계에 기반을 둔 건강한 식생활	3.20±0.89	3.27±0.90	3.19±0.88	0.64	3.32±0.92	3.02±0.80	3.47**
	7. 신체의 성장과 발달에 도움을 주는 식생활	3.37±0.90	3.48±0.91	3.36±0.89	0.97	3.47±0.92	3.22±0.84	2.96**
	8. 생애주기별 계획적인 식생활	3.13±0.93	3.27±1.00	3.11±0.91	1.22	3.16±0.98	3.07±0.84	0.99
	9. 손 씻기 등의 위생적인 식생활	3.71±0.91	3.75±0.95	3.71±0.91	0.30	3.84±0.87	3.52±0.95	3.55***
평균	3.27±0.76	3.38±0.78	3.26±0.76	1.11	3.35±0.79	3.17±0.70	2.50*	
음식 만들기	10. 음식준비에 직접 참가한 화목한 가정 분위기 조성	3.47±0.99	3.83±2.77	3.46±0.99	1.93	3.58±1.03	3.26±0.97	3.08**
	11. 예의바르고 정성스러운 손님 초대 예절	3.50±0.97	3.38±1.10	3.52±0.95	-0.92	3.64±0.95	3.26±0.97	4.11***
	평균	3.48±0.93	3.60±1.49	3.48±0.92	0.88	3.60±0.94	3.28±0.87	3.67***
먹거리 선택	12. 위생적이고 안전한 식품 선택(유통기한, 영양표시, 원산지 등 확인)	3.72±0.93	3.57±0.98	3.74±0.92	-1.30	3.89±0.88	3.45±0.94	5.02***
전체 평균	3.41±0.71	3.45±0.78	3.41±0.70	0.31	3.52±0.74	3.38±0.74	4.02***	0.921

\*: p<0.05 \*\*: p<0.01 \*\*\*: p<0.001

한 지식은 낮은 것으로 조사되었고, 김은정 등(2009)의 연구에서는 고등학생들의 식품안전성에 대한 행동수준이 별로 높지 않아 고등학생을 대상으로 한 교육이 필요함을 주장하였다. 김미라 등(2009)의 연구에서는 고등학생들의 환경호르몬에 관심을 갖고 환경호르몬을 줄일 수 있는 행동에 대한 교육이 필요하다고 하였다. 이정원 등(2008)의 연구에는 저체중임에도 불구하고 자신이 뚱뚱하다고 잘못 인지하는 경우가 많았고, 앞으로 체중조절을 할 것이라는 학생도 88.3%로 조사되어 건강과 관련한 바람직한 식행동에 관한 교육이 요구되었다. 유지연(2006)의 연구에서 가정과 교육전문가들은 건강과 직접 관련된 교육내용의 필요성이 더 높다고 보고하였다. 본 연구에서도 고등학생들의 건강과 관련된 실천도가 낮아 건강과 관련된 식생활교육이 이론교육과 함께 실천으로

옮길 수 있는 실질적인 교육이 요구되었다. 성별에 따른 실천도는 유의적인 차이가 없었으나 2학년보다는 1학년 학생이, 실업계열보다 인문계열 학생들이 일상생활에서의 실천율이 유의적으로 높게 조사되었다(p<0.001). 정은영(2010)의 연구에서도 청소년의 식생활 지침 실천 점수는 64.5/100.0점으로 남녀학생 간에 유의적인 차이는 없는 것으로 보고하였다. 성적에 따른 식생활 영역 실천도 총점은 상위그룹과 하위그룹 간에 차이를 보였고, 식사예절을 지키는 식생활, 환경을 보호하는 식생활, 신체의 성장과 발달에 도움을 주는 식생활, 위생적인 식생활 항목에서는 성적에 의한 그룹 간 실천도에 유의적인 차이가 있는 것으로 조사되었다(p<0.05). 따라서 하위권 학생들의 식생활 영역 실천도를 높이기 위해 수업방법의 개선 및 개인차를 고려한 적극적인 교육이 요구되었다.

표 9. 계열과 학교성적에 따른 식생활 영역별 실천도

문항	계열			성적			
	인문	실업	t	상	중	하	F
1. 가족과 함께 하는 즐거운 식사	3.72±0.98	3.25±0.94	4.69***	3.64±1.01	3.58±0.92	3.54±1.06	0.29
2. 음식을 통한 원만한 인간관계 형성 및봉 사하는 생활	3.35±0.96	3.15±0.83	1.96	3.38±1.00 <sup>a</sup>	3.35±0.87 <sup>ab</sup>	3.14±0.99 <sup>b</sup>	2.66
3. 식사예절을 지키는 식생활	3.80±0.91	3.35±0.81	5.15***	3.83±0.87 <sup>a</sup>	3.65±0.88 <sup>ab</sup>	3.55±0.95 <sup>b</sup>	3.09*
4. 환경을 보호하는 식생활	3.38±0.93	3.24±0.87	1.54	3.45±0.92 <sup>a</sup>	3.39±0.85 <sup>ab</sup>	3.19±0.97 <sup>b</sup>	3.10*
<b>평균</b>	3.56±0.79	3.23±0.78	4.10***	3.57±0.78 <sup>a</sup>	3.47±0.79 <sup>ab</sup>	3.36±0.83 <sup>b</sup>	2.42
5. 식생활 분석과 평가	3.08±0.95	2.93±0.80	1.51	3.02±0.97	3.07±0.86	2.99±0.95	0.29
6. 질병과 영양소와의 관계에 기반을 둔건 강한 식생활	3.29±0.91	2.98±0.77	3.48**	3.27±0.96	3.23±0.80	3.11±0.92	1.21
7. 신체의 성장과 발달에 도움을 주는 식생활	3.47±0.92	3.14±0.81	3.58***	3.49±0.94 <sup>a</sup>	3.42±0.82 <sup>ab</sup>	3.22±0.94 <sup>b</sup>	3.33*
8. 생애주기별 계획적인 식생활	3.14±0.97	3.10±0.82	0.42	3.19±1.11	3.18±0.85	3.01±0.95	1.85
9. 손 씻기 등의 위생적인 식생활	3.83±0.88	3.42±0.94	4.25***	3.83±0.93 <sup>a</sup>	3.76±0.87 <sup>a</sup>	3.55±0.94 <sup>b</sup>	3.79*
<b>평균</b>	3.34±0.78	3.11±0.69	2.91**	3.33±0.81	3.33±0.69	3.17±0.80	2.28
10. 음식 준비에 직접 참가한 화목한 가정 분위기 조성	3.57±1.03	3.38±2.01	0.98	3.58±0.99	3.47±0.94	3.38±1.05	1.33
11. 예의 바르고 정성스러운 손님 초대 예절	3.63±0.96	3.18±0.94	4.53***	3.60±0.99	3.47±0.95	3.45±0.99	0.86
<b>평균</b>	3.59±0.94	3.20±0.83	4.02***	3.56±0.96	3.47±0.88	3.41±0.96	0.80
12. 위생적이고 안전한 식품 선택(유통기한, 영양표시, 원산지 등 확인)	3.87±0.90	3.34±0.89	5.76***	3.82±0.92	3.74±0.93	3.61±0.94	1.80
<b>전체 평균</b>	3.51±0.71	3.19±0.65	4.34***	3.51±0.69 <sup>a</sup>	3.44±0.67 <sup>ab</sup>	3.31±0.75 <sup>b</sup>	2.80

Different superscript in the same column indicates significant difference by Duncan's multiple range test at p<0.05.  
\*: p<0.05

5. 식생활교육의 필요성 인식, 활용도, 흥미도, 난이도, 요구도, 실천도 간의 상관관계

고등학생들의 기술·가정과 식생활교육에 대한 필요성 인식, 일상생활에서의 활용도, 난이도, 요구도, 실천도 간의 상

관관계는 표 10과 같다. 모든 영역 간에 유의적인 상관관계를 나타내었으나(p<0.05), 난이도와는 음의 상관관계를 나타내는 것으로 조사되었다. 식생활교육에 대한 필요성을 높게 인식하고 있을수록 흥미도, 활용도, 요구도, 실천도가 높게 나타났고, 일상생활에서의 활용도가 높을수록 흥미도, 필요성 인식, 요구도, 실천도가 높게 나타났다. 반면 식생활교육의

표 10. 가정과의 식생활교육 필요성 인식, 활용도, 흥미도, 난이도, 요구도, 실천도 간의 상관관계

구분	필요성 인식	활용도	흥미도	난이도	요구도
활용도	0.310**				
흥미도	0.506**	0.427**			
난이도	-0.112*	-0.151**	-0.135**		
요구도	0.324**	0.322**	0.299**	-0.100*	
실천도	0.360**	0.312**	0.304**	-0.109*	0.704**

\*: p<0.05    \*\*: p<0.01

난이도가 높을수록 필요성 인식, 활용도, 흥미도, 요구도, 실천도가 낮은 것으로 조사되었다. 따라서 가정과의 식생활교육은 일상생활에서의 활용도를 높일 수 있는 내용 선정과 식품관의 변화를 유도하는 실천도를 높이기 위해 쉽고, 흥미로운 내용 구성과 적극적인 학생참여의 수업방법 개선으로 가정과의 식생활교육에 대한 요구도를 높여야 할 것이다.

## V. 결 론

본 연구는 고등학생들의 식생활영역 실천도 및 식생활교육 요구도를 조사하기 위해 대구·경북지역 1, 2학년 고등학생 463명을 대상으로 자기기입식 설문조사로 실시되었다. 그 결과는 다음과 같다.

1. 가정과의 식생활교육 필요성에 대한 인식수준은 3.47/5.00점으로 높은 편이었다. 일상생활에서의 활용도는 3.16점, 식생활 영역에 대한 흥미도는 3.23점, 식생활교육 영역의 난이도는 2.82점으로 비교적 어렵지 않게 인식되고 있는 것으로 조사되었다. 식생활교육이 필요한 이유는 남녀 학생 모두 건강관리와 성장에 필요하기 때문이 54.6%로 유익적으로 높았고( $p < 0.05$ ), 행복한 가정생활을 위해(15.3%), 식사준비를 위해(14.0%), 진로선택을 위해(1.9%) 순이었다.

2. 식생활 영역의 교육 요구도는 3.24/5.00점으로 음식 만들기 영역의 요구도가 가장 높았고(3.38점), 식생활과 문화(3.30점), 먹거리 선택(3.26점), 건강과 식생활(3.19점), 진로 선택(3.05점) 순이었다. 조리능력 향상을 위한 요구도가 3.59점으로 가장 높았고, 식사예절 등의 우리나라 식생활 문화(3.46점), 식생활과 환경오염(3.30점), 질병과 영양소와의 관계(3.30점), 식품안전성과 생산, 유통과정(3.28점), 영양소의 종류와 기능(3.25점), 영양표시(3.24점), 식생활의 의미와 기능(3.19점), 식단 작성하기(3.18점), 생애주기별 식생활 관리(3.13점), 식생활 분석 및 평가(3.10점) 순으로 높았다. 식생활과 관련된 식품산업 및 직업 세계에 대한 요구도가 3.05점으로 가장 낮았다. 식생활 영역의 실천도는 3.41/5.00점으로 먹거리 선택영역이 3.72점으로 가장 높았고, 음식 만들기

(3.48점), 식생활과 문화(3.46점), 건강과 식생활 영역(3.27점) 순이었다. 고등학생들의 기술·가정과 식생활교육에 대한 필요성 인식, 일상생활에서의 활용도, 난이도, 요구도, 실천도의 모든 영역 간에 유의적인 상관관계를 나타내었고( $p < 0.05$ ), 난이도와는 음의 상관관계를 나타내는 것으로 조사되었다.

본 연구를 통하여 대구·경북지역 고등학생들은 건강과 관련된 식생활영역의 실천도가 낮아 건강관리와 성장을 위한 식생활교육이 필요하다고 생각하고 있는 것으로 조사되었다. 그리고 조리과 식생활 문화에 대한 교육 요구도가 높았다.

따라서 다음과 같은 제안을 하고자 한다. 첫째, 고등학생들을 대상으로 하는 식생활교육이 강화되어야 한다. 청소년기의 성장과 발달, 건강증진, 행복한 가정생활을 위한 식생활교육 요구도가 높게 조사되었고, 국민건강증진을 목적으로 한 식생활교육 지원법과 국민영양관리법이 시행되고 있으므로 고등학교에서의 식생활교육은 더욱 강화되어야 할 것이다. 둘째, 실제 생활에서의 실천도를 높이기 위한 교육방법의 개선이 요구된다. 식생활교육에 대한 흥미가 높을수록 필요성 인식, 활용도, 요구도, 실천도가 높아지므로 쉽고 흥미로운 내용으로 일상생활에서의 실천을 유도할 수 있는 수업방법의 개선이 요구된다. 셋째, 식생활교육은 학교교육으로 뿐 아니라 가정과 지역사회가 협력하여 통합적으로 이루어져야 한다. 청소년기의 식생활 문제는 개인 뿐 아니라 가정과 사회, 국가의 영향을 받는다. 따라서 학교와 가정, 지역사회가 안전한 식생활 환경을 제공하고, 올바른 식품관을 형성할 수 있는 여건을 마련함으로써 국가의 미래를 책임질 인재를 양성하는데 밑거름이 되어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 교육과학기술부(2007). 7차 개정 교육과정 해설서. 고시 제 2007-79.
- 교육과학기술부(2009). 개정 교육과정 해설서. 고시 제2009-41.
- 김나라(2010). **경남지역 학교 영양교육 활성화를 위한 실태 및 요구도 조사-경남 일부 지역 영양(교)사를 대상으로-**. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김미라·김효정(2009). 중·고등학생의 환경호르몬에 대한 인식

도, 정보획득 행동, 지식, 노출저감화 행동 및 교육요구도에 관한 연구. **한국가정과교육학회지**, 21(3), 123-142.

김윤화(2010). 중학생의 식습관, 영양지식 조사 및 기술·가정교과의 식생활교육 만족도에 관한 연구. **한국가정과교육학회지**, 22(3), 117-128.

김은정·김미라·김효정(2009). 경북지역 고등학생의 식품 안전성에 대한 지식 및 행동 분석. **한국가정과교육학회지**, 21(3), 111-122.

농림수산식품부(2009). **식생활교육지원법**. 법률 제9719호

박정민·구효정·정종현·장은재·서형주·강덕호·김천제·김진만(2007). 서울시 축산물(식육) 판매업소의 원산지 표시실태 및 위생상태 모니터링. **한국축산식품학회지**, 27(2), 185-189.

보건복지가족부·질병관리본부(2008). 2008 **국민건강통계 국민건강영양조사**. 제4기 2차년도.

보건복지부(2010). **국민영양관리법**. 법률 제10191

유지연(2006). 가정과학의 교육내용에 대한 필요도: 델파이 조사 연구. **한국가정과교육학회지**, 18(2), 125-134.

이경원·김복란(2008). 원주지역 여고생의 체중감량 시도여부에 따른 체중조절 태도, 영양지식 및 식행동에 관한 연구. **한국가정과교육학회지**, 20(4), 91-105.

이은주(2006). **고등학생의 식생활 문제점 분석 및 영양교육 프로그램 개발**. 대구가톨릭대학교 박사학위논문.

이혜연·임태연·이진향·박민경·채미진·배현주(2010). 인터넷 위생 정보 이용실태 조사 및 질 평가. **한국식품조리과학회지**, 26(3), 229-237.

인수진(2009). **경기도 일부지역 중학생의 식습관 및 영양지식 분석을 통한 영양교육 요구도 조사**. 공주대학교 석사학위 논문.

전세경(2010). 학교 식생활교육의 교육적 의의와 효율적 추진 방향. **한국가정과교육학회지**, 22(1), 117-135.

정은영(2010). **맞춤형 영양교육을 위한 청소년 대상 영양조사**. 대구대학교 석사학위논문.

정화영(2009). 광주지역 고등학생의 식품첨가물에 대한 인식. **한국가정과교육학회지**, 21(4), 1-17

차명화·김유경(2005). 식생활 단원 교육 내용에 대한 교사들의 인식과 변화 요구도 및 관련변인 분석-대구·경북 지역 중학교 기술·가정교사들을 중심으로. **한국가정과교육학회지**, 17(4), 41-53.

최미경·배윤정·김명희·인수진(2010). 경기도 일부지역 중학생의 식습관 및 영양지식 분석을 통한 영양교육 요구도 조사. **대한영양사협회학술지**, 16(2), 133-145.

Nunnally, J. C. (1978). **Psychometric theory**. 2nd ed McGraw-hill New York.

Spear Ba. (2002). adolescent growth and development. **J am Diet assoc**, 102(3), s23-s29

<국문요약>

본 연구는 고등학생들의 식생활영역 실천도 및 교육 요구도를 조사하기 위해 대구·경북지역의 1, 2학년 고등학생 463명을 대상으로 자기기입식 설문조사로 실시되었다. 식생활교육에 대한 필요성 인식수준은 3.47/5.00점으로 높았다. 식생활교육이 필요한 이유로는 건강관리와 성장에 필요하기 때문이 54.6%로 가장 높았다. 일상생활에서 식생활 지식의 활용도는 3.16점, 식생활 영역에 대한 흥미도는 3.23점이었고, 식생활교육이 흥미로운 이유는 내용이 다양하고 재미있어서가 28.3%로 가장 높았으며, 직업선택을 위해(21.2%), 행복한 가정생활을 위해(20.7%), 실습이 많아서(19.7%) 등이었다. 식생활 영역의 난이도는 2.82점으로 낮은 편이었고, 식생활교육 요구도는 3.24점으로 조리능력 향상을 위한 요구도가 3.59점으로 가장 높았고, 다음으로 우리나라 식생활 문화(3.46점)에 대한 요구도가 많았다. 식생활 영역의 실천도는 3.43점으로 위생적이고 안전한 식품선택(3.72점)이 가장 높았고, 다음으로 손 씻기 등의 위생적인 식생활(3.71점)이 높았지만 건강한 생활을 위한 식생활, 식생활 평가, 생애주기를 고려한 식생활에 대한 실천도가 낮았다. 식생활교육 실천도는 필요성 인식, 활용도, 흥미도, 요구도와 양의 상관관계를 나타내었지만 난이도와는 음의 상관관계를 나타내었다. 따라서 고등학교 시기의 식생활교육은 성장과 발달, 건강과 행복한 가정생활을 위해 더욱 강화되어야 하며, 일상생활에서의 실천율을 높이기 위해 교육내용과 방법의 개선이 요구되었다. 또한 식생활교육은 학교교육 뿐 아니라 가정과 사회와 연계한 통합교육으로 이루어져야 할 것이다.