

초등교육에서 식생활 교육: 교육과정과 비교육과정을 통한 식생활교육

Dietary Education Program in Elementary School: Dietary Education Program through educational and non-educational Curriculum

지옥화*

공주교육대학교 실과교육과 교수*

Jhee, Ok Hwa*

Department of Practical Arts Education, Gongju National University of Education

Abstract

The purpose of this study was to examine how to conduct the dietary education of elementary school students more efficiently by adding dietary education content into the total school curriculum. To investigate dietary education delivered within school curriculum, the changes in dietary education in the area of practical education, from the first curriculum to the 2015 revised curriculum, are education on the production and supply of food, education on nutrition and health, and etiquette. It was conducted according to the flow of social change in the order of education, experience education on health and food making, and so on. Also, when compared to other countries, the curriculum and the time of education were presented in the domain of one curriculum rather than in a separate curriculum. In 2018, the KFDA was divided into elementary, lower grade, middle grade, and high grades to provide education on health, etiquette, safety, and the environment in the 7th unit into education, and in 2019, eat less salty and less sweet, the education plan is divided into practice from thinking openness to practice, and it is understood that nutrition, food, especially food safety, proper eating habits, and cooking are the main educational content topics. The analysis framework results showed that using the food education materials produced by the governmental departments provided a more practical and diverse education.

Keywords: Dietary education, Elementary school, School curriculum, Practical and Diverse education

I. 서론

인간이 살아가는데 있어 가장 중요한 욕구는 먹는 것으로 다양한 음식을 섭취하고는 있지만 올바른 식생활에 대한 정확한 지식이 부족하여 바람직하지 못한 식생활이 이루어지고 있다. 식생활은 건강상태와 생활의 질을 결정하는 중요한 요인으로 인간의 신체적 발달 뿐 만 아니라

성격형성, 지적 성장, 정신적 발달에도 직접적으로 영향을 미치게 된다. 그러나 오늘날 우리의 식생활은 생활의 편리함을 중심으로 변화되어 가공식품과 육식 위주의 식생활이 확대되고 있는 실정이다. 이러한 식생활의 변화는 아동의 성장에 필요한 영양소의 결핍, 열량 과잉섭취, 아동의 성격 변화 등을 유도하여, 올바른 식습관의 형성을 방해하고 있으므로(김도윤, 2007; 홍명자, 2004) 아동기

본 논문은 2018년도 공주교육대학교의 연구비 지원을 받아 작성된 것임.

* Corresponding author: Jhee, Ok Hwa

Tel: +82-41-850-1692, Fax: +82-41-850-1690

E-mail: ohjhee@gjue.ac.kr

© 2020, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

부터 지속적인 식생활교육이 요구되고 있다. 특히 초등학교 생시기의 균형잡힌 영양공급은 성인건강에 영향을 미칠 수 있는 기초 건강과 정서적, 사회적, 지적 능력 향상에 필요하므로 이를 위해 바람직한 식습관 형성이 매우 중요하다. 최근 사회 환경 변화에 따른 식생활 패턴의 변화로 식생활에서 기인한 생활 습관병이 사회적 문제가 되고 있어 일생동안 건강한 식생활을 영위할 수 있는 바람직한 식습관 형성과 식생활 자기관리능력 함양은 필수적이다(이은주, 2018).

우리나라 아동들은 공교육을 받기 시작하면서 학교에서부터 식생활 교육을 받고 있다. 식생활교육은 학교교육과 함께 성장하는 아동들에게는 기본적인 삶의 욕구이면서, 미래의 삶에 중요하게 영향을 미치고 있다. 균형잡힌 식생활은 올바른 식습관에 의해 이루어지는데 한번 형성된 식습관은 성인이 되어도 쉽게 변하지 않아 평생의 건강에 영향을 미치게 되므로 어려서부터 좋은 식습관을 갖게 하는 것이 매우 중요하다. 그러나 성장하면서 식생활에 대한 새로운 가치관이 형성되고 학년이 올라갈수록 학교생활로 인한 시간부족과 인스턴트식품 섭취 및 무분별한 간식 등에 의한 불규칙한 식습관과 과식 및 외식음의 빈도 증가, 결식률의 증가 등으로 인해 좋지 않은 식습관형성이 문제가 되고 있다. 더욱이 최근에는 맞벌이 가족의 증가로 인해 가정 내 부모의 부재 속에서 아동들은 혼자 생활하는 시간이 증가하고, 자신의 문제를 스스로 해결해야 하는 경우가 많아지므로 아동의 식생활교육은 더욱 중요하다고 할 수 있다. 즉, 산업화로 인한 맞벌이 부부의 증가와 가계소득의 증가는 가정과 개인의 식생활에 대한 가치관의 변화와 함께 어린이의 식생활 행동에 많은 변화를 초래하고 있다(김무환, 2002; 이영미 외, 2010).

그러므로 효과적인 식생활교육은 발달적 측면이나 식습관 형성의 측면에서 볼 때 초등학교 시기부터 지속적으로 실시하여 식품과 영양에 대한 기초 지식을 바르게 알고 실천하는 태도를 가져 올바른 식습관을 형성할 수 있는 교육(이경애, 2003)으로 초등교육에서의 식생활교육은 단순히 영양적인 지식 및 실천을 목표로 하는 지식교육과는 다른 방법으로 접근해야 한다. 이에 선진국에서는 미래 국가 경쟁력 향상에 결정적 요소가 되는 인재 양성을 위해 인적자원개발 정책을 유아부터 초등, 대학 그리고 평생교육까지 체계적으로 수립하여 추진하고 있다(김정원, 이은주, 2015).

우리나라는 2009년 식생활교육지원법을 제정하여 ‘바

른 식생활’의 개념을 정립하였다. 환경, 건강, 배려의 바른 식생활교육을 위한 식생활교육지원법이 만들어진 이후 주로 바른 식생활교육을 통해 환경, 건강, 배려의 식생활태도 향상 정도를 연구(고명진, 김영희, 2012; 민은희, 류상희, 2012), 바른 식생활교육을 위한 교수학습과정안을 개발 연구(신보라, 2011), 초등교과에서 활용될 수 있는 본문 사례를 개발 연구(김미지, 2013; 연정아, 2012), 체험교육 개발연구(김영희, 2015) 등이 이루어졌다.

현재 우리나라의 초등학교 교육과정에서 이루어지고 있는 체계적인 식생활교육은 5, 6학년의 실과 교과서에서 나와 있는 가정영역의 식생활 단원인데 그 내용은 시간제 약으로 인해 요약된 형태로 편성되어 있어 교육이 제한적으로 이루어질 수밖에 없는 실정이다. 또한, 현재 우리나라의 교육 현실에 비추어 볼 때 교과서의 내용만으로 학생들에게 체계적이고 다양한 식생활교육을 제공하기란 다소 어렵다. 우리나라의 식생활교육 자료는 현재 체계적으로 관리되고 있지 않고 식생활교육 또한 소규모로 산발적으로 이루어짐에 따라 교육 내용의 현장성과 지속성이 부족하다는 점이 지적되고 있다(김주환, 2010).

그러므로 초등교육에서의 식생활 교육은 아동 자신이 스스로의 건강상태에 대한 정확한 인식을 바탕으로 자신의 필요도에 부합하는 주제를 가지고, 건강한 식생활을 실천하고 자신의 문제 해결을 위한 창의적인 대안 능력을 갖추도록 할 필요가 있으며, 이러한 요구를 충족시킬 수 있는 다양한 초등 식생활 교육 프로그램이 필요하다.

본 연구는 초등학생들에게 실시하고 있는 식생활 교육을 교육과정을 통한 정규 수업시간의 교육에 교육과정 이외에 활용되고 있는 식생활교육의 내용을 더하여 좀 더 효율적으로 진행할 수 있는 방법을 알아보고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 식생활교육의 필요성

식품산업의 발달이 발달하고 국민소득이 증가하면서 식생활의 서구화와 편의 식품의 사용 증가로 열량 섭취량은 늘어나고, 잘못된 식습관과 불균형적인 영양 섭취로 인한 비만, 당뇨병 등 ‘생활습관병’이 지속적으로 증가하고 있어 이에 대한 사회적 관심이 높아지고 있다. 특히, 식생활은 인간이 살아가는데 있어 가장 중요한 요소로 식생활교육은 인간의 생명유지와 평생 살아가는 자립의 힘

을 배우기 위한 가장 기초교육이라 할 수 있다. 식생활에 대한 이해를 바탕으로 올바른 식습관을 기르고, 식품을 직접 구매·조리·섭취할 수 있도록 하여 자신의 건강관리 능력을 향상시킬 수 있도록 교육하는 일이 현대 사회를 살아가는 데 필수적으로 길러야 할 능력 중 하나이다. 식생활능력 함양에 대한 교육의 중요성 또한 크게 부각되고 있는데(김정원, 이은주, 2015) 이는 2009년 식생활교육지원법 제정을 계기로 2010년, 2015년과 2020년 3차례에 걸쳐 수립한 국가식생활기본교육계획(농림수산식품부, 2010; 농림축산식품부, 2015; 농림축산식품부, 2020)에 따라 건강, 환경, 배려의 가치에 기반을 둔 바른 식생활교육이 활발하게 전개되고 있는 점에 맥락을 두고 있다.

우리나라는 식생활에 대한 국민적 인식을 높이기 위하여 필요한 사항을 정해 2009년 05월 27일 식생활교육지원법을 제정하고, 11월 28일 시행하여 2010년 4월 5일 식생활교육기본계획을 발표하였다. 녹색 식생활교육의 3대 가치를 환경·건강·배려로 설정하여 녹색 식생활을 보급하고, 푸드 마일리지 표시 등을 통한 범국민적 운동을 전개해 나갈 계획이다. 식생활교육지원법은 식생활에 대한 감사와 이해로 건전한 식습관을 형성하도록 식생활 교육 운동을 전국적으로 전개하고, 어린이 식생활 교육, 식생활 체험활동 촉진, 전통 식생활 문화 계승과 지역 농수산물 활용, 환경 친화적인 식생활 실천 등을 목적으로 하여 국민의 식생활 개선, 전통 식생활 문화의 계승·발전, 식생활 실천, 농어업 및 식품산업 발전 등을 도모하고 국민의 삶의 질 향상에 기여하기 위한 것이다.

초등학교 시기는 식습관이 형성되고, 고정되는 시기이므로 초등학교 아동에게 실시하는 바른 식생활교육은 식생활에 대한 정확한 이해로 올바른 가치관과 식습관을 심어주고 건강한 생활을 영위할 수 있도록 하므로 매우 중요하다고 할 수 있다. 많은 선진 외국들과 우리나라에서는 식생활 문제를 국가적 차원에서 다루어야 할 의제로 설정하고 어릴 때부터 체계적이고 바른 식생활 교육을 실시하기 위한 노력을 해오고 있다(농림수산식품부, 2010).

최근 여러 나라에서는 식생활능력에 대한 다양한 연구로 식생활교육에 대한 다양한 노력이 이루어지고 있다. 김정현(2010)은 핵심역량인 자기관리능력 중에서 건강관리를 위해서는 올바른 식습관과 안전한 식품 구매 및 조리, 섭취할 수 있는 식생활능력을 향상시켜 줄 필요가 있다고 하였다. 김정원, 이은주(2015)는 식생활 능력을 식품 선택, 식사준비, 영양관리, 건강관리 등 개인 건강관리

와 타인에 대한 배려, 환경관리를 바탕으로 지속가능한 식생활 전반에 대한 의사결정과 실행을 스스로 할 수 있는 기초생활 능력으로 정의하였다. 올바른 식습관의 실천은 적절한 건강을 유지하도록 하고, 정상적인 신체발육이 이루어지도록 할 뿐 아니라 정신적, 정서적 안정을 주는데 중요한 역할을 한다. 올바른 식습관 형성은 신체적 건강과 함께 정서적 안정과 심리적 건강을 유지시켜 정서 발달과 성격형성, 두뇌발달에도 중요한 영향요인이 되며 식생활능력은 초등학교의 식습관과 관계가 있고, 초등학교 학부모의 식습관과 관계가 있었다는 연구 등이 있다. 또한 식생활과 인성과 관련된 연구들은 식습관 및 식생활 행동과 인성과의 관계에 관한 연구(조말분, 2008), 식품 기호도와 인성과의 관계에 관한 연구(민경수, 2005), 식품섭취와 인성에 관한 연구(윤금란, 2006), 영양소 섭취와 성격특성에 관한 연구(배세정, 2004) 등도 있다.

2. 학교교육에서 식생활교육

1) 교육과정에 따른 식생활교육

최근 식생활과 관련된 사회의 여러 현안 문제들과 이로써 제기되는 시사점 및 다양한 주제에 의해 이루어지고 있는 식생활 교육 실태는 식생활 교육에 대해 좀 더 체계적인 교육적 개입이 시급히 필요함(전세경, 2010)을 지적하고 있다. 학교 교육에서 식생활과 관련된 내용은 주로 초등 실과와 중등 가정 교과에서 다루고 있는데 주로 영양적 측면에서 접근해 왔던 이전의 식생활 교육에서 최근에는 조리 체험 위주의 식생활교육으로 전환되고 있다(김지현, 김유경, 2010).

식생활 교육의 중요성이 강조되고 있지만 앞서 말한 여러 가지 변화로 식생활교육이 이루어 질 수 있는 곳은 학교교육에서 하는 것이 가장 바람직하고 효과적이다. 우리나라의 초등학교 식생활 교육은 주로 초등실과 과목에서 영양, 조리체험, 식문화, 예절, 안전 등에 대한 교육이 이루어지고 있지만 5, 6학년 실과의 교육 시간은 연간 68시간으로, 이 중 식생활 교육의 비중이 적고 교육 내용도 조리 체험 위주로 구성되어 있어 실질적인 식생활교육이 이루어지고 있지 않다(교육부, 2015). 그리고 교육과정에서 식생활 교육은 주로 고학년(5, 6학년)을 대상으로 이루어지고 있으나, 고학년보다 저학년 아동들의 식습관 정립 및 개선의 가능성이 크므로 저학년 시기로 식생활 교육이 확대될 필요가 있다(정신애, 2006). 학교 교육을 통

한 식생활 및 식생활교육과 관련된 선행 연구들을 보면 다양한 주제와 대상을 중심으로 한 연구들이 있음에도 실제적으로 학교교육과 병행한 식생활교육프로그램은 찾아보기 어렵다. 또한 식생활 교육의 목표가 ‘균형 잡힌 영양관리를 통해 건강 유지’하는 것에 초점을 두고 있으므로 초등 교육과정에서의 식생활 교육은 성인이 되어 미래 사회의 변화에 대처할 수 있는 능력 향상이 반영되어야 할 것이며 교육 자료를 좀 더 체계적으로 제작하고 학교에서 전문적으로 교육할 수 있는 교사의 전문적인 교육이 필요하다고 하고 있다.

이은주, 김정원(2019)의 연구에서는 초등학생의 식습관 개선 교육 프로그램, 영양지식과 식습관을 함께 교육한 프로그램, 건강·환경·배려의 바른(녹색)식생활 교육프로그램 등 식생활교육 프로그램을 교육 내용별로 분류하였다. 김효심, 김종우(2016)는 초등예비교사인 대학생들을 대상으로 식생활교육 프로그램을 대학생에게 적용한 결과 식생활능력 및 농업소양 향상에 효과가 있었으며, 정경아(2016)는 식생활 능력 및 식생활교육 능력 향상에 효과가 있었지만 식습관을 개선시키지는 못하였다고 하였다. 안순희(2017)의 연구에서도 예비교사 대상 식생활교육프로그램이 식생활 가치를 이해하고 수용을 향상하는데 효과적인 것으로 평가되었다고 보고한 바 있다. 대학생들을 대상으로 한 식생활과 인성의 관계에 대한 연구를 보면 김영인(2010)은 식품기호와 인성이 관계가 있었으며, 김혜영, 전도웅(2003)은 개인의 성격유형이 식사의 질을 결정하는데 중요한 영향을 주어 성격과 식생활행동과의 관계를 잘 파악하면 식생활교육 수행 시 상당한 도움이 된다고 하였다.

이영숙, 김유정(2010)에 의하면 통합적 접근을 통하여 식생활교육 프로그램은 체계적인 교육 활동을 통하여 초등학교 5학년 학생들의 식생활 지식 및 태도 육성에 기여할 것이며, 각 교과 수업에도 흥미를 높일 수 있을 뿐만 아니라, 식품과 영양에 대한 관심을 갖게 하여 바람직한 식습관 형성에 도움을 줄 수 있을 것이라고 하였다.

학교에서의 식생활교육은 주로 정규 교과과정 안에서 전개되고 있으며 초등학교는 실과, 중·고등학교는 기술·가정 과목에서 주로 실시하며 전통적, 역사적으로 학생들로 하여금 영양에 대한 지식을 얻게 하고 조리의 능력을 길러주는 등 요리나 가사의 차원에서 시작되었다. 오늘날 학교 식생활교육의 의의는 단순한 영양적 지식이나 조리능력을 습득하는 데서 그치는 것이 아니라 이를

토대로 어떻게 자신의 삶을 풍요롭게 지속할 수 있도록 하여 실제로 건강하고 안전하며 즐겁게 함께하는 식생활을 영위할 수 있는 능력을 길러줄 수 있도록 하는데 있다고 할 수 있다(김지현, 김유정, 2010; 전세경, 2010).

2015 개정 교육과정에서 실과교과는 노작체험을 비롯한 다양한 실천적 경험을 바탕으로 자신의 문제를 주도적으로 해결하는 실천적 문제해결능력을 기르는 교과로 정의하고 있다(교육부, 2015). 교육과정에 식생활 영역은 균형 잡힌 식생활의 실천이 건강에 중요함을 강조하고 자신의 식사내용을 평가해서 스스로 건강한 식생활을 영위할 수 있는 교육을 하도록 하고 있다. 세부적인 교육 내용으로는 식사와 간식의 차이와 중요성을 이해하고 간단한 조리를 습득하여 건강관리를 실천하도록 하고 필요한 식사예절을 익히도록 하고 있으며, 추가된 안전관리 교육에서는 위생적이고 안전한 식품선택 및 조리과정 등을 주목할 수 있다. 이는 최근에 문제가 되고 있는 안전한 식생활에 대한 경각심을 일깨워주고 이에 대한 실천적 문제해결 능력과 창의적인 의사결정능력을 통한 삶의 질 향상을 위한 것이라 볼 수 있다. 그 구체적인 내용은 다음의 <표 1>과 같다.

교육과정실시 시기를 살펴보면 일본은 우리나라와 같이 5, 6학년에 식생활교육이 편제되어 있는 한편 미국은 2, 4, 5학년에, 영국은 1, 2 학년과 3-6학년으로 식생활 교육과정이 저학년부터 지속적으로 편제되어 있어(이은주, 2018) 5, 6학년에 편제된 우리나라의 교육과정과는 약간 다른 양상을 보이고 있다. 또한 일본, 미국, 영국에서도 모두 식생활 교육과정은 우리나라와 같이 별도 교과가 아닌 한 교과의 영역(단원)으로 제시되고 있다고 하였다.

2) 교육과정이 외의 식생활교육

식생활교육 방법에는 교육과정에 따른 교육이외에 여러 가지 다양한 교육방법이 있으며, 이 중 강의식 교육은 시간, 비용, 노력면에서 경제적이고 교육자나 대상자 모두에게 친숙한 교육방법으로 다른 교육방법 못지않게 교육 목표 달성에 효과가 있지만 높은 수준의 목표보다는 낮은 수준의 목표 달성에 효과적이며, 주입식 교육방법은 지식은 증가시키지만 행동이나 태도를 변화시키기에는 불충분하기 때문에 지식을 태도나 행동으로 유도하기 위한 체계적인 교육 중재 방법이 필요하다(송재현, 2006)고 하였다. 그러나 식생활교육은 노작적 체험활동을 통하여 개인과 가족의 생활에 필요한 기본적인 일의 의미와 상호

〈표 1〉 초등학교 실과교육과정의 식생활교육

| 영역 | 내용요소 | 학습요소 | 성취기준 |
|----------|----------------|--|--|
| 가정생활과 문화 | 균형잡힌 식사와 식습관 | 균형 잡힌 식사, 영양소의 종류와 기능, 건강한 식생활의 실천, | [6실02-01] 건강을 위한 균형 잡힌 식사의 중요성과 조건을 알고 자신의 식사를 평가한다. |
| | 간식 만들기와 식사예절 | 간식의 의미와 중요성, 간식 선택, 간식 만들기, 식생활 예절, 나의 식단을 평가하고 반성하기 | [6실02-02] 성장기에 필요한 간식의 중요성을 이해하고 간식을 선택하거나 만들어 먹을 수 있으며 이때 식생활 예절을 적용한다. |
| | 식재료의 특성과 음식의 맛 | 다양한 식재료의 맛, 올바른 식습관 형성, 음식과 오감, 오감을 활용한 미각교육 | [6실02-04] 다양한 식재료의 맛을 비교·분석하여 올바른 식습관 형성에 적용한다. |
| 가정생활과 안전 | 안전한 식품선택과 조리 | 안전과 위생을 고려한 식사 선택, 밥을 이용한 한 그릇 음식, 위생적이고 안전한 조리 | [6실02-09] 안전과 위생을 고려하여 식사를 선택하는 방법을 탐색하고 실생활에 적용한다. |
| | | | [6실02-10] 밥을 이용한 한 그릇 음식을 위생적이고 안전하게 준비·조리하여 평가한다. |

교육부(2015). 실과(기술·가정) 교육과정.

관련성을 이해하고 일상생활에서의 문제를 탐구하고 창의적으로 해결할 수 있어야 하므로(김유정, 2015)체험적 활동을 통한 교육이 중요하다고 하였다.

체험이란 ‘체화(體化)된 경험’으로서 구체적으로 대상물 또는 환경과 상호작용을 하는 주체를 신체를 이용하여 적극적이고 능동적인 참여를 하는 것을 뜻한다. 체험교육에서 말하는 ‘교육적 체험’이란 교육활동을 통해 학습자가 무엇을 알게 되었는지, 학습자 스스로 체험한 활동에 대해 어떤 의미를 부여하는지, 또한 그 의미가 학습자의 삶에 어떤 영향을 미치는가에 관심을 두는 것이다(진아라, 2012).

아동의 식습관은 반복 학습으로 이호철(2002)은 ‘식생활 교육에 관한 초등학교 교사의 인식 및 실태’ 연구에서 아동의 식생활교육은 가치관이 완전히 확립되어 있지 않은 시기에 식생활 교육을 시키는 것이 가장 효과적이라 하였다. 그러나 현재 교육 현장에서 식생활 관련 교육은 교과서 중심의 지식전달과 학교급식 시간을 통한 약간의 식생활 관련내용으로 실시되고 있으며(김주영, 2010), 식생활교육 방법으로는 게시판, 식생활소식지, 가정통신문, 학교홈페이지, 창의적 재량활동 등으로 실시하고 있다. 또한, 현재 초등학교에서 가장 많이 이루어지고 있는 식생활교육방법은 가정통신문과 급식신문 발간 등이며, 효과적인 식생활교육 방법은 급식시간과 재량활동 특별활동시간을, 활용한 교육이라고 하였다(박유화 외, 2006).

최근 식생활교육에서도 학교 교육과정 이외에 현장체험 학습에 관심을 갖고 있다. 이는 영양적 균형 중심의 식생활 교육에서 환경과 배려까지 고려하는 올바른 식생활에 대한 식문화 교육을 지향하는 패러다임의 변화라고 할 수 있으며, 이에 식생활 교육에서도 생산부터 소비까지 전 과정에 걸친 변화를 경험할 수 있는 체험활동이 더욱 중요하게 고려되고 있으며 생산부터 소비까지 전 과정에 걸친 변화를 경험할 수 있는 체험활동이 식생활교육에서 더욱 중요하게 고려되어야 함에도 불구하고, 농촌체험마을의 식생활 체험프로그램은 주로 단순한 농사체험 또는 만들기 등 단편적이고 일회적이며, 참여 대상에 따른 차별화된 프로그램이 개발되어 있지 않음을 지적하고 있다(이진영 외, 2010).

현장체험학습은 학습에 필요한 자료가 있는 현장에 직접 찾아가서 하는 학습을 의미한다. 양미경(2000)은 현장 체험학습이란 ‘일상적인 학습 공간인 교실을 떠나, 자연 현상이나 사회적인 사실과 현상이 구체적으로 나타나고 있는 현장에서 답사, 견학, 면접, 조사, 관찰 등 실제적인 활동을 통한 학습 방법’이라고 정의하였다. 즉, 현장체험 학습은 교실을 벗어나 실제의 상황이나 실물을 접하여 참여하고 느끼고 조작해 봄으로써 스스로 사고하고 판단하여 주체적이고 종합적인 문제해결능력을 기르는 학습 활동(이명기 외, 2000)으로 식생활교육에 적용하면 좋은 효

과를 볼 수 있다고 하였다.

또한 우리나라에서는 초등학교 바른 식생활 길라잡이(농림축산식품부, 식생활교육국민네트워크, 2016)라는 책을 초등학교 1학년에서 6학년까지 수준별로 발간하여 정규 수업 이외에 창의적 체험 활동시간을 활용한 식생활 교육의 기초 자료를 제공하고 있다. 초등학교 바른 식생활 길라잡이의 학년별 내용은 다음의 <표 2>와 같다.

그러나 2014년에는 전국초등학교에 배포한 가정 식생활 수첩인 ‘가족밥상’은 학교와 가정을 연계하는 매개체로 농림축산식품부가 제작하고 교육부가 배포하였다. 이 수첩에는 교사와 학부모가 함께 활용하여 어린이 식생활교육에 활용할 수 있도록 상단에는 바른 식생활 정보, 하단에는 알림장의 형식으로 구성되어 현대 식생활의 실태, 바른 식생활의 의미, 한국형 바른 식생활 지침, 국가 식생활교육의 계획 및 식생활 물레방아에 대한 내용과 ‘환경’, ‘건강’, ‘배려’, ‘체험’ 등의 식생활교육 내용을 포함하고 있어 가정과 학교에서의 교육에 도움을 주고자 하였으나(최미숙, 김정원, 2015), 수첩 활용 교육 기간이 약 한 달 정도로 단기적이었기 때문에 교육효과가 학생이나 학부모에게 크게 나타나지 않았다(오현정, 김정원, 2015). 그러므로 교육효과를 위해서는 교육내용의 제공도 중요하지만 교육방법이나 교육의 지속성에 대한 연구도 필요하다고 볼 수 있다.

3. 국가적 차원에서의 식생활 교육

사회에서의 식생활교육은 식생활교육기관이나 시민

단체 등 사회식생활교육의 현장에서 전개되고 있다. 이들은 단체의 성격에 따라 특징적인 식생활교육이 이루어지고 있으며 이러한 단체들이 체계적으로 구성되고 합리적으로 운영되어지고 있으므로 국민들에게 좀 더 친밀하게 다가와 효과적인 식생활교육이 이루어지고 있다고 할 수 있다. 가장 활발하게 사회 식생활교육을 담당하고 있는 민간단체인 식생활교육 국민네트워크의 교육내용을 살펴보면 국민 식생활교육 슬로건을 정하고 이들을 지자체 등을 활용하여 지역중심의 소비자교육, 홍보 추진하였으며 정책적인 홍보를 진행하고 있으며 이들은 네트워크라는 단체를 활용하여 국민 저변으로 확대 교육이 이루어지고 있다. 또한 녹색 농촌 체험 마을 등을 농림축산식품부 주도로 지정하여 생활속에서의 식생활교육을 실시하고 있다.

우리나라는 최근 녹색성장이라는 국가적 목표를 바탕으로 정책을 진행하고 있으며 국민 건강 증진 부분에서도 건전한 식생활 확산을 위한 ‘녹색식생활지침을 개발하고 있다(김정현, 2010). 또한 정부는 국가 의료보 건정책의 방향을 질병 치료 중심에서 식생활 관리 등을 통해 치료보다 예방 중심의 교육으로 전환하여 식생활교육지원에 대한 여러 다양한 법률을 제정하였다. 이러한 정책실행은 우리나라 전체국민을 대상으로 교육내용범위는 생산과 소비, 건강과 생명, 생태와 환경, 노동과 경제, 사회와 문화, 신념과 윤리 등에 이르기까지 다양한 내용과 범위를 가지고 접근하고 있다(김정현, 2010). 제2차 식생활교육 기본계획에서는 “바른 식생활, 건강한 식문화로 국민 삶의 질 향상”이라는 비전

<표 2> 바른 식생활 길라잡이 학년별 단위구성

| 학년 \ 단위 | 1단원 | 2단원 | 3단원 | 4단원 | 5단원 | 6단원 |
|---------|--------------|----------------|--------------|----------------|--------------|-------------|
| 1학년 | 바른 식생활 실천해요 | 아침밥을 꼭 먹어요. | 채소, 과일이 좋아요. | 학교급식이 좋아요. | 건강한 간식먹어요. | 음식물쓰레기 줄어요. |
| 2학년 | 골고루 알맞게 먹어요. | 행복한 가족밥상 함께해요. | 텃밭채소 키워요. | 안전한식생활 실천해요. | 식사예절 실천해요. | 우리 쌀 소중해요. |
| 3학년 | 바른 식생활 실천해요 | 아침밥을 꼭 먹어요. | 지역농산물 좋아요. | 건강한 먹을거리 선택해요. | 건강한 간식 만들어요. | 음식물쓰레기 줄어요. |
| 4학년 | 골고루 알맞게 먹어요. | 행복한 가족밥상 함께해요. | 텃밭채소 키워요 | 안전한 식생활 실천해요. | 식사예절 실천해요. | 우리 김치즐거요 |
| 5학년 | 바른 식생활 실천해요. | 아침밥 꼭 먹어요. | 지역농산물 좋아요. | 건강한 먹을거리 선택해요. | 건강한 간식 만들어요. | 음식물쓰레기 줄어요 |
| 6학년 | 골고루 알맞게 먹어요. | 행복한 가족밥상 함께해요. | 텃밭채소 키워요. | 안전한 식생활 실천해요. | 식사예절 실천해요. | 전통식생활 실천해요. |

농림축산식품부, 식생활교육국민네트워크(2016)

하에 환경, 건강, 배려의 핵심 가치를 기반으로 자정에서의 식생활교육 추진, 학교에서의 식생활교육 추진, 지역에서의 식생활교육 추진농어업과의 연계 및 환경과의 조화, 전통 식문화의 계승·발전, 추진 기반 등 6개 부문 47개 실천과제로 구성하고 있다(농림수산식품부, 2010; 농림축산식품부, 2015). 최근 제 3차 식생활교육의 기본 계획은 향후 5년간 식생활교육 정책의 방향을 담은 이번 기본 계획은 환경·건강·배려라는 핵심 가치를 중심으로 4대 전략과 12개 과제를 제시하고 있다. 또한 ‘사람 중심’, ‘농업·환경의 공익적 가치 확산’ 등 농정비전과의 연계를 강화한 ‘지속가능한 식생활’ 실천 확산에 중점을 두고 수립되었다(농림축산식품부, 2019).

이렇듯 새로운 생활 변화에 근거한 식생활교육지원관련 정책은 개인 지향적 차원에서 이해되었던 현대인의 식생활문제를 사회문화적 차원에서 확대하여 보다 종합적이면서 사회 변화에 적용한 교육의 방법을 모색하고 있다는 점에서 큰 의미가 있다고 할 수 있다. 개인, 가족 사회의 차원에서 지속적인 교육효과를 높이기 위해

서는 기본계획에서 제시하는 내용의 교육도 중요하지만 교육방법의 개선과 지자체 및 관련교육기관의 협조가 더 많이 요구된다 할 수 있다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구방법

본 연구는 우리나라에서 시행하고 있는 2015 개정 교육과정의 식생활교육 내용을 분석하여 교육과정 이외의 시간에 이루어지고 있는 다양한 식생활교육에 대한 내용을 조사하였다.

2. 분석준거

본 연구에서는 각 개정 교육과정에서 다룬 식생활교육과정을 분석하고 2015 개정 교육과정과 국가적 차원에 초등학생에게 시행하고 있는 식생활교육의 자료를 이용

〈표 3〉 식생활교육 기본계획

| 구분 | 제1차 (2010-2014) | 제2차 (2015-2019) | 제3차 (2020-2024) |
|-------|--|--|---|
| 추진 과제 | 1. 식생활교육 인프라 구축 1-1. 법령체계 정비 1-2. 전문인력 양성 1-3. 녹색식생활 가이드 마련 1-4. 정보 플랫폼 구축 1-5. 추진체계 정비 | 1. 가정에서의 식생활교육 추진 1-1. 기본적인 식생활습관 형성 1-2. 밥상머리교육 확대 1-3. 바람직한 식생활 지식습득 2. 학교에서의 식생활교육 추진 2-1. 건강개선 및 성장발달을 위한 식생활교육 확대 2-2. 학교급식 실천지도 강화 2-3. 어린이집·유치원 식생활교육 | 1. 사람 중심 맞춤형 교육 1-1. 취약계층 대상 농식품 자원과 연계한 교육 1-2. 미래 세대의 올바른 식습관 형성을 위한 교육 1-3. 성인의 식생활 관리를 위한 찾아가는 교육 |
| | 2. 환경 친화적인 식생활 기반 구축 2-1. 환경친화형 식생활교육 식품 안전교육 강화 2-2. 환경친화적인 식생활 실천 기반 확충 | 3. 지역에서의 식생활교육 추진 3-1. 한국형 식생활 실천 확산 3-2. 세대별 바른식생활 실천 3-3. 지역별 전문인력 양성 3-4. 지역 푸드체인들과 밀착형 교육 추진 | 2. 업과 환경의 공익적 가치 확산 2-1. 농업·농촌 이해력 제고를 위한 교육 기반 조성 2-2. 도시 속 농업·농촌 체험 기회 확대 2-3. 환경의 가치를 고려한 교육 확대 |
| | 3. 한국형 식생활 실천 3-1. 가정에서 식생활 실천 유도 3-2. 유치원 및 학교에서의 식생활교육 강화 3-3. 전통식문화 계승 발전 | 4. 농·어·림업의 연계·협력의 조화 강화 4-1. 도농교류 연계 강화 4-2. 야생·정식년 농·어·림 체험 활성화 4-3. 로컬푸드 운동 연계 4-4. 환경친화적인 식생활교육 확산 5. 전통식문화의 계승 발전 5-1. 전통식문화 체험확대 5-2. 전통 향토음식 활용 확대 5-3. 전통음식 및 요리법 가치 제고 | 3. 지역의 자원을 활용한 교육 3-1. 지역농산물 확산 연계 교육 기반 조성 3-2. 민·관 협업을 지역 내 교육 수요 발굴 3-3. 전통 식생활 교육 체험 및 계승 발전 |
| | 4. 배려와 감사하는 식생활 4-1. 농어촌 체험을 통한 배려와 감사의 마음 배양 4-2. 식생활 체험 기회 확대 | 6. 정보·홍보·교류 6-1. 식생활교육 R&D 확충 6-2. 정보 플랫폼 구축 및 교류확대 6-3. 국제적인 정보교환 6-4. 대국민 홍보 강화 6-5. 국제적인 정보 교환 등 | 4. 지속가능한 식생활 실천 기반 강화 4-1. 수요자 중심의 온라인 플랫폼 운영 4-2. 교육콘텐츠 개발 및 전문 인력 역량 강화 4-3. 지속가능한 식생활 실천 확산을 위한 홍보 확대 |

농림수산식품부(2010), 농림축산식품부(2015), 농림축산식품부(2020)

하여 분석의 기초로 삼아 학교 교육과정에 자료 활용방안을 제시 하였다.

IV. 연구 결과 및 제언

1. 학교 교육과정에서의 식생활교육

학교 교육과정에서의 식생활 교육과정은 2015개정 교육과정을 중심으로 살펴보았다.

<표4>에서 실과 교육과정에서 식생활영역의 변화에 대해 나타내었다. 우리나라의 초등교육과정에서 식생활교육은 5, 6학년에 실시하도록 되어있어 어린시기에 이루어져야 식습관형성에 도움이 된다(김정원, 이은주, 2015)고 한 다른 연구결과와 같이 좀 더 일찍 식생활교육이 이루어질 필요가 있다고 생각된다. <표 4>에서 보는 바와 같이 초등 실과교육에서 식생활 교육은 학년과 내용에 변화가 있었다(김정원, 2010). 제 1차 교육과정에서는 발농사와 집일의 시중으로 음식의 공급에 대한 부분의 교육이 이루어졌으며 제 2차 교육과정 부터는 영양에 대한 교육으로 건강에 대한 부분에 관심을 갖기 시작하였다. 제 1

차 교육과정에서 5차 교육과정까지는 식생활교육의 부분에 예절에 대한 부분이 많이 나타났다. 손님상 차리기(1, 2차 교육과정), 손님 모시기(3차 교육과정), 초대와 행사(4차 교육과정), 초대와 음식마련(5차 교육과정)까지 식생활영역에서 예절에 대한 교육을 강조 하고 있다. 그러나 6차 교육과정에서부터는 건강과 음식 만들기에 대한 부분이 강조되며 체험과 실생활에서의 적용부분에 대한 교육을 중시하고 있다. 사회적으로 가족구성단위가 변하고 가족구성원의 역할이 강조되면서 현재를 건강하게 살아갈 수 있는 기본에 중점을 두는 교육내용으로 변화하고 있다. 7차 교육과정부터는 건강관리를 스스로 알아서 할 수 있는 내용으로 점차 바뀌었으며 2011개정교육과정부터 현대인의 건강에 전통음식의 중요성을 보여주고 건강한 식생활을 실천할 수 있도록 하고 있다. 현재 이루어지고 있는 2015 개정교육과정에서는 안전 교육에 대한 부분을 나타내고 있으며 이는 최근 사회에 나타나고 있는 안전에 대한 문제를 도구를 안전하게 다루기 뿐 만아니라 식품위생 관리 및 식중독 예방 관리를 중시하고자 하는 교육으로 사료된다.

<표4> 초등실과 교육과정

| 개정교육과정 | 3학년 | | 4학년 | | 5학년 | | 6학년 | |
|---------------------------|-----|--------|-----|---------------|-----|----------------------|-----|-----------------------|
| | 시수 | 단원명 | 시수 | 단원명 | 시수 | 단원명 | 시수 | 단원명 |
| 제1차(1955~1963) | - | - | 2 | 발농사 집일의 시중 | 2 | 부엌일 | 2 | 손님상차리기 |
| 제2차(1963~1973) | - | - | - | - | 2 | 영양과 식사 | 2 | 손님상 차리기 |
| 2차개정(1969~1973) | - | - | - | - | 2 | 음식 만들기 | 2 | 음식 만들기 |
| 제 3차(1973~1981) | - | - | 2 | 영양과 식사 | 2 | 좋은 식사 즐거운 우리집 | 2 | 손님 모시기 |
| 제4차(1981~1987) | - | - | 2 | 우리의 음식 | 2 | 조리의 준비와 기구 음식 만들기 | 2 | 초대와 행사 합리적인 음식마련 |
| 제5차(1987~1992) | - | - | 2 | 우리의 음식 | 2 | 조리의 준비와 기구 음식 만들기 | 2 | 초대와 음식마련 합리적인 소비생활 |
| 제6차(1992~1997) | 1 | 다과 차리기 | 1 | 과일상 차리기 | 1 | 음식 만들기 | 1 | 밥상 차리기 |
| 제7차(1997~2007) | - | - | - | - | 2 | 우리의 식사 | 2 | 간단한 음식 만들기 |
| 2007개정교육과정 (2007~2011) | - | - | - | - | 2 | 나의 영양과 식사 | 2 | 간단한 음식 만들기 |
| 2011개정교육과정 (2011~2015) | - | - | - | - | 2 | 나의 균형잡힌 식생활 | 2 | 건강한 식생활의 실천 |
| 2015개정교육과정 (2015~) | - | - | - | - | 2 | 나의 안전한 생활문화 | | |
| | | | | | 2 | 안전한 생활문화의 실천 | | |

2. 교육과정 이외의 식생활교육

교육과정 이외의 식생활 교육을 위한 많은 선행 연구(고명진, 2012; 김미지, 2013)가 진행되어 왔지만 전 학년에 걸쳐 지속 반복되는 내용 조직 및 활용 방안 등과 관련된 식생활교육 프로그램 연구는 찾아보기 힘들었다. 특히 실과 교과 과정이 운영되지 않는 초등학교 1-4학년을 대상으로 적용할 수 있는 바른 식생활교육 다양하지 않았다. 상은영, 김정원(2016)은 STEAM 요소를 결집한 식생활 교육내용을 바탕으로 학교교육에서 실시할 수 있는 다양한 프로그램을 개발하였다. 이 연구에 의하면 창의융합형 수업으로 정규 수업 이외에 창의적 체험활동 시간을 활용하여 다양한 체험형 수업을 제안하고 있다.

교육부 이외에 초등학생을 대상으로 한 식생활교육을 주로 실시하는 정부 부처는 식품의약품안전처, 농림축산식품부, 그리고 보건복지부를 들 수 있다. 특히 식품의약품안전처에서는 초등학생을 학년별로 구분하여 식품 안전과 영양교육을 지속적으로 실시하고 있다.

<표 5> 2018년 식품의약품안전처에서 초등학생을 저학년 중학년, 고학년으로 구분하여 발간한 ‘초등학교 식품안전·영양교육’ 교재(식품의약품안전처, 2018)에 초등실과 성취기준(교육부, 2015)과의 연관성을 나타내었다. 이 교재(식품의약품안전처, 2018)에는 균형잡힌 영양, 식품의 종류, 올바른 식습관, 간식습관, 식생활 위생 및 안전에 관한 내용을 단원별로 구분하여 체계적으로 교육할 수 있도록 하고 있어 실과 교육 수업 시간 이외의 창의적

의적 체험 활동 시간을 이용하면 좀 더 효과적인 식생활 교육을 할 수 있도록 자료를 제공하고 있다. 그러나 이 교재와 초등실과교육에서의 성취기준의 연관성을 살펴본 바 초등실과교육의 내용은 5, 6학년에 치우쳐있는 반면 ‘초등학교 식품안전·영양교육’에는 초등학교 저학년부터 실시하고 있어 식습관의 중요성이 강조되는 아동기의 식생활교육이 조기에 이루어지면 바람직할 것으로 사료되며 이로서 식생활교육의 중요성을 강조하고 있다.

이후에 좀 더 사회적인 현상을 더하여 2019년에는 ‘덜 짜게 덜 달게 바로알기’ 교재를 초등학교 1, 2학년, 3, 4학년, 5, 6학년으로 구분하여 각각의 내용에 대하여 제작한 교육의 진행과정과 초등실과 성취기준의 연관성을 <표 6>에 제시하였다(식품의약품안전처, 2019). 또한 식품의 선택을 비교적 스스로 할 수 있는 3, 4, 5, 6 학년을 대상으로 안전한 식품 선택에 대한 교육내용을 추가하여 다루고 있어 2018년에 제작한 교육내용에 중요하다고 사료되는 부분을 강조한 교육내용을 보여주고 있다. 교육내용과 성취기준을 비교하여 보면 초등 1, 2 학년에는 식습관의 내용만을 제시하고 있어 2018년에 제작한 교육내용과 같이 아동기의 교육은 식습관이 중요하다는 것을 강조하고 있다. 또한 3, 4, 5, 6학년에서는 간식 선택의 중요성과 안전을 강조하고 있어 2015 초등교육과정의 ‘실과’ 영역에서 안전을 강조하는 것과 같은 맥락으로 제작되었다. 2018년 ‘초등학교 식품안전·영양교육’ 교재내용을 좀더 실천적으로 교육할 수 있도록 하여 초등교육에서 정규교육과정 수업에 함께 적용하면 효과적일 것 같다.

<표 5> 초등학교 식품 안전·영양교육과 교육과정에서의 성취기준

| 단원 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--------|-----------|-------------|------------|-------------------|-----------|---------------|----------------|
| 1,2학년 | 급식에절을 지켜요 | 우리가 먹는 음식 | 오감으로 맛 보아요 | 식습관 바르게 가져요 | 채소와 친해져요 | 건강하고 안전한 간식습관 | 손 씻기가 중요해요 |
| 적용성취기준 | [6실02-02] | [6실02-01] | [6실02-04] | [6실02-01] | [6실02-04] | [6실02-02] | [6실02-09] |
| 3,4학년 | 골고루 먹어요 | 규칙적으로 식사해요 | 알록달록 오색채소 | 식품표시 확인해요 | 덜달게 먹어요 | 건강에 좋은 간식 | 안전한 식품을 선택해요 |
| 적용성취기준 | [6실02-01] | [6실02-01] | [6실02-04] | [6실02-09] | [6실02-01] | [6실02-02] | [6실02-09] |
| 5,6학년 | 균형잡힌 식생활 | 채소, 충분히 먹어요 | 싱겁게 먹어요 | 안전한 간식, 똑똑하게 선택해요 | 나의 건강체중 | 안전한 식품을 보관해요 | 식품 첨가물을 바로 알아요 |
| 적용성취기준 | [6실02-01] | [6실02-01] | [6실02-01] | [6실02-02] | [6실02-01] | [6실02-09] | [6실02-09] |

교육부(2015), 식품의약품안전처(2018)

이상에서 볼 때 식약처에서 시행되는 식생활 교육은 영양, 식품 특히 식품안전, 올바른 식습관, 그리고 조리를 주 교육내용으로 하고 있음을 알 수 있다. 특히 식약처라는 부처의 특징에 맞게 식품안전을 강조하고 있음을 알 수 있다.

3. 학교교육에서 식생활교육 제안

앞에서 살펴본 바와 같이 식생활교육의 중요성은 날로 강조되고 있으며 이는 초등학교 교육에서 이루어지는 것이 가장 바람직하다고 알려져 있다. 그러나 교육시간은 적고 교육 내용은 많아서 효과적인 식생활교육이 이루어지고 있지 않다. 그래서 교육과정에 의한 식생활교육에 정부부처에서 제작한 식생활교육 교재를 활용하여 좀게 다양하고 실질적인 교육이 이루어지도록 하면 적은 시간

에 좀 더 큰 효과를 올릴 수 있지 않을까 생각한다.

우리나라 2015개정교육과정 실과 식생활영역의 내용 요소 분석들에 앞서 제시한 교육교재의 내용을 더하여 작성한 내용은 <표 7>과 같다.

<표 7>의 내용을 살펴보면 실과교육과정의 ‘균형잡힌 식사와 식습관’은 ‘바른 먹거리 길라잡이’, ‘초등 식품안전·영양교육’, ‘덜 짜게 덜 달게 바로알기’ 교육교재에서 1학년부터 6학년까지 전 단원에 걸쳐 보여주고 있어 이 내용의 중요성을 강조하고 있다. 교육내용의 적용은 실과교육에는 5, 6학년의 교육내용에 치중되어있지만 각부처에서 제공하는 교육 자료에는 초등학교 1학년~6학년까지 골고루 분포되어 있어 더욱 일찍 식생활에 관심을 기울이도록 하고 있다. 그러나 ‘간식 만들기와 식사예절’, ‘식재료의 특성과 음식의 맛’ 단원은 ‘덜 짜게 덜 달게 바로알기’ 교육교재에는 포함되지 않아 이 교재에는 중요한

<표 6> 덜 짜게 덜 달게 바로알기교육 내용과 초등실과교육과정의 성취기준

| 교육단계 학년 | 생각열기 | 알아보기 | 해보기 | 실천하기 | 더해보기 | 교육과정의 성취기준 |
|------------|--|---|---|--|---|------------------------|
| 1,2학년 | · 나는 올바른 식습관을 가지고 있을까요? | · 올바른 식습관 · 꼭꼭 씹기 | · 올바른 식습관 찾기 · 꼭꼭 씹어 먹기 | · 올바른 식습관 실천하기 | · 올바른 식습관운동 · 밥을 꼭꼭씹어보기 | [6실02-01] [6실02-04] |
| 3,4학년 | · 단음식을 많이 먹어도 괜찮을까요? | · 당이 하는일 · 당을 많이 먹으면 생기는 문제점 | · 식품속에 들어있는 당량 알아보기 · 덜 달게 먹는 습관 기르기 | · 덜 달게 먹기 실천하기 | · 덜 달게 먹기 홍보 문구 만들기 · 숨은 당 찾아보기 | [6실02-01] [6실02-02] |
| 5,6학년 | · 음식을 싱겁게 먹고 있나요? | · 나트륨이 하는일 · 나트륨을 많이 먹으면 생기는 문제점 | · 음식속의 나트륨함량 찾아보기 · 싱겁게 먹는 습관 기르기 | · 싱겁게 먹기 실천하기 | · 가공식품속의 나트륨 함량 찾아보기 · 나트륨 배출을 돕는 식품조사하기 | [6실02-01] [6실02-02] |
| 3,4,5,6학년 | · 식품포장지에는 무엇이 쓰여 있을까요? · 어떤 음료를 고를까요? | · 자연식품과 가공식품 · 식품표시 · 가공식품의 영양성분 표시 | · 식품표시 확인하고 적어보기 · 식품알레르기 표시 읽기 | · 식품표시 확인 실천하기 · 영양표시 확인하여 건강 간식 선택하기 | · 자연식품과 가공식품 연결하기 · 식품표시 정보 찾기 | [6실02-09] |

교육부(2015), 식품의약품 안전처(2019)

<표 7> 초등학교 교과서와 다른교육과정에서의 식생활교육내용

| 영역 | 초등실과교과서 학년 | 바른 식생활 먹거리 길라잡이(단원) | | | | | | 초등 식품안전 · 영양교육(단원) | | | 덜 짜게 덜 달게 바로알기(포함) | | |
|----------|----------------|---------------------|------|------|------|------|---------|-----------------------|---------|---------|-----------------------|------|------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1, 2 | 3, 4 | 5, 6 | 1, 2 | 3, 4 | 5, 6 |
| 내용 요소 | 균형잡힌 식사와 식습관 | 1, 2, 4 | 1, 6 | 1, 2 | 1 | 1, 2 | 1 | 2, 4 | 1, 2, 5 | 1, 3, 5 | ○ | ○ | ○ |
| | 간식 만들기과 식사예절 | 5 | 2, 5 | 4, 5 | 2, 5 | 5 | 2, 5, 6 | 1 | 6 | 4 | × | × | × |
| | 식재료의 특성과 음식의 맛 | 3 | 3 | 3 | 3, 6 | 3 | 3 | 3, 5 | 3 | 2 | × | × | × |
| | 안전한 식품선택과 조리 | 6 | 4 | 6 | 4 | 4, 6 | 4 | 6, 7 | 4, 7 | 6, 7 | × | ○ | |

단원만을 강조하는 내용으로 이루어져 정규교육과정에 연계해서 교육하기에는 무리가 있을 것으로 사료된다. <표 7>에서 보여주는 것과 같이 초등 실과의 부족한 수업시간에 다양한 식생활교육을 시행하기 위해서는 각 부처에서 다양하게 제작한 교육교재를 활용한다면 식생활 교육효과를 높여줄뿐만 아니라 정규 학교교육의 효과도 함께 높일 수 있을 것으로 기대한다.

현재 우리나라에서 실시하고 있는 식생활교육을 좀 더 효과적으로 시행하기 위한 방법 중 선진국에서 시행되고 있는 활용도가 높은 교육프로그램을 초등교육에 접목시킴으로서 교육의 효과를 증진시키고 아동의 효과적인 식생활교육 프로그램을 운영할 수 있을 것이다.

V. 결론

본 연구는 초등학생들에게 실시하고 있는 식생활 교육을 교육과정을 통한 정규 수업시간의 교육에 교육과정 이외에 활용되고 있는 식생활교육의 내용을 더하여 좀 더 효율적으로 진행할 수 있는 방법을 알아보려고 하였다.

학교 교육과정을 통한 식생활교육을 살펴보면 제 1차 교육과정에서부터 2015개정 교육과정에 이르기까지 실과교육의 식생활영역에서 식생활교육의 변화는 음식의 생산 및 공급에 대한 교육, 영양과 건강에 관한 교육, 예절교육, 건강과 음식 만들기에 대한 체험교육 등의 순으로 사회변화의 흐름에 따라 이루어 졌다. 또한 교육과정과 교육의 시기는 다른 나라와 비교해볼 때 교육과정은 여러 나라들이 별도교과가 아닌 한 교과의 영역으로 제시되어있으며 교육 시기는 초등학교 5, 6학년으로 일본과 비슷하고 미국이나 영국은 저학년부터 지속적으로 이루어지고 있다. 교육과정 이외의 식생활교육을 살펴보면 전 학년에 걸쳐 지속 반복되는 내용 조직 및 활용 방안 등과 관련된 식생활교육 프로그램 연구는 찾아보기 힘들었다. 그러나 식약처나 농림축산식품부에서는 초등학생을 대상으로 교재를 발간하여 저학년부터 지속적으로 식생활교육을 시도하고 있었다. 식약처에서는 2018년에는 초등 저학년, 중학년, 고학년으로 구분하여, 교육과정에서 이루어지고 있는 건강, 예절, 안전, 환경에 대한 내용을 7단원으로 나누어 교육하도록 하였으며, 2019년에는 덜 짜게, 덜 달게 먹기 위한 실천 방안을 생각열기에서 실천하기 등으로 나누어 교육할 수 있도록 하고 있어 영양, 식품 특히 식품안전, 올바른 식습관, 그리고 조리교육을 하고 있음

을 알 수 있다. 특히 식약처라는 부처의 특징에 맞게 식품안전을 강조하고 있음을 알 수 있다. 위의 내용을 분석한 결과 식생활교육의 중요성은 날로 강조되고 있으며 이는 초등학교 교육에서 이루어지는 것이 가장 바람직하지만 부족한 교육 시수와 새로운 다양한 정보를 수업시간에 교과서만으로는 시행하기가 어려우므로 교육과정에 의한 식생활교육에 정부부처에서 제작한 식생활교육 교재를 활용하여 좀 더 다양하고 실질적인 교육이 이루어 질수 있도록 분석틀을 이용하여 활용방안을 제시하였다.

주제어: 식생활교육, 초등학교, 교육과정, 효과적인 시행방법

REFERENCES

- 고명진(2012). 실천 문제중심의 녹색식생활교육 프로그램이 초등학생의 식생활태도에 미치는 효과. 경인교육대학교 석사학위논문.
- 고명진, 김영희(2012). 실천 문제중심의 녹색식생활교육 프로그램이 초등학생의 식생활태도에 미치는 효과. *한국실과교육학회지*, 25(2), 151-172.
- 교육부(2015). *2015 개정 교육과정*. 세종: 교육부.
- 김도윤(2007). 초등학생의 영양지식과 식생활에 대한 태도 및 행동. 경인교육대학교 석사학위논문.
- 김무환(2002). 초등학교 학교급식이 아동의 식생활 및 사회성 발달에 미치는 영향. 부산교육대학교 석사학위논문.
- 김미지(2013). 녹색식생활교육에 대한 초등학교 교사의 인식 조사 및 초등실과 교과서 본문 사례개발 연구. 서울교육대학교 석사학위논문.
- 김영인(2010). 대학생의 기호식품과 인성과의 관계에 대한 연구. *한국지역사회생활과학회지*, 21(1), 5-12.
- 김영희(2015). 초등학생을 위한 실천적 문제해결 중심의 식생활교육 프로그램 개발. *한국실과교육학회지*, 28(1), 53-67.
- 김유정(2015). 초등 교육과정과 연계한 식생활 현장체험 학습 프로그램 탐색. *한국실과교육학회지*, 28(3), 161-184.
- 김정원(2010). 해방 이후 초등 실과 식생활교육의 역사와 방향. *한국실과교육학회지*, 23(3), 1-22.

- 김정원, 이은주(2015). 초등학생 학부모의 식습관 및 식생활능력 평가. *한국식품조리과학회지*, 31(2), 162-174.
- 김정현(2010). 가정과교육에서의 학교식생활교육 모색. *한국가정과교육학회지*, 22(3), 189-203.
- 김주영(2010). 식생활교육지원법 시행에 의한 초등학교 교사 식생활 교육 인식도. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 김주환(2010). 영양교사 전환 배치 후 영양교육 실태에 관한 연구: 강원도 영서지역 중심으로. 강원대학교 석사학위논문.
- 김지현, 김유경(2010). 식생활교육지원법과 중학교 식생활교육. *한국가정과교육학회지*, 22(4), 1-13.
- 김혜영, 전도용(2003). 대학생들의 성격 유형과 식습관 및 영양소 섭취실태와의 관련성. *한국식생활문화학회*, 18(5), 418-427.
- 김효심, 김종우(2016). 식생활교육프로그램이 예비초등교사의 식생활교육과 식생활능력 및 농업소양 평가에 미치는 효과. *실과교육연구*, 22(2), 107-122.
- 농림수산식품부(2010). *식생활 교육 기본계획*. 과천: 농림수산식품부.
- 농림축산식품부(2015). *제2차 식생활교육 기본계획*. 세종: 농림축산식품부.
- 농림축산식품부(2020). *제3차 식생활교육 기본계획*. 세종: 농림축산식품부.
- 농림축산식품부, 식생활교육국민네트워크(2016). *초등학교 바른식생활 길라잡이(1, 2, 3, 4, 5, 6학년)*. 서울: 농림축산식품부, 식생활교육국민네트워크.
- 민경수(2005). 초등학생의 식생활 실태와 인성 특성에 관한 연구. 서울교육대학교 석사학위논문.
- 민은희, 류상희(2012). 녹색식생활교육 프로그램이 초등학생의 녹색식생활 태도에 미치는 영향. *실과교육연구*, 18(4), 45-60.
- 박유화, 김현희, 신경희, 신은경, ... 이연경(2006). 전국 초등학교 영양교육실태 및 영양교사의 영양교육 실시를 위한 학교에서의 인식도 조사. *한국영양학회지*, 39(4), 403-416.
- 배세정.(2004). 중학생의 식습관과 인성특성 및 학업성취도와의 관계 연구. 고려대학교 석사학위논문.
- 상은영, 김정원(2016). 핵심역량 강화를 위한 창의융합(STEAM) 식생활교육 프로그램 개발. *한국실과교육학회지*, 29(1), 1-18.
- 송재현(2006). 초등학생을 위한 역할극과 강의식교육의 흡연예방효과 비교. 연세대학교 석사학위논문.
- 식품의약품안전처(2018). *2018년도 식품 안전·영양교육 초등학교 통합 교재·지침서*. 청주: 식품의약품안전처.
- 식품의약품안전처(2019). *2019년도 식품 안전·영양교육 초등학교 통합 교재·지침서*. 청주: 식품의약품안전처.
- 신보라(2011). 실천적 문제해결학습 모형을 적용한 초등실과 녹색식생활 교수 학습 과정안 개발. 청주교육대학교 석사학위논문.
- 안순희(2017). 교육대상에 따른 통일대비 식생활교육프로그램 개발 및 효과 평가. 고려대학교 석사학위논문.
- 양미경(2000). 체험학습이 의미 및 조건의 탐색과 예시자료개발: 초·중학생용 모의재판 시나리오개발을 중심으로. *한국교육학회지*, 39(1), 167-196.
- 연정아(2012). 녹색식생활교육을 위한 초등 사회 및 슬기로운 생활교과서 본문사례 개발 적용. 서울교육대학교 석사학위논문.
- 오현정, 김정원(2015). 가정식생활 수첩 '가족밥상'을 활용한 식생활교육 모니터링 연구. *한국실과교육학회지*, 28(2), 153-169.
- 윤금란(2006). 영남지역 일부 초등학생의 식습관, 영양섭취상태와 인성 특성에 관한 연구. 계명대학교 석사학위논문.
- 이경애(2003). 활동주의에 근거한 초등학교 활동중심 영양교육 방안. *한국영양학회*, 36(4), 405-417.
- 이명기, 홍재호, 한승록, 이달우, 강원모(2000). 지역사회 내의 현장체험학습장 활용 프로그램 개발연구. *교육연구*, 16, 53-91.
- 이수정(2011). 학교 교육과정에서 식생활 영역의 교육내용 변천 및 개선 방향. *한국실과교육학회지*, 24(1), 155-174.
- 이영미, 이기완, 오유진(2009). 초등학생의 가족식사에 대한 인식과 태도, *대한 영양사협회학술지*, 15(1), 41-51.
- 이영숙, 김유정(2010). 통합적 접근을 통한 실과 식생활교육 프로그램 개발. *한국실과교육학회지*, 23(4), 245-267.
- 이은주(2018). 한국·미국·영국·일본 초등 식생활 교육과정 비교·분석. *한국초등교육*, 29(2), 1-16.

- 이은주, 김정원(2019). 초등학생 식생활능력 배양을 위한 지속가능한 식생활교육 목표 및 내용체계 개발, *초등교육연구*, 30(1), 145-160.
- 이진영, 최정숙, 박영희, 강민숙, 장원주(2010). 농촌체험 마을의 식생활 체험프로그램 운영 실태 조사. *한국지역사회생활과학회 학술대회 자료집*, 2010(4), 112-113.
- 이호철(2002). 식생활 교육에 관한 초등학교 교사의 인식 및 실태 조사 연구. 서울교육대학교 석사학위논문.
- 전세경(2010). 학교 식생활교육의 교육적 의의와 효율적 추진방안, *한국가정과교육학회지*, 23(1), 117-135.
- 정경아(2016). 예비 초등교사 대상 식생활교육 프로그램 개발 및 효과 평가. *한국실과교육학회지*, 29(3), 95-114.
- 정신애(2006). 아동서적을 활용한 초등학교 영양교육 프로그램 개발 및 적용. 부산교육대학교 석사학위논문.
- 조말분(2008). 부산지역 일부 초등학교 고학년의 식행동과 인성특성이 학업적응에 미치는 영향. 고신대학교 석사학위논문.
- 진아라(2012). 초등학생 대상 체험식 영양교육의 효과와 지속성 연구. 전남대학교 석사학위논문.
- 최미숙, 김정원(2015) 가정식생활 수첩 ‘가족밥상’을 활용한 초등학교 바른 식생활교육 프로그램 개발, *실과교육연구*, 21(3), 1-20.
- 홍명자(2004). 초등학교 저학년 아동의 바른 식습관 형성을 위한 체계적 지도 방안. 서울교육대학교 석사학위논문.

Received 20 July 2020;

1st Received 10 August 2020;

Accepted 17 August 2020