

【P3-5】

학령 전 아동을 대상으로 한 보건영양교육 프로그램의 타당성 검증에 대한 연구

오은주, 오세영
경희대학교 식품영양학과

Validation of public health nutrition education program for preschoolers

Eun-Ju Oh, Se-Young Oh

Department of Food and Nutrition, Kyung Hee University, Seoul, Korea

본 연구는 학령 전 아동을 대상으로 식행동변화모형, 사회인지론 및 활동중심의 영양교육 이론에 근거한 보건 영양교육 프로그램을 개발하여 그 타당성을 검증하였다. 영양교육은 골고루 섭취, 채소섭취 증가, 지방·가공식품 섭취감소, 운동하기 등에 대해 실시되었다. 교육 대상자는 유치원 고학년 아동으로 총 3집단 82명이었고, 집단별로 1회 25분~30분씩, 3주에 한 번, 4차례에 걸쳐 교육을 실시하였다. 강좌와 강좌사이에 학부모에게 가정통신문과 어린이와 함께하는 과제를 배부하였다. 교육효과는 효과평가와 과정평가로 검증하였다. 효과평가는 영양교육 전과 후에 식이섭취와 식행동 변화를 측정하여 실시하였다. 과정평가는 교육 후에 아동을 대상으로 한 교육에 대한 전반적인 평가와 3명의 담임교사를 대상으로 한 교육 방법, 내용, 교육자에 대한 평가로 이루어졌다. 모든 자료는 자가 기록에 의해 수집되었으며 아동의 경우 보조교사의 도움을 받아 실시하였다. 섭취 빈도에 근거한 식이섭취 평가에서 교육 후 주찬과 부찬의 섭취는 증가하였으나 간식류의 섭취는 감소하였다. 반면, 밥류, 국류, 과일류의 섭취변화는 관찰되지 않았다. 그 외 우유와 김치 섭취 및 자기체형 만족도가 증가하였고, 간식섭취도 바람직한 방향으로 증가되었다. 평가 대상 어린이 중 교육이 84.6%가 '좋았다', '보통이다'는 10.5%, '재미 없었다'는 4.9%로, 대다수 어린이가 영양교육에 대해 긍정적인 응답을 나타내었다. 담임교사를 대상으로 실시한 평가에서 교육 주제, 사용도구, 내용, 시간, 용어, 정보제공의 양등은 적절하였으나 한 주제당 좀더 많은 교육시간이 필요하고 그 외 단답형 질문의 자체 등이 지적되었다. 이러한 본 연구의 결과는 개발된 보건영양교육 프로그램의 타당함을 제시한다. 따라서 본 연구에서 개발된 학령 전 아동 보건영양교육 프로그램은 향후 유용하게 활용될 수 있으리라 본다. (2003년도 보건의료기술연구개발사업 <01-PJ1-PG1-01CH15-0009>에 의해 지원되었음)