

학교 영양교육, 어떻게 달라져야 하나

교수 임경숙
수원대학교 식품영양학과

일상생활과 습관이 아직 안정되지 않은 학동기의 영양교육은 쉽게 습득되며, 생활양식의 일부로 통합되어 오랜기간 지속되는 경향이 있으므로 매우 중요하다. 영양교육은 건강에 도움이 되는 식생활 습관이나 식생동을 합리적으로 선택하여 개인의 건강을 스스로 증진할 수 있는 능력을 키우기 위한 것으로서, 건강에 유익한 행동을 자발적으로 선택하도록 촉진하기 위해 계획된 학습경험의 조합이며, 교육대상자의 자발적인 식행동 변화를 목표로 한다.

효율적인 학교 영양교육을 위한 환경적 구조 검토

학교 영양교육은 아동과 아동과 청소년의 발달단계를 고려하여야 하며, 다음과 같은 4가지 환경적 구조에 대한 검토를 하여야 한다(Perry & Murray 1982).

첫째는 모범구조(model structure)로서, 의미있는 타인의 실제적인 행위를 의미한다. 즉 학생들은 음식선택이나 식태도 등이 부모, 교사, 친구로부터 커다란 영향을 받는다.

둘째는 연계망구조(network structure)로서 이미 조직되어 있는 학급활동이나 학교내 소모임, 또는 지역사회 모임을 통해 식행동변화를 목적으로 하는 영양교육을 운영하는 것이 훨씬 효율적이라는 것이다.

셋째는 사회체계구조(social system structure)로서 학교라는 울타리를 활용하는 것이다. 학교는 학생 집단적인 식생활교육의 장으로 활용되어야 하며, 좋은 식생활을 위한 건전한 환경적 기반 마련에 고심하여야 한다.

마지막으로 지역사회 정보확산 구조(community message structure)에 대한 검토가 있어야 한다. 각종 TV 프로그램, 광고, 지역사회 자원, 정부의 정책이나 규제는 건강지향적인 식생활 태도 확립에 큰 영향을 미치기 때문이다.

학교 영양교육의 운영 방향

1. 전문성의 원칙

학교 영양교육은 영양적 지식과 교육자적인 태도와 기술을 지닌 전문가에 의해서 시행되어야 한다. 따라서 객관적으로 자격이 인정된 영양교사에 의해 시행되어야 하며, 덧붙여 다양한 경험과 활용 능력을 갖춘 전문가에 의한 지속적인 영양교육이 시행될 수 있도록 해야 한다.

2. 적절성의 원칙

바람직한 행동 변화를 주기 위해 계획된 학습경험의 조합으로서, 영양교육은 지식 뿐만아니라 태도, 신념, 가치관, 기술 등 다양한 능력 함양을 목표로 한다. 따라서 영양교육은 대상자의 성별, 연령별, 영양문제별로 구별되는 다양한 서비스를 계획하여, 학생의 영양문제를 해결하고 더 나아가 건강증진을 도모할 수 있도록 노력하여야 한다.

3. 포괄성의 원칙

사람의 욕구는 다양할 뿐만 아니라, 일반적으로 하나의 문제가 다른 여러 문제와 연관되어 있기 때문에 다양하고 체계적인 서비스를 필요로 한다. 서비스를 포괄적으로 하기 위해서는 한 사람의 전문가가 여러 문제를 다루거나, 혹은 각 분야의 전문가가 한사람의 문제를 다룰 수 있으며, 경우에 따라서는 여러 전문가들이 여러 대상자의 문제를 해결할 수도 있다. 따라서 학생들의 영양문제는 영양교사 단독으로 해결하기보다는 영양교사의 책임 하에 학교장, 담임교사, 보건교사, 학부모 등 관련 전문가들의 도움을 통해 서비스를 받도록 하는 것이 효율적이다.

4. 지속성의 원칙

학교 영양교육은 학생들이 필요로 하는 다양한 서비스를 지속적이며 일관성있게 제공되어야 하며, 이에 대한 실천 능력을 함양하도록 한다. 교내 급식 뿐만아니라, 가정식이나 외식 등 학교 급식 이외의 식생활에 대한 적극적인 증대 활동과 건강지향적인 식생활을 실천할 수 있도록 구체화된 교육이 시행되어야 한다.

5. 통합성의 원칙

효율적인 영양교육을 위해서는 실과, 보건, 체육, 가정교과와의 상호 연계 및 상호협력이 중요하다 또한 학교 외 특별활동, 교과활동, 방학기간 활동 등 지속적인 교육이 이루어질 수 있도록 지역사회 행정부처, 보건소, 시민단체 등과 상호 유기적인 연계와 협조체계를 갖추려는 노력이 필요하다.

6. 평등성의 원칙

기본적으로 학교 영양교육은 학생의 성, 연령, 성적 등에 관계없이 제공되어야 한다.

7. 책임성의 원칙

학교 영양교육은 교육의 틀 안에서 이루어지는 복지 서비스이므로, 학생들의 욕구에 적절히 반영하는가, 교육내용이 시기적절하며 효율적인가, 개선요구사항의 수렴장치는 적합한가 등에 대한 꾸준한 검토가 필요하다.

8. 접근용이성의 원칙

학교 영양교육은 필요로 하는 학생이면 누구나 쉽게 접근할 수 있어야 한다. 영양교육 참여의 장애요인으로서는 교육 내용에 대한 정보부족 뿐만아니라, 심리적 장애(자신의 노출에 대한 수치감이나 두려움), 절차상의 장애, 자원부족 등이 있을 수 있으므로, 가능하면 이러한 장애요인을 제거하여 학생들의 접근이 쉽도록 해야 한다.

학교 영양교육의 단계별 접근 전략

1. 계획단계

- ① 식생활 및 영양 문제점은 무엇인가?
- ② 문제의 원인은 무엇인가?
- ③ 어떠한 해결 방향이 필요한가? 주제는 무엇으로 정하나?

2. 목표설정

- ① 학교 단위에서의 영양교육의 구체적인 목표는 무엇인가?
- ② 대상 학생수는 어느 정도인가?
- ③ 어느 정도 시일이 걸려야 목표가 성취된 수 있는가?

3. 영양교육 사업 고안, 선택 및 전략

- ① 장,단기적으로 어떤 타입의 영양교육 및 식생활 개선사업이 가장 효과적으로 문제를 퇴치시킬 수 있는가?
- ② 학교 내외의 여건에 가장 적합하며, 학교 운영지침 및 예산 등 장애를 극복하기 위한 전략은 무엇인가?
- ③ 교내 기존의 체육 활동이나 방과 후 활동에 비교하여 예산은 어떠한가?
- ④ 교내 다른 건강증진활동과 어떻게 잘 조화를 이룰 수 있는가?

4. 집행과정

- ① 학교장, 교사 혹은 학부모의 협조는 어떻게 이루어 질 것인가?
- ② 예산은 어떻게 지원되나?
- ③ 영양교육 사업의 집행시점은 언제인가?

5. 평가과정

- ① 평가의 목적은 무엇인가?
- ② 누가 평가를 하나?
- ③ 학생들의 특별한 영양문제점을 제대로 개선하는 방향으로 진행되는가?
- ④ 사업결과에 만족스럽지 못하였다면, 그 원인은 무엇인가?

학교 영양교육의 내용

학교 영양교육은 “학생들이 영양에 관한 지식과 기술을 이해하고 이들 스스로 올바른 식생활습관을 형성하고 식생활 문화를 이해할 수 있도록 안내하고 지도하는 일”로 정의할 때, 학교 영양교사의 구체적 임무는 다음과 같은 방향으로 진행되어야 할 것이다.

- 1. 학교급식의 효율적 운영 및 관리
- 2. 일반교사와 협동적인 팀티칭 활동 전개
- 3. 영양적으로 문제가 있는 학생들의 개별 또는 집단 상담 및 지도(편식아, 비만아

를 위한 튼튼이 교실)

4. 특별활동 및 학교재량활동시간에 영양교육 프로그램 운영(예 : 건강식품 바로알기 체험 학습 한마당)
5. 영양클리닉, 영양상담실 운영(예 : 영양교실 홈페이지 운영)
6. 학생 영양관련 연구와 교육자료 개발 및 활용
7. 학부모 대상의 영양교실 운영(건강조리교실 운영)
8. 지역사회 주민 대상의 영양교실 운영(예 : 우리농산물 홍보전시회)
9. 학생 영양증진을 위한 정책 개발(예 : 결식아동 식생활 대책)

학교 영양교사의 역할

1. 급식관련 업무처리를 위한 급식관리자
2. 영양균형이 맞는 학교급식을 책임지는 영양전문가
3. 학생의 건강지향적인 식생활을 위해 지식과 기술을 갖추어 주는 교육자
4. 학생들의 영양문제에 대한 도움을 주는 영양상담자
5. 급식 및 영양교육 업무의 기획, 계획, 실행 및 평가를 위한 행정가
6. 학부모 및 지역사회 식생활 개선에 참여하는 지역사회 영양 홍보자

영양교사 제도의 빠른 정착을 위해서 학교 영양교육은 좀 더 적극적이고 능동적인 방향으로 영역을 넓혀가는 동시에, 학생과 교직사회, 그리고 행정부처 및 일반사회 전반에 학교 영양교육의 실효성에 대한 긍정적인 지원을 얻는 것이 필요하다. 이는 열린 정신을 가지고 자기계발에 힘쓰는 각 영양교사의 개개인의 열정과 노력, 그리고 공동체 의식을 가지고 함께 고뇌하는 영양학계의 뒷받침이 무엇보다도 중요하리라 본다.