

P-5 중학교 식생활단원교육이 학생들의 식행동에 미치는 영향

Effects on the Students' Eating Behavior by Education
of Food and Nutrition Section in Middle School

이준호

충남대학교 생활과학대학 소비자생활정보학과

Joon-Ho Lee

Dept. of Consumers' Life Information, Chungnam National University

중학교 식생활 단원 교육은 신체적 성장이 왕성한 청소년기에 접어든 학생들이 올바른 식생활을 하여 건강 유지 및 정상적인 성장발달을 하는데 꼭 필요한 내용이다. 그리하여 본 연구에서는 학생들이 식생활단원 교육을 통해 교육내용의 활용정도나 전반적인 식생활 태도에 미치는 영향을 조사하고자 대전지역에 소재하는 4개 중학교 3학년 학생을 대상으로 2008년 12월 5일~16일까지 설문지조사를 실시하였다. 조사대상자의 성별은 여학생이 48.9%, 남학생이 51.1%이고 학생들의 부모의 연령은 40-49세가 각각 81.4%, 86.7%를 차지하고 부모의 직업에서 아버지는 사무직(34.4%)이 가장 많고 어머니는 가정주부가 44.5%로 가장 많았다. 부모의 학력은 대부분 고졸이상이며 가족형태는 핵가족이 90.5%이고 부모의 한 달 총수입은 500만 원 이상이 32.6%로 가장 많았다. 식생활단원 교육 후에 식생활에 대한 관심정도는 '관심이 생긴 편이다'(36.4%), '그저 그렇다'(33.8%)가 많았고 남·여 학생의 경향이 비슷하였다. 교육 후 가장 변화된 점은 '간단한 조리를 할 수 있게 되었다'가 38.6%로 가장 높은 반면 '아무 변화가 없다'도 34.4%나 되었다. 식생활 태도에서는 5점 likert 점수에서 '식사시간이 규칙적이다'(3.36), '골고루 섭취한다'(3.39), '식사준비를 돕는다'(3.07)에서 보통 이상의 점수로 양호한데, 한편 '내가 먹은 음식의 영양분과 열량에 관해 알고 있다'가 2.57로 잘 모르는 편이고 '다이어트 보조음식이나 약을 먹는다'가 1.48로 그렇지 않은 편이었다. 식생활단원의 활용도에서는 5점 likert 점수에서 '성분과 유통기한을 확인한다'(3.93), '간단한 음식을 직접 만들 수 있다'(3.80)가 높은 점수이었고, 남학생이 여학생보다 '성분과 유통기한 확인한다'(P<.01), '조리기구는 안전하고 위생적으로 사용할 수 있다'(P<.05)에서 유의적으로 높았다. 이 활용도에 대한 학생들의 가정환경과의 상관성에서는 부모의 학력이 고졸 이상에서 중졸이하보다 유의적으로 높았고(P<.001), 부모의 직업의 경우, 아버지가 무직인 경우, 어머니가 가정주부인 경우에 직업을 가진 부모의 학생들에 비하여 유의적으로 활용도가 낮았다(P<.01). 부모의 한 달 총수입과의 상관성에서는 400~500만원 미만의 경우에 다른수준보다 유의적으로 활용도가 높았다(P<.05). 따라서 식생활단원 교육에 의해 변화가 없는 학생들도 상당히 많아 교육방법의 개선이 필요하며 그 활용도가 가정환경과 상관성이 있음을 파악할 수 있었다.