Development of the Educational Program for Korean Traditional Food Culture for the Elementary Students

Sun Yang·Hae·Kyung Chung¹·Moon·Jeong Chang²·Jin·A Cha³
So·Jung Lee⁴·Lana Chung⁴·So·Hyun Park·Sung·Me Cha

Dept. of Food & Nutrition, Yonsei University¹
Dept. of Food & Nutrition, Hoseo University²
Dept. of Food & Nutrition, Kookmin University³
Dept. of Traditional Food Culture, Jeonju University⁴
Research Institute of Food & Nutritional Sciences, Yonsei University⁴

ABSTRACT

The purpose of this study is to develop an educational program for Korean traditional food culture, which is consisted of diverse activity factors and educational contents of the elementary students, and to transfer Korean traditional food culture to the next generation effectively. We have developed the program on the basis of FIB(Fun Integrated Behavior) approach derived from the activity-based education theory. This program is consisted of 32 subjects related with Korean traditional food culture, which is planned to perform in special activity classes for 2 semesters. An instruction guidebook for teachers and a workbook for students have been also developed.

The traditional food culture educational program which is developed in this study could be used as a practical educational tool in 'dietary life and culture class' or 'special activity class' which is recently being introduced as the nutrition education curriculum in the elementary school. Furthermore, we expect this program to be able to contribute to transferring Korean traditional food culture to the next generation and reinforcing the elementary schoolers' diet behavior through inspiring them with a realization of the superiority of Korean traditional food culture.

Key Words : Korean traditional food culture, FIB(Fun Integrated Behavior), Activity based education, Education program
서 론

음식은 하나의 문화적 상징으로 여겨지며 음식문화는 인류의 시작과 함께 존재해 온 현실성으로 한 나라의 식생활 문화는 인 역사의 조류 속에서 환경에 영향을 받으면서 형성된다(1). 각 국가마다 독특한 음식문화가 존재하고 한 국가 안에서도 지역에 따른 다양한 음식문화가 존재하고 있으며, 우리의 음식문화 또한 그 고유성과 우수성을 인정받고 있다(2).

한국의 음식문화는 자연인의 환경과 식품 가공 기술, 사회적 관습 등의 여러 요인에 의해 매우 다양하고 풍부한 재료를 사용한 갖가지 음식들과 이를 생활양식과 계절 변화에 맞게 섭취하는 식사 예법 및 관습들로 정착되어 전 세계적으로 볼 때 매우 우수한 수준을 인정받고 있다. 우리나라는 아시아 동부에 위치한 반도로 산미가 바다로 둘러싸여 있고 사계절이 풍부하여 기후의 지역적인 분포에 차이가 크다는 자연적인 조건을 지니고 있다. 이러한 자연환경에 따라 논밭수, 수산물, 축산물 등 생산되는 재료가 풍부하고 다양하며, 이는 자연스럽게 각 지역별 특성을 살린 음식의 발달을 가져왔다. 또한 농사가 도입된 이후 쌀을 주식으로 하여 쌀로 만든 음식의 종류가 많고 쌀과 잡곡을 점하는 혼용 음식으로 발달하였다. 그리고, 대두의 원산지로서 일찍부터 콩을 재배하여 콩 발효 가공품인 장류가 발달하였고, 산미가 바다로 주로 다양한 해산물을 이용한 것같은 영양 생생설의 발달을 가져왔고 풍족한 채소와 과일을 이용한 김치 및 절임류 등의 저장 발효음식의 개발 기술도 발달하였다. 또한, 불교의 영향과 유교적인 관습과 아울러 농경사회의 생활양식은 체식을 위주로 하는 식사화와 함께 다양한 식사 예법, 명절 음식, 식사의식 등 다양한 다양한 식문화 양식을 창출하였다고 볼 수 있다(3,4).

이처럼, 우수한 식문화적 유산을 지니고 있는에도 불구하고 최근의 생활양식의 변화, 사회 식문화의 도입 등으로 인하여 한국음식의 고유성이 상실되고 있음을 뿐만 아니라 만성병행성 질환과 같은 서구형 질환을 증가시키는 원인이 되고 있다. 이러한 경향은 비단 성인에게만 아니라 성장기의 아동들에게도 나타나 잘못된 식습관이나 유전적 요인들로 인한 소아아비만이 심각한 사회적 문제로 대두되고 있다. 초등학생들을 대상으로 한 식행동 및 식품 기호도 비교 연구(5)에 의하면 학년도에서 고학년으로 갈수록 서양음식에 대한 선호는 증가하는 반면 전통음식에 대한 선호는 감소하는 것으로 나타났고 하반기 무관하게 인스턴트 음식에 대한 기호가 높게 나타나고 있다는 점에서 매우 우려되는 결과가 아닐 수 없다.

이와 같이 왜곡되고 있는 식행동을 교정하기 위해서는 이 시기에 적절한 영양교육 및 건강에 이로운 우리 고유의 음식문화를 정립하기 위한 식문화 교육의 시험이 매우 철철하다고 할 수 있다. 영양교육이나 신체 건강한 발달을 위한 바람직한식생활의 지식과 습관을 교육활동을 통해 이루어가야 한다는 것이다. 이는 영양 및 식문화에 관한 지식과 기술을 활용하여 실내의 식생활에 연결시키는 응용학이며, 학습 경험을 통해 식생활 개선을 유도하는 실천적이라 할 수 있다. 학급도 아동의 좋은 식습관 형성은 성인이 되어서도 지속되므로 이 시기의 음식단 식습관 형성은 매우 중요하며, 이는 영양교육을 통해 효과적으로 이루어질 수 있다. 또한 식습관은 반복학습에 의해 형성되므로 가치관이 완전히 형성되어 있지 않은 시기의 영양교육을 시행하는 것이 가장 효과적이기 때문할 수 있다. 초등학교에서의 식생활 및 영양 교육의 목표는 식품, 영양, 음식에 대한 기초 지식을 바르게 알고 실천하고자 하는 택도를 가며 이에 따른 행동 변화로 음바른 식습관을 형성하게 하기 위한 것이다.

이제로 여러 연구 결과에 의하면 영양교육의 효과가 아동들의 식품선택 상황에 영향을 주는 것으로 보고하고 있으며(6,7), 이 시기의 바람직한 식행동 변화를 유도할 수 있도록 지속적, 효과적인 영양교육이 절실히 요구되고 있다. 또한, 이러한 영양교육이 지식 전달의 차원에 그치지 않고 식재료 및 식
행동의 변화까지 유도할 수 있는 역할을 하기 위해 서는 한국인의 영양의 도달이 되어온 식문화 전반에 걸친 교육이 함께 이루어져야 할 것이다. 이와 같이 교육에 있어서 단순히 지식만을 가는 것만으로 그치는 것이 아니라 이를 바탕으로 바른 실천과정으로 유도하기 위한 교육 방침은 최근 활동주의에 근거한 교육(8)에 접목되고 있다. 활동주의 교육관 에서는 학문 자체를 시간의 효율에 따라 인간의 외 부환경과 인간의 지적, 체계 사이에서 능동적인 지 적 활동을 통하여 지속적으로 행성·발전해온 지식 체계로 보며, 학문의 생활결과이 아닌 생활과정에서의 직접적이고 능동적인 학습활동을 통해 학문을 경험하게 된다고 하였다. 특히, 초등학교 아동들은 인지발달 단계에서 구체적 조직기에 있으며 매우 활동적이고 호기심이 많으며 본질적으로 탐구적이므로 이 시기의 영양교육도 아동의 활동 욕구와 신 체적 근육 발달 정도를 고려하여 놀이, 게임, 노래 부르기, 동화 만들기, 노래가사 만들기 등의 다양한 만들기 활동과 조리 조작 등의 활동이 중심이 되는 학습으로 구성되는 것이 바람직하다(9). 이와 같은 활동주의적 교육방식을 영양 교육에 활용한 이경예(10,11) 등의 연구는 활동중심의 영양교육이란 영양 교육의 기초적인 개념을 적용한 영양교육이 게임, 책임감과 만들기(식품관계 책임, 동화 만들기), 쓰기 활동(식품에 대한 감정 쓰기, 식품에 대해 자 세히 묘사하기, 음식 일기 쓰기), 노래 부르기와 노 래 가사 만들기, 역할극, 토의 및 토론 활동, 조리활 동 등 다양한 활동을 통하여 식품, 영양, 음식, 식문화 전반에 관한 학습이 된 교육방식을 영양 교육 프로그램에 적용하고자 시도하였다.

현재 초등학교 식과 교육과정에서는 아동의 영양 심취의 건강과의 관계, 식품에 함유된 영양소, 하루에 필요한 식품의 종류와 양, 합리적인 식품 선택 등을 학습 내용으로 제시하고 있으나, 이러한 기존의 초등교육의 교과 내용에서는 우리 음식에 대한 문화적 이해나 체계적인 체험학습을 위한 내용이 빈약한 것이 현실이며, 이에 따라 향후 초등학교 학 생들을 대상으로 영양과 건강의 관련성에 대해 이 해뿐만 아니라 우리가 먹고 있는 음식 속에 담긴 문화적 의의에 대한 내용까지도 포함된 포괄적인 식문화 영양교육 프로그램의 개발이 이루어져야 할 필요하다. 이러한 필요성에 대한 국가적 인식의 일환으로 최근 교육인적자원부에서는 각급 학교의 특별활동, 재량활동 시간에 "식생활 문화반"을 운영하여 식생활에 대한 관심체고 및 기초 조리능력 을 배양하도록 하는 정책을 추진하고 있다.

이에 따라 본 연구는 문화적·영양적으론 우수한 우리의 전통 음식문화를 다음 세대에 효과적으 로 전승하고자 하는 목적으로 초등학교 과학년생들 을 대상으로 한, 음식문화 교육 및 창조 및 다양한 활동 요소들로 구성된 음식문화 교육 프로그램을 개발하고자 하였다.

연구방법

본 연구에서 개발된 음식문화 교육 프로그램은 초등학교 학생들을 대상으로 하였으며, 학생들의 인지 수준별, 동기 유발 정도별로 적용 가능한 활동 중심의 교육 프로그램 개발 및 활동 요소가 통합 된 음식문화 교육 교육 교수·학습 프로그램을 개발하고자 하였다.

1. 문헌 고찰 및 관련 자료 조사

문헌 고찰 및 관련 자료 조사를 위해 초등학생용 기존 교육 자료 조사 및 기존 교육 자료의 내용 분석을 실시하였다. 본 연구에서 개발하고자 하는 프로그램은 기존의 영양 교육 프로그램들의 이론적 접근에 의한 영양 지식적 교육을 탑처리하여 문화적 접근에 의해 식생활과 관련된 인식 및 태도, 사고방식이나 식생활 양식 등에 관한 내용으로 구성함으로써 전통의 식문화에 대한 새로운 인식과 아울러 시대변 화에 적합한 바른 식행동에 대한 새로운 가치관을
정립할 수 있도록 하면서 초점을 두고자 하였다.
따라서, 기존에 개발되어 있는 영상교육 자료들 중에서 식문화와 관련된 내용을 수집하고 식문화 및 이와 관련된 생활 문화 전반에 관한 텍스트, 사진, 영상, 비디오, 웹사이트 등 다양한 자료들을 수집하여 그 내용을 분석하였다.

2. 음식문화 교육 프로그램 개발

1) 학습개념 구조 및 교육과정 모델 도출
제 7차 교육과정이 목표로 하는 인간상은 21세기의 세계화, 정보화, 다양화 시대에 적용하기 위한 자기 주도적 능력을 가진 인간을 새로운 교육적 인간상의 대표적인 특성을 둔 것으로 보이며, '복합적이 고 다면적인 인간상'을 추구하고 있다(12).

초등학생들에게 한국 고유의 음식과 식생활 문화를 익바르게 교육하는 것은 음식을 통하여 우리의 문화를 정확히 인식시킬 수 있는 중요한 수단이 될 수 있다. 또한, 영유아기와 사춘기 중간 단계에 있는 학령기 아동들은 신체적 성장과 함께 사회를 정확하게 반영하는 인지 능력이 성숙하며 저학년의 발달이 이루어질 수 있도록, 이 시기에 올바른 식문화 교육을 통해 식생활에 대한 지식, 태도 및 행동을 형성하도록 돕는 것은 아동들의 지식, 사회적, 정서적 능력을 향상시키고 동시에 일상생활을 향상시킬 수 있는 도구가 된다고 하겠다. 따라서 본 연구에서는 음식문화에 대한 전반적인 개념에 대하여 학습하게 하기 위해서 음식문화를 구성하는 다양한 요소들을 추출하고 이를 개념적으로 구조화하였으며, 이와 같은 개념 및 요소들을 가장 효과적으로 학습할 수 있는 교육과정 모델을 도출하였다.

본 연구는 식문화와 연계한 영양교육이 가장 효과를 거둘 수 있는 연령대인 학령기 아동을 대상으로 하였으며, 학생들의 관심과 흥미를 지속적으로 증대시키는 교육의 목적인 탐색하는 것이 보다 효과적일 것으로 사료되어(13) 정규 교과과정의 형태보다는 재량 및 특별활동의 형태로 진행하는 것으로 하였다.


2) 교육 목표 수립
본 연구에서는 교육 프로그램의 각각의 단원마다 세부 주요 학습 개념 및 세부 구성 요소들을 중심으로 한 교육목표를 정립하였다.

현재 초등학교 교육 내 영양 및 식문화교육이나 조리실습교육과의 관련성이 가장 큰 교과로 실과 및 사회 교과를 들 수 있는데, 식생활과 관련된 교과단과는 주로 초등학교 5, 6학년 교육과정에 편성되어 있다. 또한, 본 교육은 조리실습을 병행하게 되므로 조리과정에서 발생할 수 있는 안전사고 방지 등의 측면을 감안하고 정규교과 단과와의 연계성을 고려하여 교육 시시각 효과 기대가 가능한 초등학교 5, 6학년을 대상으로 하였다.

3) 교수-학습 내용 설계
초등학교 재량 및 특별활동은 각 학교별로 교사, 학생의 자율성과 재량권을 보장하기 위한 교육과정으로 주당 2시간씩 편성되어 있으며, 각 학교의 특성을 살려 학생들의 관심과 흥미에 맞는 학습기회를 제공하도록 하고 있다. 따라서, 특별 활동과정으로 편성할 경우에는 주당 1차시(1시간 기준)로 1학기 당 약 16차시 정도의 시간이 확보가 될 수 있으며, 본 교육프로그램에서는 2개 학기 분량의 총 32차시 교육 프로그램을 개발하였다. 또한, 활동중심의 교육 프로그램으로 운용될 수 있도록 하기 위해 각 차시별로 주제에 적합한 다양한 활동요소(조리활동, 놀이 및 게임, 쿠키, 카드, 그림, 글짓기, 토론 등)를 접목시켜 교육 콘텐츠를 개발하였다.
교수-학습 내용 설계과정에서는 수업체계 설계 모형 중 가장 대표적으로 사용되고 있는 Dick & Carey model of instructional design을 적용하였으며 (14), 이는 다음 그림 1과 같은 요소들로 구성되어 있다. 이 모형의 특징은 수업의 과정 그 자체를 하나의 체계로 볼 수 있다는 점인데, 교육목표를 성취하기 위하여 제 구성요소들은 역동적으로 상호작용하여 수업활동의 모든 구성 요소 하나하나가 중요한 역할을 수행하도록 하고 있다. 따라서, 수업과정에서의 구성요소들이 최종 체계 목표를 향해 상호작용하기 위해서는 어떤 준비가 있어야 하며, 교사가 접근해야 할 일은 어떻게 결정하고, 언제 해야 하는가 등과 같은 체계적 접근에 의한 교수-학습 내용의 설계가 필요하다. 본 연구에서는 이와 같은 필요성에 기초하여 교사의 준비 및 다루어야 할 내용, 학생들과의 상호작용을 중심으로 한 교수방법 및 교육의 실행, 평가, 수정의 일련의 내용들을 하나로 통합한 형태의 교사용 지도서를 개발하고자 하였다.

4) 활동중심 교육을 위한 요소 통합
학령기 아동들의 인지수준 및 동기유발 정도에 적합한 교육을 실시하기 위해서는 교육내용에 있어서 아동들의 흥미를 충분히 유발할 수 있어야 하고 (fun), 교육 내용이 실제 생활과 다른 교과에 통합적이어야 하며(integrated), 행동변화가 유도(behavior) 될 수 있어야 한다(11).

이러한 활동주의 이론에 근거한 FIB(Fun Integrated Behavior)(11,14) 접근법에 의해 음식문화 교육을 위한 개념 및 세부구성요소, 각 세부구성요소의 교수-학습과정에 가장 적합한 활동요소들을 도출하여 이를 각 학습과정에 통합시키는 것이 교육프로그램 개발에 있어서 매우 중요한 과정이 되다고 할 수 있을 것이다(15).

따라서, 아동의 활동 욕구와 신체적 근육 발달 정도를 고려하여 놀이, 게임, 클짓기 등의 다양한 활동과 조리 조각의 활동 요소를 개발하여 이를 각 학습과정에 적절히 조화시키도록 하였다(그림 2).

5) 교사용 지도서 및 학생용 워크북 개발
본 연구에서 개발된 음식문화 교육 프로그램이 실제 교육 현장에서 쉽게 도입되게 하기 위한 목적으로 ‘교사를 위한 교사용 지도서’ 및 ‘학생용 워크북’을 개발하였다.
결과 및 고찰

1. 문헌 고찰 및 관련 자료 조사

1) 초등학생용 기존 교과 내용 분석

식생활 및 영양, 음식과 관련된 교육내용은 초등 학교의 전 교과를 종합하하고 있으며, 특히 일상생활에서 요구되는 기초적 생활능력 습득을 목표로 하는 실과 교과와 가장 많은 관련성을 지니고 있다. 식습관은 일상생활에서의 바른 습관 형성에서 중요한 부분을 차지하므로 도덕 및 사회, 국어교과(습기로운 생활, 바른 생활, 즐거운 생활 등)에서 식문화에 대한 내용 중 일부를 다루고 있긴 하지만 우리 식문화에 대한 포괄적인 이해를 주기에는 한계가 있다. 또한, 실과 교과에서는 다과상 차리기를 비롯하여 다과 다리기 등의 실습만을 다루고 있어 우리음식에 대한 관심을 유도하기에는 다소 역부족인 상황임으로 사료된다(16-21)(표 1).
<table>
<thead>
<tr>
<th>년도</th>
<th>교과</th>
<th>단 위</th>
<th>제목</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1학년</td>
<td>웅천</td>
<td>해석</td>
<td>1. 독서로운 생활</td>
</tr>
<tr>
<td>2학년</td>
<td>출판</td>
<td>해석</td>
<td>2. 동요로운 생활</td>
</tr>
<tr>
<td>3학년</td>
<td>웅천</td>
<td>해석</td>
<td>3. 고전의 생활</td>
</tr>
<tr>
<td>4학년</td>
<td>출판</td>
<td>해석</td>
<td>4. 창작의 생활</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>년도</th>
<th>교과</th>
<th>단 위</th>
<th>제목</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>도덕</td>
<td>1학년</td>
<td>해설</td>
<td>1. 매소한 생활</td>
</tr>
<tr>
<td>5. 테마별</td>
<td>해설</td>
<td>2. 매소한 생활</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>사회</td>
<td>3. 소통력의 중심지</td>
<td>해설</td>
<td>1. 사찰과 우리 생활</td>
</tr>
<tr>
<td>4. 테마별</td>
<td>해설</td>
<td>2. 사찰과 우리 생활</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>국어</td>
<td>쓰기</td>
<td>해설</td>
<td>1. 한국어의 기원</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 한국어의 기원</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>생활의 질서</td>
<td>3. 자연 내 천구</td>
<td>해설</td>
<td>1. 문학 생활의 변화</td>
</tr>
<tr>
<td>4. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 문학 생활의 변화</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>국어</td>
<td>1학년</td>
<td>해설</td>
<td>1. 생활문화의 본질</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 생활문화의 본질</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>사회</td>
<td>1. 지역 생활의 변화</td>
<td>해설</td>
<td>1. 생활문화의 본질</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 생활문화의 본질</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>국어</td>
<td>1학년</td>
<td>해설</td>
<td>1. 자연 내 천구</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 자연 내 천구</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>수학교육</td>
<td>1학년</td>
<td>해설</td>
<td>1. 자연 내 천구</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 자연 내 천구</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>과학</td>
<td>1학년</td>
<td>해설</td>
<td>1. 자연 내 천구</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 자연 내 천구</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>음악</td>
<td>1학년</td>
<td>해설</td>
<td>1. 자연 내 천구</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 편집</td>
<td>해설</td>
<td>2. 자연 내 천구</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
표 1. 계속

<table>
<thead>
<tr>
<th>학년</th>
<th>교과</th>
<th>단 원</th>
<th>제 목</th>
</tr>
</thead>
</table>

사회
1. 우리나라의 자연 환경과 생활
2) 자연환경을 이용한 생활
우리 조상들이 죽인 음식
자연과 다양한 길이의 맛
장을 통해 이야기하기

여성복지 보건
1) 귀중한 우리
영양과 품의 성장: 식품 구조
식품의 성장과 제조

체육
2) 우리가 치는 건강
식품 위생과 건강
- 식품 위생과 건강
- 식품의 성장과 제조

음악
4) 팽 농마
여러 가지 맥락

5) 1. 육체적 체소
   2) 찰소 가꾸기
여러 가지 조화 떨어지기
상호, 감정, 교우, 우호 구축가
요즘 새롭게 틀리는 새로운 체소의 품류

5-1. 5) 우리 심사
1) 황금 잠비 석사는하기
- 영양소의 중요성 역할
- 영양소의 중요성 역할
여러 가지 음식에 들어 있는 영양소형
- 영양소의 중요성 역할

6) 1. 간단한 음식 만들기
   2) 복을 이용한 음식 만들기
- 복의 영양학 특성
- 복을 이용한 음식의 종류
- 요리법을 학습하여 음식
- 요리법을 학습하여 음식

실과
2) 복을 이용한 음식 만들기
- 복을 이용한 음식의 종류
- 복을 이용한 음식의 종류
- 요리법을 학습하여 음식
- 요리법을 학습하여 음식

6-1. 4) 동물 기르기
2) 생물 실험
- 경제 동물의 의미와 중요
- 경제 동물의 의미와 중요
- 경제 동물의 의미와 중요
- 경제 동물의 의미와 중요

과학
3) 우리 몸의 방장석
- 운동할 때 우리 몸에서 일어나는 일
- 운동할 때 우리 몸에서 일어나는 일
- 운동할 때 우리 몸에서 일어나는 일
- 운동할 때 우리 몸에서 일어나는 일

체육
2) 우리 가꾸는 환경
- 환경오염과 건강
- 환경오염과 건강
- 환경오염과 건강
- 환경오염과 건강

2) 기존 식문화 관련 매체 및 교재, 교육자료 내용분석
본 연구에서 개발하고자 하는 프로그램은 기존의 영양 교육 프로그램에서 주로 이론적 접근에 의한 영양 지식의 전달에 비해 문화적 접근에 의해 식생활과 관련된 인식 및 태도, 사고방식이나 식생활 양식 등에 관한 내용으로 구성함으로써 전통의 식문화에 대해 새로운 인식과 아울러 시대변화에 적합한 바른 식행동에 대한 새로운 가치관을 정립할 수 있도록 하는데 초점을 두고자 하였다.

따라서, 기존에 개발되어 있는 영양교육 자료들 중에서 식문화와 관련된 내용을 수집하고 식문화 및 이와 관련된 생활 문화 전반에 관한 텍스트, 사건, 영상, 비디오, 웹사이트 등 다양한 자료들을 수집하여 22-49) 그 내용을 분석하고 그 요약된 결과를 표 2~표 4에 제시하였다.

3) 식생활 관계 문헌 내용분석
영양교육을 포함한 식생활 교육의 개발 및 그 효
표 2. 식문화 관련 교육 자료로 활용할 수 있는 주요 영상 자료

<table>
<thead>
<tr>
<th>순서</th>
<th>내용</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>우리는 무엇을 맛고 싶였나 - 베. 정. 김치. 찌개</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>전통체험 농사 품음 나무 - 태양이 빛나는 바다농사 - 영천</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>전통체험 농사 품음 나무 - 우리 맛의 떡볶이 찌개석 - 논</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>전통체험 농사 품음 나무 - 한국의 맛 - 경주</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>전통체험 농사 품음 나무 - 한식요리 자연건강 식단 - 한국</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>전통체험 농사 품음 나무 - 정을 나누는 음식 - 백</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>드립 다이어트로 - 일어나면 전천후음료를 찾아서</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>KBS 독감 - 한국음식의 맛과 옷</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>설 특집 - 2002 자괄장 보급물을 먹는 고려인 세계를 가다</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>설 특집 - 2001 자괄장 보급물을 먹는 고려인 세계를 가다</td>
</tr>
<tr>
<td>11</td>
<td>TV음식보고 - 제1권 큰 소식이 맞简化 - 인동장 갱신 - 북해산남주 빵의 백색 현상</td>
</tr>
<tr>
<td>12</td>
<td>TV음식보고 - 제2권 부드럽게 익힌 - 이벤지 음식 - 백은 봄이 바로 맛의 백신에</td>
</tr>
<tr>
<td>13</td>
<td>TV음식보고 - 제3권 이천만만 백설음식 - 대목 - 중부공의 대한음식에 대한</td>
</tr>
<tr>
<td>14</td>
<td>TV음식보고 - 제4권 태양의 선식 - 산서로 - 과주 조리법에</td>
</tr>
<tr>
<td>15</td>
<td>TV음식보고 - 제5권 산 중 고과학의 - 담도장방 - 나무나무 꿈꾸게 - 고추자 백청</td>
</tr>
<tr>
<td>16</td>
<td>TV음식보고 - 제6권 화구 맛단장의 - 제사음식 - 가비지의 맛수 - 이재미의 백색 현상</td>
</tr>
<tr>
<td>17</td>
<td>TV음식보고 - 제7권 제주의 도시음식 - 음료와 수산 - 초리의 백설이에 고래의 음식을</td>
</tr>
<tr>
<td>18</td>
<td>TV음식보고 - 제8권 영양도나의 - 소식이 - 육수와 수산 - 초리의 백설이에 고래의 음식을</td>
</tr>
<tr>
<td>19</td>
<td>TV음식보고 - 제9권 작은 백설이 - 백제 - 음식의 백설이에 고래의 음식을</td>
</tr>
<tr>
<td>20</td>
<td>TV음식보고 - 제10권 차마 식사대에 - 이집타 - 김치와의 백설이에 고래의 음식을</td>
</tr>
</tbody>
</table>


표 3. 식문화 관련 교육 자료로 활용할 수 있는 주요 웹사이트

<table>
<thead>
<tr>
<th>내용</th>
<th>웹사이트 주소</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>초등학교 식품교육 자료</td>
<td><a href="http://comsec.chunggs-e.ac.kr/~iura/insf.htm">http://comsec.chunggs-e.ac.kr/~iura/insf.htm</a> (실무교육 참고 자료 제공)</td>
</tr>
<tr>
<td>식문화 교육 자료</td>
<td><a href="http://www.silkwax.wa.to/">http://www.silkwax.wa.to/</a> (실무교육 자료 사이트)</td>
</tr>
<tr>
<td>nec</td>
<td><a href="http://www.tggedu.net/student/cho_shikwa/2112/main.htm">http://www.tggedu.net/student/cho_shikwa/2112/main.htm</a> (실무교육용)</td>
</tr>
<tr>
<td>한국미술</td>
<td><a href="http://www.kidsmfl.gov.kr/">http://www.kidsmfl.gov.kr/</a> (&quot;우리의 맛&quot; 채식 교육)</td>
</tr>
<tr>
<td>캠핑용품</td>
<td><a href="http://www.food.co.kr/">http://www.food.co.kr/</a> (캠핑음식, 캠프레시 외 오토바이의 캠프 레시 받아)</td>
</tr>
<tr>
<td>카페, 식당 테리인</td>
<td><a href="http://www.kimchiperum.or.kr/index.asp">http://www.kimchiperum.or.kr/index.asp</a> (충남진, 카페 만드는 법 안내)</td>
</tr>
<tr>
<td>음식의료</td>
<td><a href="http://joseonfood.culturecontent.com">http://joseonfood.culturecontent.com</a> (조선시대 조리법에 나타난 조리법, 시대식문화병 레시피 납치)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

표 4. 기타 영양 및 식품 관련 제공 웹사이트

<table>
<thead>
<tr>
<th>내용</th>
<th>웹사이트 주소</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>외국의 영양교육 웹사이트</td>
<td><a href="http://www.aufs.org/kidzone/">http://www.aufs.org/kidzone/</a> (미국, 친절감 심리학 웹사이트의 영양정보를 위한 레시피 소개)</td>
</tr>
<tr>
<td>한국의 영양교육 웹사이트</td>
<td><a href="http://www.5aday.org/recipes_recipes_home.php">http://www.5aday.org/recipes_recipes_home.php</a> (한국의 5가지 이상의 과일, 체소를 먹고, 받은 내용은 site 간단한 레시피 포함)</td>
</tr>
<tr>
<td>영양자 신뢰</td>
<td><a href="http://food79.net">http://food79.net</a> (영양정보 제공)</td>
</tr>
<tr>
<td>영양정보 제공</td>
<td><a href="http://www.foood.or.kr">http://www.foood.or.kr</a></td>
</tr>
<tr>
<td>캠프레시 제공</td>
<td><a href="http://www.helpid.com">http://www.helpid.com</a></td>
</tr>
<tr>
<td>캠프레시 제공</td>
<td><a href="http://www.woroonsum.com/gunang/eng/eng.htm">http://www.woroonsum.com/gunang/eng/eng.htm</a></td>
</tr>
<tr>
<td>영양지식</td>
<td><a href="http://www.aufs.org/kidzone/">http://www.aufs.org/kidzone/</a> (미국, 친절감 심리학 웹사이트의 영양정보를 위한 레시피 소개)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

고려와 연구한 문헌들을 조사하여 그 교육 방법 및 효과에 대한 내용을 분석하고 표 5에 제시하였다 (49-67). 연구내용들을 살펴보면, 많은 수의 연구에서 학생들을 대상으로 수업을 이용한 영양교육을 실시하였으며 그 효과를 높이기 위해 운동지도를 병행하기도 하였다. 또한 학생뿐만 아니라, 학생과 밀접한 관련이 있는 부모와 가사를 대상으로 한 교육을 실시하기도 하였다. 이런 교육의 효과는 영양 지식의 향상을 가져오나 단기적인 교육으로 그칠 경우 잘못된 식습관이나 식행동은 교정이 어렵다고 보고되고 있다. 따라서, 영양교육이 조기의 성장을 능가하게 하기 위해서는 체계적이고 지속적인 교육이 필요한 것으로 판단되어야 한다.

최근 서구화된 식습관 변화로 인하여 초등학생 어린이들의 우리 전통 식문화에 대한 지식 및 우리의 고유 음식의 영양적, 문화적 우수성에 대한 인식이 부족한 실정이 것으로 사료되며, 이러한 시점에서 초등학생들을 대상으로 우리 전통식문화에 대한 이해를 도모하고 이에 대한 우수성에 대하여 알게 함으로써 우리 식생활 문화에 대한 전화감을 형성해
<table>
<thead>
<tr>
<th>제 지</th>
<th>연도</th>
<th>대 상</th>
<th>식생활 교육 방법</th>
<th>개선 내용</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Seaman &amp; Kirk</td>
<td>1995</td>
<td>학생</td>
<td>The Uncle Ben’s Nutri-Program</td>
<td>올바른 식품선택능력 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>Parker</td>
<td>1997</td>
<td>중학교 학생</td>
<td>식품과 관련 소크리닝 작업 후 역할을 통한 교육</td>
<td>영양에 대한 관심 증가 및 참여도 상승</td>
</tr>
<tr>
<td>Williams 등</td>
<td>1998</td>
<td>영유아</td>
<td>Healthy Start Program: 3년간의 영양교육, 기숙 영양교육, 식사관련 교육프로그램</td>
<td>영양지식 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>Manois 등</td>
<td>1999</td>
<td>초등학교 학생</td>
<td>영양교육과 운동지도</td>
<td>영양이하 ▲ 온도능력개선 △ 영양소 섭취량 증가</td>
</tr>
<tr>
<td>Horowitz</td>
<td>2002</td>
<td>초등학교 학생</td>
<td>Food is elementary curriculum</td>
<td>새로운 음식 수요도 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>Kandish &amp; Jones</td>
<td>2002</td>
<td>5학년 학생</td>
<td>3주간의 학교 영양교육</td>
<td>영양지식 ▲ 빠른 식품선택능력 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>입숙자 등</td>
<td>1990</td>
<td>초등학교 학생</td>
<td>편식이동, 비난이동</td>
<td>영양지식, 식습관 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>백천명 등</td>
<td>1994</td>
<td>비난여동</td>
<td>영양교육 1회</td>
<td>비난여동, 영양소섭취량, 영축질량테스틀 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>정순욱 등</td>
<td>1995</td>
<td>성신아이동, 아동</td>
<td>4주간 영양상담 및 영양교육</td>
<td>영양지식 ▲ 체조에 대한 기호도 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>정현아 등</td>
<td>1996</td>
<td>초등학교 비난여동</td>
<td>14주간 방과 후 특별활동</td>
<td>비난여동, 편식지수, BMI ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>한혜영 등</td>
<td>1997</td>
<td>초등학교 5학년 학생, 학부모</td>
<td>학생, 점심시간에 이용한 정책교육(5-10분)</td>
<td>영양지식, 식생활평가 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>이윤나, 최해미</td>
<td>1999</td>
<td>비난여동성</td>
<td>편식지수, 영양지식</td>
<td>BMI, Rohrer index ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>이윤주 등</td>
<td>2000</td>
<td>초등학교 5학년 학생</td>
<td>영양 활동 교육자료집 활용한 정책교육</td>
<td>영양지식, 식생활평가, 섬유식품의 섬유기능 개선</td>
</tr>
<tr>
<td>백수진</td>
<td>2000</td>
<td>초등학교 편식이동</td>
<td>40분간 직접 수업 6주간 실행</td>
<td>영양지식, 체조수행량, 식사의 균형성</td>
</tr>
<tr>
<td>문현숙 등</td>
<td>2000</td>
<td>초등학교 학생</td>
<td></td>
<td>영양지식 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>이어영 등</td>
<td>2000</td>
<td>비난여동</td>
<td>영양교육, 바이브라디언(25~30), 실시</td>
<td>영양지식 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>이언희 등</td>
<td>2001</td>
<td>영유아</td>
<td>영유아 보육료비 편도, 영장료 비부</td>
<td>영유아, 영양지식 ▲ 식생활평가 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>강현주 등</td>
<td>2000</td>
<td>유치원 아동</td>
<td>개별 영양상담 집단 영양교육</td>
<td>영양지식 ▲ 식생활평가의 교육적인 효과 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>진정희 등</td>
<td>2002</td>
<td>초등학교 편식이동</td>
<td>직접교육: 7주간 영양교육 프로그램을 이용</td>
<td>정중간, 영양지식 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>최현영 외 서정숙</td>
<td>2003</td>
<td>비난여동</td>
<td>4주간 주 1회 수업 실시</td>
<td>식생활 ^, 영양지식 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>김혜지 등</td>
<td>2004</td>
<td>학생기 아동 (초등학교)</td>
<td>재량활동 시간을 이용한 식생활교육</td>
<td>영양지식 ▲ 식생활 의사 ▲</td>
</tr>
<tr>
<td>신성경 등</td>
<td>2004</td>
<td>비난여동 비난여동</td>
<td>비난여동, 부모</td>
<td>비난여동, 영양지식, 식생활 ▲ 식사관련</td>
</tr>
</tbody>
</table>

▲: 유의적인 증가 또는 향상, △: 증가 또는 발생되었으나 통계적 차이를 없음, ▲: 유의적인 감소, ▲: 변화없음
source: 이영민, 2004(13)
아학이 시급한 실정인 현 시점에서 아직까지 ‘식생활 문화반’ 등의 정규 교과목으로 우리 전통 식문화에 대해 교육할 수 있는 포괄적인 교육 프로그램은 미비한 것으로 파악된다. 본 연구에서는 특기적성을 보완하여 ‘전통 식문화반’이라는 주제 과목 하에 1, 2학기의 32주 동안 교육을 시행할 수 있는 포괄적인 교육 프로그램을 개발하고자 하였으며, 우리의 전통 식문화의 영양학적·식품학적 우수성을 조성학생들에게 효과적으로 인식시킬 수 있도록 활동 중심의 교육 프로그램을 개발하고자 하였다.

2. 음식문화 교육 프로그램 개발

1) 학습개념 구조 및 교육과정 모듈 도출

초등학교 과학(5, 6학년)의 학습수준과 인지능력, 타 교과와의 관련성 등을 고려하여 음식문화교육 프로그램의 학습개념 구조 및 교육과정 모듈을 도출하였다(13, 15~19) 표 6).

교육과정 모듈은 현재 초등학교의 교육과정 체계에 따라 주당 40분으로 하였으며, 본 교육프로그램이 정식 교과목이 아닌 특별활동으로 진행될 것이라는 점을 감안하여 1학기 본문의 16주로 구성하였다.

음식문화교육 프로그램은 1학기 ‘조상들의 지혜와 솜결이 담긴 우리 음식문화’와 2학기 ‘오천년 역사로 빚어낸 우리음식과 맛거리’로 구성하였으며, 각 대단원 하에 소단원으로 나누어, 한국 전통 식문화 관련 문헌들을 기초로 하여(68-93) 내용을 구성하였으며, 각 단원마다 주제에 적합한 수업방법과 활용자료를 제시하였다. FIB(Fun Integrated Behavior) 접근 방식이라는 토대위에서 학생들의 흥미를 유발시키기 위한 목적으로 다양한 매체를 활용하고자 하였다. 이에 따라, 내용에 대한 시각적 자료의 활용이 필수적임을 감안하여 본 프로그램은 교육 주제별 파워 포인트로 구성된 전통 식문화 교육 활용 자료 및 다양한 동영상 자료가 포함되어도록 구성되었다. 또한 각 주별 주제에 대해서 학생들이 실생활에서 생각해 볼 수 있는 상황이나 문제들을 제기하고 생각하고 토의하게 함으로써 학생들의 자발적인 참여를 유도할 수 있도록 하였다.

제시된 지도 계획은 향후 시범평가 과정에서 타당성 검토를 거쳐 검증하고 수정 보완하여 제고용하도록 하였다.

2) 교육목표 수립, 교수학습 내용의 설계, 활동중심

요소 통합 및 교사용 지도서 개발

각 각의 소단원에는 소단원의 목표, 전개계획(시상, 단계, 교수-학습활동, 자료 및 유의점), 소단원별 평가방안, 차시별 교수-학습 전개, 클립활동 자료, 참고자료 등의 내용으로 구성하였다. 효과적인 음식문화교육 프로그램 수행을 위해서는 전체 교육과정에서 제시하고 있는 프로그램의 성격과 특성, 교과목표와 내용이 조화되어 이르는 교수-학습 내용의 설계가 이루어져야 하며, 이러한 내용을 담고 있는 교사용 지도서 개발이 필요하였다.

따라서, 도출된 음식문화교육 프로그램의 학습개념 구조 및 교육과정 모듈에 기초하여 각 교육과정에 활동중심 요소를 통합한 전개 교육 프로그램의 설계 수행을 위하여, 제반 교수-학습 내용이 설계된 교사용 안내서를 개발하였다(그림 3).

본 연구에서는 시도한 활동주의 이론에 근거한 FIB(Fun Integrated Behavior) 접근법에 의해 음식문화 교육을 위한 개념 및 세부 구성요소, 각 세부 구성요소의 교수-학습 과정에 가장 적합한 활동요소들을 도출하여 이를 각 학습과정에 통합하는 과정에 초점을 두어 학생들이 흥미를 유발할 수 있도록 현장 학습, 인터넷에서의 사이버 체험교육을 비롯하여 조리실습 과정 등을 포함하도록 하였다.

3) 학생들의 위한 워크북 개발

활동주의 이론에 근거한 FIB(Fun Integrated Behavior) 접근법에 의해 학생들이 활용할 수 있는 워크북 형태의 교재를 개발하였다. 개발된 워크북
표 6. 음식문화 교육 프로그램의 학습 개념 구조 및 교육과정 모듈
►전통식문화반 1학기 ‘조상들의 지혜와 슬픔이 담긴 우리 음식문화’ 활동계획서

<table>
<thead>
<tr>
<th>주</th>
<th>활 동 주 제</th>
<th>주 요 활 동 내용</th>
<th>수업방법</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>전통식문화반 소개 및 활동 조칙</td>
<td>전통식문화반 소개와 조 구성</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>조상들이 물려받은 소중한 우리음식</td>
<td>전통음식의 특징과 우수성에 대해 알아본다</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>꿀찜백비어 만들기</td>
<td>꿀과 맛이 모두 우수한 우리의 전통음식의 하나인 꿀찜백비어를 만들어본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>조상들은 무엇을 먹고 살았나?</td>
<td>우리가 먹는 음식이 어떻게 변해가는지와 우리 음식의 우수성에 대해 알아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>야미 되는 우리 음식 만들기</td>
<td>‘억ባ堲침’의 원리를 이해하고 약법을 만들어 본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>시시때때 맞춘 음식</td>
<td>시절음식에 대해 이해한다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>화면 만들기</td>
<td>꾸며 만든 음식에 대해 알아보고, 화면을 상상한다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>동화에액에 차린 음식</td>
<td>동화에액에 의하면 동화에액음식에 대해 알아본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>국수정국 만들기</td>
<td>국수정국에 대한 이해를 이해하고 실습해본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>때스님 입금님은 무엇을 먹고 살았나</td>
<td>수라상 등 공중음식에 대해 알아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>11</td>
<td>명절에 만들기</td>
<td>‘ 명절에 에 답된 것을 알아보고 직접 살해본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>12</td>
<td>지역마다 특색있는 향토음식</td>
<td>각 지역의 향토음식에 대해 알아보고, 그 특징으로 이해해본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>13</td>
<td>조리의 특급 만들기</td>
<td>개성지방의 특급인 조리에 대해 알아보고, 실습해본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>14</td>
<td>식사예절심사</td>
<td>식사의 예절을 학습하고 전통적인 음식 형태를 학습한다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>15</td>
<td>음식문화체험학습</td>
<td>지역의 음식문화 체험학습을 전개하고, 소감을 얘기해본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>16</td>
<td>우리 음식문화의 소중함 깨닫기</td>
<td>우리의 소중한 문화유산인 전통음식문화 지킴이로서의 역할을 깨닫고, 관심기동의 능력을 향상시킨다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
</tbody>
</table>

표 6. 개 속
►전통식문화반 2학기 ‘오전인 역사로 빛이온 우리음식과 역사여’ 활동계획서

<table>
<thead>
<tr>
<th>주</th>
<th>활 동 주 제</th>
<th>주 요 활 동 내용</th>
<th>수업방법</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>활동목적</td>
<td>전통식문화반 소개와 조 구성</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>대표적인 우리음식</td>
<td>우리의 대표적인 식품 및 음식에 대해 알아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>밥, 떡으로 살아온 우리민속</td>
<td>밥과 떡에 대해 이해한다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>건강한 음식고 영양법 만들기</td>
<td>밥과 떡의 종류를 알아보고 영양법을 이해한다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>밥의 특</td>
<td>밥의 여러 종류와 밥의 당간 이미지를 알아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>영양번역 경단 만들기</td>
<td>경단을 만들어본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>발효의 과학, 감지</td>
<td>감지의 역할과 특성이 설명해보고 감지에 대한 이해한다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>음식의 조리</td>
<td>음식의 조리에 대한 이해를 받아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>9</td>
<td>정상으로 태어난 첫도의 조리, 장</td>
<td>정상의 조리에 대한 이해를 받아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>10</td>
<td>전국성 폐쇄 물이기</td>
<td>폐쇄 물에 대한 이해를 받아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>11</td>
<td>소모까지 가리키는 재료</td>
<td>재물의 예비물에 대한 이해를 받아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>12</td>
<td>접해 만들기</td>
<td>접해에 대해 학습한다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>13</td>
<td>자연의 은밀한 통통의 우리음식</td>
<td>통통 음식유산의 역사와 의미에 대해 알아본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>14</td>
<td>수상과 색깔로 만든 농림</td>
<td>수상과 색깔에 대한 이해를 받아본다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
<tr>
<td>15</td>
<td>음식문화체험학습</td>
<td>지역의 전통음식 및 농림음식체험을 향상하고 소감을 얘기해본다.</td>
<td>답근, 토론, 실습</td>
</tr>
<tr>
<td>16</td>
<td>우리 음식문화의 소중함 깨닫기</td>
<td>우리의 소중한 문화유산인 전통음식문화 지킴이로서의 역할을 깨닫고, 관심기동의 능력을 향상시킨다.</td>
<td>답근, 토론</td>
</tr>
</tbody>
</table>
2. 조상들이 물려준 소중한 우리 음식

가. 목표
- 우리 고유의 전통음식인 한식과 근래에 유입된 서구 음식을 구분할 수 있다.
- 전통음식의 특징을 설명할 수 있다.
- 전통음식인 한식이 영양적으로 균형 있는 음식이라는 점을 인식한다.
- 한식의 우수성을 이해하고 전통의 음식 문화를 소중히 여기는 태도를 가진다.

나. 전개 계획

<table>
<thead>
<tr>
<th>차시</th>
<th>주요 교수·학습 내용과 활동</th>
<th>주요 교수·학습 자료</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>2</td>
<td>식탁에 올려지는 음식들 중 어떤 것이 우리의 전통음식인 한식인지 알아보기</td>
<td>다양한 음식 종류에 대한 사진자료(전통음식 및 외국의 음식 사진 포함)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>내가 좋아하는 전통음식과 다른 나라 음식 이야기하기</td>
<td>우리 가족의 병상 소개 학습지</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>최고의 벽상, 한식(한식의 문화적, 영양적 우수성과 의의)에 대해 이해하기</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>시량</th>
<th>단계</th>
<th>교수·학습활동</th>
<th>자료·유의점</th>
</tr>
</thead>
</table>
| 10분 | 시작하기 | ◆ 도입
   • 반갑게 소개로 인사하기
   • 우리 가족 벽상에 대해 발표하기
   ◆ 학습 환경 안내
   • 전통음식의 특징과 우수성을 이해할 수 있음을 알리다. | ◆ 숲식부
   ◆ 파워포인트
   ◆ 1-2 학습지, 과제용 확인 |
| 25분 | 조별학습 및 개별학습 | ◆ 학습활동
   활동 1) 전통음식의 특징에 대해 이해하기
   활동 2) 전통음식의 우수성과 소중함 알기
   • 전통음식의 우수성
   • 전통음식의 소중함에 대해 이야기하기
   활동 3) 우리가 먹고 있는 음식과 건강과의 관계 토의해 보기 | ◆ 1-2 학습지, 요약
   ◆ 1-2 학습지, 수업용 |
| 5분  | 정리학습 | ◆ 학습정리
   ◆ 다음시간에 대한 예고
   ◆ 학습 내용 안내 : 껍질에 백미가 만들기 | |

다. 준비물

<table>
<thead>
<tr>
<th>교 사</th>
<th>학 생</th>
</tr>
</thead>
</table>
| 다양한 음식 종류에 대한 사진자료(전통음식 및 외국의 음식 사진 포함) | ◆ 우리 가족의 벽상 소개
   ◆ 내가 가장 좋아하는 전통음식과 다른 나라 음식 3가지씩 알아오기
   ◆ 필기도구
   ◆ 활동교육 교재 |
| LCD 프로젝터, 파워포인트 강의 자료 | |

라. 평가방안
- 조상들이 물려주신 소중한 우리 음식의 가치를 충분히 이해하고 있는가?
- 우리 고유의 전통음식과 근래에 유입된 서구 음식을 구분할 수 있는가?
- 전통음식의 우수성을 설명할 수 있는가?

그림 3. 개발된 교사용 지도서(예시)
결론

본 연구에서 개발된 식문화 프로그램은 기존에 개발되어 온 식문화 관련 교육 매체 및 교재, 교육 자료들이 단기간에 시행될 수 있도록 구성된 것들인 데 반하여, 실제 학교에서 정규 과목으로 활용할 수 있도록 계획된 체계적인 전통 식문화 교육 프로그램이라 하겠다. 개발된 식문화 프로그램은 교과목이 아닌 특별활동으로 진행될 것이라는 점을 감안하여 1학기 정리의 16주로 구성되었다. 전통 음식문화 교육프로그램은 1학기 ‘조상들의 지혜와 손길이 담긴 우리 음식문화’와 2학기 ‘오천년 역사로 빚어낸 우리음식과 먹거리’로 구성하였으며, 각 단원 하에 소단원으로 나누어 구성하였으며, 각 단원마다 주제에 적합한 수업방법과 활용자료를 제시하였다. FIB(Fun Integrated Behavior) 접근 방식이라는 토대위에서 학생들의 흥미를 유발시키기 위한 목적으로 다양한 매체를 활용하고자 하였다(94). 또한, 내용에 대한 시각적 자료의 활용이 필수적임을 감안하여 본 프로그램은 교육 주제별 파워 포인트로 구성된 전통 식문화 교육 자료 및 다양한 동영상 자료가 포함되도록 구성되어왔다. 본 연구에서 개발된 음식문화 교육 프로그램은 향후 시행될 시별평가 과정을 통하여 그 교육 효과에 대한 평가가 이루어 질 것이다.

이상과 같이 개발된 전통식문화 교육 프로그램은 최근 초등학교 영양교육의 일환으로 도입되고 있는 ‘식생활문화반’, ‘전통음식 특별활동반’ 등에서 교육 자료로 활용되거나 활동중심의 영상 교육 프로그램의 보조 자료로 활용될 수 있을 것이다. 또한, 자세히 연구대象인 한국음식문화에 대한 인식 및 문화적 자극을 고취시킬 수 있는 계기를 제공하기 위해 향후 이들의 전통식문화 계층에 대한 의지를 형성시키는 데까지 기여할 수 있게 되기를 기대한다.

향후의 제언으로서 본 교재의 컨텐츠를 이용하여 웹이나 컴퓨터에서 사용될 수 있는 인터랙티브 멀티미디어 디지털 컨텐츠로 개발하고 보다 다양한 미디어자료(사진, 동영상, 소리, 음악 등)를 보완하여 보급하는 방안도 검토해볼 필요가 있다고 본다. 이는 보다 많은 사용자들에게 우리의 고유 음식문화를 알릴 수 있도록 하는 접근성을 증대시켜 줄 뿐만 아니라 보다 전속하고 재미있게 음식문화를 이해하도록 하는 효과가 있을 것으로 사료된다.

참고 문헌

3. Han BJ. 100 Korean dishes which we have to know about. Hyunamsa, 1991


13. 이영민. 초등학교 재해활동을 통한 식생활교육 효과 -4.56, 합영양자학과 식생활관 개선을 중심으로-. 연세대학교 생활환경대학원 석사논문, 2004


16. 설과 5 교사용지도서. 교육인적자원부, 2003

17. 설과 6 교사용지도서. 교육인적자원부, 2003

18. 법과 식생활. 농촌 건강증, 2001

19. 아동을 위한 우리쌀 교육자료집. 농림부, 대한영양사협회, 2004

20. 신양옥, 외. 가정과 교재연구 및 지도법. 산학협의회, 2001

21. 아이들과 함게하는 식문화 계발활동. 경기도교육청, 2001


23. http://www.jangryu.or.kr

24. http://www.kfr.or.kr


27. http://www.kimchimuseum.co.kr


30. http://www.musenet.or.kr


33. http://www.saucc.or.kr

34. http://www.sempio.com

35. http://www.world.lotte.co.kr


40. http://www.cookinjoy.co.kr/


42. http://www.dairycouncilofca.org/kids/kids_cook_main.htm


44. http://www.food.co.kr/index.htm


57. Han HY, Kim EK, Park KW. Effects of nutrition education


68. 이성우. 고려이전의 한국식생활사 연구. 학문사, 1978

69. 이성우. 한국식품문화사. 교문사, 1997

70. 이성우. 한국식품사회사. 교문사, 1993

71. 이성우. 한국요리문화사. 교문사, 1999

72. 이철호 외. 새로 쓰는 우리 음식이야기. 유림문화사, 1995

73. 이춘자 외. 통과의례음식. 대원사, 1997

74. 이효지. 일상식과 의례식에 담긴 식문화 교육. 비교민속 학회, 비교민속학 25:385-420, 2003

75. 이효지. 한국의 음식문화. 신광출판사, 1998

76. 정대성. 우리 음식문화의 이해. 역사비평사, 2001

77. 정경영, 박원혁. 7차 교육과정 중학교 과학1의 STS 수업모형 적용 효과-영양과 소화 만연 중심으로. 한국생물교육학회 29(3):239-250, 2001

78. 정재경, 이혜영. 전통교육의 재현화를 위한 연구. *pp.93-125, 한국교육개발 연구보고서*, 1993

79. 주영하. 음식천체 문화전쟁. *pp.51-89, 사계절, 2000*

80. 최순자. 전통한과. 한국의식정보, 1998

81. 최순자. 한국의 향. 한국의식정보, 2001

82. 최중식, 정재경. 한국인에게 밥은 무엇인가. 휴머니스트, 2004

83. 최태섭. 지금, 알락을 해석. 한국의 보약. 열린 책들, 1992

84. 한국의 맛 연구회. 세계 최고의 건강식 한국의 나무. 북플리오, 2004

85. 한국복리 외. 한국음식대관 제5권 상차림·기명·기구. 한국문화재보호재단, 2001

86. 한국복리. 정길자. 황해성, 한국복리. 정길자. 대를 이은 조선왕조음식. 궁중음식연구원, 2003

87. 한국복리, 한국복리. 한국복리. 다시 보고 배우는 음식디미열. 궁중음식연구원, 1999

88. 한국복리, 한국복리. 한국복리. 한국음식대관6권 궁중의 식생활. 한국문화재보호재단, 1997

89. 한국복리, 다시 보고 배우는 조선무성식요리제법. 궁중음식연구원, 2001

90. 한국복리. 집에서 만드는 궁중음식. 정림출판, 2004

91. 한국복리, 한국복리. 밥. 생이 긴 물, 1991

92. 한국복리. 명절음식. 대원사, 2003

93. 한국복리. 조선왕조 궁중음식-중요무형문화재 38호. 화산문화, 2002

94. 이영미. 영양교육에 있어서 메세의 활용. 영양교육매체 개발 경연대회, *pp.928-939, 2000*

95. http://www.moe.go.kr/search/search01.html?C0=&AN=%C7%D0%B1%B3%B1%DE%BD%C4+%C7%F6%8C%8B&MO=0&BD=0&ED=&parentMenu=&subMenu=&FD=0&DLY=10&OD=0&QR=%C7%D0%B1%B3%B1%DE%BD%C4+%C7%F6%8C%8B&x=20&y=10
## 그림 4. 식문화반 특별활동교육 학생용 활동교재 : 차시별 과제자료(예시)

### 2. 조상들이 물려준 음식
<table>
<thead>
<tr>
<th>학습일</th>
<th>학년</th>
<th>반</th>
<th>이름</th>
</tr>
</thead>
</table>

미리 생각해 봅시다.

- 우리 가족 병상에 그려 봅니다.

- 내가 가장 좋아하는 전통음식과 외국 음식을 적어 봅니다.

<table>
<thead>
<tr>
<th>전통음식</th>
<th>외국음식</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
3. 공중떡볶이 만들기

학습일 | 학년 | 반 | 이름
--- | --- | --- | ---

**만들어 보시다!**

공중떡볶이 만들기

재료는 다음의 재료로 준비하면 됩니다.
- 순대 250g, 속주 50g, 당근 20g, 수운작간, 양파 50g, 흰배고기 5개(100g)
- 후추 5g, 마늘 2장, 닭강사 얇게 간장, 간장 대량: 매콤한 적당량
- 육수 1/2작은술, 참기름 1작은술
- 나물양념: 소금 1/2작은술, 다진 마늘 1/2작은술, 다진 마늘 1/2작은술, 참기름 1작은술, 매콤한 1작은술
- 흰고추가루 1작은술

떡볶이를 만드는 업은 어떤 것을 사용합니까?

떡볶이를 만드는 업은 미린 크기의 떡이 없어서 상남에 먹는 떡볶이에 가력박을 사용했습니다. 가력박은 4cm길이로 떨어져서 사용해 주었는데 기름을 기름으로 여러 번 넣어서 가려주게 했습니다. 떡볶이를 만드는 업은 손이 뜨거워서 주의해야 하는데, 가력박은 대신에 떡볶이용 밥을 사용하여도 됩니다.

떡볶이를 만드는 방법을 알아보시다.

1. 순대는 곤약한 것으로 준비하여 4–5cm 길이로 잘라 4등분한다. 잔은 끓여 물에 끓여서 삶아 건져 주어서 배치한다.
2. 순대는 마늘로 프라이를 끝내고, 당근은 4cm 길이로 잘라 절이하게 섞어 놓고 물에 소금을 넣고 식혀준다.
3. 양파는 길이로 쪼개고, 흰배고기도 물들여서 쪼개어 나물 만들기로 하겠다. 기름은 두르면 개가 묻어지지 않는다.
4. 떡볶이를 끓여 내고 재 반다. 흰고추는 다시 제로 끓여 볼이 끓이다. 당근이 배이기까지 백미에 넣어 놓는다.
5. 밥에 얇게 베어 준비한 베스를 모두 넣고 섞는다.
6. 잔으로 물을 갑고 얇게 섞어, 매콤한 참기름을 끓여 약을 넣고 재 반한다.
7. 떡볶이에 담은 떡볶이에 고무로 폐기한다.

그림 5. 식문화된 특별활동 교육 학생용 활동교재 구성 : 활동활동(예시)
그림 6. 식문화반 특별활동교육 학생용 활동교재 구성 : 토론활동(예시)