



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

주 영 애 교수지도
석사학위 청구논문

차(茶)생활 교육콘텐츠 개발 연구

2017

성신여자대학교 문화산업예술대학원
문화산업학과 전통문화콘텐츠전공
이 진 옥

차(茶)생활 교육콘텐츠 개발 연구

주 영 애 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2017년 5월

성신여자대학교 문화산업예술대학원

문화산업학과 전통문화콘텐츠전공

이 진 옥

인 준 서

이진옥의 석사학위 논문으로 인준함

2017년 5월

심사위원장 _____ 인

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

성신여자대학교 문화산업예술대학원

논문개요

사회적 변화에 대한 요구에 맞추어 그동안 교육현장에서 해오던 차 생활 교육콘텐츠 개발을 위하여 명상교육, 영양교육, 요리 체험 등으로 구성하여 적용하고 그 결과를 분석하였다. 이를 통하여 앞으로 차 교육콘텐츠 보급을 위한 기초자료로 사용하고자 하는데 본 연구의 목적이 있다.

차 생활 교육콘텐츠 개발을 위하여 먼저 차의 효능을 통한 차음용의 필요성을 강조하도록 하였다. 차 생활 교육콘텐츠의 구성은 차 예절을 통해 예절 바른 행동을 알고 익힐 수 있도록 차 우리기와 차 명상, 차를 활용한 슬로푸드와 차 요리 등을 실습하도록 구성되었다. 그리고 매 시간 다양한 찻자리 차림을 통하여 참가자들이 각종 차를 체험하고, 직접 만든 차 요리를 먹으며, 슬로 라이프를 실생활에서 경험할 수 있도록 하였다.

개발된 교육콘텐츠는 남양주시 J고등학교 학생 17명을 대상으로, 2015년 8월말부터 2주 동안 6차시에 걸쳐 방과 후 동아리 활동 시간에 적용하였다. 그리고 이 교육콘텐츠에 대한 만족도를 알아보기로 교육 종료 후, 설문지 조사를 실시하였다.

결과분석은 조사대상자의 일반적 특성, 슬로 라이프에 대한 인식을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였으며, 차 선호도, 교육 콘텐츠 만족도를 알아보기 위하여 기술통계분석을 실시하였다. 또 차 종류에 따른 색, 향, 미 선호도의 차이를 알아보기 위해서는 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 이러한 본 연구의 실증분석은 모두 유의수준 5%에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 사용하여 분석한 결과 다음의 결과를 얻었다.

1. 이전에 인성다례 또는 차교육 경험이 있는 학생은 17명 중 1명(5.9%)이었고, 차교육 경험이 없는 학생은 16명(94.1%)으로 대부분이 차교육에 대한 경험이 없었다. 본 교육에 대한 기대는 ‘많이’ 7명(41.2%), ‘조금’ 과 ‘보통’ 이 각각 4명(23.5%), ‘매우 많이’ 2명(11.8%) 로 크게 나타났다.

2. 본 교육에 대한 종합적인 평가는 ‘우수’ 가 8명(47.1%), ‘매우 우수’ 가 7명(41.2%), ‘보통’ 이 2명(11.8%) 순으로, 좋다는 의견이 높았다. 그리고 교육 후, 앞으로 차와 관련된 전문적인 수업에 참여할 의향이 있는 학생은 17명(100.0%) 전원이 참여할 의향이 있는 것으로 나타나 본 프로그램에 대한 만족도가 높게 나타났다.

3. 이전에 차를 마셔본 경험이 있는 학생 중 ‘녹차’ 가 12명(27.9%), ‘홍차’ 가 8명(18.6%), ‘말차’ 가 7명(16.3%), ‘보이차’ 가 6명(14.0%)이었고, ‘기타’ 는 10명(23.3%)이었다. 녹차를 마셔본 학생이 많았다.

4. 학생들이 가장 맛있게 즐긴 차는 ‘녹차’ 가 6명(35.3%), ‘밀크홍차’ 가 5명(29.4%), ‘연꽃차’ 가 2명(11.8%), ‘황차’ 와 ‘홍차’ , ‘보이차’ , ‘말차’ 가 각각 1명(5.9%) 순이었다. 앞서 녹차에 대한 경험이 맛에 대한 친근감으로 나타난 것으로 보인다.

5. 각 차시별 프로그램에 대한 만족도는 ‘샌드위치 만들기’ (M=4.76), ‘녹차 김밥 만들기’ (M=4.65), ‘설기 떡 만들기’ (M=4.47), ‘행다’ (M=4.47), ‘칼라푸드 만들기’ (M=4.47), ‘茶 우리기’ (M=4.35), ‘茶란 무엇인가?’ (M=4.12), ‘茶와 명상’ (M=3.94) 순으로 나타났다. 생활에서 적용할 수 있는 체험교육이 본 프로그램에 대한 전체적인 만족도를 높인 것으로 사료된다.

6. 차 체험 만족도에 있어서는, ‘매우 좋다’ 가 14명(82.4%)으로 그 만족도가 매우 높았다. 이중 차별 종류에 대한 맛에 대한 선호도는, ‘녹

차’ (M=4.47), ‘보이차’ (M=4.47), ‘밀크티’ (M=4.29), ‘연꽃차’ (M=4.24), ‘말차’ (M=4.24), ‘홍차’ (M=4.18) 순으로 녹차 맛에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다.

7. 차의 종류에 따른 향 선호도는, ‘녹차’ (M=4.59), ‘홍차’ (M=4.53), ‘연꽃차’ (M=4.41), ‘보이차’ (M=4.29), ‘말차’ (M=4.29), ‘밀크티’ (M=4.18) 순으로 나타났다.

8. 기타 내용으로 티 테이블 셋팅 만족도가 ‘매우 좋다’ 가 9명(52.9%), ‘좋다’ 가 8명(47.1%)으로 매우 높은 만족도를 보였다.

9. 라이프 스타일에 대한 세부적인 항목에 대해서는 ‘지식교육보다는 인성교육을 강화해야 한다.’ (M=4.06), ‘인스턴트 식품은 건강에 해롭다고 생각한다.’ (M=3.82), ‘나는 전반적으로 건강한 편이다.’ (M=3.53), ‘손수 음식만 들기를 자주 한다.’ (M=3.29) 등의 순으로 나타났다. 본 교육에 참가한 학생들은 인성교육에 높은 관심을 보였다.

청소년들은 행다, 차 명상, 차 우리기 등 차와 관련된 내용 중 행다에 대한 관심을 높게 보이는 것으로 나타났다. 차를 중심으로 개발된 본 교육콘텐츠를 통하여 차 생활이 필요하다는 인식을 갖도록 변화시킨 것으로 보인다.

본 교육콘텐츠의 보급이 이루어진다면 청소년들이 차 교육에 많은 관심을 갖게 될 것이라고 사료된다. 앞으로 차를 중심으로 한 차 생활 교육콘텐츠가 교육현장에서 더욱 다양하게 개발 활용되기를 기대하며, 추후 차 교육 프로그램으로의 활용 등의 후속 연구가 이루어지기를 바란다.

목 차

논문개요

I. 서론	1
II. 이론적 배경	3
1. 문화와 문화콘텐츠	3
2. 차 문화의 교육콘텐츠화	5
3. 차 생활 교육콘텐츠 개발의 필요성	7
1) 차 생활 교육	7
2) 청소년 대상의 차 생활 교육	8
3) 슬로푸드와 슬로 라이프	13
III. 연구 방법	18
1. 차 생활 교육콘텐츠 개발	18
1) 교육콘텐츠 개발 절차	18
2) 교육콘텐츠의 구성	20
3) 교육콘텐츠의 세부 내용	23
2. 차 생활 교육콘텐츠 적용 결과분석	44
1) 조사 대상 및 조사 방법	44
2) 분석 방법	45

IV. 연구 결과 및 해석	46
1. 조사대상자의 일반적 특성	46
2. 차 생활 교육콘텐츠 적용 결과	47
1) 교육콘텐츠 경험 실태	47
2) 차 생활 교육프로그램 만족도	48
3) 교육콘텐츠를 통한 차의 색·향·미 선호	50
4) 교육콘텐츠 체험 활동에 대한 인식	56
V. 결론 및 제언	59

참 고 문 헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표Ⅱ-1> 청소년 대상의 차 생활 교육 관련 연구논문	12
<표Ⅲ-1> 차 생활 교육콘텐츠 내용	21
<표Ⅲ-2> 각종 음료 중에 함유된 카페인 함량	27
<표Ⅲ-3> 차의 기능성 성분의 특징	28
<표Ⅲ-4> 색상에 따른 대표적인 식품	39
<표Ⅲ-5> 세시명절의 대표적인 떡	43
<표Ⅳ-1> 조사대상자의 일반적 특성	46
<표Ⅳ-2> 차 생활 교육 경험 실태	47
<표Ⅳ-3> 차시별 교육콘텐츠 만족도	49
<표Ⅳ-4> 교육 전후의 차에 대한 경험 비교	50
<표Ⅳ-5> 차의 색에 대한 선호도	51
<표Ⅳ-6> 차의 향에 대한 선호도	53
<표Ⅳ-7> 차의 미에 대한 선호도	54
<표Ⅳ-8> 차 종류에 따른 색·향·미 선호의 차이	56
<표Ⅳ-9> 다식, 티 테이블 셋팅, 차 체험에 대한 만족	57
<표Ⅳ-10> 슬로 라이프 활동에 대한 기대와 평가	58

그림 목 차

[그림Ⅱ-1] 2015년 남양주시 슬로 라이프대회 참가자들의 활동모습	17
[그림Ⅲ-1] 차 생활 교육콘텐츠의 개발 절차	19
[그림Ⅲ-2] 차 생활 교육콘텐츠의 구성체계	21
[그림Ⅲ-3] 한국의 차와 문화	23
[그림Ⅲ-4] 녹차의 효능/ 카카오TV 동영상	25
[그림Ⅲ-5] 녹차의 효능	26
[그림Ⅲ-6] 공수하는 법	29
[그림Ⅲ-7] 차상차림	30
[그림Ⅲ-8] 다구명	31
[그림Ⅲ-9] 다구세팅	31
[그림Ⅲ-10] 차 우리는 법	32
[그림Ⅲ-11] 실습 후, 구절판과 접시에 셋팅된 슬로푸드	41
[그림Ⅲ-12] 꽃과 함께 셋팅된 샌드위치와 밀크티	42
[그림Ⅳ-1] 차시별 차 생활 교육콘텐츠 만족도	49
[그림Ⅳ-2] 차의 색에 대한 선호도	52
[그림Ⅳ-3] 차의 향에 대한 선호도	53
[그림Ⅳ-4] 차의 미에 대한 선호도	55

I. 서론

현대사회는 산업화, 도시화, 대중사회화, 핵가족화 등으로 변하면서 여러 사회문제를 만들어내고 있다. 뿐만 아니라 생활환경은 자원부족, 환경오염, 생태계 파괴 등으로 몸살을 앓고 있다. 그리고 우리의 가치체계와 가치관도 점차 변화하면서 무질서, 무규범의 현상도 나타나고 있는 상황이다. 이와 같은 사회 변화는 건전한 청소년 육성과 사회화에 부정적인 영향을 미치고 있다. 사회 환경의 영향과 더불어 청소년기에 나타나는 역할 갈등과 정체위기로 인한 정서적 불안정, 독립과 의존의 갈림길에서 느끼는 방황, 그리고 사춘기적 독특한 개인적 심리적 특성은 청소년들의 삶에 더욱 어려움을 주고 있다. 그럼에도 불구하고 청소년들을 교육하고 계도해야 하는 가장 일차적인 집단인 가정의 기능은 약화되었다. 부모의 취업으로 인하여 가족 간에 상호작용할 수 있는 시간의 감소, 일부 가정에서는 과잉보호나 지나친 무관심으로 인한 대화 단절 등은 청소년의 성장에 걸림돌이 된다. 즉 산업화와 도시화, 청소년의 개인적인 특성, 가정의 기능약화 등은 청소년 문제를 야기 시키는 요인이 되고 있다. 이러한 청소년들의 문제를 해결 할 수 있는 방안을 가정에만 의존할 수 없는 상황이므로, 학교와 사회에서는 교육적인 책임을 인식하고 청소년 교육에 대한 관심을 기울여야 한다.

한 예로 가정에서 주로 이루어져 왔던 밥상머리교육도 가정에서 제대로 이루어지지 못하고 그 역할이 학교 교육에서 재강조 되어야 할 형편이 되었다. 여기에 균형 잡힌 건강한 가정식을 섭취하는 경우도 드물어지면서 현대인의 생활 습관병이 우리의 건강을 위협(이효원, 2016)하게 되었다.

이에 국민의 건전한 식습관 형성과 전통 식생활 문화의 계승·발전, 농어업

및 식품산업의 발전을 통한 국민의 삶의 질 향상에의 기여를 목적으로 하는 「식생활 교육 지원법」이 2009년 국가 시책(농림축산식품부)으로 제정되면서 각 지방자치단체에서는 다양한 식생활교육이 이루어지고 있다.

이러한 사회적 변화와 사회적 요구를 바탕으로 본 연구에서는 고등학교 학생을 대상으로, ‘슬로 라이프’를 지향하는 교육콘텐츠를 구안하게 되었고, 그동안 현장에서 적용해 오던 차 교육 프로그램의 내용을 변화시켜 차(茶) 생활 교육콘텐츠로 개발하고 적용하기에 이르렀다. 이를 위해 한국의 슬로푸드인 전통음식과 청소년들이 선호하는 음식을 접목하였고, ‘느림’의 상징인 차(茶)를 근간이 되는 재료로 활용하도록 하였다. 이는 차 생활교육을 통하여 학생들에게 배려와 나눔을 익힐 수 있는 기회를 제공하여 습관화를 유도하며, 자연스럽게 일상에서 실천할 수 있도록 하는데 초점을 두었다. 그리고 학생들이 본 교육콘텐츠의 체험을 통해 자연스럽게 핵심적인 인성적 가치들을 이해할 수 있도록 하며, 궁극적으로 학교, 가정, 지역사회, 직장, 글로벌사회에서 성공적인 삶을 사는데 필요한 핵심 역량을 배양하고 바람직한 가치관을 확립하는 데에도 도움이 되도록 하였다.

따라서 본 연구는 고등학교 교육현장에서 방과 후 차(茶) 생활 교육콘텐츠로 활용되도록 교수안을 개발하여 제공하는 데에 목적을 두고 있다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 문화와 문화콘텐츠

문화(Culture)라는 말은 서양에서 경작이나 재배 등을 뜻하는 라틴어 (colore)에서 유래하였다. 즉 문화란 자연 상태의 사물에 인간의 작용을 가하여 그것을 변화시키거나 새롭게 창조해 낸 것을 의미한다. 이는 인류가 이루어낸 모든 역사를 담고 있는 말로서 정치나 경제, 법과 제도, 문학과 예술, 도덕, 종교, 풍속 등 모든 인간의 산물이 포함되는 것으로 ‘모든 인간 집단의 생활양식’이라고 정의하는 인류학적 관점이 가장 폭넓게 담고 있다(한국민족문화대백과, 한국학중앙연구원).

또한 레이먼드 윌리엄스(Raymond Williams)는 문화의 개념을 예술과 예술적 활동으로서의 문화, 삶의 방식으로서의 문화, 과정과 발전으로서의 문화로 구분하여 문화를 정의하기도 했다(홍현진 외, 2009).

첫째, 예술과 예술적 활동으로서 문화를 지적이고 예술적인 활동의 실천이나 작품으로 이루어진 것이라고 보았다. ‘음악, 문학, 회화, 조각, 연극, 영화’를 묘사하는 단어로, 문화는 흔히 ‘교양 있는’ 사람들이 참여하는 세련된 활동을 뜻한다고 하였다.

둘째, 삶의 방식으로서의 문화는 사회생활 곳곳에 퍼져 있는 문화로서 이는 19세기 인류학자 타일러(Tyler 1871)가 문화를 “지식, 믿음, 예술, 도덕, 법, 관습, 그리고 사회 구성원으로서의 인간이 획득한 기타 능력과 습관을 포함한 복합적 전체”라고 정의한 것과 같은 의미다.

셋째, 과정과 발전으로서의 문화는 그 의미가 시대에 따라 변화되는 것으로,

정신의 계발을 묘사하는 단어로 변화하였다고 정의하고 있다(홍현진 외, 2009).

TV, 매스컴의 발달과 함께 대중문화의 소재로 대량생산·유통되면서 수익을 창출하는 경제활동으로 문화산업이라는 이름하에 각종 상품이나 서비스를 광범위하게 지칭하는 문화콘텐츠(cultural contents)란 단어가 새롭게 등장하였다. 문화콘텐츠에 대한 연구자들의 정의를 보면, 심승구(2005)는 문화의 원형(original form+archetype) 또는 문화적 요소를 발굴하고, 그 속에 담긴 의미와 가치의 원형성, 잠재성, 활용성을 찾아내어 매체(on-off line)에 결합하는 새로운 문화의 창조과정이라 하였다. 또한 “문화, 예술, 학술적 내용의 창작물 또는 제작물뿐만 아니라, 창작물을 이용하여 재생산된 모든 가공물, 그리고 창작물의 수집, 가공을 통해서 상품화된 결과물들을 모두 포함하는 포괄적 개념”(한국문화콘텐츠진흥원, 2003)으로 정의되었다. 콘텐츠는 “문자·영상·소리 등의 정보를 제작하고 가공해서 소비자에게 전달하는 정보 상품이라고 정의(콘텐츠비즈니스연구소, 2000)하기도 한다. 박기수(2006)는 문화콘텐츠란 ‘문화’와 ‘콘텐츠’의 합성어로서, 문화적 특성과 콘텐츠적 특성을 모두 가지고 있다고 보면서 이 둘이 동시에 구현되어야 하는 특성을 지닌다고 하였다. 또한 심상민(2002)은 창작에 의해 만들어진 문화, 예술작품을 기반으로 하는 산업을 ‘문화산업’이라고 한다면, ‘상업성의 가능성이 높고 매체연계성이 높은 분야를 문화콘텐츠로 보았다.

최근 문화에 대한 일반 수요층의 폭발적인 수요와 요구는 새로운 양상을 창출하고 있다. 여기에 다양한 영역의 산업들이 균형과 조화를 이루면서 만들어지는 복합 산업으로, 개인의 탁월한 상상력과 창의성, 그리고 이를 뒷받침할 수 있는 제도와 운영체제가 만들어내는 종합예술이라 하였다(장창영, 2008).

이러한 문화콘텐츠의 분야를 인문콘텐츠학회(2006)는 ‘방송, 음악, 영화,

애니메이션, 모바일, 게임, 출판, 만화, 캐릭터, e-learning, 디지털박물관, 테마파크, 축제와 이벤트, 전통문화 D/B 등을 들고 있다.

그러나 이러한 문화콘텐츠는 디지털 기술의 발달과 함께 유비쿼터스 환경이 되면 생활문화콘텐츠(cultural life contents)가 중심이 될 것이라고 전망하면서 생활문화콘텐츠가 중심이 되면 기존의 틀을 벗어나 언제 어디서나 즐길 수 있는 새로운 형식의 영상 콘텐츠들이 생산되고 소비될 가능성이 크다고 보았다(류준호 외, 2010).

이렇듯 문화의 전통적 개념을 넘어 복원(restoration)과 재현(represent)에 의한 가치실현이라는 관점에서 문화콘텐츠의 개발은 진화해 나갈 것으로 보인다.

2. 차 문화의 교육콘텐츠화

차 문화는 차를 통하여 생활 속에 구현되는 정신적 문화로 마음을 넓혀주며 여유 있는 행동을 하도록 하고 겸양과 예의를 숭상하는 행위이며, 차를 마시는 가운데 건강한 신체와 정신의 수련과 삶의 도리를 추구하는 덕을 쌓는 행위이며(정상구, 1997), 현대사회에서 소외를 경험하고 있는 현대인들에게 새로운 가치를 제공해 줄 수 있기 때문에 현대인의 정신적 빈곤을 극복하게 도움을 준다(장철선, 2012)고 정의하고 있다.

이러한 한국의 차 문화는 우리가 지켜야 할 정신문화유산으로, 2015년 문화재청에서 ‘우리의 얼’로 한글, 홍익인간 등과 함께 선정되었다. 여기서 우리 얼’이란 우리 민족의 삶과 전통, 역사에 담겨있는 정신으로서 현세대를 살아가는 우리와 세계 속으로 계승 발전시킬 가치가 있는 것을 말한다.

문화재청에서는 이런 정신문화유산으로, 빠른 속도에 젖어있는 현대인들이 차 문화생활을 통하여 삶을 기본(인성)부터 차근차근 진솔하게 나아가도록 이끌어줄 수 있는 것이 바로 차 문화이며, 매일 5분 차 한 잔 마시는 시간을 갖는다면 우리의 삶은 한결 여유로워지고, 우리의 정신과 육체는 건강해질 수 있는 것으로 세계화시대에 한국을 대표하는 전통문화로, 현대인의 삶을 슬로 라이프화 할 수 있는 문화로 선정하였다(「차인」 지 제178호, 2015).

이런 차 문화가 최근 인성과 창의성 함양을 위한 교육의 한 방법으로 그 범위를 넓히고 있다. ‘인성다례 교육’을 통한 인내심과 배려, 협동심과 조화와 화합, 그리고 아름다운 생활의 추구 등을 통한 창의성 개발을 위한 교육이 이미 일부 교육현장에서 이루어지고 있다. 이러한 차 문화는 교육 이외의 분야에서도 적용할 수 있는 융·복합적 특성을 갖고 있는 문화 중의 하나로서 그 발전 가능성은 매우 높다고 본다.

최근 차 관련 교육이 다도, 다례, 차 예절(조명선, 2009), 차 명상(주영애 외, 2013), 차 치료(이향숙, 2011), 다례를 통한 인성교육(서은주, 2014) 등으로 세분화되면서 다양한 연구와 더불어 각종 프로그램이 개발되고 있다.

특히 요가와 차 명상 복합프로그램(주영애 외, 2013)은 청소년기 학생들의 심리적 안정과 자아 형성을 통한 행복감과 함께 창의·인성교육에 적합하고 긍정적인 효과가 있으며, 장기적인 프로그램으로 적용될 수 있다고 제시된 바 있다. 이렇듯 다양한 연구들을 통하여 차 교육이 다른 분야와의 융·복합 되어 더욱 체계적인 교육콘텐츠로 개발될 수 있는 가능성을 보여준 것이라 하겠다.

3. 차 생활 교육콘텐츠 개발의 필요성

1) 차 생활 교육

우리의 차 생활문화는 우리의 일상생활 속에서 심신을 수련하는 민족의 문화로 정착되어 왔으며, 차는 단순히 음용을 위한 기호품으로서의 가치를 넘어서 우리 민족의 정신문화와 생활문화를 담아내는 중요한 삶의 요소가 되어 왔다(주영애, 2009). 이런 전통의 차 생활문화가 일상화되기 위해서는 이를 위한 차 생활교육이 선행되어야 한다.

윤애라(2001)는 차 생활교육을 통하여 남을 배려하는 마음을 기르게 된다고 하였으며, 현대인들의 스트레스를 없애는 방법으로 휴식이 학업성적에 대한 중압감을 받는 우리 청소년들이 긴장을 풀어줄 수 있는 한 방법으로 보았다. 이순실(2003)은 다도교육이 청소년기 여학생의 인성 영역 중 정서적 안정성, 배려성, 절제성, 예절성 등에 효과적으로 작용하며, 청소년들이 차에 대한 관심을 갖게 하는 계기가 된다고 하였다. 그리고 이를 통해 학교 현장에서 특별활동이나 재량활동 등 다양한 교육과정으로 활성화될 수 있다는 것을 제시하였다. 김희자(2004)는 차 생활 예절교육을 예(禮)에 대한 가정교육의 부재인 현 상황을 고려하여 학교 교육에서의 체계적이고 단계적인 차 생활교육 활동이 청소년기의 건강에 도움을 줄 뿐만 아니라 예절 바른 생활과 심신의 안정 및 정서순화, 전통문화에 대한 관심의 계기와 자부심을 가질 수 있는 중요한 교육활동이라고 그 필요성을 강조하였다.

더 나아가 차 관련 교육은 다도, 다례, 차 예절, 차 명상, 차 치료 등으로 세분화되면서 발전하고 있다. 이러한 프로그램을 접목하여 그 효과성을 밝힌 연구자들을 살펴보면 다음과 같다.

윤수정(2012)은 차 치료프로그램을 통하여 금연프로그램을 개발하였으며,

요가와 차 명상 복합프로그램(주영애 외, 2013), 차 문화 프로그램(박찬이, 2010), 차문화 치료 프로그램(김인숙, 2014), 차 치료 프로그램(이향숙, 2011 : 윤수정, 2012 : 강금이, 2015) 등이 있다.

이러한 연구들은 각 교육이 체계적인지를 검증한 후, 실제 교육으로 이행 되도록 연구시행이 필요하다고 본다. 이는 차 교육이 다른 분야와의 다양한 융·복합 과정을 통해서 체계적인 교육콘텐츠로 만들어질 수 있다는 가능성을 보여주는 것이다.

그러나 이 모든 연구에서 결국 요구되는 것은 차의 생활화이다. 다시 말해, 차를 제대로 우려서 마시는 것이 습관화된 차 생활을 했을 경우에 각 교육콘텐츠에서 지향하는 바를 이룰 수 있는 것이다. 이에 다양한 차 생활 교육콘텐츠의 개발이 중요하게 연구되어야 하는 까닭이다.

2) 청소년 대상의 차 생활 교육

청소년을 대상으로 하는 차 생활 관련 교육에 관한 연구는 유아나 초등생을 대상으로 한 연구에 비하여 많이 부족하다.

이성애(1997)의 다도교육을 시작으로 청소년의 정서 순화에 대한 연구를 시작으로 하여 인격형성과 원만한 인간관계를 가져와 정서적 안정감을 주는 결과를 얻었다. 정혜영(2003)은 중등학교 다도교육과정 구안·개발 연구에서 다도교육이 청소년의 정서순환에 미치는 영향과 정규적인 교육과정에서 행해져야 하며 다양한 자료와 활동, 교육내용의 체계화와 단계적 지도를 연구하였다. 박경희(2008)는 청소년 시기에 다도교육이 건전한 인성변화를 할 수 있도록 도와주는 교육이라고 방황하는 청소년 시기에 있어서 다도교육으로의 중요성을 제기하였다. 이후로 차를 통한 감성의 개발, 차 생활을 통한 예절 교육

(박춘근, 2006) 등에 대한 연구가 이루어졌으며, 비행 청소년에게 차 생활을 지도하며 정서를 안정시키는 효과를 보았다(이경희, 2012; 김인숙, 2014).

최근에는 차 문화치료가 개발되어 다양한 대상으로 하여 정서적·인지적·신체적·사회적 기능 향상에도 효과적이라는 연구가 잇달아 발표되고 있다.

먼저 박찬이(2010)는 차 문화 프로그램이 청소년의 정서적 안정성과 자기 효능감을 향상시키는데 효과가 있는가를 연구하였다. 이전 연구에서 초기 청소년의 정서적 안정성에 차 문화가 긍정적인 영향을 미치고 있음을 알고(박찬이·조선화, 2009), 이를 청소년 대상으로 연령층을 달리하여 연구를 지속한 결과이다. 차 문화 프로그램의 구성은 차와 관련한 음식, 태도, 예절 및 명상 등을 포함하는 내용으로 하였으며, 자기 효능감의 변화를 함께 살펴보았으며, 그 효과를 확인하였다. 여기서 차와 관련한 음식이 다식에 국한되어 있어서 한계가 있었지만, 이런 제한점을 보완하여 본 연구에서는 다양한 음식과 접목한 차생활 교육콘텐츠를 구안하고자 하였다.

이향숙(2011)은 위기 청소년들을 대상으로 차 문화 치료를 통하여 정서적 안정성과 자기 효능감 및 공격성에 미치는 효과를 알아본 결과 유의적인 결과를 얻었다. 그리고 이를 일반 청소년들의 내적인 갈등, 그리고 대인관계의 어려움 등으로 정서적으로 불안정한 상태를 경험하게 되는 청소년들의 정서적 안정성을 유지하는 데에도 적용할 수 있도록 개발되기를 제안하고 있어 일반 청소년을 대상으로 한 본 프로그램의 필요성을 더해 주고 있다. 한편 윤수정(2012)은 차 치료 프로그램이 청소년 흡연에 미치는 효과에 관한 연구를 통하여 차명상과 행다 기법, 그리고 차 마시며 대화하기 등의 차생활로 청소년들의 자아존중감이 향상되었다고 보고하고 있다. 또한 예의와 배려심, 존중하는 마음도 향상시키는 요인이 되었다고 보았다. 주영애 외(2013) 연구자들은 실험연구를 통하여 요가와 차 명상 복합프로그램이 청소년기 학생들의 심

리적 안정과 자아 형성을 통한 행복감 및 학업 성취에 긍정적인 영향을 준다는 것을 밝히면서 장기적인 프로그램의 실행을 제안하였다.

김인숙(2014)은 보호관찰 청소년을 대상으로 한 차 문화 치료 프로그램의 개발을 목적으로 실행한 후, 자기 효능감과 자기 통제, 그리고 대인관계 증진과 사회 적응력이 향상되는 결과를 얻었다. 그리고 차 문화 치료가 인성과 인간행동을 바람직한 방향으로 변화시키고자 하는 조직적인 활동으로, 건강한 삶을 갈망하여 치료를 필요로 하는 대상에게 할 수 있는 전문적인 치료과정이 될 수 있다고 하였다. 차 문화 활동만으로도 인간의 행동 변화를 이끌어낼 수 있음을 확인해준 연구라고 하겠다.

강금이 외(2015)는 중학생을 대상으로 차 치료 프로그램이 청소년의 자아 존중감의 향상에 긍정적인 영향을 미침을 연구보고 하였다. 특히 차 명상과 차훈 명상을 통하여 한 잔의 차로 정신을 집중하여 자신을 통찰하고 자신을 수용하여 자신과 타인의 관계를 수용하는 힘을 기르도록 하였다. 차 명상을 통하여 차의 효능과 기능을 활용하여 삶의 질을 높일 수 있는 실천 가능한 프로그램을 확인해 주고 있다.

이렇듯 선행연구에서는 차 관련 교육 프로그램들이 청소년들의 정서발달, 정서순화, 심성치유 등에 긍정적인 도움을 줄 뿐만 아니라 원만한 인간관계와 정서적 안정감을 갖도록 하여 올바른 성장을 돕는 효과적인 교육활동이 될 수 있다는 점을 강조하고 있다.

그러나 이상의 선행연구에서 구안되고 적용된 프로그램의 구성은 차 문화에 국한된 내용으로 기존의 프로그램과 큰 차별이 없는 가운데 연구되고 있다. 따라서 앞으로의 차 교육 콘텐츠는 타 분야와의 융·복합적인 교류를 통해 콘텐츠 개발을 다양성하게 할 필요가 있다고 사료된다. 이에 본 프로그램에서는 차를 재료로 한 슬로푸드의 접목을 통하여 실질적인 식생활로의 응용과 실천

을 유도할 수 있는 콘텐츠의 차별화를 중심으로 전개하였다.

그리고 슬로 라이프 관련 연구로, 정해옥(2013)은 슬로푸드를 시간을 들여서 천천히 만들고 먹는 음식이라고 하였다. 여기에 계절과 지역에 따른 특성을 잘 살렸으며, 조화된 맛을 중히 여겼고 식품 배합이 합리적으로 잘 이루어져 있고, 계절에 생산되는 재료를 사용하여 재료 자체가 가지고 있는 순수한 자연의 맛을 최대한 살려서 정성껏 만드는 한국음식은 슬로푸드라고 하였다.

이러한 관점을 토대로 하여 본 연구에서는 전통음식이 슬로푸드임을 알고 제대로 즐기는 생활이 슬로 라이프의 한 방안이 될 수 있을 것으로 사료되어 이를 본 프로그램에 반영하게 되었다.

다니구찌 기요미(2015)는 슬로푸드의 다양한 특성에 대한 인식을 높이기 위해 적극적인 활동이 필요하며, 슬로푸드가 안전하고 품질이 좋은 식재료로 다양한 메뉴를 제공하다는 이미지가 높아질수록 즐거움과 편안함을 느낀다고 분석하였다. 또한 조리나 메뉴에 관한 매력이 다른 사람들과의 관계 형성 그리고 자신이 특별한 사람이라는 긍정적인 효과를 증대시키는데 영향을 준다고 분석하였다. 이는 조리 활동을 통한 관계형성이 자신에 대한 긍정적인 효과를 증대시킨다는 것으로 청소년들에게 조리 체험활동 프로그램으로의 필요성을 강조한 것이다.

또한 이효원(2016)은 ‘슬로 라이프를 기반으로 식생활교육 프로그램의 개발과 효과성 검증’을 통하여 초등 고학년을 대상으로 주체적인 슬로 라이프 식생활을 통해 육체적·정신적 건강 증진을 도모하는 것을 목표로 전반적 생활의 변화를 추구하는 식생활교육 프로그램을 개발·적용하여 유의미한 효과를 제시하였다. 그리고 단기교육으로 그 효과의 지속성 여부를 밝히기 위한 후속연구의 필요성을 제기하였다. 여기서 슬로 라이프적 사고가 더욱 요구되는 청소년을 대상으로 한 프로그램이 요구된다고 사료된다.

또한 제철 재료들을 활용한 풍성한 음식과 따뜻함을 함께하는 소통의 자유 속에서의 식사를 통해 슬로 라이프를 구현할 수 있다(이효원, 2015)고 하였듯이 참가자들이 실습교육에서 자신들이 만든 음식을 따뜻한 차와 함께 먹고 마실 수 있도록 하였으며, 팀원들과 함께 조리한 차 요리들을 즐길 수 있도록 하는 본 프로그램을 구성하게 되었다.

이와 같은 청소년을 대상으로 한 차 생활 교육이 청소년들의 삶에 영향을 미칠 수 있다는 것을 확인한 바에 근거하여 슬로 라이프에 필요한 슬로푸드를 직접 만드는 교육콘텐츠의 적용이 필요하다는 점을 찾아볼 수 있었다.

<표Ⅱ-1> 청소년 대상의 차 생활 교육 관련 연구논문

연구자(연도)	논 문 제 목	출처
이 성 애 (1996)	다도교육을 통한 청소년의 정서 순화에 대한 연구	한국차학회지, vol. 3(2), 53-71
이 순 실 (2003)	다도교육이 여고생의 인성발달에 미치는 영향	한국가정과교육학회지 vol. 16, No. 1, 1-17
경 혜 영 (2002)	중등학교 다도교육과정 구안·개발 연구	성균관대학교 생활과학대학원 석사학위논문
김 희 자 (2004)	인간발달단계에 따른 다례교육연구	성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문
박 춘 근 (2006)	차 생활 예절교육이 여고생의 정서지능에 미치는 영향	성균관대학교 생활과학대학원 석사학위논문
박 경 희 (2008)	다도교육이 비행청소년의 인성변화에 미치는 효과에 관한 연구	국제신학대학원 석사학위논문
주영애·조선주 (2009)	차교육 효과성 연구의 동향	성신여자대학교 생활문화연구소 생활문화연구, vol.24 No.1, 1-12
박 찬 이 (2010)	차 문화 프로그램이 청소년의 정서적 안정성과 자기효능감에 미치는 효과-여자고등학생을 중심으로	한서대학교 대학원 석사학위논문

이향숙 (2011)	차 문화 치료가 위기 청소년의 정서적 안정성, 자기 효능감 및 공격성에 미치는 효과	경성대학교대학원 석사학위논문
이경희 (2012)	품행장애 청소년을 위한 차 치료 효과와 치료적 요인 연구: -충동성, 공격성, 대인관계를 중심으로	원광대학교 동양학대학원 석사학위논문
윤수정 (2012)	차(茶) 치료 프로그램이 청소년 흡연에 미치는 효과	목포대학교 대학원 석사학위논문
주영애·최배영 외 (2013)	청소년의 행복감 향상을 위한 요가와 차명상 복합 프로그램 개발을 위한 기초연구	한국가족자원경영학회지 제17권 제1호, 139-158
김인숙 (2014)	보호관찰 청소년의 사회적응력 향상을 위한 차 문화 치료 프로그램개발	부산대학교 대학원 박사학위논문
곽미숙 (2015)	청소년의 통일, 인성교육을 위한 전통문화의 재발견과 茶 文化의 적용	성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문
강금이 (2015)	차 치료 프로그램이 청소년의 자아존중감에 미치는 영향	차문화·산업학 제28집, 2-17
시마무라 나츠, 허문경 역 (2011)	슬로푸드의 풍요로움	슬로시티연구소, 슬로시티연구 vol. 4. 69-88
정해옥, 윤창식 (2013)	친환경 슬로푸드를 통한 한식 세계화와 글로벌 생태주의 모형	문학과 환경 12권 2호, 147-169
다니구찌 기요미 (2014)	관광자원으로서의 슬로푸드 이미지, 지각된 가치 및 만족도 관계에 관한 연구	동의대학교 대학원 석사학위논문
다니구찌 기요미·김현지 (2015)	슬로푸드 이미지와 지각된 가치가 슬로푸드 체험 만족도에 미치는 영향에 관한 연구	한국관광학회, 관광학연구 제39권 5호 117-134
이효원 (2016)	슬로 라이프를 기반으로 한 식생활교육 프로그램의 개발과 효과성 검증	이화여자대학교 대학원 석사학위논문

3) 슬로푸드와 슬로 라이프

‘슬로푸드(slow food)’는 느림과 여유를 찾는 슬로 운동에서 비롯되었다.

현대 사회를 상징하는 음식인 패스트푸드(fast food) 즉, 속도와 효율성을 최고의 가치로 여기는 미국 맥도널드 햄버거의 이탈리아 로마 진출에 반발하여 1986년 이탈리아에서 슬로 운동(slow movement)이 시작되었다. 그리고 이후 1989년 프랑스 파리에서 ‘슬로푸드(slow food)’ 선언으로 이어졌다(신필식, 2010).

이 슬로푸드(slow food)운동은 이제 식생활문화 운동의 하나가 되고 있다. 삶의 질을 개선하고, 나라마다의 음식 문화의 전통을 이어가면서 전통적인 방식을 찾아 만들어진 세계 각국의 음식들을 찾아내어 알리는데 그 목적을 두고 있다. 이탈리아인 카를로 페트리니(Carlo Petrini)가 처음 시작하게 되었는데, 각 나라의 전통 음식을 지키자는 취지에서 슬로푸드 운동을 발의했다고 한다. 슬로푸드 선언문이 발표되고, 10년 후인 1999년 이탈리아 그레베 인 키안티 시의 시장이었던 파올로 사투르니니(Paolo Saturnini)와 몇몇 시장이 모여 속도와 바쁨에 의해 위협받고 있는 사람들의 삶과 인생을 치유하기 위한 슬로 시티(slow city) 운동을 시작하면서 츠지 신이치와 같은 활동가들과 수많은 개개인의 참여 속에 삶의 속도를 늦춰 천천히 살아가자는 슬로 라이프(slow life) 운동이 점차 확산되고 있다(신필식, 2010). 한편 이 슬로푸드 운동에 대해 시마무라 나츠(2011)는 전 세계적인 미각의 균질화로부터 지역 고유의 다양성, 미각의 다양성을 지켜나가고자 하는 운동이다. 각 지역의 맛과 재래종의 보존, 지역의 문화인 향토요리, 가정마다 색다른 음식의 맛 등등, 미각의 다양성을 소중히 지켜나가는 것이라고 말하고 있다.

슬로푸드는 시간을 들여서 천천히 만들고 먹는 음식이다. 여기서 패스트푸드와 반대되는 개념이면서 전통음식과 좋은 재료를 지키고 제공할 것을 요구한다. 한 사회의 문화가 집약되어 있는 것이 음식이다. 이 음식은 사람들이 집단을 이루고 살아가는 사회의 자연환경과 역사를 반영하는 것이기에 문화의

결정체라 할 수 있다. 이런 가운데 한국음식은 계절과 지역에 따른 특성을 잘 살렸으며, 조화된 맛을 중히 여겼고 식품 배합이 합리적으로 잘 이루어져 있고, 제철에 생산되는 재료를 사용하여 재료 자체가 가지고 있는 순수한 자연의 맛을 최대한 살려서 정성껏 만든다(정해옥, 윤창식, 2013). 이런 관점에서 보면, 대부분의 한국전통음식은 친환경 슬로푸드라고 할 수 있다.

따라서 ‘슬로푸드’는 정성껏 키운 재료들로 시간과 정성을 다해 만드는 음식으로 이 세상의 그 무엇보다도 소중하며, 나아가서는 삶에 대한 여유 있는 생각들을 가능하게 만든다. 음식의 원재료를 알고, 음식을 제대로 만들고, 음식을 즐기는 것으로 발전하고 있다(파워푸드 슈퍼푸드, 2010. 박명윤, 이건순). 쓰지 신이치(2007)는 가능한 자기가 재배한 ‘슬로푸드’를 재료로 한 요리를 보기 좋게 그릇에 담고, 여유 있게 즐기는 삶을 권하는 슬로 라이프를 알리고 있다. ‘슬로푸드’ 운동은 어느 사이 제대로 만들어진 바른 음식만을 의미하는 것이 아닌, 삶의 속도를 늦추려는 ‘슬로 라이프’로 발전하고 있는 것이다.

환경운동가 존 로빈스(John Robbins)는 "음식이 바뀌면 세상이 바뀐다."고 하였다(신동일, 2013). 슬로푸드를 이해하고 슬로푸드를 식탁 위에 올리고 먹고 즐기면서 행복을 느끼는 가운데 우리의 삶은 슬로 라이프로 바꿀 수 있음을 언급한 것이라 사료된다. 이탈리아의 슬로푸드협회의 부회장은 “우리와 가족, 친구, 고향, 지역사회, 자연과의 한가운데에 음식이라는 것이 있다.”고 하였다. 그리고 우리 아이들에게 풍부한 음식문화, 풍요로운 지역문화, 풍부한 인간관계를 만들어 주고 싶고, 이를 만들어 갈 수 있는 사람으로 만들고 싶다면 음식문화에서부터 시작하는 것이 손쉬운 길이다. 사람과 사람의 ‘관계성’ 가운데에 식문화가 존재한다고 시마무라 나츠(2011)는 말한다.

이 슬로푸드 운동만이 아닌 최근 일선교육 현장에서는 밥상머리 교육프로그램

램을 실행하고 있다. 현대사회는 지식과 기술, 문화 등 인간사회를 편하고 풍요롭게 만드는 모든 것이 빠르게 변화하는 시대로 그 변화의 속도에 맞추고자 노력하는 사이에 가족들이 모여서 밥을 먹는 시간조차 아끼며 살고 있다. 이런 현대화 분위기 속에서 가정교육과 인성교육이 등한시된 채 청소년들의 도덕성 부재와 학교 폭력이라는 심각한 상황이 나타나게 되었다. 이에 기본적인 인성교육을 가정에서 되살리자는 취지에서 ‘밥상머리교육’이 시작된 것이다(서울대 학부모정책연구센터, 2012). 현재 가정 내의 밥상머리교육을 통한 인성교육은 학교에서도 밥상교육이라 하여 다양한 형태로 진행되고 있다. 그 내용은 기본 생활습관, 예절 바른 생활, 검소한 생활, 독서지도, 언어지도, 동아리 활동지도, 질서지도, 다도 등으로 이루어지고 있다. 이러한 모든 교육은 바람직한 인성함양은 물론이고 빠른 것에 익숙해지고 있는 청소년들의 삶의 지향 방식을 슬로 라이프에 이끌고자 하는 한 방법이라 할 수 있을 것이다.

쓰지 신이치(2005)는 슬로 라이프에 느끼고 단순한 삶을 추구하는 것으로, 맛있는 음식을 천천히 먹을 것을 권하는 즉, 슬로푸드를 권하고 있다. 또한 자신의 삶의 모든 것을 직접 디자인하는 것으로 입고 먹고 사는 일 모두를 디자인하는 것을 말하고 있다. 정해옥(2013)은 한국음식을 슬로푸드에 규정하고, 시간을 들여서 천천히 만들고 계절에 생산되는 재료를 사용하고, 순수한 자연의 맛을 최대한 살려서 정성껏 만드는 한국음식이 슬로푸드라고 하였다. 이러한 시각에서 전통문화인 차와 함께 하는 전통음식이 슬로푸드임을 알고 이를 제대로 즐기는 생활이 바로 슬로 라이프의 한 방안이 될 수 있을 것으로 사료된다.

2010년 슬로시티로 지정된 남양주시에서는 슬로 라이프의 실현을 위해 다양한 사업을 실시하고 있다. 남양주시는 ‘SLOW(슬로)’을 일상으로 여기고 지속가능한 일상의 행복 추구(S:Sustainable life)와 즐거운 주변 환경 형성

(L: Local life), 유기농과 같은 즐거운 삶의 영위(O: Organic life), 그리고 물처럼 깨끗하고 넉넉한 공감(W: Water life)을 통해 슬로 라이프를 실천하려는 취지를 갖고 있다. 이를 위한 실천의 한 방법으로서 슬로 라이프 국제대회를 개최함으로써 건강하고 행복한 삶의 방식을 확산시키고 있다. 이 슬로 라이프 국제대회는 2013년 세계유기농대회와 함께 2년에 한 번씩 개최되고 있다. 남양주시는 이런 행사들을 통해 시민들이 슬로 라이프에 대한 건강, 환경, 공감의 3대 가치를 가지고 이 가치들을 통해 행복을 만들어 나가며, 그 행복을 나누자는 개념을 담고 있다(남양주시, 2015).

또한 남양주시는 이와 함께 미래의 우리 사회를 이어나갈 청소년들을 대상으로, ‘슬로 라이프’ 교육 프로그램을 2014년부터 학교 교육현장에서 실행하고 있다. 그리고 2015년도에도 청소년 대상 교육에는 슬로푸드인 차와 함께 슬로 라이프를 지향하는 삶을 위해 구안된 본 교육콘텐츠가 채택되어 실행되었다. 이는 특히 다산 정약용의 생가가 있어 차 문화에 대한 관심이 높은 남양주시의 특성화 사업과 함께하여 전통의 슬로푸드인 차를 중심으로 한 새로운 차 생활 교육콘텐츠가 만들어지는 기반이 형성될 수 있었다고 사료된다.



[그림 II-1] 2015년 남양주시 슬로 라이프대회 참가자들의 활동 모습

Ⅲ. 연구 방법

1. 차 생활 교육콘텐츠 개발

1) 콘텐츠 개발 절차

차 생활 교육콘텐츠로 개발된 ‘슬로 라이프’ 교육 프로그램은 남양주시에서 2014년도에 청소년들을 대상으로 실행되었다. 2015년에는 청소년 대상 교육에 본 교육콘텐츠가 채택되어 차와 함께하는 슬로 라이프 삶을 추구하는 교육으로 적용되었다.

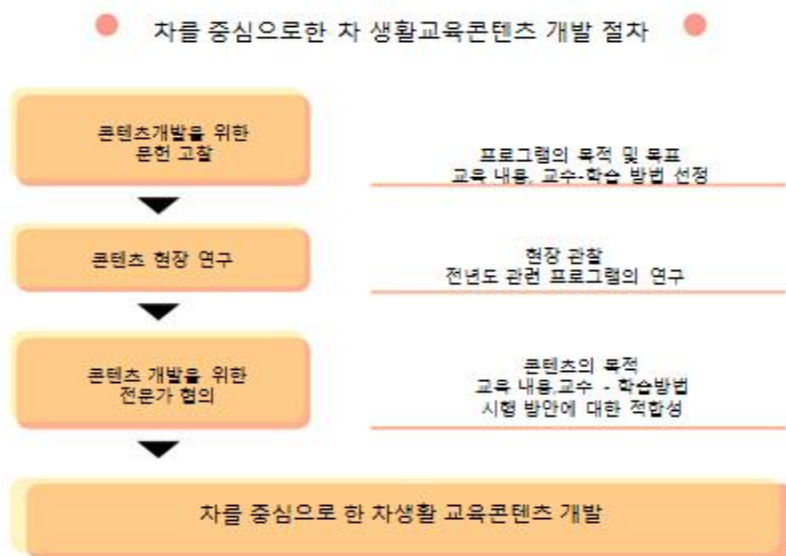
본 차 생활 교육콘텐츠의 구성은 다음과 같은 개발 절차로 진행되었다. 남양주시의 ‘슬로 라이프 밥상교육’은 2013년 슬로푸드 요리 교실에서 시작하여 2014년부터는 ‘슬로 라이프 밥상교육’으로 실시되고 있다. 본 교육콘텐츠는 총 6차시의 실습 프로그램으로 개발되었다.

첫째, 교육콘텐츠의 개발을 위해 관련 문헌을 고찰하였다. 청소년 대상의 다도 교육, 차 생활 예절 교육 등의 차 관련 교육과 그 효과에 대한 선행연구와 기존에 개발되어 시행되고 있는 차 관련 프로그램을 살펴보았다.

둘째, 이와 같이 관련 문헌 고찰과 분석을 토대로 본 교육콘텐츠의 목적과 교육목표, 교육 내용, 교수-학습 방법 등을 선정하였다. 그러나 본 프로그램은 남양주시에서 청소년 대상의 슬로 라이프 교육을 위한 프로젝트를 위해 개발된 관계로 음식, 문화, 비전, 인성 교육 등 다양한 분야를 포함하는 슬로 라이프 교육을 통해 건강한 음식 문화를 형성하고, 바른 인성을 갖춘 청소년을 육성하고자 한다는 교육 목적과 실시 방법에 제한점이 있었다.

셋째, 교육콘텐츠 개발을 위해 전문가의 협의를 진행하였다. 현장을 관찰하고 관련 담당교사의 면담과 함께 슬로 라이프팀 시담당부서의 건의 등을 수렴하였다.

넷째, 최종 교육콘텐츠 개발 단계에서는 선정된 교육콘텐츠에 따라 활동 시안을 마련하였으며, 교육콘텐츠 개발의 협의 과정을 통해 수정·보완을 하여 최종 교육콘텐츠를 결정하였다. 차 생활 교육콘텐츠 개발의 절차는 [그림Ⅲ-1]과 같다.



[그림Ⅲ-1] 차 생활 교육콘텐츠의 개발 절차

그러나 본 교육콘텐츠 구성은 몇 가지의 제한점은 갖는다. 첫째, 남양주시에 서 청소년 대상의 슬로 라이프 교육을 위한 프로그램을 위해 개발된 관계로 다양한 분야를 통합한 건강한 음식 문화 교육과 바른 인성을 갖춘 청소년 육

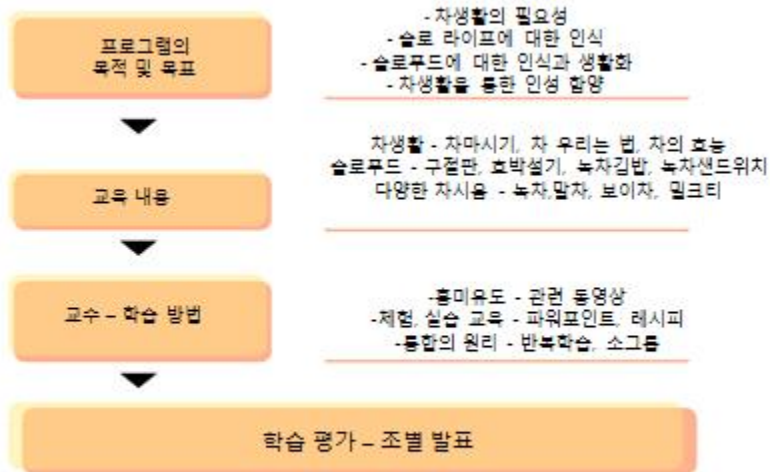
성의 취지를 충족시켜야 하는 제한점이 있다. 둘째, 본 교육콘텐츠 구성 시 2014년도에 시행되었던 관련 프로그램에서의 요구 사항이 반영되면서 대상과 교육시간 등의 제약이 있어 폭 넓게 시행되지 못한 한계점이 있다.

2) 교육콘텐츠의 구성

본 연구에서 구안된 차 생활 교육콘텐츠의 구성은 차 생활을 중심으로 차 우리기, 차 예절, 차 명상, 슬로푸드 실습 등으로 이루어졌다. 이러한 본 교육 콘텐츠는 2014년 프로그램 내용을 근간으로 하여 총 6차시의 실습프로그램으로 개발되었다.

학생들의 실습에 대한 부담감과 친근감 유발을 위해 실생활 속에서 매일 먹는 음식이면서 청소년들이 쉽게 먹고 즐기는 김밥, 떡, 샌드위치 등을 한국의 전통음식으로 구성하여 슬로푸드로 적용하였다. 다양한 재료를 활용한 건강식품이 될 수 있도록 하여 청소년들이 ‘아름다운 밥상’으로 인식하고, 슬로 라이프 삶을 지향할 수 있는 기회를 제공하는 데 초점을 두었다.

교수 매체는 동영상, 파워 포인트 자료, 실습음식, 명상음악 등이 활용되었다. 매 차시마다 도입부분에서 청소년들이 차시목표를 인식할 수 있도록 동영상을 활용하였고, 전개단계에서는 파워 포인트 자료를 제시하여 실습내용을 확인할 수 있도록 하였으며, 차 명상에는 명상음악을 적용하였다. 정리단계에는 교육 후, 실습을 통하여 직접 만든 음식을 시식할 수 있도록 하였다. 이 단계에서 음식을 매개로 친구들과의 상호작용의 과정 속에서 소통과 배려, 나눔의 정서적 교류가 충분히 이루어지도록 유의하였다. 본 교육콘텐츠가 목표로 하는 차를 중심으로 한 슬로푸드와 슬로 라이프에 대한 체험, 소통과 배려, 나눔을 통한 인성 함양의 기회를 제공하고자 하였다.



[그림 III-2] 차 생활 교육콘텐츠의 구성 체계

<표III-1> 차 생활 교육콘텐츠 내용

회기	주제	학습목표	교육내용 및 실습
1	차와 문화 인성다례	①차생활의 필요성을 인식한다. ②차생활을 통해 인성을 함양한다.	차의 효능, 차예절, 차문화 실습 - 차 마시기, 인사법
2	행다례법 차 명상	①차생활을 통한 자긍심을 갖는다. ②슬로 라이프를 인식한다	행다례법과 차 명상 실습 - 차 우리는 법, 차 명상하기
3	슬로푸드 (구절판)	①슬로푸드를 알고 응용한다. ②밥상교육을 통한 슬로 라이프를 안다.	슬로푸드=전통음식(녹색-차) 실습 - 구절판 만들기
4	슬로푸드	①한국 떡의 종류와 의미를 안다	슬로푸드와 차

	(호박설기)	②세시 떡 종류를 안다 ③차가 슬로푸드임을 안다.	설기떡 만들기 실습 - 호박설기 만들기
5	슬로푸드 (녹차김밥)	①슬로푸드인 차음식을 안다. ②녹차, 말차, 보이차 등 차의 종류와 그 차이를 안다.	차를 이용한 차음식 실습 - 녹차김밥 만들기
6	슬로푸드 (녹차 샌드위치)	①슬로푸드를 통한 완전식품을 안다. ②찾자리 셋팅을 통하여 슬로라이프 생활화의 필요성을 이해한다.	슬로푸드의 생활화 실습 - 샌드위치와 밀크티 - 찾자리 셋팅

슬로푸드 실습 요리의 메뉴는 정해옥 외(2013)와 박태선(2009)의 연구에 근거하여 한국음식이 곧 슬로푸드라는 개념에서 선정하였다.

정해옥 외(2013) 연구에서는 ‘친환경 슬로푸드를 통한 한식의 세계화와 글로벌 생태주의 모형’에서 슬로푸드 한식 메뉴를 선정하면서 무공해 식품 소재의 조리법을 개발하고, 한국음식 재료를 친환경 재료로 하며, 조리법을 슬로푸드 방법으로 한 기능성식품, 건강식품으로 활용한 한식의 개발과 함께 여기에 유기나 도자기 그릇(반상기, 다식, 다기) 이용하며, 한국 전통 배경 음악 및 예술, 의상, 인테리어 등의 조화로 한국고유의 전통 문화를 생활화한 식사 문화를 제안하였다.

또한 박태선(2009)은 슬로푸드인 한식(비빔밥과 김밥)과 패스트푸드(햄버거와 돈가스)의 대사 효과를 비교하여 혈중 중성지방의 변화량이 슬로푸드인 한식에서는 차이를 보이지 않았으나, 패스트푸드의 경우에는 유의하게 증가하는 것으로 관찰되었다고 한다. 슬로푸드는 준비, 흡수, 소화와 대사가 모두 느리며, 위에 오래 저류되고 더 많은 섬유소를 가지며 적절한 운동에 혈당과 인슐린이 서서히 올라가고 느리게 포만감을 느낀다고 하였다.

이상의 연구를 근거로 하여, 짧은 시간과 간단한 조리법으로 만들 수 있는 것으로 구성된 본 프로그램의 메뉴를 선정하였다. 교육대상자인 청소년들이

선호하고 쉽게 접할 수 있는 김밥과, 다양한 재료를 활용하여 색과 맛의 조화를 꾀할 수 있는 구절판, 전통음식인 떡 중에서 호박설기, 글로벌 음식으로 샌드위치 만들기를 실습으로 진행하였다.

3) 교육콘텐츠의 세부내용

(1) 차와 문화

04. 한국의 茶

- ❖ 차문화
 - ◎ 다도(茶道). 다례 → 예법, 예절
 - ◎ 만남 → 접빈 문화
- ❖ 웰빙 → 건강
 - ◎ “세계 10대 건강식품”
 - ◎ Green Tea(녹차)




茶근茶근 인성다례교육
<http://www.kortea.co.kr>

[그림Ⅲ-3] 한국의 차와 문화

차는 커피, 코코아와 함께 세계 3대 비알콜성 기호음료로 초기에는 약용으로 그리고 이어서 식용으로 이용되다 차나무가 재배되기 시작하면서 일상의 음료로 현대에 이르고 있다. 그 독특한 풍미로 인해 세계 인구의 절반 이상이

음용하고 있다.

차는 차나무의 잎을 따서 덪거나 말리거나 발효시키는 등의 제다방법을 통해서 만들어진 것을 말한다. 이렇게 만들어진 차는 특유의 쓰고 떫은맛을 나타내는 음료이다. 이 차맛은 ‘카테킨’에 의한 맛으로, 항산화 기능이 뛰어나 몸속의 유해 활성산소를 제거하는 항산화 효과가 높아 식품에 사용되는 대표적인 항산화제인 비타민 E에 20배, 비타민 C의 10배에 해당하는 항산화력을 나타낸다(김종태, 1996).

우리나라의 차나무는 차속(茶屬) 차종(茶種)으로, 차나무의 학명은 *Camellia sinensis*. (L). O. Kuntze 로 확정되어 통용되고 있다. 차나무의 잎은 두텁고 광택이 있는 짙은 녹색으로 긴 타원형이며, 3~10cm 정도로 거치가 많다. 꽃은 노란색 수술이 가득한 흰꽃이 피며, 뿌리는 직근성이다. 봄과 여름에 잎을 수확하여 차를 만들며, 꽃은 가을에 피며, 그 열매는 다음해에 열린다(이현숙, 2010).

이렇게 만들어진 차는 삼국시대 이후로 마셔져 왔으며, 우리나라만의 독특한 차문화를 형성하여 왔다. 옛부터 일상생활 속에서 심신을 수련하는 민족의 문화로 차생활문화가 정착되어 왔으며, 차는 단순한 음용을 위한 기호품으로서의 가치를 넘어서 우리 민족의 정신문화와 생활문화를 담아내는 중요한 삶의 요소가 되어 왔다(주영애·조선주, 2009).

이러한 차생활은 오늘날 차에 대한 이해를 바탕으로 행다를 준비하고, 이행함으로써 건강한 마음가짐과 몸가짐을 수양하고, 더불어 차를 매개로 대인관계의 삶 속에서 예절을 실천해나가는 생활상을 의미하고 있다(최배영·최진영, 2001).

최근에는 차 대접을 위한 접빈예로서 차 예절이 중요시 되고 있다. 평상시의 인사법과 함께 차를 우리는 행다례법과 차 마시는 법은 가장 한국적인 문화로

회자되고 있으므로 이러한 차생활 예절을 실천할 수 있도록 교육기회를 제공하고 지도할 수 있도록 하는 것은 매우 의미가 있다.

(2) 차의 성분과 효능

차의 효능에 대한 교육 자료를 제시하여 청소년들이 차에 대한 관심을 가질 수 있도록 하였다.

다음의 [그림Ⅲ-4] 동영상은 차의 효능에 대한 카카오 TV 동영상이다. 고등학생을 대상으로 한 연구에서 집중력 향상의 효과가 있다는 내용이 담긴 동영상이다.



[그림Ⅲ-4] 녹차의 효능 / 카카오 TV 동영상

06. 녹차의 효능

- ❖ 다이어트와 피부미용에 좋다
- ❖ 충치 예방과 입 냄새 제거에 효과가 있다.
- ❖ 동맥경화와 고혈압 예방에 효과가 있다.
- ❖ 위암, 폐암 등 항암 효과가 있다.
- ❖ 다당체 성분이 인슐린 합성을 촉진하기 때문에 당뇨병 예방에 좋다
- ❖ 항산화 작용으로 노화방지를 억제시켜준다. - 카테킨성분
- ❖ 데아닌이라는 성분이 알파파를 상승시켜 **집중력의 증진, 암기력 향상, 스트레스 회복** 등의
- ❖ 머리를 맑게 해주는 효능이 있다.
- ※ 녹차를 마시고 약 30분 뒤 뇌에 도달하며 40분 뒤에는 **알파파가 상승** ※

[그림Ⅲ-5] 녹차의 효능

차의 주요 성분인 카테킨은 성인병 예방과 암 예방에 관여하는 여러 기능이 증명되었다. 그 생리작용은 항산화, 항돌연변이, 항암, 혈중 콜레스테롤 저하, 혈압상승 억제 등 심질환을 예방하는 효과가 있다. 또한 혈당 상승 억제, 혈소판 응집 억제, 항균, 항바이러스, 충치 예방, 항궤양, 항알레르기, 소취 작용 등이 있다(주영애 외, 2011).

탄닌은 지방분해 중성지방을 감소시키는 작용이 있어 체중감소 효과로 다이어트도 기대할 수 있으며, 중금속, 담배, 모르핀 등의 독성물질과 쉽게 결합하여 침전물을 생성시키는 해독작용을 한다. 또 차의 성분 중 아미노산의 일종인 데아닌은 몸과 마음을 이완시키고 혈압을 낮추어주며, 특히 뇌의 알파파를 상승시켜 집중력의 증진과 암기력 향상 등으로 학습능력을 높여주며, 스트레스 회복을 도와준다(김종태, 1996).

자외선에 의한 유리 라디칼의 생성을 억제하는 항산화 효과를 나타내기 때

문에 피부 노화를 예방 및 억제하는 작용과 홍반 억제 효과, 과산화지질 생성 억제 효과를 갖게 한다(Makhtar 1992).

차의 카페인 함량은 커피콩에 비해 높은 편이지만, 차를 우릴 때 낮은 온도에서 우리기 때문에 차엽 중의 카페인 성분이 60~70% 정도만 우리나라서 한 잔 당 카페인 함량은 오히려 녹차가 커피보다 훨씬 적은 편이다. <표Ⅲ-2>를 통해 기호식품 한 잔 당 카페인 함유량을 비교해보면, 차가 대개 27mg 정도라면 커피는 60mg 이상으로 훨씬 많은 것을 알 수 있다. 차는 카페인 성분으로 해서 특유의 쓴맛을 가지며, 중추신경의 각성작용과 함께 눈이 밝아지는 효과를 볼 수 있다. 또한 강심 효과와 이뇨작용을 촉진시킨다. (정동효 외, 차생활문화대전, 2012)

차의 사포닌 성분은 말차로 마실 때, 거품을 형성하여 차의 맛을 부드럽게 해준다. 사포닌 성분은 항염증 효과와 항암 작용을 하는 것으로 알려져 있다.

<표Ⅲ-2> 각종 음료 중에 함유된 카페인 함량

구 분	함량 (mg/잔)
원두커피	110-150mg/잔
인스턴트커피	60-108mg/잔
카페인레스커피	2-5mg/잔
코카콜라	45.6mg/잔
코코아	6mg/잔
홍차	20-46mg/잔

(정동효 외, 차생활문화대전, 2012)

또한 차에는 불소 성분이 많아 이를 튼튼하게 하며 충치를 예방해준다. 이

밖에 항산화 비타민(비타민 C와 E, β -카로틴)과 미네랄 성분으로 아연(Zn), 셀렌(Se), 칼륨(K), 칼슘(Ca), 인(P), 마그네슘(Mg), 망간(Mn), 철(Fe) 성분이 함유되어 있어 항산화작용과 암 예방, 심근장해 방지, 미각이상 방지 등의 작용을 한다(주영애, 2011).

<표Ⅲ- 3> 차의 기능성 성분의 특징

성분	함량	생리작용	용도
카테킨 (산화물포함)	10-18%	항산화, 항돌연변이, 항암, 혈중콜레스테롤, 혈압 상승억제, 혈당상승 억제, 항바이러스, 혈소판응집억제작용, 항균, 충치예방, 항궤양, 항알레르기, 소취	식품산화방지제, 항균제, 탈취제, 항충치제
플라보놀	0.6-0.7%	모세혈관 저항성 증가, 항산화, 혈압강하, 소취작용	탈취제
카페인	2-4%	증추신경 흥분, 수면방지, 강심, 이뇨, 항천식대사항진	수면방지제, 두통감기약, 강심제, 알러지경감제
다당류	약0.6%	혈당상승 억제 (항당뇨)	
비타민C	150-250mg%	항괴혈병, 항산화, 암예방	
비타민E	25-70mg%	항산화, 암예방, 항불임	산화방지제
β -카로틴	13-29mg%	항산화, 암예방, 면역력 증강	
GABA	100-200mg% (처리후)	혈압상승 억제, 억제성 신경전달	가바(GABA)차
사포닌	약 0.1%	항암, 항염증	
불소	90-350ppm	충치예방	
아연	35-75ppm	미각이상 방지, 피부염 방지, 면역능력 저하억제	
셀렌	1.0-1.8ppm	항산화, 암예방, 심근장해 방지	

(주영애, 2011, p.102)

(3) 차예절 (공수법)

바른 자세를 위해 허리는 곧게 펴고, 두 발의 각도는 45° 정도 벌려 편하게 선다. 얼굴은 밝은 표정을 하고, 두 손을 모은 공수자세로 서도록 한다. 이때 위의 사진과 같이 자연스럽게 손을 잡는데 남자는 왼손이 위로, 여자는 오른손이 위로 향하도록 한다.

차실에서 방석을 이용할 때는 방석을 발로 밟지 않고 방석을 앞에 놓고 무릎을 꿇고 앉는다. 남자는 두 손을 둥글게 잡아 양 무릎 위에 올린다. 여자는 두 손을 모아 한쪽 무릎 위에 올려놓는다.



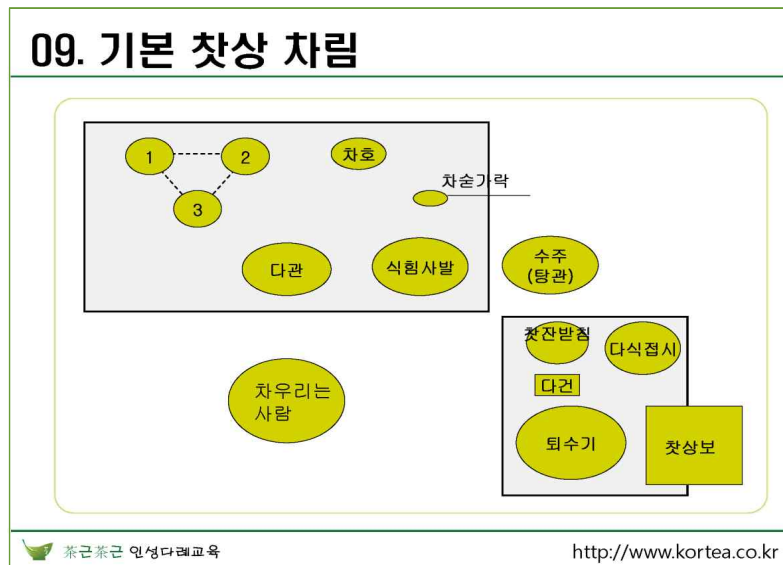
[그림Ⅲ-6] 공수하는 법

(4) 차 마시는 법

① 주인이나 차를 우린 사람이 먼저 찻잔을 들어 마신 후, 손님께 권한다.

- 이때, 목례를 하며, ‘차 드십시오.’ 라고 권한는 말을 하는 것도 좋다.
- ② 두 손으로 찻잔을 잡는다. (찻잔 위로 손가락이 올라가지 않도록 주의한다)
 - ③ 가슴 가운데로 찻잔을 가져오면서 오른손으로 찻잔을 잡는다.
 - ④ 왼손바닥을 편 후, 그 위에서 찻잔을 놓듯이 자연스레 잡는다.
 - ⑤ 찻잔 속의 차색을 먼저 감상하고, 다음에 차향을 느낀다.
 - ⑥ 세 번에 나누어 차를 마시며 차맛을 음미한다. 이때 소리 나지 않게 마신다.
 - ⑦ 다 마신 찻잔은 두 손으로 찻잔받침 위에 놓는다.
 - ⑧ 두 손은 공수하여 무릎 위에 얹는다.

(5) 찻상 차리기



[그림Ⅲ-7] 차상차림

08. 다 구 명



茶근茶근 인성다례교육

<http://www.kortea.co.kr>

[그림Ⅲ-8] 다구명

13. 다구 Setting 완성



茶근茶근 인성다례교육

<http://www.kortea.co.kr>

[그림Ⅲ-9] 다구세팅

14. 차 우리는 법(행다례법)

1. 물끓이기
2. 찻잔 예열하기
3. 적당량의 차와 물붓기
4. 차우리기
5. 찻잔에 따르기
6. 마시기
7. 정리하기

◆ 행다 행위에 의미를 부여하고 순리를 따름.

→ 차 우리기의 과학화
*
물의 온도
차의 양
차 우리는 시간
차도구의 선택

→ 차의 생활화
*
차 마시기
차문화 즐기기
(찻자리, 다기, 다화, 다식, 다복 등)

[그림Ⅲ-10] 차 우리는 법

(6) 행다례법

다음의 차 우리는 법(녹차)은 성신다법(주영애, 2011)을 근간으로 하여 정리하였다.

1. 각자 자리에 앉는다.
2. 앉은 채로 인사한다.
3. 찻상보를 접는다. (접은 상보는 옆 다반 오른쪽 아래 부분에 놓는다.)
4. 다건을 잡고, 탕관을 들어 뜨거운 물을 식힘사발에 따른다.
5. 다관 뚜껑을 열어 다관의 오른쪽에 내려놓고, 식힘사발의 물을 다관에 따른다.
6. 탕관의 차 우릴 물을 식힘사발에 따른다.

7. 다건을 내려놓고, 다관을 들고 물을 찻잔에 따른다.
(①번 잔 -> ②번 잔 -> ③번 잔의 순으로 따른다.)
8. 다관 뚜껑을 열어 내려놓고, 차호를 가지고 와서 차호 뚜껑을 열어 제자리에 내려 놓고, 차순가락을 들어 차호 속의 차를 떠서 다관에 넣는다.
9. 다건을 잡고, 식힘사발을 들어 물을 다관에 따른다.
10. 찻잔을 예열한 물을 퇴수기(버림사발)에 버린다.
(③→ ② → ① 순으로 버린다.)
11. 주인은 다관을 자신의 앞으로 들고 와서 잠시 기다린 후, 우려진 차를 따른다.
(잔의 1/3씩 ① → ② → ③ → ② → ① → ② → ③의 순으로 차를 따른다.)
12. 차탁(찻잔받침)을 가져와 왼손바닥위에 놓고, ①번 잔을 올려놓은 다음 ①번 손님께 드린다.
13. ②번 잔을 ②번 손님께 드린다.
14. ③번 잔을 자신의(팽주) 앞에 갖다 놓는다.
15. 주인은 손님과 인사를 나누고, 차를 마신다. (차를 마시며 다담을 나눈다.)
16. 주인은 다시금 탕관의 차 우릴 물을 식힘사발에 따른다.
17. 주인은 다식을 손님 앞에 내어놓는다.
18. 주인은 식힘사발의 물을 다관에 부어 두 번째 차를 우려낸다.
18. 그동안 손님은 마신 찻잔을 자리에 내려놓는다.
19. 손님은 다식을 먹는다.
20. 주인은 두 번째 차를 식힘사발에 따라서 손님상에 내놓는다.
21. 주인은 손님께 두 번째 차를 드시기를 권한다.

22. 손님이 더 드시기를 사양하면 주인은 손님상의 다식접시를 옆 다반에 옮겨다 놓는다.
23. 주인은 손님 찻잔을 가져다 찻상 위의 처음 위치에 놓는다.
23. 찻상보를 덮는다.
24. 주인은 옆의 찻상보를 들어 찻상을 덮은 후, 바로 앉는다.
25. 주인과 손님은 앉은 채로 인사한다.
26. 주인은 손님을 배웅한다.

(7) 차 명상

다음의 차 명상법은 다심명상 프로그램을 본 프로그램에 맞추어 다시 정리하였다.

- 공수와 인사법으로 올바르게 인사하도록 한다.
- 우려낸 차를 제각각 자리에 나누어 준다.
 - 차를 우려내는 과정을 관찰하게 한다.
 - 우려낸 차를 찻잔의 2/3 정도씩 따르도록 한다.
 - 차 명상의 진행은 지도자의 진행 내레이션에 집중하여 잘 이행하도록 한다.
- 나레이션과 음악을 들으며 편안한 마음으로 차 명상을 시작한다.
- 찻잔을 두 손으로 가볍게 잡고, 팔은 다리에 편하게 놓는다.
 - 엉덩이는 앉은 상태에서 좌우로 움직여 편한 자세가 되도록 한다.
 - (사람에 따라 자연스레 편한 자세를 취해도 좋다.)
 - 눈을 감고, 숨을 가볍게 들며 마시고, 내시면서 어깨와 가슴의 힘을 빼준다.

- 다리는 의자에 앉은 자세로, 머리와 허리를 곧게 펴도록 한다.
- 들숨, 날숨을 반복하며 호흡을 고르게 하고 마음을 편하게 갖도록 한다.
- 반복하는 호흡을 통하여 가볍고 편안하게 호흡하는 자신을 지켜보도록 한다.
- 찻잔을 잡은 손의 느낌을 느껴 보도록 한다.
- 찻잔의 따뜻한 느낌, 잔의 거칠거나 매끄러운 느낌을 느껴본다.
- 자신을 느끼면서 느껴지는 자신을 향해 긍정적인 말을 한다.
- ‘사랑’, ‘평화’, ‘풍요로움’, ‘감사’, ‘행복’, ‘성공’, ‘나의 꿈’, ‘건강’, ‘어머니 등 숨을 내쉬면서 한 단어씩 마음속으로 말한다. (20초)
- 찻잔을 천천히 가슴 중앙까지 올리면서 자신 손이 움직이는 느낌을 느껴본다.
- 찻잔이 가슴 높이에 와 있으면 잠시 멈추고, 차의 색을 그려본다.
- 다시 찻잔을 코 주위로 가까이 한, 차향을 마시며 느껴본다.
- 천천히 차를 마시고, 입안에 잠시 머금고 차맛을 느껴본다.
- 차를 삼키며 목을 타고 내려가는 느낌과 차를 마신 후의 입안에 남은 차맛을 느껴본다.
- 찻잔을 든 팔을 내리면서 그 느낌을 느껴본다.
- 찻잔을 무릎 위에 편안히 내려놓은 다음, 온 몸의 힘을 빼고 긴장을 푼 상태를 느껴본다.
- 눈을 감고, 가볍게 숨을 들이쉬고 내쉬면서 앉아 있는 자신을 느껴본다.
- 눈을 뜨고 잠시 그대로 있다가 움직이도록 한다.

(8) 차 예절

예절의 시작은 마음가짐에서 시작되는 것으로, 차를 먹고 마시고 우려내는

행위를 하는데 있어서는 정성스러운 마음과 존중하는 마음과 감사하는 마음, 그리고 사랑하는 마음이 담겨있어야 한다. 이러한 마음과 행동을 담은 것으로 차계에서는 ‘구용구사(九容九思)’ 를 들어 차예절법 교육에서 주로 활용하고 있다.

조선시대 유학자인 율곡 이이(李珣, 1536~1584)는 『격몽요결(擊蒙要訣)』을 통하여 글로벌 리더를 꿈꾸는 사람들이라면 언제든 되새겨봐야 할 좋은 경구(警句)를 남겼다. ‘구용구사’가 바로 그것이다. 사람이 제 구실을 하기 위하여 마땅히 지녀야 할 아홉 가지 바른 용모와 아홉 가지 바른 생각을 뜻하는 말로 특히 몸가짐에 있어서 아홉 가지 태도(구용, 九容)보다 더 중요한 것이 없고, 배움에 나아가고 지혜를 더하는 데에는 아홉 가지 생각(구사, 九思)보다 더 중요한 것은 없다고 하였다.

□ 구용(九容) - 행동

"걸음걸이는 무겁게 하고, 손은 공손하게 가지며, 눈은 바르게 뜨며, 입은 다물고 있으며, 말소리는 조용히 하며, 머리는 곧게 들며, 숨소리는 정숙하게 하며, 서 있는 모습은 의젓해야 하며, 얼굴빛은 위엄이 있게 한다."

- 두용직(頭容直) : 머리는 곧게
- 목용단(目容端) : 눈은 단정하게
- 구용지(口容止) : 입은 조용히
- 색용장(色容莊) : 얼굴은 밝게
- 수용공(手容恭) : 손은 공손하게
- 성용정(聲容靜) : 말소리는 조용히
- 기용숙(氣容肅) : 몸은 편안(숙연)하게

- 입용덕(立容德) : 서있는 모습은 덕 있게
- 족용중(足容重) : 발은 무겁게

□ 구사(九思) - 아홉 가지 생각, 사고

"볼 때는 환히 볼 것을 생각하고, 들을 때는 똑똑하게 들을 것을 생각하고, 안색은 온화하게 가질 것을 생각하고, 태도는 공손할 것을 생각하고, 말은 진실한 것을 생각하고, 일할 때는 조심할 것을 생각하고, 의심날 때는 물어볼 것을 생각하고, 화가 날 때는 곤란하게 될 것을 생각하고, 이득이 생기면 의리를 생각해야 한다."

- 시사명(視思明) : 밝고 바르게 보고자 하는 생각
- 청사충(聽思聰) : 총명하게 정확히 듣고자 하는 바른 생각
- 색사온(色思溫) : 온화한 얼굴을 갖고자 하는 바른 생각
- 모사공(貌思恭) : 용모를 공손히 하고자 하는 생각
- 언사충(言思忠) : 성실하게 말하고자 하는 생각
- 사사경(事思敬) : 일에 공경함을 갖도록 하는 생각
- 의사문(疑思問) : 의문을 가졌을 때는 해결하고자 하는 생각
- 분사난(忿思難) : 분할 때에는 어려웠을 때를 생각
- 견득사의(見得思義) : 이득을 봤을 때 이로운 것인가를 생각

(9) 기능성 식품

미국 국립암연구소에서는 1991년부터 '5 a day(1일 5접시)' 캠페인을

주도하고 있다. ‘매일 다섯 접시이상의 야채와 200g이상의 과일을 먹으면 암, 심장병, 고혈압, 당뇨병 등 생활 습관병의 위험이 감소한다.’ 고 하면서 시작된 운동이다. 미국인들의 영양 균형을 위해 매일 5회씩 다양한 과일, 채소 섭취를 권장한 것이다.

그 후 3년이 지나면서 효과가 나타나기 시작하였으며, 야채, 과일 또는 콩류의 섭취가 눈에 띄게 증가했고, 암에 의한 사망률이 현저히 감소했다는 연구결과를 발표했다(윤창훈, 2016).

그리고 채소와 과일별로 암을 예방하는 물질로 식물성 식품 속에 미량으로 존재하는 피토케미컬(Phytochemical)이 확인되었다. 이 피토케미컬은 비타민이나 무기질과 같은 영양소는 아니지만 건강에 유익한 생리활성을 가진 물질들을 가리킨다. 밝고 예쁜 색을 가진 과일과 채소에 다양한 피토케미컬이 존재하며, 이 효과는 색이 진할수록 크다고 한다. 피토케미컬은 만성질환을 예방하는 효과가 있으며, 특히 우리 몸에서 항산화작용과 해독작용, 면역기능 증강, 호르몬 역할 조절, 항박테리아나 항바이러스 작용을 한다(홍주용, 2006).

이러한 피토케미컬의 기능성이 알려지면서 피토케미컬이 들어있는 다양한 칼라의 식품을 식탁 위에 올릴 것을 미국에서 캠페인으로 알리면서 식탁 위에 빨강, 주황, 노랑, 초록 및 보라색이 포함되는 식사를 권장하게 된다. 이때 각 색상별 식품을 알리는 과정에서 등장한 ‘칼라 푸드’ 라는 말은 어느 사이 각각의 칼라에 따른 기능성이 알려지면서 우리 밥상 위에 자리하게 된 것 같다.

이렇게 ‘칼라 푸드’ 라는 말이 등장한 이후로, 언제부턴가 우리나라에서도 ‘매일 5가지 이상의 과일과 채소를 섭취하자.’ 는 것으로 발전한 것 같다. 그리고 매일 다양한 색상의 칼라 푸드를 먹는 것을 권하는 식생활 개선 방안으로, ‘칼라 푸드’ 라는 말이 건강을 중시하는 현대인들에게 인식되어 오늘에 이르고 있다.

이중 차는 녹색식품 중 하나로, 세계 10대 식품으로 선정되었다(주영애, 2011).

<표Ⅲ-4> 색상에 따른 대표적인 식품

색상	색상별 대표적인 식품
녹색	차, 브로콜리, 시금치, 양배추, 깻잎, 부추, 오이, 근대, 솔잎 등
빨강색	토마토, 수박, 딸기, 석류, 고추 등
노랑색 (주황색)	당근, 감, 오렌지, 귤, 복숭아, 옥수수, 자몽, 호박, 고구마 등
흰색	양파, 무, 배, 버섯, 마늘, 노란콩 등
보라색	포도, 가지, 자두, 블루 베리 등
검은색	검은깨, 메밀, 흑미, 검은콩 등

□ 다양한 색상을 가진 채소류의 이용

식품별로 색상이 뚜렷한 채소나 과일의 활용을 통한 피토케미컬의 섭취는 천연식품으로 섭취하면서 여러 종류의 피토케미컬을 함께 섭취하는 것으로 유익한 효과가 더 상승되는 것으로 보고되었다(홍주영, 2006).

홍주영(2006)의 연구에서는, 하루에 5가지 이상의 과일과 채소를 섭취하기 위한 우리 밥상을 기준으로 다음과 같이 제안하였다.

- 아침에 과일 주스 1컵을 마시도록 한다.
- 아침 식사 후 과일을 먹도록 한다.
- 점심 식사 때 김치 외에 다양한 채소 반찬을 곁들인다.
- 간식으로 사과, 귤, 바나나 등 다양한 과일을 골고루 선택한다.
- 저녁식사 때 노랑색 채소(시금치, 양배추)를 포함하여 다양한 채소반찬을

충분히 섭취한다.

- 일주일에 한번 정도는 다양한 채소를 곁들인 비빔밥을 선택한다.
- 고기 섭취시 다양한 쌈채소(상추, 숙갓, 깻잎 등)을 곁들인다.
- 신선한 생채소를 이용한 샐러드를 자주 이용한다.
- 다양한 색상의 잡곡밥을 선택한다.

□ 본 프로그램에서의 색상별 식품의 활용

슬로 라이프를 위한 밥상교육을 위한 본 프로그램에서는 뚜렷한 색상을 가진 식품을 이용하는 것을 기본으로 하며, 여기에 녹색의 대표식품이며, 슬로푸드인 차를 활용하면서 학생들이 요리가 어려운 것이 아니라는 것을 알려주면서 식탁의 아름다움을 식재료의 칼라에서 확인할 수 있도록 한다.

1. 구절판과 샌드위치

색상이 뚜렷한 식품으로 대표적인 노랑, 빨강색은 파프리카로, 녹색은 오이와 말차를, 당근으로 주황색을, 머섯으로 흰색을, 양배추로 보라색을, 그리고 훈제된 닭고기에 노랑색 마스터드를 소스로 제공하는 것으로, 인스턴트식품에 익숙한 청소년의 입맛에 맞추고자 하였다.

이상의 재료를 생으로 채로 썰어 먹기 좋게 하면서 또한 샐러드처럼 즐기도록 하는 한편, 이를 말차로 녹색의 밀전병을 만들어 싸서 먹기 좋도록 하였다. 또한 썬무를 비트를 이용하여 자색으로 만들어서 함께 싸서 먹도록 하였다.

또한 샌드위치는 구절판과 같이 칼라 푸드인 식재료를 이용하여 같은 방법으로 만들었다. 밀전병이 아닌 식빵을 이용하는 것으로써 같은 재료로 다른 음

식을 만들 수 있음을 체험하도록 하였다. 작은 변화로 새로운 것을 만들어내는 창의성이 특별한 것이 아님을 일깨워주는 한 방법이 되도록 하였다.

이렇게 조리실습 후, 참가자들이 다양한 모습으로 만들어낸 구절판을 아래의 [그림Ⅲ-11]을 통하여 확인할 수 있다.



[그림Ⅲ-11] 실습 후, 구절판과 접시에 셋팅된 슬로푸드



[그림Ⅲ-12] 꽃과 함께 셋팅된 샌드위치와 밀크티

(10) 슬로푸드인 한국의 떡

한국의 떡의 종류는 다양하다. 떡을 만드는 재료에서 만드는 방법에 이르기까지 그 종류는 무척 많다. 떡은 일찍이 인류의 먹거리로서 우리의 역사와 함께 자리 잡아 왔으며, 한국의 전통사상과 문화의 뿌리가 되어 왔다. 그러나 현대화와 외국의 식문화가 수입되면서 이러한 한국적 떡의 맛을 알고 먹고자 하는 풍토가 점차 줄어들고 있는 실정이다. 그런 가운데 떡을 완전식품으로 인식하고 현대 식문화의 변화를 추구하고 있다.

이에 우리 한국 떡의 식재료의 다양한 활용은 현대 식문화에 있어서 참된 슬로 라이프를 조성하는 데에 의미가 있다. 한국적인 식문화의 대표적 슬로푸드인 떡을 제대로 알고 섭취하는 것이 슬로 라이프의 참된 의미를 갖는 것이라고 생각한다.

□ 통과례 속의 떡의 종류와 그 의미

한국의 각종 떡은 그 의미를 갖고 있다. 떡은 통과례 때마다 그 목적에 따라 만든 다양한 의미가 있다. 예를 들면, 백일과 돌상에 차려서 먹는 떡으로 백설기는 깨끗하고 순수하게 자라기를 바라는 마음을, 수수경단은 붉은 빛으로 액운을 면하라는 뜻을, 송편은 배가 볼록 나와 속이 찬 모양, 배부르게 식복이 있으라는 뜻을 갖고 있다고 한다(윤서석, 2008).

□ 세시명절과 떡

새해를 맞아 해와 같이 생긴 둥근 떡국을 먹음으로써 자연스레 나이를 먹는 것과 함께 올 농사의 풍년을 기원하는 의미를 갖는다. 이와 함께 앞으로는 다식으로 떡가래를 준비하여 꿀과 함께 먹으면서 차를 마시는 것도 필요하다.

다음은 세시명절에 어울리는 대표적인 떡으로(윤숙자, 2004), 차와 함께 먹을 수 있는 떡의 예시는 다음과 같다.

<표Ⅲ-5> 세시명절의 대표적인 떡

세시명절	대표적인 떡	세시명절	대표적인 떡
설날	가래떡	6월 유두절	상화병, 떡수단
정월 대보름	약식	7월 칠석	백설기, 증편
2월 초하루	송편	8월 추석	오러송편
3월 삼짇날	화전	9월 중양절	국화전
4월 청명한식	쭉송편, 쭉단자	10월 상달	고사떡(팔시루떡)
4월 초파일	느티시루떡	12월 동지	참쌀경단의 팔죽
5월 단오	수리취		

이렇듯 세시마다 만들어진 떡은 이웃과 함께 나누어 먹는 나눔의 음식이었다 (윤서석, 2008). 우리 떡의 역사를 통해 세계 음식문화에 대한 관심을 갖도록 하고 슬로푸드에 대해 새롭게 인식할 수 있는 기회를 제공해야 할 것이다.

2. 차 생활 교육콘텐츠 적용 결과분석

1) 조사 대상 및 조사 방법

본 연구는 남양주시 J고등학교 학생을 대상으로 방과 후 동아리 활동 시간에 개발된 교육 프로그램을 실시하였다. 참가자는 슬로라이프 동아리활동으로 담당교사를 통하여 홍보를 하였으며, 18명이 신청하였다.

프로그램은 2015년 8월 31일부터 9월 10일까지 2주간에 걸쳐 화, 목, 금요일 오후 4시부터 5시30분까지 90분간 방과 후, 동아리 활동으로 6회 진행되었다.

매시간 수업 진행은 주 강사 1명, 보조강사 1명, 조교 2명, 스태프 1명으로 실습과 찾자리 셋팅을 준비하기 위해 수업시작 2시간 전부터 준비를 하였다. 장소는 학교 내 조리대가 있는 실과 실습실에서 진행되었다. 그리고 본 교육 콘텐츠에 대한 효과를 알아보고자 교육이 끝난 후, 질문지를 통하여 그 만족도를 분석하였다. 참가자 18명중 1명이 조퇴하여 17명이 질문지에 대해 답하였다.

질문지의 내용은 조사대상 참가학생의 일반적 사항으로 성별, 학년, 종교, 가족 구성 등 5문항, 차 관련 사항으로 차의 종류와 각 색, 향, 미 그리고 다식 등 23문항, 슬로 라이프에 대하여 1문항, 본 교육방안에 대한 요구 2문항

으로 구성되었다. 각 문항은 5점 리커드 척도로 되어 있다. 1,

본 차 생활교육 프로그램에 대한 만족도를 파악하기 위해 작성된 질문지는 차 생활교육 내용은 김영인(2005), 김전희(2012), 서영실(2007), 이경란(2005), 장철선(2012)의 연구에서 사용된 질문지의 일부를 수정, 보완하여 작성하였다.

2) 분석 방법

본 연구를 수행하는데 있어서 자료는 다음과 같은 통계처리 과정을 거쳤다.

1. 조사대상자의 일반적 특성, 슬로 라이프 활동 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

2. 차 선호도, 라이프 스타일, 슬로 라이프 교육콘텐츠 만족의 평균과 표준편차를 알아보기 위하여 기술통계분석을 실시하였다.

3. 차 종류에 따른 색, 향, 미 선호도의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하였다.

이상의 본 연구의 실증분석은 모두 유의수준 5%에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

IV. 연구 결과 및 해석

1. 조사대상자의 일반적 특성

본 연구에 참가한 조사대상자의 일반적 특성을 살펴본 결과는 <표IV-1>과 같다. 성별은 ‘남자’가 4명(23.5%), ‘여자’가 13명(76.5%)이었고, 학년은 ‘1학년’이 1명(5.9%), 2학년이 16명(94.1%)이었다. 종교는 ‘기독교’가 8명(47.1%), ‘무교’가 7명(41.2%)이었으며, ‘불교’와 ‘천주교’는 각각 1명(5.9%)이었다. 가족구성은 ‘부모+자녀’가 16명(94.1%), ‘부모+자녀+조부모’가 1명(5.9%)이었으며, 형제자매 수는 ‘1명’이 13명(76.5%), ‘2명’과 ‘없음’은 각각 2명(11.8%)으로 나타났다.

<표IV-1> 조사대상자의 일반적 특성

구분		빈도(N)	백분율(%)
성별	남자	4	23.5
	여자	13	76.5
학년	1학년	1	5.9
	2학년	16	94.1
종교	불교	1	5.9
	기독교	8	47.1
	천주교	1	5.9
	무교	7	41.2
가족구성	부모+자녀	16	94.1
	부모+자녀+조부모	1	5.9
형제자매 수	1명	13	76.5
	2명	2	11.8
	없음	2	11.8
전체		17	100.0

2. 차 생활 교육콘텐츠 적용 결과

1) 교육콘텐츠 경험 실태

차 생활 교육에 대한 경험 실태는 <표IV-2>와 같다. 차에 대한 경험으로, 이전에 인성다례 또는 차 교육 경험이 있는 학생은 1명(5.9%)이었고, 차 교육 경험이 없는 학생은 16명(94.1%)이었다. 본 프로그램에 들어오기 전 관련 정보를 제공받은 학생은 5명(29.4%) 정도였다.

교육 이후, 차와 관련된 전문적인 수업에 참여할 의향이 있는 학생은 17명(100.0%) 전원이 참여할 의향이 있는 것으로 조사되었다.

이를 분석해보면, 참가자 대부분이 차에 대한 사전교육이 없는 학생이었으나 교육 후, 차에 대한 관심이 높은 것으로 나타났다. 차에 특히 슬로 라이프 동아리 활동으로 본인들이 교육 참가를 결정하는 등으로 본 교육에 대한 관심이 높았던 것과 체험실습 교육으로 진행된 것이 영향을 준 것으로 사료된다.

<표IV-2> 차 생활 교육 경험 실태

구분		빈도(N)	백분율(%)
인성다례/ 차교육 경험	있다	1	5.9
	없다	16	94.1
정보 제공 유무	없다	12	70.6
	있다	5	29.4
향후 수업 참여 의향	있다	17	100.0
	없다	0	.0
전체		17	100.0

2) 차 생활 교육 프로그램 만족도

본 프로그램 차시별 만족도를 살펴본 결과는 <표IV-3>과 같다. 프로그램에 대한 만족도는 ‘샌드위치 만들기’ (M=4.76), ‘녹차 김밥 만들기’ (M=4.65), ‘설기 떡 만들기’ (M=4.47), ‘행다’ (M=4.47), ‘칼라푸드 만들기’ (M=4.47), ‘차 우리기’ (M=4.35), ‘차란 무엇인가?’ (M=4.12), ‘차와 명상’ (M=3.94) 순으로 본 프로그램에 대한 만족도가 높았다.

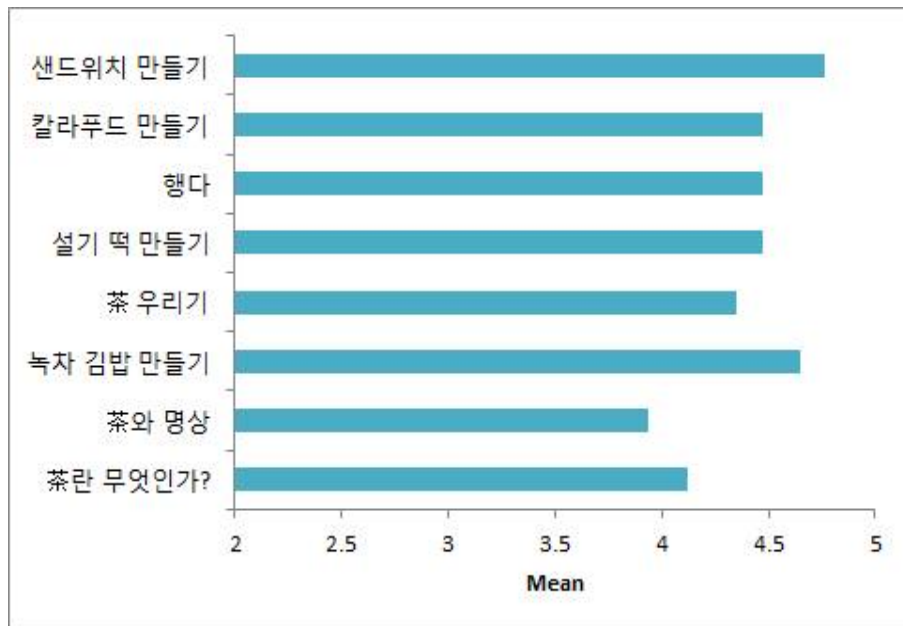
실습 위주의 본 교육의 특성상, 쉽게 만들 수 있는 음식이면서 청소년들이 좋아하는 것으로 준비하였다. 이 중에서 샌드위치 만들기가 가장 좋은 반응을 나타낸 것은 빵을 즐기는 청소년들의 성향이 반영된 것으로 사료된다.

그런 가운데 참가자들의 본 교육에 대한 기타 의견으로, “처음 해보아서 정말 뜻 깊은 경험이었다.” 는 본 교육콘텐츠에 대한 만족도를 드러낸 참가자(4명)와 “더 만들고, 더 다양한 차를 마시고, 만들었으면 좋겠다.”, “차문화도 좋고, 다른 문화도 궁금하니 시간이 늘어도 좋을 것 같다.” 는 차에 대한 관심을 보였으며(5명), 이는 “교육시간이 좀 더 길었으면 좋겠다.” 는 교육시간의 증가를 언급하는 학생이 4명이나 될 정도였다. 또한 “우리 학교뿐 아니라 여러 학교에서도 이런 체험을 할 수 있으면 좋겠고 앞으로도 이런 체험 위주가 주가 되었으면 좋겠다.” 며 체험 교육에 대한 관심을 드러내는 참가자도 있었다. 그리고 슬로 라이프 교육에 대해서는 “저희 고등학교에서만 이런 것을 누리는 것이 아깝다. 다른 지역에서도 슬로 라이프 교육을 했으면 좋겠다.” 고 언급(3명)하며, 타 학생들도 받을 수 있기를 희망하는 의견(2명)을 제시하고 있다. 이러한 여러 반응 가운데 차 우리기와 행다법 그리고 차 관련 교육에서 일정수의 참가자들이 반응을 나타낸 것은 차에 대한 관심으로 판단

된다. 이는 각 프로그램이 1차시에 한정되는 시간상의 어려움이 있었음에도 본 교육이 목적하는 차 생활에 대한 참가자들의 관심을 이끌어내었다고 사료된다.

<표IV-3> 차시별 차생활 교육콘텐츠 만족도

구분	불만족		· · ·		보통		· · ·		매우 만족		평균	표준편차
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
1차시(차란?차예절)	-	-	-	-	2	11.8	11	64.7	4	23.5	4.12	.60
2차시(차와 명상)	-	-	-	-	4	23.5	10	58.8	3	17.6	3.94	.66
2차시(차우리기)	-	-	-	-	2	11.8	5	29.4	10	58.8	4.47	.72
3차시(행다례)	-	-	-	-	2	11.8	5	29.4	10	58.8	4.47	.72
3차시(구절판)	-	-	-	-	3	17.6	3	17.6	11	64.7	4.47	.80
4차시(설기떡)	-	-	-	-	-	-	9	52.9	8	47.1	4.47	.51
5차시(녹차김밥)	-	-	-	-	-	-	6	35.3	11	64.7	4.65	.49
6차시(샌드위치)	-	-	-	-	-	-	4	23.5	13	76.5	4.76	.44



[그림IV-1] 차시별 차 생활 교육콘텐츠 만족도

3) 교육콘텐츠를 통한 차의 색 · 향 · 미 선호

교육에 참가자들은 매 시간 다른 종류의 차를 마시게 하였다. 6차시에 걸쳐 경험한 6종류의 차를 마신 참가자들의 차에 대한 선호도는 <표IV-4>와 같이 나타났다. 본 교육 전에 마셔본 적이 있는 차로는 ‘녹차’가 12명(27.9%), ‘홍차’가 8명(18.6%), ‘말차’가 7명(16.3%), ‘보이차’가 6명(14.0%)이었고, ‘기타’는 10명(23.3%)이었다.

교육 중에 가장 맛있는 차로는 ‘녹차’가 6명(35.3%), ‘밀크티’가 5명(29.4%), ‘연꽃차’가 2명(11.8%), ‘황차’와 ‘홍차’, ‘보이차’, ‘말차’가 각각 1명(5.9%) 순이었다.

<표IV-4> 교육 전후의 차에 대한 경험 비교

구 분		빈도(N)	백분율(%)
교육전 마셔본 적이 있는 차 (복수응답, 전체=43)	녹차	12	27.9
	차	8	18.6
	보이차	6	14.0
	말차	7	16.3
	기타	10	23.3
	교육 중 가장 맛있는 차	녹차	6
	황차	1	5.9
	홍차	1	5.9
	연꽃차	2	11.8
	보이차	1	5.9
	말차	1	5.9
	밀크티	5	29.4
전 체		17	100.0

(1) 차의 색에 대한 선호도

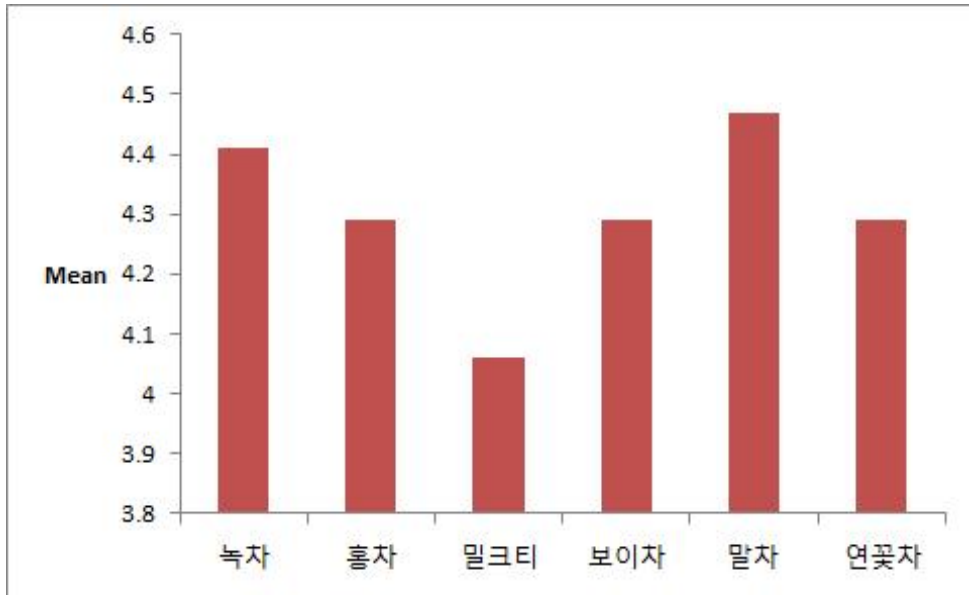
참가자들의 차에 대한 선호도 중 색에 대한 선호도를 살펴본 결과는 <표IV-5>와 같다.

차종에 따른 색의 선호도는 ‘말차’ (M=4.47), ‘녹차’ (M=4.41), ‘홍차’ (M=4.29), ‘보이차’ (M=4.29), ‘연꽃차’ (M=4.29), ‘밀크티’ (M=4.06) 순으로 색에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다.

차의 색에 대한 선호도는 차색의 아름다움에 따른 것으로 생각된다. 말차의 짙은 녹색이나 홍차의 밝고 붉은 색의 아름다움을 선택하는 것으로 사료된다.

<표IV-5> 차의 색에 대한 선호도

구분	좋지 않다		...		보통이다		...		매우 좋다		평균	표준편차	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%			
색	녹차	-	-	-	-	1	5.9	8	47.1	8	47.1	4.41	.62
	홍차	-	-	-	-	2	11.8	8	47.1	7	41.2	4.29	.69
	밀크티	-	-	-	-	5	29.4	6	35.3	6	35.3	4.06	.83
	보이차	-	-	1	5.9	-	-	9	52.9	7	41.2	4.29	.77
	말차	-	-	-	-	1	5.9	7	41.2	9	52.9	4.47	.62
	연꽃차	-	-	-	-	3	17.6	6	35.3	8	47.1	4.29	.77



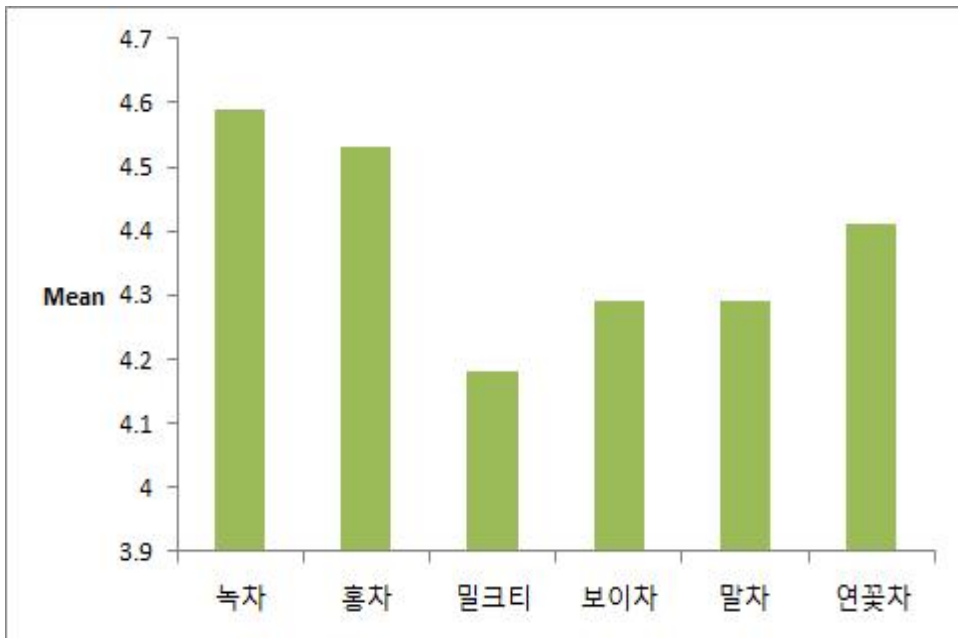
[그림IV-2] 차의 색에 대한 선호도

(2) 차의 향에 대한 선호도

차의 향에 대한 선호도를 살펴본 결과는 <표IV-6>과 같다. 향의 선호도는 ‘녹차’ (M=4.59), ‘홍차’ (M=4.53), ‘연꽃차’ (M=4.41), ‘보이차’ (M=4.29), ‘말차’ (M=4.29), ‘밀크티’ (M=4.18) 순으로 향에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다. 향이 있는 차가 녹차보다 선호도가 낮게 나타난 것은 녹차에 대한 익숙함이 향에서도 나타난 것으로 보인다.

<표IV-6> 차의 향에 대한 선호도

구분	좋지 않다		· · ·		보통이다		· · ·		매우 좋다		평균	표준 편차	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%			
향	녹차	-	-	-	-	1	5.9	5	29.4	11	64.7	4.59	.62
	홍차	-	-	-	-	2	11.8	4	23.5	11	64.7	4.53	.72
	밀크티	-	-	-	-	2	11.8	10	58.8	5	29.4	4.18	.64
	보이차	-	-	1	5.9	-	-	9	52.9	7	41.2	4.29	.77
	말차	-	-	1	5.9	1	5.9	7	41.2	8	47.1	4.29	.85
	연꽃차	-	-	-	-	2	11.8	6	35.3	9	52.9	4.41	.71



[그림IV-3] 차의 향에 대한 선호도

(3) 차의 미에 대한 선호도

다음으로 차의 미에 대한 선호도를 살펴본 결과는 <표IV-7>과 같다.

차의 미에 대한 선호도는 ‘녹차’ (M=4.47), ‘보이차’ (M=4.47), ‘밀크티’ (M=4.29), ‘연꽃차’ (M=4.24), ‘말차’ (M=4.24), ‘홍차’ (M=4.18) 순으로 미에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다. 녹차가 미에서도 선호도가 여전히 높게 나타났으며, 보이차에 대한 선호도는 다이어트에 대한 관심이 아닌가 사료된다.

<표IV-7> 차의 미에 대한 선호도

구분	좋지 않다		...		보통이다		...		매우 좋다		평균	표준편차	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%			
미	녹차	-	-	-	-	1	5.9	7	41.2	9	52.9	4.47	.62
	홍차	-	-	-	-	4	23.5	6	35.3	7	41.2	4.18	.81
	밀크티	-	-	-	-	1	5.9	10	58.8	6	35.3	4.29	.59
	보이차	-	-	1	5.9	-	-	6	35.3	10	58.8	4.47	.80
	말차	-	-	2	11.8	1	5.9	5	29.4	9	52.9	4.24	1.03
	연꽃차	-	-	-	-	5	29.4	3	17.6	9	52.9	4.24	.90



[그림IV-4] 차의 미에 대한 선호도

이밖에 차 종류에 따른 색, 향, 미 선호도의 차이를 살펴본 결과는 <표IV-8>과 같다. 녹차, 홍차, 밀크티, 보이차, 말차, 연꽃차 종류에 따른 색, 향, 미 선호도의 차이는 없는 것으로 나타났다.

<표IV-8> 차 종류에 따른 색 · 향 · 미 선호도의 차이

구분		평균	표준편차	F	p	Duncan
색	녹차	4.41	.62	.653	.660	-
	홍차	4.29	.69			
	밀크티	4.06	.83			
	보이차	4.29	.77			
	말차	4.47	.62			
	연꽃차	4.29	.77			
향	녹차	4.59	.62	.802	.551	-
	홍차	4.53	.72			
	밀크티	4.18	.64			
	보이차	4.29	.77			
	말차	4.29	.85			
	연꽃차	4.41	.71			
미	녹차	4.47	.62	.421	.833	-
	홍차	4.18	.81			
	밀크티	4.29	.59			
	보이차	4.47	.80			
	말차	4.24	1.03			
	연꽃차	4.24	.90			

4) 교육콘텐츠 체험 활동에 대한 인식

차 생활 교육 체험으로 다식, 티 테이블 셋팅 차 체험 활동, 슬로 라이프 활동에 대한 인식을 파악하였다.

(1) 다식, 티 테이블 셋팅, 차 체험

구체적인 다식에 대한 만족도와 티 테이블 셋팅, 차 체험에 대한 만족도는

<표IV-9>과 같다. 다식에 대한 평균은 4.76으로 ‘매우 좋다’가 13명(76.5%)로 만족도가 매우 높았다. 티 테이블 셋팅에 대한 평균은 4.53으로 ‘매우 좋다’가 9명(52.9%), ‘좋다’가 8명(47.1%)이었다. 차 체험에 대한 평균은 4.82로 ‘매우 좋다’가 14명(82.4%)로 만족도가 매우 높게 나타났다. 전체적으로 만족도가 높게 나타났다.

<표IV-9> 다식과 티 테이블 셋팅, 차 체험에 대한 만족

구분	좋지 않다		· · ·		보통이다		· · ·		매우 좋다		평균	표준편차
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
다식	-	-	-	-	-	-	4	23.5	13	76.5	4.76	.44
티 테이블 셋팅	-	-	-	-	-	-	8	47.1	9	52.9	4.53	.51
차 체험	-	-	-	-	-	-	3	17.6	14	82.4	4.82	.39

(2) 차생활 교육을 통한 슬로 라이프 활동에 대한 인식

슬로 라이프 활동에 대한 인식을 살펴본 결과는 <표IV-11>과 같다. 슬로 라이프 동아리 교육에 대한 기대는 ‘많이’ 7명(41.2%), ‘조금’과 ‘보통’이 각각 4명(23.5%), ‘매우 많이’ 2명(11.8%) 순으로 동아리 교육에 대한 기대가 큰 학생은 전체 9명(53.0%)이었다.

슬로 라이프 동아리 교육운영에 대한 종합적인 평가는 ‘우수’가 8명(47.1%), ‘매우 우수’가 7명(41.2%), ‘보통’이 2명(11.8%) 순으로, 우수하다는 의견이 높았다.

<표IV-10> 슬로 라이프 활동에 대한 기대와 평가

구분		빈도(N)	백분율(%)
동아리 교육에 대한 기대	아주 조금	0	.0
	조금	4	23.5
	보통	4	23.5
	많이	7	41.2
	매우 많이	2	11.8
동아리 교육 운영에 대한 평가	매우 미흡	0	.0
	미흡	0	.0
	보통	2	11.8
	우수	8	47.1
	매우 우수	7	41.2
전체		17	100.0

V. 결론 및 제언

현대사회의 변화는 청소년들의 건전한 육성과 사회화에 부정적인 영향을 미치고 있다. 이러한 청소년 문제의 해결방안으로 사회와의 적응력과 함께 소통과 화합에의 대책방안 등이 요구되고 있다.

이러한 사회적 변화에 대한 요구에 맞추어 본 연구는 그동안 교육현장에서 해오던 차 생활 교육프로그램을 ‘슬로 라이프’를 위한 교육콘텐츠로 개발하였다. 본 차 생활 교육콘텐츠 개발 연구는 청소년들의 바람직한 인성의 함양을 돕고, 슬로 라이프를 지향하는 삶을 추구하도록 돕고자 교육콘텐츠를 제시하는 데에 목적을 두고 있다.

이를 위해 본 교육콘텐츠는 차 생활교육을 바탕으로 한 명상(차명상), 차 체험(다양한 차 맛보기, 차 효능, 차 예절), 슬로푸드 체험(차 요리) 등으로 구성하였다. 차의 생활화를 위한 교육으로 차의 효능을 통한 차음용의 필요성을 강조하였으며, 차 예절을 통해 예절 바른 행동을 알고 익힐 수 있도록 하였다. 또 슬로푸드 조리 체험을 통해 다양한 음식문화를 직접 경험하도록 하였다.

본 교육콘텐츠 진행 후에 청소년들의 차 생활 교육 경험실태와 결과 분석과 차 선호도, 슬로 라이프 활동에 대한 만족도 등을 살펴보기 위해 설문조사를 하였다. 설문조사는 통계처리는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 사용하여 결과를 분석하였다. 빈도분석과 기술통계분석을 실시하였으며, 차 종류에 따른 색, 향, 미 선호도의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다.

1. 교육콘텐츠 경험

이전에 인성다례 또는 차 교육 경험이 있는 학생은 17명 중 1명(5.9%)이었고, 차 교육 경험이 없는 학생은 16명(94.1%)으로 대부분이 차 교육에 대한 경험이 없었다. 그러나 본 교육 후, 차와 관련된 전문적인 수업에 참여할 의향이 있는 학생은 17명(100.0%) 전원이 참여할 의향이 있는 것으로 나타났다. 차를 마셔본 경험이 있는 학생 중 ‘녹차’가 12명(27.9%), ‘홍차’가 8명(18.6%), ‘말차’가 7명(16.3%), ‘보이차’가 6명(14.0%)이었고, ‘기타’는 10명(23.3%)이었다. 녹차를 마셔본 학생이 가장 많았다.

본 교육에 대한 기대는 ‘많이’ 7명(41.2%), ‘조금’과 ‘보통’이 각각 4명(23.5%), ‘매우 많이’ 2명(11.8%) 순으로 동아리 교육에 대한 기대가 비교적 큰 것으로 나타났다. 본 교육에 대한 종합적인 평가는 ‘우수’가 8명(47.1%), ‘매우 우수’가 7명(41.2%), ‘보통’이 2명(11.8%) 순으로, 좋다는 의견이 높았다.

참여 학생들이 가장 맛있게 즐긴 차는 ‘녹차’가 6명(35.3%), ‘밀크홍차’가 5명(29.4%), ‘연꽃차’가 2명(11.8%), ‘황차’와 ‘홍차’ ‘보이차’ ‘말차’가 각각 1명(5.9%) 순이었다. 각 차시별 프로그램에 대한 만족도는 ‘샌드위치만들기’ (M=4.76), ‘녹차김밥만들기’ (M=4.65) ‘설기떡만들기’ (M=4.47), ‘행다’ (M=4.47), ‘칼라푸드만들기’ (M=4.47), ‘茶 우리기’ (M=4.35), ‘茶란 무엇인가?’ (M=4.12), ‘茶와 명상’ (M=3.94) 순으로 나타났다. 전체적으로 프로그램에 대한 만족도가 높은 것으로 나타났다.

2. 교육콘텐츠 체험 활동 선호

차 체험 만족도를 살펴본 결과는, ‘매우 좋다’가 14명(82.4%)로 그 만족도가 매우 높았다. 이중 차의 종류에 대한 맛에 대한 선호도는, ‘녹차’ (M=4.47), ‘보이차’ (M=4.47), ‘밀크티’ (M=4.29), ‘연꽃차’ (M=4.24), ‘말차’ (M=4.24), ‘홍차’ (M=4.18) 순으로 맛에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다. 차의 향에 대한 선호도는, ‘녹차’ (M=4.59), ‘홍차’ (M=4.53), ‘연꽃차’ (M=4.41), ‘보이차’ (M=4.29), ‘말차’ (M=4.29), ‘밀크티’ (M=4.18) 순으로 나타났으며, 티 테이블 셋팅 만족도는 ‘매우 좋다’가 9명(52.9%), ‘좋다’가 8명(47.1%)이었다. 다식에 대한 만족도는 ‘매우 좋다’가 13명(76.5%)로 만족도가 매우 높았다. 이러한 만족도는 동아리 활동 전체에 대한 만족도로 ‘우수’가 8명(47.1%), ‘매우 우수’가 7명(41.2%), ‘보통’이 2명(11.8%) 순으로, 전체적으로 우수하다는 의견을 보인 것으로 사료된다.

이상의 결과를 통해, 청소년들이 앞으로의 차 생활에 대한 지속적인 관심을 갖게 되었음을 확인할 수 있었다.

교육 후, 참가자들이 행다, 차 명상, 차우리기 등 차와 관련된 내용 중 행다에 대한 관심이 높게 나타난 것에 주목할 필요가 있다고 사료된다. 교육 시에도 행다를 한 번이라도 더 하려고 하는 모습, 차를 친구와 나누는 모습을 보면서 그 또래의 순수한 마음과 서로를 존중하는 마음을 느끼면서 스스로를 대견해하는 모습을 찾아볼 수 있었다. 참가자들은 실습 전 과정에서 준비, 조리, 정리 과정을 통해서 또한 조리한 음식을 먹으면서 팀원들과의 활발한 정서적인 교류를 보여주었다. 본 교육 콘텐츠 적용과정을 통해서 청소년들에게

자연스런 교류가 이루어질 수 있다는 점을 확인할 수 있었다.

그밖에 본 교육콘텐츠 적용 목적인 차와 함께하는 생활 속에 슬로푸드와 슬로 라이프가 있음을 참가자들이 잘 인식하고, 이것을 행동으로 표현할 수 있는데 긍정적인 영향을 미친 것으로 사료된다. 앞으로 실제 교육현장에서의 ‘차 생활 교육콘텐츠’가 실행 가능한 프로그램으로 도입될 수 있기를 기대한다.

본 연구가 정서적으로 신체적으로 불안한 청소년의 건강한 성장에 필요한 효과적인 프로그램이 될 것으로 생각된다. 앞으로도 차를 중심으로 한 프로그램이 다양한 콘텐츠로 구성될 수 있을 것으로 본다. 본 연구에서는 청소년을 대상으로 한 프로그램으로 교육콘텐츠를 개발하였으나, 이를 토대로 유아, 초등학생, 대학생, 나아가 성인과 노인을 위한 관련 프로그램도 개발될 수 있을 것이라 사료된다. 지속적으로 차 관련 교육콘텐츠가 융·복합 프로그램으로 개발되는데 본 연구가 활용되었으면 한다.

최근 단독가구가 늘어나면서 음식을 만드는 것에 대한 관심이 높아지고 있다. 음식과 관련한 다양한 방송프로그램이 등장하고, 단독가구를 위한 식품들이 판매가 되고 있다. 이는 남녀노소를 불문하고 스스로 ‘조리’를 할 수 있는 생활교육이 필요함을 시사한다. 따라서 이와 같은 교육이 실현 될 수 있는 교육환경 및 학교 교육시간 배정 등 제도적인 노력도 뒷받침되어야 한다고 본다. 그리고 이제 차를 마시는 것만이 아닌 먹는 차 요리와 다양한 다식에 대한 교육내용이 포함되고 슬로 라이프를 위한 차 생활이 될 수 있는 교육콘텐츠가 지속적으로 개발되어야 할 필요가 있다.

참 고 문 헌

<단행본>

- 김중태(1996), 차의 과학과 문화, 서울: 도서출판 보림사
- 남양주시(2015), 남양주시 슬로라이프 교육프로그램 구축을 위한 시민 식생활 실태조사보고서.
- 박명윤, 이건순(2010), 파워푸드 슈퍼푸드, 서울: 푸른 행복.
- 석용운(1993), 한국다예, 서울: 초의.
- 서은주(2014), 찻상머리 인성교육프로그램, 서울: 기독교연합신문사.
- 심상민(2002), 미디어는 콘텐츠다, 서울: 김영사,
- 심창섭(2004), 레저와 웰빙 시대의 생활체육, 서울: 도서출판 흥경.
- 우리가 꼭 알아야 할 음식에 관한 47가지 진실, 서울: 휴먼 앤 북스.
- 이중해 (1992), 차와 명상, 서울: 초의.
- 인문콘텐츠학회(2006), 문화콘텐츠입문, 서울: 북 코리아.
- 정동효, 김중태 편저(1997), 차의 과학, 서울: 대광서림.
- 정동효 외(2012), 차생활문화대전, 서울: 흥익재
- 주영애 외 6인(2011), 세계의 차문화, 서울: 성신여자대학교 출판부.
- 콘텐츠비즈니스연구소, 조선일보출판부역(2000), 콘텐츠비즈니스 아는 만큼 돈이 보인다, 조선일보사.
- 한국문화콘텐츠진흥원(2003), 문화콘텐츠산업학과 커리큘럼가이드북, 한국문화콘텐츠진흥원.
- 홍정숙(2013), 차 한 잔의 운치, 파주: 이담북스.
- 홍현진·노영희(2009), 문화 스포츠관련 국제기구 지식정보원, 한국학술정보.

<논문>

- 강금이(2011), 차 치료 프로그램이 청소년의 자아존중감과 스트레스에 미치는 영향, 원광대학교 동양학대학원 석사학위논문.
- 강금이(2015), 차 치료 프로그램이 청소년의 자아존중감과 스트레스에 미치는 영향, 차문화·산업학 제28집, 2-17
- 강향숙(2013), 전통음악과 예절 중심의 유아전통문화교육 프로그램 개발 및 효과성 검증 연구, 성신여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 경혜영(2002), 중등학교 다도교육과정 구안 개발연구, 성균관대학교 생활과학대학 석사학위논문.
- 곽미숙(2015), 청소년의 통일·인성교육을 위한 전통문화의 재발견과 차문화 적용, 성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문.
- 권용환(2014), 제인 오스틴 소설의 차문화 콘텐츠와 그 현대적 변용(變容), 조선대학교 대학원 박사학위논문.
- 권의웅(2004), 문화콘텐츠 비즈니스의 발전 방안에 관한 연구, 인적자원관리 연구, Vol.8 2004, P. 285-304.
- 김영인(2005), 중년기 여성의 차문화 교육요구도 연구, 성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문
- 김인숙(2014), 보호관찰 청소년의 사회적응력 향상을 위한 차문화 치료프로그램개발, 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 김전희(2012), 차문화 활동의 참여 동기가 참여정도와 참여만족 및 삶의 질에 미치는 영향, 계명대학교 대학원, 박사학위논문
- 김종덕(2009), 슬로푸드운동의 건강에 대한 의의, 한국식품영양과학회 학술대회발표집, p.71-72.
- 김효은(2008), 한국 차(茶)문화 활성화를 위한 콘텐츠화 방안 연구, 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.

- 김희자(2004), 인간발달 단계에 따른 다례교육 연구, 성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문.
- 다니구찌 기요미(2014), 관광자원으로서의 슬로푸드 이미지, 지각된 가치 및 만족도 관계에 관한 연구, 동의대학교 대학원 석사학위논문.
- 다니구찌 기요미 · 김현지(2015), 슬로푸드 이미지와 지각된 가치가 슬로푸드 체험 만족도에 미치는 영향에 관한 연구, 한국관광학회, 관광학연구 제39 권 5호 117-134.
- 맹소윤(2014), 청소년 인성교육의 특성화 방안에 관한 연구: 다도교육과 관련하여, 원광대학교 동양학대학원 석사학위논문.
- 류준호·윤승금·이영주(2010), 문화콘텐츠 관련 연구에 대한 메타분석: 연구 분야, 목적, 방법을 중심으로, 한국지역언론과학회, 언론과학연구, 10권 1호, 124-165
- 박기수(2006), 문화콘텐츠 교육의 현황과 전망, 국제어문학회, 국제어문 37 권0호, 281-307
- 박경희(2008), 다도교육이 비행청소년의 인성변화에 미치는 효과에 관한연구, 국제신학대학교 석사학위논문.
- 박찬이(2010), 차 문화 프로그램이 청소년의 정서적 안정성과 자기효능감에 미치는 효과-여자고등학생을 중심으로, 한서대학교 대학원 박사학위논문.
- 박춘근(2007), 차생활 예절교육이 여고생의 정서지능에 미치는 영향, 성균관대학교 생활과학대학원 석사학위논문.
- 박태선(2009), 패스트푸드와 슬로푸드의 대사 효과, 한국식품영양과학회 학술대회발표집, p.77-78.
- 서영실(2007), 외국인의 한국예절·다도교육에 대한 요구 연구, 성신여자대학

- 교 문화산업대학원 석사학위논문
- 시마무라 나츠, 허문경 역(2011), 슬로푸드의 풍요로움, 슬로시티연구소, 슬로 시티연구 vol. 4. 69-88.
- 신필식(2010), 슬로시티, 슬로라이프가 아름답다, (사)새길기독사회문화원, 계간 새길이야기 39호, 155-164.
- 심승구(2005), 한국 술 문화의 원형과 콘텐츠화, 인문콘텐츠학회, 2005 학술 심포지움 발표자료집, 2005.6, 53-76.
- 윤서석(2008), 한국의 떡 문화, 동아시아식생활학회, 2008년도 추계학술 대회, 2008.10, 1-7
- 윤수정(2012), 차(茶)치료 프로그램이 청소년 흡연에 미치는 효과, 목포대학교 대학원, 석사학위논문.
- 윤수정(2016), 차(茶)치료 프로그램이 청소년의 학업 스트레스와 자기효능감에 미치는 효과, 목포대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경란(2006), 재북미 한인청소년을 위한 한국문화교육프로그램 개발 연구, 성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문
- 이경희(2012), 품행장애 청소년을 위한 차 치료 효과와 치료적 요인 연구: 충동성, 공격성, 대인 관계를 중심으로, 원광대학교 동양학대학원 석사학위논문.
- 이성애(1996), 다도교육을 통한 청소년의 정서 순화에 대한 연구, 한국차학회지, Vol. 3(2), P. 53-71, 한국차학회.
- 이순실(2002), 다도교육이 여고생의 인성발달에 미치는 영향, 한국가정과 교육학회지 vol. 16, No. 1, 1-17.
- 이영미(2013), 차생활 문화교육 프로그램이 중학생의 자기 통제력과 스트레스 대처능력 및 학교폭력 행동과 학교생활에 미치는 효과, 중앙대

학교 대학원 석사학위논문.

이일희(2004), 생태학적 관점에서 본 차문화 공간에 관한연구, 성신여자대학교 대학원 박사학위논문.

이창욱(2008), OSMU를 중심으로 한 문화콘텐츠의 다목적 활용에 관한 연구, 한국디자인문화학회, 한국디자인문화학회지 VOL14 NO.3, 372-381.

이향숙(2011), 차문화 치료가 위기 청소년의 정서적 안정성, 자기 효능감 및 공격성에 미치는 효과, 경성대학교 대학원 석사학위논문.

이현숙(2010), 한국 녹차의 채엽 시기별 주요 성분 분석 및 향균특성, 성신여자대학교 대학원, 박사학위논문.

이효원(2016), 슬로라이프를 기반으로 한 식생활교육 프로그램의 개발과 효과성 검증, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

임현숙(2007), 초등학생을 위한 다도교육의 내용체계 및 지도방안 연구, 전주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.

장창영(2008), 한국의 문화콘텐츠 현황과 활용 방안, 동아시아문화연구소, 아시아문화연구 44권 0호, 263-291

장철선(2007), 대학생의 예절·다도교육 요구에 대한 연구, 성신여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문

정해옥· 윤창식(2013), 친환경 슬로푸드를 통한 한식 세계화와 글로벌 생태주의 모형, 문학과 환경학회, 문학과 환경 12권 2호, 147-169.

조명선(2009), 차생활 교육이 초등학생의 주의집중력과 학습태도에 미치는 효과 연구, 성신여자대학교 문화산업대학원, 석사학위논문.

주영애· 조선주(2009), 차교육 효과성 연구의 동향, 성신여자대학교 생활문화연구소, 생활문화연구, vol. 24 No. 1, 1-12.

주영애, 육영숙, 김현경, 이성건, 최배영(2013), 청소년의 행복감 향상을 위한
요가와 차 명상 복합 프로그램 개발을 위한 기초연구, 한국가족자원경
영학회지 제17권 제1호 (2013년 2월), 139-158.

홍승숙(2012), 차문화 교육을 통한 대안교육연구, 원광대학교 동양학대학원,
석사학위논문.

홍주영(2006), 과일과 채소, 천연 영양제의 보고 - Phytochemical에 대한
여, 대한산업보건협회, 산업보건 2006. 6, 38-45.

<기타>

관광객 늘었지만... ‘느림의 멋 잃는 슬로시티.

(http://news.chosun.com/site/data/html_dir/2014/01/13/2014011300032.html)조선일보(2014.01.13,A 14명
TOP)기사 참조.

남양주시(2014), 2014 청소년 슬로푸드 밥상교육 결과보고서

네이버 지식백과, (한국민족문화대백과, 한국학중앙연구소).

위키백과, 우리 모두의 백과사전.

윤숙자(2004), 떡과 명절, 국회보, 2004.1, 109-158

신동일(2013), 명절의 말 문화, 한국일보(2013. 9.14) 재인용.

슬로푸드(<http://slowfood.com/>)-공식 웹사이트, 분류:식품 정책/환경 운
동/ 반세계화.

차인 2015 9/10, 제178호, p. 158-159

한국차살림협동조합(2015), 차근차근 슬로라이프 밥상교육 결과보고서

ABSTRACT

Tea Everyday Education Program Development and Research

Lee, Jin- Ok

Traditional Culture Contents Majoring

Graduate School of Culture Industry and Arts

Sungshin Women's University

Tea Everyday education program contents were developed for everyday life education program via dining education in line with the social changes whereas it was carried out in the education field until now.

Towards this end, this program was comprised of the meditation education, nutrition education, cuisine experience and others based on the everyday tea education. Education for tea every day drinking, emphasizes the need for tea drinking by informing about tea's benefits, and it was comprised in a way that the people can get familiarized with proper manners through tea etiquette. Here, contents were developed with color food and tea cuisine using the tea as the main ingredient when it comes to the development of the dining education everyday life composition. Diverse tea drinking site settings, provided at

each session enabled them to experience all types of teas and to consume and enjoy the directly prepared tea cuisine setting.

This program developed as such examined students' tea preference level, program satisfaction level and then interest on the everyday tea to carry out at the education field going forth.

As for the program execution, students of the High School J in Namyangju were targeted, and the program was carried out in six sessions during two weeks from the end of August 2015 as an after school hours club activity. To identify satisfaction level towards this program, interest on tea and understanding of character, benefits were measured through survey questionnaire drafting method after the program ended.

Towards this end, research subjects' general characteristics, Frequency Analysis was carried out in order to identify slow life club activity characteristics. To identify tea preference level, slow life club education program satisfaction level average and standard deviation, descriptive statistical analysis was carried out. Moreover, one-way ANOVA was carried out to identify the color following type of tea, fragrance, and difference in aesthetic preference level. This study's empirical analysis verified at significance level of 5%. Statistical processing was analyzed using SPSS WIN 21.0 program. Analyses produced the following results.

1. One student (5.9%) experienced Korean tea ceremony for

character education or tea education among 17 students. Meanwhile, 16 students (94.1%) had no tea education experience, which comprised the vast majority.

Expectation towards this education, 7 people (41.2%) cited 'high' . Four people (23.5%) cited 'some' and 'average' , each. Two people (11.8%) cited 'very high' .

2. As for the general evaluation of this education, 8 people (47.1%), 7 people (41.2%) and 2 people (11.8%) cited 'outstanding' , 'very outstanding' and 'average' , respectively in the order mentioned. Likewise, opinion that the program was 'good' was high. After the education was carried out, result shows that the satisfaction level towards this program was high since all the 17 students (100.0%) have the will to participate in the specialized class related to tea.

3. Among the students who have experience consuming tea in the past, 12 people (27.9%), 8 people (18.6%), 7 people (16.3%), 6 people (14.0%) and 10 people (23.3%) cited 'green tea' , 'black tea' , 'powder tea' , 'puer tea' and 'others' , respectively. Many students had green tea.

4. As for the tea that the students enjoyed the most, 6 people (35.3%), 5 people (29.4%) and 2 people (11.8%) cited 'green tea' , 'black milk tea' and 'lotus flower tea' , respectively. Meanwhile, one 1 person (5.9%) enjoyed 'yellow tea' , 'black tea' , 'puer tea' and 'powder tea' one each. Prior experience of green tea may have led to the sense of

familiarity towards taste.

5. As for the satisfaction level towards the program for each session, they were 'making sandwich' (M=4.76), 'making green tea Gimbab' (M=4.65), 'making steamed rice cake' (M=4.47), 'tea ceremony (행다)' (M=4.47), 'making color food' (M=4.47), 'tea brewing' (M=4.35), 'what was tea?' (M=4.12), 'tea and meditation' (M=3.94) in the order mentioned. Overall satisfaction level towards program such as experience centered education was high.

6. As for the satisfaction level towards tea experience, 14 people (82.4%) cited 'very good.' Likewise, satisfaction level was very high. Among them, preference level towards the taste of the tea type, it was 'green tea' (M=4.47), 'puer tea' (M=4.47), 'milk tea' (M=4.29), 'lotus flower tea' (M=4.24), 'powder tea' (M=4.24) and 'black tea' (M=4.18) in the order cited. Thus, preference level of the green tea' s taste was high.

7. Preference for the fragrance following the type of tea, they are 'green tea' (M=4.59), 'black tea' (M=4.53), 'lotus flower tea' (M=4.41), 'puer tea' (M=4.29), 'powder tea' (M=4.29), 'milk tea' (M=4.18) in the order mentioned.

8. As for the others, 9 people (52.9%) cited 'very good' when it comes to the satisfaction level towards tea table setting while 8 people (47.1%) cited 'good' . Likewise, satisfaction level towards tea table setting was high.

9. Among the life style, subjects cited, 'There was a need to strengthen character education more than knowledge education.' (M=4.06), 'I think that instant food was unhealthy.' (M=3.82), 'I am relatively healthy.' (M=3.53) and 'I often cook.' (M=3.29) in the order mentioned. Thus, this demonstrates that the participants' interest on the character education is high.

These results demonstrate that the development of this program can build interest on the everyday tea. In particular, it is interesting to note that the students manifested high interest on the tea ceremony among the contents related to tea ceremony, tea meditation, tea brewing and others related to tea. It is judged that the development of the contents of this program centered on tea brought about the awareness of the students on the need for everyday tea and change. Going forth, it is hoped that the everyday tea education program will be used in the education.

부 록 1. 차시별 프로그램

□ 1차시 프로그램

주제	<input type="checkbox"/> 차와 문화 <input type="checkbox"/> 인성다례
목표	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 차 생활을 통해 슬로 라이프를 이해한다. ▪ 차생활교육을 통해 바람직한 인성을 함양할 수 있음을 인식한다.
준비물	▪ 녹차, 찻잔, 차도구 세트
교육자료	▪ 동영상, ppt
소요시간	▪ 90분
진행	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 도입 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 차란 무엇인가? ▪ 차생활 교육의 필요성 ▪ ‘차의 효능’ 동영상 ▷ 전개 <ul style="list-style-type: none"> - 차맛 체험교육 => 따뜻한 차를 한 잔씩 마시도록 한다. ▪ 차의 효능 <ul style="list-style-type: none"> - 항산화작용 - 항암효과 - 다이어트 - 각성효과 - 사고력, 집중력 증대 ▪ 차 마시는 법 ▪ 차예절 교육 <ul style="list-style-type: none"> - 공수법 - 인사법
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> · 차의 효능을 알고 차 생활을 하도록 이끈다. · 인성다례교육을 통한 바른 행동습관을 형성하도록 한다.
정리	· 바른 자세로 인사하고 찻자리를 함께 정리한다.

□ 2차시 프로그램

주제	<input type="checkbox"/> 행다레법(차 우리는 법) <input type="checkbox"/> 차 명상
목표	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 차 생활과 차 명상을 통한 자긍심과 슬로라이프 삶을 이해한다. ▪ 차생활의 정신수양의 가치를 알며 심신 건강으로 회복한다.
준비물	▪ 차도구 세트, 족비, 녹차
교육자료	▪ 행다레 동영상, ppt , 명상음악
소요시간	▪ 90분
진행	<p>▷ 도입</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 바른 몸가짐 익히기 - 차예절(구용과 구사) ▪ 차도구에 대한 이해 => ppt <ul style="list-style-type: none"> - 다관, 식힘 사발, 퇴수기 등 ▪ 차 우리는 법(성신다법) => 동영상 <p>▷ 전개</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 차 우리는 법(성신다법) <ul style="list-style-type: none"> - 차도구를 찻상에 차리는 법을 먼저 배운다. - 차도구를 이용하여 차를 우리는 순서를 익히도록 한다. - 3인 대상의 성신다법으로 조별로 역할 체험이 되도록 지도한다. - 차를 우리는데 있어서는 물과 차와 시간과 도구의 과학적 이용법을 알아야 한다. ▪ 차 명상하기 <ul style="list-style-type: none"> - 나래이션에 따라 편한 자세에서 진행하도록 한다. - 호흡을 통해 자신을 느끼면서 긍정적인 말을 한다. - 차향과 차색과 차맛을 느끼며, 함께 자신을 느끼도록 한다. - 평상시 명상에 들 수 있도록 하여 훈련이 되도록 한다. - 차명상을 통한 심신 건강의 가치를 일깨워준다.
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 행다레법을 통한 올바른 행동습관 배양 ▪ 배려와 나눔을 통한 도덕적 인성 확립 ▪ 차명상을 통한 정신 수양법의 획득
정리	▪ 찻자리와 뒷정리

□ 3차시 프로그램

주제	□ 구절판 (칼라 푸드) 만들기
목표	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 슬로푸드와 칼라 푸드를 안다. ▪ 밥상 교육을 통한 슬로 라이프적 삶을 배운다.
준비물	▪ 색상별 채소류, 닭고기, 밀가루, 기타 재료, 말차, 녹차, 홍차
교육자료	▪ ppt
소요시간	▪ 90분
진행	<p>▷ 도입</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 칼라 푸드 교육- ppt 수업과 실습 ▪ 각 식재료별로 요리하는 법을 지도한다. ▪ 각 식재료를 조별로 요리하여 셋팅하도록 한다. <p>▷ 전개</p> <p>조별로 역할을 분담하여 요리를 하도록 지도한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 각 칼라 푸드를 통한 다양한 요리법을 전개한다. ▪ 색밀전병을 기름에 부친다. 말차가루를 활용한다. ▪ 칼라 푸드와 어울리는 소스를 만든다. ▪ 구절판과 접시에 만들어진 음식을 다양한 형태로 차리도록 한다. ▪ 식탁용 꽃과 함께한 Table 세팅이 되도록 한다. ▪ 색밀전병에 칼라 푸드를 함께 싸서 먹는다. <ul style="list-style-type: none"> - 차(홍차)와 함께 먹도록 한다.
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 다양한 색상의 요리를 통해 감성의 세계로 이끌어준다. ▪ 차, 꽃, 칼라 푸드(오색 채소)를 활용한 창의적인 칼라 슬로푸드를 통해 슬로 라이프적 삶을 추구한다. ▪ 밥상교육을 통한 올바른 행동습관 형성으로 인성을 함양한다. ▪ 배려와 나눔을 통한 도덕적 인성 확립
정리	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 완성 셋팅된 칼라 푸드로 조별 발표를 한다. ▪ 뒷정리하기

□ 4차시 프로그램

주제	□ 호박설기 만들기
목표	<ul style="list-style-type: none"> · 우리의 전통음식인 떡의 종류와 의미에 대하여 안다. · 슬로푸드인 호박설기를 만들고 차와 즐기는 방법을 안다. · 조별 수업을 통한 책임과 배려와 나눔을 안다.
준비물	· 쌀가루, 호박 말린 것, 설탕, 생크림, 찜틀, 홍차
교육자료	· ppt, 필기도구,
소요시간	· 60분
진행	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 도입 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 우리의 떡, 다식, 음청에 대하여 알아본다. ▪ 호박설기떡 만드는 방법에 대하여 알아본다. ▪ 채소와 과일을 활용한 다식 및 음청 만드는 방법을 알아본다. ▷ 전개 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 차 한 잔에 마음을 담고 Table 구성을 보고 배운다. ▪ 호박설기떡 만드는 순서대로 조별로 진행한다. ▪ 호박설기떡 익히는 시간에 샐러드 다식을 만든다. ▪ 호박설기떡에 주변 환경을 이용하여 꾸미기를 한다. ▪ 차와 호박설기떡으로 조원들을 위한 테이블을 차려본다.
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 우리 전통음식으로 창의적 슬로푸드를 만들어낸다. ▪ 요리 실습을 통한 슬로 라이프 리더를 육성한다.
정리	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 슬로푸드와 인스턴트 음료를 조별로 토론하고 발표한다.

□ 5차시 프로그램

주제	□ 녹차김밥 만들기
목표	<ul style="list-style-type: none"> · 전통의 밥상문화를 안다. · 책임감, 협동심, 배려, 존중하는 마음을 배운다.
준비물	<ul style="list-style-type: none"> · 김밥용 김, 당근, 달걀, 햄, 단무지, 김밥용 각종채소 등, 김발 녹차잎, 말차 등
교육자료	· ppt, 필기도구,
소요시간	· 60분
진행	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 도입 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 김밥에 대하여 알아본다. ▪ 녹차김밥을 만드는 방법에 대하여 알아본다. ▪ 차요리인 김밥을 만들어 본다. ▪ 김밥 재료로서 칼라별 어떤 재료를 사용할 수 있는지 알아본다. ▷ 전개 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 녹차잎을 넣고 밥을 짓는다. ▪ 녹차 김밥 만들기를 순서대로 조별로 진행한다. ▪ 차김밥을 조별로 완성을 하여 우리들의 밥상을 꾸며본다. ▪ 어울리는 차를 준비하고, 함께 Table 구성을 해본다.
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 녹차 잎을 이용한 다양한 요리에 대하여 알아본다. ▪ 칼라 푸드를 이용한 Table 셋팅을 아름답게 꾸며볼 수 있다.
정리	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 다양한 슬로푸드에 대하여 조별로 토론하고 발표한다. ▪ 자리 정리하기

□ 6차시 프로그램

주제	□ 샌드위치 만들기
목표	. 칼라 푸드별 기능성에 대하여 안다.
준비물	. 식빵, 김밥용 햄, 김밥용 채소 등, 과일, 우유, 홍차, 차도구 세트
교육자료	. ppt. 필기도구,
소요시간	. 60분
진행	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 도입 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 과일, 채소 등 각종 식물의 색은 특별한 기능이 있다. ▪ 샌드위치용 칼라 식재료를 조별로 직접 선택한다. ▪ 샌드위치를 만드는 방법을 알아본다. ▷ 전개 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 조별로 칼라 푸드 재료를 이용하여 샌드위치를 만들어 본다. ▪ 밀크와 홍차를 이용한 밀크티를 만든다. ▷ 세팅 <ul style="list-style-type: none"> ▪ 밀크티와 함께 간단한 식사를 할 수 있는 Table 세팅을 구성한다. ▪ 꽃이 있는 식탁을 만든다.
기대효과	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 협동을 통해 다양하고 새로운 슬로푸드를 만든다. ▪ 차(茶)문화와 밥상문화를 통하여 슬로라이프 문화를 만든다.
정리	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 활동지 작성 ▪ 뒷정리

부록 2

안녕하세요. 본 슬로라이프 **밥상교육**에 참여해주신 것에 감사드립니다.

다음 내용은 본 교육의 원활한 진행과 추후 본 교육의 방향 설정에 대하여 작성된 내용이니, 귀하의 평소에 가지고 있던 의견이나 느낌을 정확하고 솔직하게 답변해주시면 감사하겠습니다.

또한 귀하의 응답 내용은 본 교육에 대한 연구이외의 목적으로는 이용되지 않을 것이며 무기명 처리될 것을 약속드립니다.

귀중한 시간을 할애하여 본 조사에 응해 주신데 대해 깊은 감사의 말씀을 드립니다.

2015년 9월

이진옥

I. 다음은 조사대상자의 일반적 사항에 관한 질문입니다.

해당되는 번호에 V로 표해 주십시오.

1. 귀하의 성별은?

- ① 남자 ② 여자

2. 귀하의 학년은?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

3. 귀하의 종교는?

- ① 불교 ② 기독교 ③ 천주교 ④ 무교 ⑤ 기타

4. 귀하의 가족 구성은?

- ① 소가족(부모 + 자녀) ② 대가족(부모 + 자녀 + 조부모 함께)

③ 한 부모 가정 ④ 기타

5. 귀하는 형제자매가 있나요? 있으면 몇 명?

① 1명 ② 2명 ③ 3명 ④ 없음

6. 귀하는 이전에 이와 같은 유형의 인성다례 또는 차교육 경험이 있나요?

① 있다 ② 없다

7. 귀하가 특별히 알고 있거나 마셔본 적이 있는 차는?

① 녹차 ② 홍차 ③ 보이차 ④ 말차 ⑤ 기타 차(보리차 등)

8. 본 슬로라이프 교육에 들어오기 전에 관련된 정보를 제공받았는가?

① 없다.

② 있다면 어떤 정보를 받았는지 간단히 써주세요

()

9. 앞으로 차와 관련된 전문적인 수업에 참여할 의향이 있으신가요?

① 있다 ② 없다

()

10. 본 강좌에 대해 좋은 점이나 아쉬운 점을 써주세요. 부담없이 써주세요.

()

II. 매 시간 티-테이블에서 다양한 차를 마셨습니다.

다음에 체크해 주시면 합니다.

차 종		아주 좋다	좋다	보통이다	그저 그렇다	좋지 않다
녹차	색					
	향					
	미					
홍차	색					
	향					
	미					
밀크티	색					
	향					
	미					
보이차	색					
	향					
	미					
말차	색					
	향					
	미					
연꽃차	색					
	향					
	미					
다식						
티테이블 셋팅						
차 체험						

안녕하세요. 본 슬로라이프 밥상교육에 참여해주신 것에 감사드립니다.

다음 내용은 본 교육의 원활한 진행과 추후 본 교육의 방향 설정에 대하여 작성된 내용이오니, 귀하의 평소에 가지고 있던 의견이나 느낌을 정확하고 솔직하게 답변해주시면 감사하겠습니다.

또한 귀하의 응답 내용은 본 교육에 대한 연구이외의 목적으로는 이용되지 않을 것이며 무기명 처리될 것을 약속드립니다.

귀중한 시간을 할애하여 본 조사에 응해 주신데 대해 깊은 감사의 말씀을 드립니다.

2015년 9월

이진옥

I. 다음은 조사대상자의 일반적 사항에 관한 질문입니다.
해당되는 번호에 V로 표해 주십시오.

1. 귀하의 성별은?

- ① 남자 ② 여자

2. 귀하의 학년은?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

3. 귀하의 종교는?

- ① 불교 ② 기독교 ③ 천주교 ④ 무교 ⑤ 기타

4. 귀하의 가족 구성은?

- ① 소가족(부모 + 자녀) ② 대가족(부모 + 자녀 + 조부모 함께)

③ 한 부모 가정 ④ 기타

5. 귀하는 형제자매가 있나요? 있으면 몇 명?

① 1명 ② 2명 ③ 3명 ④ 없음

6. 귀하는 이전에 이와 같은 유형의 인성다례 또는 차교육 경험이 있나요?

① 있다 ② 없다

7. 귀하가 특별히 알고 있거나 마셔본 적이 있는 차는?

① 녹차 ② 홍차 ③ 보이차 ④ 말차 ⑤ 기타 차(보리차 등)

8. 본 슬로라이프 교육에 들어오기 전에 관련된 정보를 제공받았는가?

① 없다.

② 있다면 어떤 정보를 받았는지 간단히 써주세요

()

9. 앞으로 차와 관련된 전문적인 수업에 참여할 의향이 있으신가요?

① 있다

② 없다

()

10. 본 강좌에 대해 좋은 점이나 아쉬운 점을 써주세요. 부담없이 써주세요.

(다양한 실험을 가장 큰 장점으로 꼽고 싶다. 또한 우리가
일상생활에서 접할 수 없는 다양한 차를 마셔보는 것도
매우 좋았다.

II. 매 시간 티-테이블에서 다양한 차를 마셨습니다.

다음에 체크해 주시면 합니다.

차 종		아주 좋다	좋다	보통이다	그저 그렇다	좋지 않다
녹차	색	✓				
	향	✓				
	미	✓				
홍차	색		✓			
	향	✓				
	미			✓		
밀크티	색	✓				
	향			✓		
	미		✓			
보이차	색	✓				
	향		✓			
	미	✓				
말차	색	✓				
	향		✓			
	미	✓				
연꽃차	색	✓				
	향		✓			
	미			✓		
다식		✓				
티테이블 셋팅		✓				
차 체험		✓				

2015년 슬로라이프 동아리

2015. 9. 10.

만족도 조사

“茶근茶근 슬로라이프”

보다 나은 체형교육서비스 제공을 위해 적극 협조하여 주시기 바랍니다.

성 별	<input type="checkbox"/> 남 <input checked="" type="checkbox"/> 여	학 년		반		성 명																																																	
<p>1. 동아리 교육에 대한 기대를 얼마나 하였는가? ① 아주 매우 ② 매우 ③ 보통 ④ <input checked="" type="checkbox"/> 조금 ⑤ 아주 조금</p> <p>2. 茶근茶근 슬로라이프 동아리 교육운영에 대하여 <u>종합적으로</u> 평가하신다면?(1) ① <input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수 ② 우수 ③ 보통 ④ 미흡 ⑤ 매우 미흡</p> <p>3. 茶근茶근 슬로라이프 동아리 교육 중에 가장 맛있는 차는?(2) ① 녹차 ② <input checked="" type="checkbox"/> 황차 ③ 홍차 ④ 연꽃차 ⑤ 보이차 ⑥ 말차 ⑦ 밀크홍차</p> <p>4. 茶근茶근 슬로라이프 동아리 교육 프로그램 운영의 세부 만족도를 평가하신다면?</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;">茶란 무어인가?</td> <td style="width: 12.5%;"><input type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td style="width: 12.5%;"><input checked="" type="checkbox"/> 우수</td> <td style="width: 12.5%;"><input type="checkbox"/> 보통</td> <td style="width: 12.5%;"><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td style="width: 12.5%;"><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>茶와 명상</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>녹차 김밥 만들기</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>茶 우리기</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>설기 떡 만들기</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>행다</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>칼라푸드 만들기</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> <tr> <td>샌드위치 만들기</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 우수</td> <td><input type="checkbox"/> 보통</td> <td><input type="checkbox"/> 미흡</td> <td><input type="checkbox"/> 매우 미흡</td> </tr> </table> <p>5. 슬로라이프 교육에 희망하는 내용이 있다면 어떤 것이 있을까요? (학교와 슬로라이프교육팀)</p> <p>6. 기타 의견이 있으시면 자유롭게 기재주세요. 처음엔 시감도 많고 힘들것 같아서 큰 기대를 안했는데 너무 즐거웠고 끝난다고 생각해서 아쉬웠다. 앞으로 어떤 프로그램이 있다면 꼭 참여하고 싶다.</p>								茶란 무어인가?	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	茶와 명상	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	녹차 김밥 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	茶 우리기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	설기 떡 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	행다	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	칼라푸드 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡	샌드위치 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡
茶란 무어인가?	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
茶와 명상	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
녹차 김밥 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
茶 우리기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
설기 떡 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
행다	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
칼라푸드 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		
샌드위치 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡																																																		

만족도 설문에 응해 주셔서 감사합니다.

2015년 슬로라이프 동아리

2015. 9. 10.

만족도 조사

“茶근茶근 슬로라이프”

보다 나은 체험교육서비스 제공을 위해 적극 협조하여 주시기 바랍니다.

성 별	<input type="checkbox"/> 남 <input checked="" type="checkbox"/> 여	학 년		반		성 명	
<p>1. 동아리 교육에 대한 기대를 얼마나 하였는가? ① 아주 매우 ② 매우 ③ 보통 ④ 조금 ⑤ 아주 조금</p> <p>2. 茶근茶근 슬로라이프 동아리 교육운영에 대하여 종합적으로 평가하신다면?() ① 매우 우수 ② 우수 ③ 보통 ④ 미흡 ⑤ 매우 미흡</p> <p>3. 茶근茶근 슬로라이프 동아리 교육 중에 가장 맛있는 차는?() ① 녹차 ② 황차 ③ 홍차 ④ 연꽃차 ⑤ 보이차 ⑥ 말차 ⑦ 밀크홍차</p> <p>4. 茶근茶근 슬로라이프 동아리 교육 프로그램 운영의 세부 만족도를 평가하신다면?</p>							
차란 무어인가?	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
차와 영상	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
녹차 김밥 만들기	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
차 우리기	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
설기 떡 만들기	<input type="checkbox"/> 매우 우수	<input checked="" type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
행다	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
칼라푸드 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
샌드위치 만들기	<input checked="" type="checkbox"/> 매우 우수	<input type="checkbox"/> 우수	<input type="checkbox"/> 보통	<input type="checkbox"/> 미흡	<input type="checkbox"/> 매우 미흡		
<p>5. 슬로라이프 교육에 희망하는 내용이 있다면 어떤 것이 있을까요? (학교와 슬로라이프교육팀)</p> <p style="font-family: cursive;">슬로라이프 교육이 참 좋았 듯 한데 많이 알려졌으면 좋겠고 앞으로 슬로라이프 관련 교육이 많아져서 학생들에게 슬로라이프에 대해 더 많이 알 수 있는 기회가 주어진 것 같다.</p>							
<p>6. 기타 의견이 있으시면 자유롭게 기재해주세요.</p>							

만족도 설문에 응해 주셔서 감사합니다.