

기획 · 편집

박효정 · 김민조 · 김효원 · 박민선 · 임선영
(한국교육개발원)

집필진

김순혜 (경원대학교 교수)
김판수 (송실대학교 교수)
남미영 (한국독서교육개발원 원장)
박경전 (풍성중학교 교장)
박승호 (서울여자대학교 교수)
송인섭 (숙명여자대학교 교수)
오승걸 (교육과학기술부 교육연구관)
이희숙 (경남대학교 교수)
이희현 (전 한국교육개발원 연구위원)
정제영 (교육과학기술부 행정사무관)
정찬호 (마음누리클리닉 원장)
박효정 (한국교육개발원 수석 연구위원)
김민조 (한국교육개발원 연구위원)
김효원 (한국교육개발원 연구위원)

내 공부의 내비게이션

자기주도학습

자기주도 학습전형과 자기주도 학습문화 정착을 위한

자기주도학습 지침서

내 공부의 내비게이션!

자기주도학습



이 책은 우리 아이들이 미래사회의 창의적인 인재로 성장하기 위해 요구되는 자기주도 학습능력 계발 지침서입니다.
학생들이 다양한 체험과 독서를 통해 미래를 계획하고 성공적인 자기주도 학습자로 성장하기를 바라는 학생, 학부모, 선생님께 이 책을 권합니다.
인생을 밝혀 줄 행복한 자기주도 학습자로의 길을 이 책 속에서 찾아보세요.

이 책은 학생들이 성공적인 자기주도 학습자로 성장하기 위해 필요한 기본적인 태도와 활용전략을 담은 자기주도학습 지침서로, 자기주도 학습문화 정착의 기틀을 마련하기 위해 한국교육개발원이 서울시교육청(교육과학기술부 특별교부금)의 위탁과제로 수임받아 제작된 것입니다.

자기주도 학습전형과 자기주도 학습문화 정착을 위한
자기주도학습 지침서

내 공부의 내비게이션!

자기주도 학습



여는 글

Prologue

글로벌 시대는 자기주도적 학습능력과 잠재력을 가진 창의적 인재를 요구하고 있습니다. 창의적 인재는 주입식 교육과 의존적인 학습이 아니라 학생 스스로 문제를 찾아 탐구하고 해결해 나가는 가운데 길러집니다.

이러한 능력을 갖춘 학생을 선발하기 위해서 교육과학기술부는 2011학년도부터 외국어고·국제고, 과학고, 일부 자율형 사립고의 학생 선발 방식을 개선하여 자기주도 학습전형을 도입합니다.

자기주도 학습전형은 사교육을 통해 ‘만들어진 스펙’을 갖춘 학생이 아니라 학교 공부를 충실히 수행한 학생을 선발하기 위해서 도입한 제도입니다.

자기주도 학습전형을 통해 교육현장에 자기주도 학습문화가 정착되도록 하기 위해서는 무엇보다 학생, 학부모와 선생님께서 자기주도 학습전형과 자기주도학습에 대해 정확히 이해하는 것이 필요합니다.

차 례

Contents

이번에 제작한 「내 공부의 내비게이션 ! 자기주도학습」은 자기주도 학습전형의 시행배경과 학생 선발방법에 대한 소개, 자기주도학습 개념에 대한 이해, 자기주도 학습자로 성장하기 위해 갖추어야 할 태도와 방법, 구체적인 활용전략 등에 대한 유용한 정보를 담았습니다.

이 지침서가 다양한 체험과 독서를 통해 자신의 미래를 계획하고 자기주도 학습능력을 계발하기 위한 교육 자료로 널리 활용되어 교육현장에 자기주도 학습문화가 잘 정착되기 바랍니다.

2010. 10.

교육과학기술부
서울특별시교육청
한국교육개발원

제1부 글로벌 시대의 인재와 자기주도 학습전형

- 03 미래사회는 창의적 인재를 요구한다
21세기는 디지털시대, 지식의 생산자가 되라
자기주도 학습능력이 글로벌 인재의 밑거름
- 06 창의적 인재 양성은 학교현장의 변화에서부터
자기주도학습이 강화된 2009 개정 교육과정
특목고 입시제도의 개선 필요
- 10 미리 알고 준비하는 자기주도 학습전형
자기주도 학습전형의 특징
자기주도 학습전형의 절차
자기주도 학습전형의 준비

제2부 자기주도학습, 전격 해부하기

- 19 자기주도학습이란 무엇인가?
자기주도학습의 개념
자기주도학습의 구성요인
자기주도학습자의 특징

25 자기주도학습에 대한 오해와 진실!

자기주도학습은 타인의 도움 없이 혼자 하는 것이다? No!
교사의 직접적 개입은 필요 없다? No!
공부를 잘 하면 모두 자기주도 학습자? No!
한 가지만 잘해도 자기주도 학습자가 된다? Yes!
자기주도학습은 학교 상황에 맞지 않는다? No!

제3부 자기주도 학습자로 성장하기

35 왜 자기주도 학습자가 되어야 하나?

사교육, 현실에서 나타난 폐해들
스스로 찾은 학습법, 스스로 찾은 행복

50 자기주도 학습자가 되기 위해 해야 할 일

자기주도 학습자의 여섯 가지 할 일
자기주도학습의 필수 조건

67 자기주도학습에 날개를 달자!- 자기주도학습 세부전략

나를 위한 공부를 하자 - 내재동기 설정하기
■ 공부는 즐거운 것? 괴로운 것?

■ 내가 공부하는 이유는?

내 인생의 마스터플랜 짜기- 목표 설정하기

- 구체적인 목표를 설정하자
- 목표설정 과정과 전략

학습플래너, 매니저가 되어줘- 계획세우기

- 공부를 위한 지도 그리기, 학습플래너!
- 학습플래너 작성요령

‘공부’ 너만 바라볼게- 비결은 주의집중!

- 주의집중이 필요해!
- 주의집중 전략

난 절대 잊지 않아- 기억 술술 기억법

- 기억의 서랍, 장기기억과 단기기억
- 효과적인 기억법

내 머릿속의 컴퓨터- 효과적인 노트필기

- 효과적인 노트필기가 기억력을 향상시킨다
- 효과 만점 노트필기법

책 읽기로 답을 찾자- 독서전략 세우기

- 능동적인 사고의 지름길, 독서
- 자기주도 학습자들의 읽기 과정
- 독서능력 높여주는 11가지 읽기법

참고문헌

부 록

학습계획서 작성하기
학교장 및 교사추천서 작성하기
면접 준비하기
독서교육종합지원시스템
창의적체험활동 종합지원시스템

제1부

글로벌 시대의 인재와 자기주도 학습전형

미래 사회는 글로벌 시대로 지식의 소비자가 아닌 지식의 생산자로서의 인재를 요구한다. 지식생산자가 되기 위해서는 타율적으로 공부하는 학습자가 아니라 스스로 공부하는 자기주도 학습자가 되어야 한다. 이에 맞추어 교육현장에서는 자기주도 학습을 반영하여 자기주도적 개별화 학습기회를 제공하고, 창의적 체험활동을 통해 자기주도 학습능력을 기르도록 하였다.

이러한 변화에도 불구하고 인재를 양성하는 데 중심이 되는 고등학교 학생 선발방식에 많은 문제점이 제기되었던 것이 사실이다. 특목고 입시준비를 위해 스펙을 쌓아야 하고, 그러다보니 사교육이 만연하게 되었으며, 정상적인 중학교 교과과정만으로는 원하는 고등학교에 들어가기 어려운 상황까지 이어졌다.

이러한 문제점을 해결하기 위해, 그리고 미래 사회에서 요구하는 인재를 양성하기 위해 고등학교 학생 선발방식이 바뀌게 되었다. 바로 2011학년도부터 특목고(일부 자율형 사립고 등 포함) 학생 선발방식으로 도입되는 자기주도 학습전형이 바로 그것이다.

자기주도 학습전형은 고등학교 입학과정에서 발생한 여러 문제를 제도적으로 해소하기 위해 만들어졌다. 또한 중학교 내신성적과 학생의 학습계획서, 교사추천서만으로 입학전형을 실시함으로써 중학교 학교교육이 고등학교 진학의 중심에 설 수 있도록 할 것이다. 특히 사교육 없이 자기주도적으로 충실하게 학습한 학생들이 원하는 고등학교에 들어갈 수 있도록 하는 것이 정책의 핵심 목표라고 할 수 있다.

1부에서는 자기주도 학습전형의 시행배경과 2011 학년도부터 실시되는 자기주도 학습전형의 절차와 준비방법에 대해 살펴보자.

미래사회는 창의적 인재를 요구한다

21세기는 지식을 많이 알고 있는 것이 중요한 사회가 아니라 가지고 있는 지식을 잘 활용하고, 이를 바탕으로 새로운 지식을 창출해내는 능력을 발휘하는 창의적 인재를 요구한다. 이러한 인재가 갖추어야 할 가장 중요한 요소는 타율적으로 공부하는 것이 아닌 스스로, 주도적으로 학습하는 능력이다.



21세기는 디지털시대, 지식의 생산자가 되라

21세기 사회는 지식기반사회, 지식정보사회, 글로벌사회, 세계화·국제화 사회 등 수없이 다양한 수식어들이 붙는다. 그 중에서도 특히 주목할 미래사회의 특징은 바로 컴퓨터 시대를 넘어선 디지털시대이다. 트위터(Twitter), 구글(Google), 아이폰(iPhone), 페이스북(Facebook)은 디지털시대를 대표하는 아이콘으로 이제 세계인들은 TGiF의 영향력을 받지 않고는 하루도 살 수 없는 시대를 맞이하였다. 지구촌을 일깨우는 **Twitter**, 인류의 지식창고 **Google**, 내 손 안의 PC **iPhone**, 글로벌 인터넷 인맥 네트워크 **Facebook**은 유비쿼터스 시대가 현실이 되고 있음을 보여주고 있으며, 이러한 변화는 향후 디지털 세상이 어떻게 진보할지 그 속도를 가늠하기조차 어렵게 만든다. 이제는 지구촌이라는 말이 단순히 인적·물적 자원의 신속한 이동을 의미하는 수준에 그치는 것이 아니라, 최신의 지식과 정보를 앗은 자리에서 교환하고 취사선택할 수 있는 의미로 받아들여지는 것이다.

아날로그에 익숙한 기성세대에게는 그러한 변화가 불편할 수 있겠지만,

세상을 앞서가는 사람들에게 있어서 TGiF는 라이프스타일이 되고 있고 우리 아이들에게도 하나의 트렌드로 자리잡고 있다. 아이들은 앉은 자리에서 필요한 정보들을 검색하고 활용하는 데 이미 익숙해져 있을 뿐만 아니라, 문제를 해결하고 친구 관계를 맺는 소통의 도구로도 활용하고 있다. 디지털시대가 갖는 이러한 사회·문화적인 변화는 교육방식 또한 기존의 교육방식에서 벗어나야 함을 시사하고 있다.

21세기 사회가 요구하는 인재상은 변화되고 있다. 근대사회에서는 많이 아는 것 자체가 귀한 자원이었다면 이제는 유연하고 창의적인 사고 능력을 바탕으로 지식을 단순히 소비하는 것에서 벗어나 지식을 창조적으로 생산하는 ‘지식생산자’로서의 인재가 중요시되고 있다. 창의적 인재의 그림은 사람들마다 차이가 있겠지만, 대체적으로 ‘새롭게 생각해내고 만들어내는 능력’(김세직, 정운찬, 2007)을 갖춘 사람, ‘독창성, 융통성, 유창성, 호기심, 생산성, 대응성, 합리성’(홍순정, 1999)을 갖춘 사람이며 이 시대가 요구하고 있는 인재상이다.

따라서 학생들을 교실이라는 좁은 테두리 안에 가두는 기존의 학습 방법은 시대착오가 아닐 수 없다. 특히 주입식 학습이나 사교육에 의존하는 타율적 학습은 디지털 혁명의 시대를 제대로 반영하지 못하는 구태의연한 교육 방법이다. 그러한 방법으로 얻을 수 있는 지식의 양은 한계가 있을 뿐만 아니라 실시간으로 쏟아지는 새로운 지식과 정보를 제대로 습득할 수도 없다.

아날로그 시대에서는 학교에서 배운 지식과 경험만으로도 하나의 직종으로 평생 직업을 영위하는 삶이 가능했다. 그러나 지식 주기가 짧아진 디지털 광속의 시대는 평생 학습을 요구하고 있다. 끊임없이 새로운 지식과 정보, 기술을 배우지 않고서는 낙오될 수밖에 없다.



자기주도 학습능력이 글로벌 인재의 밑거름

평생학습을 가능하게 하는 원천은 지적호기심과 탐구력이다. 누가 평생을 쫓아다니며 가르쳐주는 것이 아니라, 자기 스스로 목표를 세우고 공부하는 능력이 있어야 평생학습 시대를 살아갈 수 있다. 그러므로 이러한 자기주도 학습능력은 21세기에서 요구되는 가장 중요한 능력이다. 자기주도 학습능력은 자신에게 필요한 정보와 지식을 선별하여 스스로 학습할 수 있는 능력과 어떤 과제가 주어졌을 때 스스로 해결하는 능력이다. 또한 이 능력은 초·중·고 교육 단계에서부터 몸에 익혀야 한다. 주입식 교육에 길들여지고, 학원식 수업에 중독된 학생은 결코 자기주도 학습능력을 기를 수 없다. 이러한 맥락에서 특히, 학교현장에서 자기주도 학습능력의 함양은 주요한 교육과제로 부각되고 있다. 그러나 우리나라 교육의 현실은 자신 스스로 계획을 세워서 공부를 하는 자기주도적인 학생보다는 학원이나 과외지도와 같이 타율적인 공부에 길들여진 학생들이 많은 것이다. 이러한 학생들은 현재 학업성적은 좋을지 몰라도 대학이나 미래사회에서의 성취를 장담하기는 어렵다. 따라서 자신의 목표를 향해 스스로 계획을 세워 꾸준히 학습해 나가는 자기주도학습이 미래 성취의 중요한 열쇠가 될 것이다.

창의적 인재 양성은 학교현장의 변화에서부터

교육제도의 변화가 혼란을 야기할 수는 있다. 그러나 시대에 뒤떨어진 제도는 바뀌어야 한다. 자기주도 학습전형은 빠르게 변화하는 시대에 가장 적합한 제도이며, 자기주도학습은 변화의 시대가 추구하는 창의적이고 자율적인 인재에게 요구되는 능력이다. 이제 자기주도 학습전형의 도입취지와 시행배경에 대해 알아보도록 하자.



자기주도학습이 강화된 2009년 개정 교육과정

현재 초·중등학교의 교육과정은 자기주도적인 학습능력과 창의성을 갖춘 인재양성을 목표로 하고 있다. 제7차 교육과정부터 현재 2009 개정 교육과정에 다양한 모습으로 자기주도학습이 반영되고 있다. ‘2009 개정 교육과정’이 2011년도부터 초등학교 1, 2학년, 중학교 1학년, 고등학교 1학년에 적용되고 연차적으로 2013년까지 전체 초·중·고 학생들에게 적용될 예정이다.

2009 개정교육과정의 주요 방향은 수준별 자기주도적 개별화 학습기회를 제공하기 위한 것이며, 교육과정 편성 중 창의적 체험활동은 학생의 자기주도 학습능력을 신장시키기 위한 것이기도 하다. ‘2009 개정 교육과정’은 이전 교육과정과 몇 가지 측면에서 두드러진 차이점이 있다. 이 특징들을 자기주도학습의 관점에서 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 교육이 국내적 인재를 양성하는 수준에서 글로벌 창의인재를 양

성하는 체제로 나가야 한다는 점을 명확히 하고 있다. 글로벌 창의인재 양성을 위해서 학생들이 지닌 호기심, 의문, 탐구적 태도를 고양하는 교육을 강조한다. 그러면서도 학습부담은 줄이고 깊이 있는 학습, 생각하는 학습이 이루어지도록 교육과정을 설계하였다.

둘째, 학습부담의 감소와 생각하는 학습을 위해서 학년군·교과군을 도입하였다. 학년군·교과군은 어느 학년에 어느 과목을 몇 시간 가르칠 것인지에 대한 결정권을 학교가 행사하는 것이다. 교육과정 편성·운영에 대한 학교의 자율성 확대는 창의적이고 특색 있는 학교 교육, 교실 수업을 가능하게 할 것이다.

셋째, 중·고교에서 학기당 이수과목 수를 8과목 이내로 제한하고 있다. 학년군·교과군 내에서 학기당 8과목을 이수하기 위해서는 학기당 집중이수가 불가피하다. 이전 교육과정에서는 학기당 13과목 내외를 운영하여 학생들에게 수업준비, 평가 등 학습 부담으로 작용되었다. 그리고 이러한 학습 부담은 깊이 있는 학습 경험보다 주입식, 암기식 교육을 낳는 원인으로 지목되었다.

집중이수는 수업방법에서 2시간 연속수업(Block Time)을 활성화함으로써 선생님의 전달 위주 수업이 아니라 학생 주도의 참여수업을 유도하는 계기가 될 것이다. 90분 또는 80분의 연속 수업에서 선생님의 일방적인 강의 전달 방식은 가능하지도 않으며 탐구, 실험, 조사, 발표, 토론, 토의 학습은 물론이고, 팀 프로젝트 수업, 협력학습 등을 필요로 한다. 이미 많은 학교에서 교과 교실제를 운영하고 있어 자기주도학습은 더욱 촉진될 전망이다.

넷째, 창의 인성교육을 위하여 창의적 체험활동을 강화하였다. 이전 교육과정에서는 재량활동과 특별활동으로 운영되었지만 형식적인 운영으로 당초의 취지를 무색케 하였다. 창의적 체험활동은 초·중학교 주당 3시간, 고등학교 4시간을 운영하는데, 구체적인 운영은 자율활동, 진로활동, 동아리활동, 봉사활동 등 단위학교에서 결정한다. 학생들은 교과 이외의 다양한 창의적 체험활동을 통해서 자신의 진로를 개척하고 배려와 나눔을 실천하는 건전한 시민정신을 함양하게 된다. 이와 같은 학생들의 지속적인 열정과 참여를 통한 자기계발은 자기주도 학습전형에서 중요한 평가 항목으로 반영되고 있다.



특목고 입시제도의 개선 필요

외국어고, 국제고, 과학고 등 특수목적고 등에서 학생 선발방식 개선에 대한 요구가 지속적으로 제기되었다. 문제는 중학교의 정상적인 교육과정을 충실하게 이수한 학생들이 도저히 대비할 수 없는 입학전형 때문이었다. 상급학교에 진학하기 위해서는 사교육을 통한 ‘만들어진 스펙’이 필요하다는 인식이 학부모들 사이에 빠르게 확산되었다. 이에 우수한 학생들이 선호하는 고등학교에 들어가기 위해서 중학생들은 사교육에 의존할 수 밖에 없었다. 이런 문제는 최근에 설립된 국제중학교로 확산되어 초등학생들의 입시 사교육으로까지 확대되었다.

특목고 학생선발 문제의 심각성은 사교육을 유발해 온 전형요소를 살펴 보면 이해할 수 있다.

첫째, 다양한 외국어 인증시험 점수를 입학전형 요소로 활용해 왔다는 점이다. 외국어고와 국제고 등이 텡스, 토플, 토익 등의 영어 인증시험 점수를 특별전형에서 반영하여 왔다. 텡스, 토플, 토익 등은 초등학교와 중학생을 대상으로 만들어진 것이 아니라 성인들을 대상으로 영어 능력 평가를 위해 만들어진 것이고, 지문 등의 내용도 성인들을 대상으로 한 정치, 경제, 사회, 철학, 심리학 등의 내용을 담고 있다. 따라서 외국어고 특별전형에 합격하기 위한 고득점을 얻기 위해서는 초등학교부터 시험에 대비해야 하는데, 지문의 내용을 이해하지 못하면서 문제를 풀어내도록 하는 이러한 학습은 정상적인 영어 학습이라고 하기보다는 정답을 고르는 기술을 익히는 것에 더 가깝다고 할 수 있다.

둘째, 외교, 국제고 등 특목고가 입시 전형자료로 교과와 관련된 다양한 교외 경시대회의 수상실적을 요구하고 있다는 것이다. 입시에서 수상실적을 요구하게 되면서 수학, 과학, 영어 등 교과와 관련된 교외 경시대회가 상당히 늘어났고, 이에 참가하는 학생수도 매우 증가하였다. 하지만 대부분 중학교의 정상적인 교육과정을 이수하는 것으로는 경시대회에서 입상하는 것이 쉽지 않다.

셋째, 중학교 교육과정의 수준을 벗어난 학교별 선발고사를 실시했다는 점이다. 교육과학기술부와 시·도 교육청에서는 학교별 입학전형에 대해 지속적으로 관리해 왔지만 일부 고등학교에서는 지필고사, 변형된 형태의 지필고사인 구술시험과 심층 인성면접, 영어 듣기평가 등을 지속적으로 실시해 오는 등 과도한 사교육을 유발해 왔다.

넷째, 결과적으로 고등학교 입학에 위한 진학상담에서 진학지도에 이

르기까지 중학교가 완전히 소외된 상태가 지속되었다. 일부 중학교에서는 특목고 입시철이 되면 아예 학교 수업을 외면하는 학생들까지 발생하였고, 중학교는 사실상 고등학교 입학전형에서 완전히 소외되는 현상을 초래했다.

교육환경 변화를 반영하지 못하는 현재의 전형화되고 틀에 박힌 입시제도는 21세기 사회가 요구하는 인재를 선발하는 데 더 이상 적합하지 않다. 따라서 21세기 글로벌 시대에 적합한 인재양성을 위해서는 초·중학교 단계에서 길러진 자기주도 학습능력에 기반을 둔 학생선발 방식이 필요하다. 즉 사교육기관에 의존한 학습의 결과, 즉 의도적으로 만들어진 ‘스펙’에 따른 학생 선발이 아니라 초·중학교의 학교생활을 통해 계발된 자기주도학습 결과에 따른 학생 선발방식으로서의 전환이 필요한 상황이다.

미리 알고 준비하는 자기주도 학습전형

21세기 글로벌 시대에는 학습하는 방법에 대한 학습(learning how to learn)과 스스로 문제를 탐색하고 해결하는 자기주도학습이 강조되고 있다. 그러므로 학교교육이 자기주도 학습능력을 갖춘 창의적 인재를 육성하는 역할을 담당해야 한다는 요구가 증대되고 있다. 이에 따라 외국어고·국제고, 과학고, 일부 자율형 사립고는 2011년부터 자기주도 학습전형을 통해 글로벌 창의인재의 핵심 역량인 자기주도 학습능력을 평가 하는 것을 기본 방향으로 정하고 있다(박효정, 2010).



자기주도 학습전형의 특징

‘자기주도 학습전형’은 그동안 외고·국제고, 과학고 등의 학생 선발방식이 야기해 온 과도한 사교육 유발요인을 최소화하여 학생과 학부모의 부담을 경감하고, 학생의 잠재력 계발과 자기주도 학습역량 배양에 적합한 전형방식으로 개선하기 위해 마련되었다. 이와 같은 자기주도 학습전형에 의한 학생선발 방식의 특징을 간략히 제시하면 다음과 같다.

첫째, 자기주도 학습전형은 외국어고·국제고, 과학고 등 특목고와 일부 자율형 사립고에 지원하는 학생 전원을 대상으로 하며, 신입생의 20%는 사회적 배려대상자로 선발하되 자기주도 학습전형을 동일하게 적용하도록 하였다.

둘째, 정상적인 중학교 교육과정으로 준비할 수 없는 학교 밖 경시대회 수상실적, 토폴·텡스·토익 등 인증시험 점수 등 선행학습 결과를 반영하던 특별전형을 폐지하였다.

셋째, 학교별 필기고사를 금지하고, 정상적인 중학교 교육과정을 넘어서는 교과지식을 묻는 지필고사, 지필고사 형태의 구술면접과 심층면접(영어면접)이 금지되었다.

넷째, 지원 학생이 제출한 학습계획서, 학교장 및 교사 추천서 등을 활용하여 개인의 자기주도 학습능력과 잠재력을 종합적으로 평가할 수 있도록 전형 과정에 입학사정관이 참여하는 입학전형위원회를 운영하여 공정성과 객관성을 담보하도록 하였다.

다섯째, 면접은 학습 및 진로계획, 전공의지, 봉사·체험 활동 결과, 독서 활동 등 자기주도 학습역량을 중심으로 평가하도록 하였다.

자기주도 학습전형의 절차

2011년부터 외국어고·국제고, 과학고 등 특목고와 일부 자율형 사립고 등에 새롭게 도입되는 자기주도 학습전형이 학교유형별로 어떤 단계와 절차로 선발하는지 간략히 살펴보면 다음과 같다.

■ 외국어고·국제고

외국어고(31개교)와 국제고(6개교)의 자기주도 학습전형은 1단계에서 영어 내신성적(160점)과 출결점수(감점)만으로 정원의 일정 배수를 선발하도록 하고 2단계에서는 1단계 전형 성적과 면접(40점)으로 최종 합격자를 선발하게 된다.



외국어고, 국제고의 자기주도 학습전형 절차

단계별로 상세한 전형 내용을 살펴보면, 1단계 전형에서는 영어 내신성적의 경우 중학교 2학년 1, 2학기 및 3학년 1, 2학기의 4개 학기 영어 성적만을 반영하고, 출결은 학교별로 일정비율을 정해 감점할 수 있도록 하

였다. 특히 중학교 1학년 과정은 진로 및 진학 탐색과정으로 설정하여 성적을 외국어고 입학전형에 반영하지 않도록 한 것이 특징이라고 할 수 있다. 학기별 영어 내신성적은 고등학교 내신 관리 방식인 9등급제를 준용하여 정상분포 곡선의 방식으로 환산점수를 부여하게 된다.

2단계 전형에서는 입학사정관으로 구성된 입학전형위원회에서 학교생활기록부, 학습계획서, 교사추천서를 바탕으로 면접(40점)을 실시하여 최종 합격자를 선발하게 된다. 면접은 학교생활기록부, 학습계획서, 추천서 등의 자료에 제시된 자기주도 학습계획, 봉사·체험 활동, 독서 활동 등의 내용 요소를 통해 평가한다.



자기주도 학습전형 2단계 전형요소

■ 과학고(19개교)

과학고의 경우, 2011학년도에는 정원의 30% 이상을 대상으로 자기주도 학습전형을 적용하고, 나머지 학생들은 과학창의성 전형으로 선발한다.

과학고의 자기주도 학습전형 1단계에서는 학교장의 추천을 받은 학생 중에서 중학교 수학과 과학 내신성적을 평가하여 정원의 일정 배수를 면접대상자로 선발하고, 2단계에서는 1단계 전형성과 면접으로 최종 합격자를 선발하게 된다.

■ 자율형 사립고(10개교)와 자율학교(5개교)

일부 자율형 사립고와 자율학교에 적용하는 자기주도 학습전형은 ‘중학교 내신 성적+면접’의 기본적 틀을 유지하되, 내신 반영 과목, 학년, 내신과 면접의 반영 비율은 지역별, 학교별 특수성을 반영하여 결정하도록 하였다. 이렇게 결정하도록 한 것은 이러한 학교들이 일반 고등학교의 특성을 가지고 있으므로 내신성적을 특정 과목만으로 한정하는 것이 부적절하기 때문이다.

서울, 부산 등 평준화 지역의 자율형 사립고의 경우에는 중학교 내신성적이 일정 수준 이상인 학생들의 지원을 받아 추첨으로 선발하기 때문에 자기주도 학습전형이 적용되지 않는다.



자기주도 학습전형의 준비

2011학년도부터 도입되는 자기주도 학습전형에서는 사교육을 통해 ‘만들어진 스펙’을 갖춘 학생이 아닌 학교공부를 충실히 수행한 학생을 선발한다. 이에 어떤 점을 염두에 두고 준비해야 하는지 간단히 살펴보기로 한다.

■ 학습계획서 작성법

학습계획서에는 지원동기, 학습과정과 진로계획, 봉사·체험 활동, 그리고 독서활동 사항이 포함되며, 다음과 같은 구체적인 사항을 기술하는 것이 필요하다.

첫째, 지원동기에는 지원학과에 관심을 갖게 된 동기와 스스로 노력해 온 학습과정을 기술한다.

둘째, 학습과정과 진로계획에는 자신의 학습과정과 이를 통해 느꼈던 점, 고등학교 입학 이후의 학습계획과 졸업 후 진로계획을 구체적으로 제시한다.

셋째, 봉사·체험 활동에는 학생이 참여한 봉사·체험 활동 내용과 느꼈던 점, 고등학교 입학 이후의 관심있는 활동에 대해 기술한다.

넷째, 독서활동에는 초등학교나 중학교에서의 독서경험과 이를 통해 느꼈던 점에 대해 기술한다.

■ 면접 준비방법

면접은 학교생활기록부, 학습계획서, 학교장 및 교사 추천서를 바탕으로 다음과 같은 구체적인 사항을 평가한다. 따라서 다음과 같은 평가내용에 대비하여 준비하는 것이 필요하다.

첫째, 학생이 지원학과에 관심을 갖고 지원하게 된 계기와 준비과정, 자기주도 학습과정과 느낀 점, 그리고 입학 이후 학습 및 진로 계획 등 자기주도 학습계획

둘째, 학기중, 방학중 봉사·체험활동 결과와 봉사·체험활동을 통해 느낀 점

셋째, 중학교 동안의 교과·진로·교양관련 독서 결과와 독서를 통해 느낀 점

이상에서 살펴본 것처럼 자기주도 학습전형에서는 내신성적의 경우 앞서 제시한 바와 같이 고등학교 유형에 따라 특정 교과목만을 내신성적 산출자료로 활용하기도 하나 교과 내신성적은 자기주도 학습전형에서 일차적으로 중요한 기본적인 자료가 된다는 점을 알아야 한다. 따라서 학생들이 자신의 진로 목표를 고려하여 내신성적을 관리하되, 중학생 단계의 학생들은 다방면으로 발전할 가능성이 크기 때문에 학교교육을 충실히 하여 전 과목 내신성적을 골고루 잘 관리하는 것이 필요하다. 이와 함께 자기주도 학습전형에서 요구하는 독서활동과 봉사·체험활동은 단기간에 준비될 수 있는 것이 아니기 때문에, 학생 스스로 평소에 학교와 가정생활 속에서 독서활동과 봉사·체험활동을 계획하고 실천하면서 느꼈던 점과 경험을 지속적으로 정리해 나가는 것이 필요하다.

제2부

자기주도학습, 전격 해부하기

자기주도학습이란 학습자가 스스로 학습과정을 이끌어나가는 학습활동이다. 자기주도학습을 보다 잘 이해하려면 자기주도학습의 구성요인인 동기, 인지, 행동적 측면에 대해 알아야 한다. 즉, 학습을 하는 이유와 목표설정(동기), 자료나 정보를 이해하고 기억하는 실제적인 전략(인지), 적절한 공부환경 조성을 위한 실천(행동), 이 세 가지 조절을 잘하면 자기주도 학습자가 될 수 있다.

자기주도 학습자는 스스로 잘 할 수 있다는 자기효능감이 높고, 외부에 의한 동기가 아니라 자신 내면의 동기가 강하며, 자기가 결정하고 실행하려는 자율성이 강할 뿐만 아니라, 자신 스스로를 평가할 줄 아는 능력을 가지고 있다. 이런 자기주도 학습자의 특징들을 알면 자신을 점검해 봄으로써 자기주도 학습능력을 갖추어 나가는 데 도움이 될 것이다.

자기주도학습에 대해 선입견을 가지고 있는 경우가 많은데, 자기주도학습은 ‘혼자’하는 것이 아니라 학부모와 교사의 지지가 뒷받침되었을 때 보다 훌륭한 자기주도 학습자가 될 수 있다. 그렇다면 구체적으로 어떻게 해야 자기주도 학습자가 될 수 있을까? 그것은 ‘자기주도학습’이 무엇인가를 제대로 아는 것에서부터 출발한다.

타율적인 학습자가 되느냐, 자기주도적인 학습자가 되느냐는 학습자 본인의 선택에 달려있다. 2부에서는 자기주도학습이 무엇인지 다양한 관점에서 살펴보고 생각해 보자.

자기주도학습이란 무엇인가?

자기주도학습을 쉽게 이해하려면 교사주도학습과 비교해 보면 된다. 또한 자기주도학습의 과정에 작용하는 동기, 인지, 행동적 구성요인을 알아보는 방법도 있다. 자기주도학습에 대해 이해하고 나면 자기주도 학습자가 되는 길에 한걸음 다가설 수 있을 것이다.



자기주도학습의 개념

자기주도학습은 ‘자기조절학습’, ‘자기교수’, ‘자기규제학습’ 등 다양한 용어로 사용되고 있다. 이는 학자들의 이론적 관점과 강조점에 따라 다른 용어로 표현되었을 뿐이며, 학습자의 주도적인 역할을 강조한다는 데 있어서는 동일하다. 자기주도학습에 대한 정의는 여러 관점에서 발전해왔다. 자기주도학습에 관한 초기 학자인 Knowles(1975)는 ‘자기주도학습을 타인의 도움 없이 자기 스스로 주도적으로 학습목표를 설정하고, 효율적인 학습전략을 사용하며, 학습결과를 스스로 평가하는 일련의 과정’이라 정의 내렸으며, Zimmerman(1986)은 ‘자기주도학습은 동기적·초인지적·행동적으로 학습자 스스로 학습에 적극 참여하는 것으로서, 학업성취를 촉진하는 실제적인 촉진자’라고 하였다. 이에 반해 최근에는 ‘다른 사람의 도움을 받거나 혹은 받지 않거나와 상관없이 개별학습자가 스스로 자신의 학습에서 주도권을 갖고 자신의 학습요구를 진단하고 자신의 학습목표를 설정하며, 학습에 필요한 인적·물적 자원을 확보하고 적합한 학습전략을 선택·실행하여 학습결과를 스스로 평가하는 과정과 활동’으로 설명한다(송인섭,

2006). 이를 종합해 보면 자기주도학습이란 일반적으로 학습자가 주체가 되어 학습과정을 스스로 이끌어나가는 학습활동을 의미한다.

자기주도학습이란 학습자가 주체가 되어 학습과정을 스스로 이끌어나가는 학습 활동을 의미한다.

이러한 자기주도학습의 개념을 보다 명확히 이해하기 위하여 교사주도 학습과의 차이점을 중심으로 설명하면 다음과 같다(송인섭, 2006).

첫째, 교사주도학습에서는 학생을 본질적으로 의존적인 존재로 이해하고 있지만, 자기주도학습에서는 학생을 자기주도성 또는 자율적인 능력과 욕구를 가진 존재로 이해하고 있다.

둘째, 교사주도학습에서는 학생이 가지고 있는 경험보다는 교과나 단원을 중심으로 한 교사의 교육내용이 더 중요한 학습자원으로 여겨지는 반면에, 자기주도학습에서는 학생들의 다양한 경험이 교사나 전문가들의 교육내용과 더불어 풍부한 학습자원으로 여겨진다.

셋째, 교사주도학습에서는 동일한 연령의 학생은 동일한 내용을 학습할 인지적인 준비 수준이 같다고 가정되지만, 자기주도학습에서는 각 학생마다 학습의 준비 수준이 다르다고 가정한다.

넷째, 교사주도학습에서는 학생들이 교과중심으로 학습을 경험하기 때문에 교과 내용이 중심이 되는 반면에, 자기주도학습에서는 학생들이 과제중심 또는 문제해결중심으로 학습하는 것이 중요하게 간주된다.

다섯째, 교사주도학습에서 학생이 공부를 하는 이유는 칭찬이나 상과 같은 보상을 받거나 벌을 받지 않기 위한 것인 반면에, 자기주도학습에서는 학생의 성취욕구, 호기심, 자기존중감 등과 같은 내재동기가 학생이

공부를 하는 동기가 된다.

교사주도학습과 자기주도학습의 비교

구 분(관점)	교사주도학습	자기주도학습
학생	의존적인 존재	자율적인 존재
학생의 경험	교사의 교육내용이 중요	학생들의 다양한 경험이 학습의 중요한 자원
학습의 준비도	동일 학년의 학생은 학습할 준비도가 동일	동일 학년의 학생일지라도 학생마다 학습의 준비도는 다름
학습의 지향점	교과 중심	과제 또는 문제해결 중심
학생의 학습 동기	외재적 동기	내재적 동기



자기주도학습의 구성요인

학습은 경험의 결과 인지적, 정의적, 행동적 변화가 이루어지는 것으로서, 자기주도학습은 이러한 학습이 학습자에 의해 주도적으로 이루어진다는 것을 의미한다. 즉, 학습과정에 작용하는 동기, 인지, 행동이 상호작용하여 학생이 스스로 목표를 세워 학습하고, 그 결과를 평가하는 과정을 통해 창의력과 문제해결력을 향상시키게 된다. 자기주도학습을 쉽게 이해하기 위해서는 자기주도학습이 어떤 요인들로 이루어져 있는지를 아는 것이 필요하다.

• 동기조절

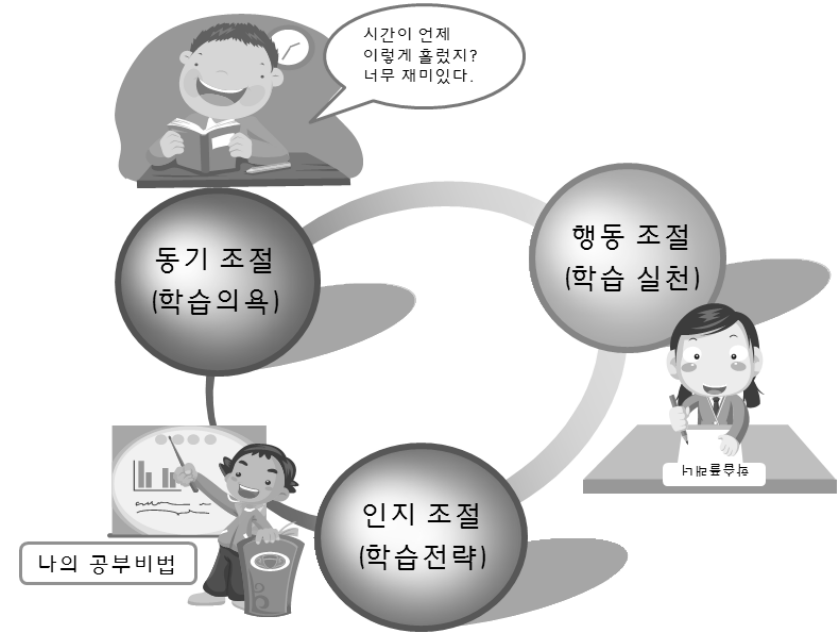
학습을 시작하게 하는 내적인 힘으로서의 동기는 타인에 의해 부여되기도 하지만 학습자 스스로의 내부에서 유발될 때 가장 강력하고 지속력도 증가한다. 이러한 동기는 과제를 수행하는 자신의 능력에 대한 믿음인 자기효능감과 ‘공부를 왜 해야 하나?’에 대한 답인 목표지향성과 관련된다.

• 인지조절

학생이 자료나 정보를 기억하고 이해하는 데 사용하는 실제적인 전략을 의미한다. 동일한 내용을 동일한 시간동안 공부할지라도 어떤 학생은 더 많은 것을 학습하고 또 어떤 학생은 더 적게 학습하는 이유가 바로 인지조절의 차이 때문이다. 학생이 사용하는 실제적인 인지 전략은 학습내용을 익히는 과정에서 활용되는 시연(반복), 정교화, 조직화, 공부하는 방법에 대한 학습과 관련되는 계획, 점검, 평가 등이 있다.

• 행동조절

자기주도학습에서 행동조절은 학생이 공부를 성공적으로 이끌기 위해 가장 적합한 학습 환경을 조성하고 실천하는 것을 의미한다. 학생 스스로 자신의 행동을 통제하고 시간을 조절하며 도움이 필요한 경우에는 적극적으로 도움을 요청할 수 있는 것과 관련된다.



자기주도학습의 구성요인

자기주도 학습자의 특징

자기주도 학습자란 ‘자신의 학습과정에 동기적·인지적·행동적으로 적극 참여하는 자’(Zimmerman, 1986, 1990)이다. 즉 자기주도 학습자는 학습에 대한 동기화가 되어 있으며, 다양한 인지조절전략을 사용하고, 자신의 행동을 적절히 통제하는 능력을 갖춘 학습자이다. 즉, 동기적 차원에서 다른 사람의 도움 없이도 스스로 공부를 잘 할 수 있다는 자신에 대한 믿음인 자기효능감과 과제에 대한 흥미를 가지고 자발적으로 학습에

접근하는 높은 내재적 동기, 그리고 긍정적인 자아개념을 갖는다. 인지적 차원에서는 학생 스스로 목표를 설정하고 공부계획을 수립하고 자신에게 맞는 적절한 학습방법을 활용하여 공부하며, 자신이 잘 알고 있는지를 스스로 평가하고 점검하는 특징을 가진다. 행동적 차원에서는 자신의 학습을 성공적으로 이끌기 위하여 가장 적합한 환경을 선택하고 구조화하는 것을 말하는데, 공부에 집중하기 위해 조용한 곳을 찾는다거나, 문제를 해결하기 위해 도움이 필요한 경우 친구나 선생님을 적극적으로 활용한다는 특징을 보인다.

자기주도 학습자가 보이는 특징을 학생 스스로 공부하는 과정에 대한 관찰과 학습자의 심리적인 특성에 대한 검사를 통해 구체적으로 분석해 본 결과는 다음과 같다(송인섭, 2006).

자기주도 학습자는 자기효능감이 높다.

자기주도 학습자는 혼자 스스로 무엇이든지 할 수 있다는 자신감을 가지고 있다. 즉, 학습에 대한 자신의 능력을 믿고, 자신에 대해 긍정적인 평가를 할 때, 자기주도학습이 가능하다.

자기주도 학습자는 내재동기가 강하다.

자기주도 학습자는 공부 자체에 대한 흥미나 즐거움인 내재동기에 의해서 공부를 하기 때문에, 자발적이고 능동적으로 학습에 참여한다.

자기주도 학습자는 자율적인 성격을 가지고 있다.

자기주도 학습자는 교사나 타인의 지시나 의견에 따라 타율적으로 공부를 계획하고 실행하는 것이 아니라, 자발적으로 계획을 세우고 계획된 시간에 집중을 다하며, 주위의 방해요소를 스스로 통제하는 경향이 강하다.

자기주도 학습자는 자기평가자이다.

자기주도 학습자는 학습의 준비상태가 잘 되어 있는지, 자신이 사용한 학습방법이 효과적이었는지, 자신이 공부한 내용을 정확하게 알고 있는지를 지속적으로 점검하고 평가하여 자신만의 효율적인 공부 방법을 찾는다.

자기주도학습에 대한 오해와 진실!

자기주도 학습자가 되기 위해서는 자기주도학습이 무엇인지 정확하게 이해하는 것에서부터 출발해야 한다. 자기주도학습에 대해 널리 퍼져있는 오해들을 바탕으로 자기주도학습에 대해 보다 명확히 이해하자.

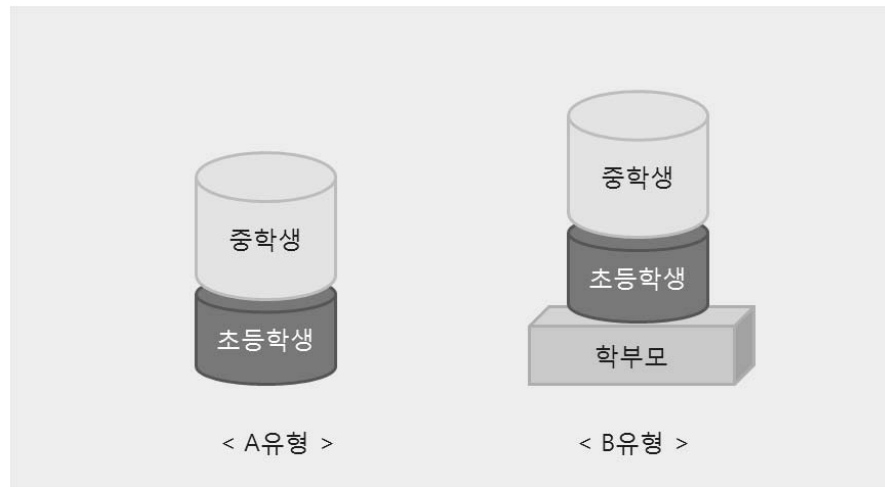


자기주도학습은 타인의 도움 없이 혼자 하는 것이다? No!

자기주도 학습자가 되기 위해서는 학생 자신 스스로 열심히 하는 것이 최선의 방법이라고 오해하는 부모와 교사들이 상당히 많다. ‘공부는 학생이 하는 것이니까 학생 혼자 잘하면 되는 것 아니야?’라는 책임 회피적인 생각은 학생을 자기주도 학습자로 성장시키기 어렵다.

자기주도 학습자가 선천적인 성향이라고 보는 연구(Kagan & Snidman, 1991)도 있지만, 아동이 어떤 성향을 가지고 태어났다 하더라도 성인에게서 받는 피드백의 종류에 따라 전혀 다른 양상이 나타난다는 것을 보여주는 한 연구가 있다(Dweck, 2000). 자기주도 학습자가 되기 위해 학생 스스로 목표를 세우고 적절한 공부전략을 사용하는 등 학생 혼자 노력하는

유형과 학생이 스스로 학습해 나가는 동안에 부모의 도움과 지지가 제공된 유형을 비교한 연구결과에 따르면 성인, 특히 부모의 도움과 지원이 자기주도 학습자를 키우는데 매우 중요한 역할을 하는 것으로 밝혀졌다.



부모의 도움과 지지가 제공되지 않은 경우(A)와 제공되는 경우(B)의 자기주도 학습능력의 차이

A유형의 경우 학생 혼자서 자기주도 학습자가 되기 위해 노력을 하지만 부모가 공부에 무관심하다거나 오히려 방해가 될 수 있고, 부모가 생각하는 방식으로 공부를 강요할 수도 있다. 이런 상황은 자기주도 학습자로 성장하는데 어려움이 많고 설령 자기주도 학습자로 성장해 나간다 할 지라도 외부의 환경에 의해 쓰러지거나 영향을 받기 쉽다.

하지만 B유형은 학생이 스스로 학습해 나가는 과정을 부모가 칭찬과 격려로 지지해주고, 학습 자료를 찾는 데 도움을 준다거나 다양한 경험의 기회를 마련해 주는 역할을 해준다. 따라서 A유형에 비해 안정적이고 외부 환경에 쉽게 영향을 받지 않고 자기주도적인 학습자로 성장해 나갈

수 있을 것이다.

이러한 연구결과를 자기주도 학습자는 학생 혼자 스스로 되는 것이 아님을 보여주고 있다. 따라서 학생들이 자신의 잠재능력을 실현할 수 있도록 어렸을 때부터 부모의 적극적인 도움과 지지가 필요하다.



교사의 직접적 개입은 필요 없다? No!

많은 교사들이 수업시간에 학생들에게 학습내용을 어떻게 하면 효과적으로 가르칠 것인가에 대해 고민을 하지만, 학생들이 수업시간에 배운 학습내용을 어떻게 하면 오랫동안 기억하게 할 수 있을까에 대해서는 생각하지 않는다. 효과적인 수업매체를 활용해 학습내용을 잘 전달하는 것만이 교사의 역할이라고 생각하고 그 이후는 학생들의 몫이라고 보는 경향이 있다. 그러나 수업 후 학생들이 학습내용을 공부하거나 시험을 준비할 때 각 교과에 적합한 공부전략이 있다는 것을 가르쳐주어야 한다. 짧은 시간에 중요한 내용을 더 많이 공부할 수 있도록 교사는 각 과목별 공부방법과 지침을 개발하고 학생들이 잘 활용할 수 있도록 도움을 주어야 한다.

뿐만 아니라 학생들의 성공적인 학습전략 중 가장 기본적이고 중요한 '주의집중' 역시 관심을 두어야 할 부분이다. 수업시간에 아이들이 묵묵히 수업을 듣거나 열심히 수업을 경청하는 것처럼 보이면 '수업을 잘 듣고 있군'이라고 생각하며 수업을 진행한다. 하지만 아이들이 수업을 집중해서 듣도록 하는 것은 학생의 필수적인 자세이기도 하지만 교사의 몫이기도 하다. 수업을 집중해서 듣게 되면 학습내용을 이해하여 재미를 느끼

게 되고, 수업이 끝나고 복잡하게 되면서 성적이 향상되고, 그렇게 되면 어느새 자신감이 생기게 된다. 그렇기 때문에 수업시간에 교사는 학생들이 학습에 관련된 자극에만 집중하게 하고, 부적절한 자극이나 소음에 무시할 수 있도록 만들어야 한다. 또한 학생들의 주의집중력이 그리 오래 가지 않기 때문에 교사는 어떻게 하면 학생들이 수업내용에 집중할 수 있을지를 고민하고 다양한 방법과 전략을 투입하는 것이 필요하다.



공부를 잘하면 모두 자기주도 학습자? No!

자기주도 학습자는 공부를 잘하는 학습자가 아니다. 자기주도 학습자는 공부를 스스로 하는 학습자이며, 스스로 한 학습이 공부 잘 하는 결과를 가져올 뿐이다. 다시 말해, 꼭 공부 잘 하는 아이들이 모두 자기주도적인 학습자는 아니라는 것이다.

타인의존적, 관리의존적 학습자 중에서도 공부를 잘하는 학습자가 많다. 어쩌면 현재 획일적 교육방식인 주입식 위주 대학입시를 준비하는 대다수의 학생들이 타인의존적 학습자일 수 있다. 사교육 입시 위주 커리큘럼에 맞추어진 학생들의 학습은 대학입학이라는 단 한 가지 목표를 향한 타인의존적 학습자를 생산해왔고, 그러한 학습자들이 좋은 대학에 입학하는 것이 공식화되어 왔다. 물론 이러한 학습자들이 공부를 잘할 수는 있지만, 대학이나 앞으로의 직업세계에서 성공을 장담하기는 어렵다. 21세기 사회는 더 이상 타인에 의해 관리되는 의존적인 학습자를 원하지 않는다. 급변하는 사회 속에서 지식, 기술, 정보를 습득하고 자신의 아이디어를 정확히 표현하는 능력을 갖춘 인재를 원한다. 즉, 과제가 주어졌

을 때 스스로 해결하고, 자생적으로 창의적인 무엇인가를 만들어낼 수 있는 힘인 창의적인 사고와 자기주도적인 학습태도를 갖춘 인재를 원한다. 따라서 우리는 공부를 잘하는 인재를 육성하는 것이 목표가 아니라 잠재적 능력을 발휘할 수 있는 자기주도 학습자를 육성해 나가는 노력이 필요하다.



한 가지만 잘해도 자기주도 학습자가 된다? Yes!

그렇다. 학생들이 자신이 무엇을 잘 할 수 있는지 아는 것만으로도 자기주도 학습자가 될 준비가 70% 이상 되어 있다고 볼 수 있다.

“나는 ○○○을 잘해”라고 명확하게 말할 수 있는 아이들은 앞서 제시한 것처럼 자신에 대해 잘 알고 있다는 것이다. 스스로 무언가 하기 위해서는 그것을 하는 이유가 명확할 때 가능하다. 따라서 아이들이 한 가지만이라도 잘 하는 것이 있고 이를 스스로 발견했다면 매우 고무적인 현상이라고 생각하고 여기서부터 출발하도록 하자. 잘 하는 것 하나를 계속해서 발전시키다 보면 그와 연관되는 또 다른 일을 잘 할 수 있게 되고 이는 아이의 자신감을 향상시켜 주게 될 것이다. “나는 할 수 있어”를 외치는 아이들은 그렇지 않은 아이들 보다 새로운 과제에 임하는 자세부터 다르다. 자신감이 있는 아이들은 새로운 과제에 호기심을 가지고 적극적인 자세를 취하게 된다. 그렇기 때문에 과제를 하는 동안 즐거움과 흥미가 유발되게 되고 이는 다시 성공적인 결과를 기대하게 된다.

결국 자기주도 학습자의 길은 매우 작은 것에서부터 시작된다. 어떤 일 이든지 시작의 단계는 매우 미약하지만 오랫동안 시간과 노력을 투자하게

되면 그 결과는 100배 1000배 그 이상으로 커지게 된다. 아이가 잘하는 것 그것이 바로 자기주도 학습자가 되는 또 하나의 열쇠가 된다.



자기주도학습은 학교 상황에 맞지 않는다? No!

자기주도학습은 약한 의미와 강한 의미로 이해될 수 있다. 약한 의미로 규정하면, 학교교육과정의 테두리 안에서 교육을 시행하되, 학생들이 교육의 주체로서 교수-학습과정에 보다 적극적으로 참여하는 학습활동을 의미한다. 즉, 교육과정에 이미 제시된 교육목표, 교육내용, 교육방법 등의 테두리 안에서 학생이 보다 능동적으로 수업에 참여하도록 하는 학습활동을 의미한다고 볼 수 있다(김관수, 2007). 따라서 자기주도학습은 정규교육과정에서 학습자 중심의 학습과정을 의미한다고 볼 수 있다. 그리고 학생의 자기주도 학습능력은 교사의 적극적인 지원이 뒷받침됨으로써 더욱 신장될 수 있다.

그동안 우리는 자기주도학습은 학생의 몫이고 공부만 잘 하면 쉽게 자기주도 학습자가 될 수 있다고 믿었다. 하지만 자기주도 학습자는 학생 혼자 스스로 도달해야 할 목표가 아니고 부모와 교사의 도움과 지지가 뒷받침 될 때 비로소 자신의 잠재력을 발현시킬 수 있음을 알게 되었다. 또한 공부만 잘해서는 자기주도 학습자가 될 수 없다는 사실도 알게 되었다.

모든 아이들은 자신의 능력을 신장시킬 수 있는 잠재력을 가지고 있다. 이것을 발현시키느냐 아니면 저 깊숙한 곳에 묻어두느냐는 결정된 것이

아니라 선택되는 것이다. 따라서 학부모나 교사는 아이들이 미래사회에서 성공할 수 있는 인재로 성장할 수 있도록 자신의 능력을 발휘할 수 있는 환경을 제공해 주어야 한다. 아무것도 없이 하얀 도화지로만 멋진 그림을 완성할 수 없다. 크레파스, 색연필, 물감, 연필, 잉크 등의 도구가 있어야 한다. 이러한 도구를 선택할 수 있도록 하는 것이 바로 학부모와 교사의 역할인 것이다.

아래 [그림]은 학생이 자기주도 학습자로 성장하기 위한 모형이다.



자기주도형 학습자 형성 모형

학생이 자기주도적인 학습자가 되기 위해서는 공부를 하고자 하는 마음가짐에 해당되는 ‘동기’, 학습한 바를 이해하고 효과적으로 기억, 활용하는 방법을 아는 ‘인지’, 이를 지속적으로 이행하고 성공적인 결과로 이끌어 도와주는 ‘행동’의 세 가지 영역이 서로 원활한 상호작용을 해야한다. 뿐만 아니라 학생의 성장에 부모와 교사는 도움과 지지를 해주는 역할에 최선을 다해야 한다.

제3부

자기주도 학습자로 성장하기

자기주도 학습자로 성장하기 위해서는 자신의 꿈을 실현하기 위해 학습을 하는 의도를 분명히 하고, 학습과정에 작용하는 동기, 인지, 행동의 세 가지 요인을 조절하는 노력을 기울여야 한다. 다시 말해서, 학습자 스스로가 목표를 세워 학습을 이끌어 나가고 그 결과를 평가하는 과정을 통해 자기주도적인 학습능력과 태도를 길러야 한다. 그러나 이러한 자기주도 학습능력은 단기간에 향상되는 것이 아니다. 초·중·고등학교 교육단계에서 학습자가 자신에 대한 이해와 다양한 경험을 통해 미래에 대한 꿈을 가지고, 학습하는 방법에 대한 지속적인 점검과 개선을 통해 길러진다.

자신만의 전략을 세우는 것도 중요하다. 시간과 노력만 들인다고 해서 자기주도 학습자가 될 수 있는 것은 아니다. 분명하고 구체적인 마스터플랜을 짜고, 학습플래너를 만들고 그에 맞는 세부전략을 세워 실행해 나가는 것이 필요하다. 또한 주의집중법, 기억법, 노트필기법 등 이미 검증된 여러 방법들을 알고 활용함으로써 더 효과적인 결과를 얻을 수 있다.

3부에서는 자기주도학습 능력을 신장시키기 위해 학습자가 갖추어야 할 기본적인 태도와 학습과정에서 활용할 수 있는 동기, 인지, 행동 조절 전략들에 대해 알아보도록 한다. 이와 함께 학생들이 활용할 수 있는 세부전략도 소개할 것이다. 한 가지 기억해야 할 것은 자기주도학습은 학습의 주도권을 학습자가 갖는 것이지 학습과정에 교사, 학부모의 개입이 전혀 필요하지 않다는 것을 의미하지는 않는다. 따라서 학습자의 자기주도학습 역량을 강화하기 위해서는 학습자 자신의 노력 뿐 아니라 학부모, 교사의 도움과 지도가 병행되어야 하므로 이에 대한 지도방법들도 함께 제시한다.

왜 자기주도 학습자가 되어야 하나?

21세기는 개성과 창의성을 발휘해야만 개인과 사회가 발전할 수 있는 시대로써 한 개인이 자생적으로 무엇을 만들어 낼 수 있는 창의적인 사고와 자기주도적인 학습태도가 절실히 요구된다. 지금까지의 타율적인 한국 교육의 패러다임이 자기주도학습으로 전환되고 있으며, 이를 통해 학생들은 미래사회가 요구하는 인재로 성장할 수 있다.



사교육, 현실에서 나타난 폐해들

사교육으로만 공부한 학생이든, 자율적으로 공부한 학생이든 누구든 공부는 잘 할 수 있다. 그런데 왜 우리는 꼭 자기주도 학습자가 되라고 권하는가? 아래 사례들을 읽고 생각해보자.

■ 사교육에 힘들어하는 학생들

영철이의 사례는 외국어고 입학에 준비하고 있는 현재 우리 학생들의 모습을 보여주고 있다.

“학원, 과외, 입시 컨설턴트 없인 아무 것도 못해요”

영철이는 2011년 외국어고 입학할 꿈꾸고 있는 학생이다. 그동안 학원과 과외를 하루도 빠지지 않고 다녀왔으며 모든 과목의 선행학습은 물론, 학교 내신 성적 역시 항상 1% 안에 들 정도로 탁월한 실력을 갖추고 있다. 뿐만 아니라 몇몇 영어 경시대회에도 참가하여 입상을 한 경력도 있다. 하지만 영철이와 부모는 최근 들어 걱정과 불안감에 휩싸여 있다. 그 이유는 불과 몇 년 전만 하더라도 내신 성적과 경시대회 수상으로 충분히 외국어고에 입학할 수 있었으나 올해 외국어고 입시에서는 상황이 많이 달라졌기 때문이다.

걱정을 하던 도중 영철이 엄마는 일주일 전 가까운 지인으로부터 입시 컨설턴트의 도움을 받아보는 것이 어떨겠냐는 제안을 받게 되었다. 얼마간의 고민 끝에 영철이와 엄마는 컨설턴트를 만나 상담하게 되었고, 거기에서 영철이의 인생 로드맵을 분석 받아 이를 이행해야 합격할 수 있다는 조언을 받게 되었다.

그 날부터 영철이는 컨설턴트가 세워준 로드맵에 의해 월, 수, 금요일은 ○○지역 양로원에 봉사활동을 나가게 되었고, 주말에는 바이올린 개인 레슨을 받게 되었다. 그 뿐만 아니라 자신이 살고 있는 □□지역을 알리는 홍보물을 만들기 위해 매주 사진과 동영상 촬영 과외를 추가로 받게 되었다.

입학시험은 얼마 남지 않았는데 해야 할 일들이 산더미처럼 쌓여 있는 영철이는 하루하루가 불안하기만 하다. 영철이는 “전에는 공부만 하면 되는데, 이젠 해야 할 일들이 더 많아졌잖아? 이런 것들이 과연 공부하는데 무슨 소용이지? 너무 힘들다”라며 한숨을 내쉬고 있다.

영철이의 예처럼 수동적으로 만들어진 학습자를 진정한 의미의 ‘자기주도적 학습자’로 볼 수 있을까? 물론 부모의 정보력으로 인해 유명하다는 입시 컨설턴트를 만나 고액의 상담료를 지불하고 자신의 인생 로드맵을 계획해 줄 것을 요구하는 것도 한 가지 방법이 될 수 있다. 그렇지만 그

것은 마치 자기주도 학습자의 가면을 쓴 인조인간의 모습일 수밖에 없다. 자신의 장점이 무엇이고 단점이 무엇인지, 잠재되어 있는 능력은 과연 무엇인지 등을 오랜 시간에 걸쳐 고민해 보지 않고 단순히 남에 의해 만들어진 인생 계획서를 손에 쥔 채 단순히 따라서만 한다면 과연 어떤 결과가 나타날까? 아래 지승이의 예를 읽어보면서 더 생각해 보도록 하자.

“계획대로만 생활하는 건 힘들어요”

중학교 2학년 지승이는 어렸을 때부터 똑똑하다는 소리를 들곤 했다. 초등학교 때는 성적도 우수하여 부모님이 기대하는 특목고에 진학하여 일류대학에 입학하는 것을 당연한 것으로 생각했다. 그러나 지금 중학생인 지승이의 모습은 예전의 기대와는 거리가 좀 멀다. 성적은 중위권으로 떨어지고, 주위에서 인정하던 우등생이었던 지승이는 자신감도 떨어지고, 학교생활은 지겨움 그 자체가 되어 버렸다.

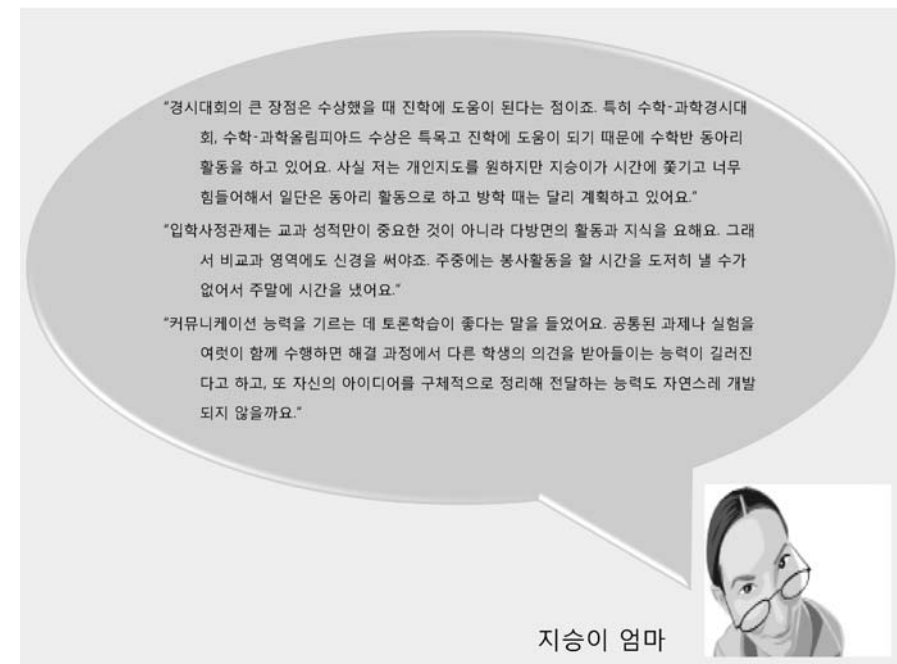
지승이의 주간 계획표를 살펴보면, 학원과 과외에 의존하고 있으며, 일주일에 한번은 학교에서 동아리 활동도 하고 봉사활동에도 참여하고 있다. 주말은 쉬는 날이라는 통념을 버리고 주중에 하기 어려웠던 개인 논술지도와 바이올린 개인 레슨, 음악치료 그리고 봉사활동을 하면서 바쁘게 보내고 있다.

다음은 위에서 소개한 지승이의 주간계획표이다.

[지승이의 주간 계획표]

주간 계획표		
요일	내 용	평 가
월요일	영어회화, 토익/토플준비	●
화요일	종합반, 논술학원, 독서지도반	●
수요일	동아리(수학반)활동, 영어회화, 토익/토플준비	●
목요일	종합반, 토론반	●
금요일	영어회화, 토익/토플준비	●
토요일	종합반, 바이올린 개인지도, 음악치료	●
일요일	논술 개인지도(면접준비, 자료검토 등), 바이올린 개인지도, 봉사활동	●

몇 달 전까지만 해도 수학과 과학 경시대회 준비를 위해 과외수업을 했는데, 지승이가 너무 힘들어해서 일시적으로 중단하고 학교 동아리활동으로 대체하였다. 그 대신 지승이가 평소 어려워하고 다른 과목에 비해 좀처럼 성적이 나오지 않는 영어 개인지도를 일주일에 2번에서 3번으로 한 번 더 하는 것으로 조절했다.



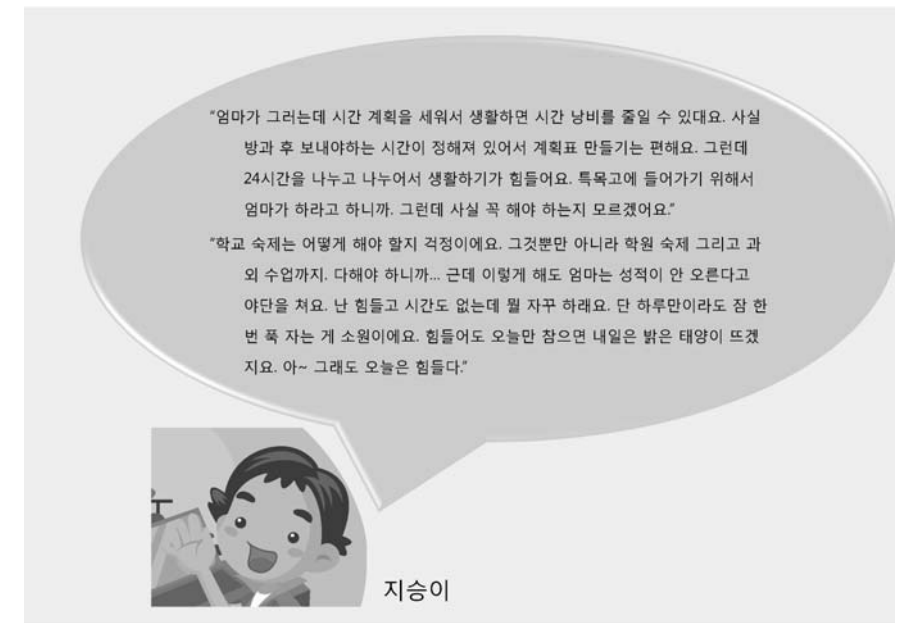
자기주도 학습전형에서는 비교과 영역에도 신경을 써야하기 때문에 주말에는 봉사활동도 한다. 가능하면 지승이가 직접 참가하려고 하는데 경우에 따라서는 부모님이 대신 하는 등 다른 방법을 사용하기도 한다. 그리고 예전에 비해 낮아진 자존감을 회복하는 방법으로 지승이 엄마는 마인드컨트롤을 선택했다. 이를 위해 바이올린과 음악치료도 시작했다. 음악을 통해 몸과 마음의 안정을 찾아 집중력을 높이기 위함이다. 그리고 다른 친구들의 생각을 알고 새로운 입시제도에 발맞추기 위해 토론반 학원에 등록하였다.

이렇게 변화된 지승이의 하루는 어떤지 살펴보자.

[지승이의 일일 계획표]

나의 하루!!!	
00월 00일 수요일	
7:00~8:00	기상, 등교준비
8:00~9:00	학교생활
9:00~10:00	
10:00~11:00	
11:00~12:00	
12:00~13:00	
13:00~14:00	
14:00~15:00	
15:00~16:00	
16:00~17:00	
17:00~18:00	수학반 동아리 활동
18:00~19:00	학원숙제
19:00~20:00	저녁식사
20:00~21:00	학원(종합반)
21:00~22:00	
22:00~23:00	영어회화(개인지도)
23:00~00:00	
00:00~01:00	토익/토플(개인지도)
01:00~02:00	잠자리에 들기
오늘 꼭 해야 할 일	회화 2장 단어숙어정리(선생님 검사)
내일 까지 꼭 해야 할 일	토론주제 분석
특별사항	모르겠다...
전체적 평가	학원 숙제하느라 저녁을 먹는데도 마는 못 한 날. 시간이 없어서 학교숙제를 못했다. 어찌지... 잠 온다. ZZ

지승이의 일상은 너무나 분주하다. 오후 3시 수업을 마치고 곧바로 수학반 동아리 활동을 한다. 동아리 활동 후 학원가기 전까지 2시간의 여유가 있지만 학원 숙제를 해야 한다. 저녁식사 후 곧바로 보습학원으로 향하여 종합반 수업을 받는다. 게다가 늦은 밤 부족한 영어를 보충하기 위한 회화와 토익/토플 개인지도가 지승이를 기다리고 있다. 이렇게 하루를 보내면 잠자리에 들어야 하는 시간이 된다. 지승이는 자신의 하루 일상을 머릿속에 떠올리며 이리저리 시간 계산을 해 보지만 할 일에 비해 하루 24시간은 턱없이 부족해 보인다.



학교에서 지승이의 영어성적은 수학이나 국어에 비해 낮은 편이다. 학교에서 수업 받고 학원수업에 숙제, 그리고 개인지도까지 생각만 해도 벅찬데 엄마는 그것도 모자라서 영어문제집을 사다 책상에 두고 간다. 사실

학업수업과 과외를 받고 나면 너무 피곤해서 어떤 날은 아무것도 안 하고 그냥 자고 싶다는 생각도 든다. 영어문제집이 쌓여갈수록 이어지는 엄마의 잔소리에 지승이는 한숨만 내뿜다.

부모님이 원하는 특목고에 진학하기 위해 지승이는 특목고 진학전형에 맞는 일명 맞춤형 학습방법으로 힘쓰고 있다. 지승이와 엄마는 계획을 세우고 잘 지키면서 시간활용을 자기주도적으로 잘한다고 생각하고 있다. 지승이는 겉으로 보기에 자기주도 학습자로 보이나 결과적으로는 자기주도적인 학습자라고 보기는 어렵다. 왜냐하면, 지승이의 하루는 잠재능력 개발을 저해하는 생활의 반복이기 때문이다.

공부는 혼자 하는 지극히 개인적인 활동이고 처음 시작하는 사람에게 고통이 따르는 과정이다. 그러나 운동을 해서 체력에 변화를 느끼면 누가 시키지 않아도 스스로 헬스클럽을 찾게 되는 것처럼 공부도 그렇다. 처음에는 어려워서 혼자 한다는 것 자체를 두려워하지만 성적이 향상되는 즐거움을 경험하면 누가 시키지 않아도 하게 된다.

자기주도학습은 학습에 대한 학생의 생각과 의지가 중요한 것이다. 학습의지가 없는 학생에게 학교수업이 그저 그런 것처럼 학원수업 또한 무의미하다. 학원수업이나 개인지도 시간에도 그냥 자리만 채우고 앉아 있을 것이며, 학원 과제도 마지못해 해 가는 수준일 것이다. 학원이나 개인지도에서 듣는 수업과 과제하기가 진정한 공부는 아니다.

지승이의 경우 부모님과 선생님의 도움으로 지금까지는 잘 하고 있는 것 처럼 보이지만 그렇지 않다. 결국 공부는 혼자 하는 마라톤과 같은데 그것을 이겨내지 못하고 있기 때문이다. 시간이 없어서 학교과제를 못하

고 쌓여가는 문제집을 보면서 깊은 한숨만 내쉬는 지승이를 자기주도 학습자라고 그 누구도 말하지 못할 것이다.

■ 타율적 학습자를 양산하는 사교육

중요한 것은 사교육의 확산이 학생들을 타율적인 학습자로 성장하게 만든다는 것이다. 최근 언론에서 사교육을 받은 집단과 그렇지 않은 집단을 대상으로 실험을 한 결과, 사교육을 받은 아이들의 창의력이 낮았고, 또한 사교육 시간이 길수록 우울증·공격성이 높아진다는 놀라운 결과가 나타났다. 이에 따라 학생들은 인내심이 부족해지고 불안감은 더욱 커지게 된다.

또한 사교육 의존의 근원적인 문제는 불신을 부추긴다는 것이다. 학원들은 학교 공부만으로는, 혼자서 공부해서는 절대로 원하는 학교에 입학할 수 없다고 홍보하고 있다. 이는 곧 학생과 학부모에게 ‘학교 선생님을 믿을 수 없다’는 생각을 심어주고, 학부모에게는 ‘당신의 자녀를 믿지 말라’는 생각, 학생에게는 ‘자신을 믿지 말라’는 생각을 심어주는 것이다. 이는 자기 스스로 공부하는 자기주도 학습능력을 갖춘 학생들에게는 부정적으로 작용할 수 있으며 자기주도 학습능력을 저해시킬 수 있는 방해요소가 된다.

사교육의 병폐, 남의 이야기가 아닙니다

한국교육개발원 한국교육종단자료(KELS) 분석 연구결과(신중호, 김용남, 황혜영, 2010)에 따르면, 우리나라 학생들의 학습동기는 학년이 증가함에 따라 그 수준이 감소하는데, 사교육을 많이 받은 학생들이 대체로 학습동기가 더 크게 감소되는 것으로 나타났다. 즉 사교육이 학습동기 변화에 부정적인 방향으로 영향을 미칠 가능성이 높음을 알 수 있다. 사교육을 통해 일시적으로 성취에 도움을 받는다고 해도, 사교육이 학습동기에 부정적 영향을 미칠 경우에는 결과적으로 미래의 학업성취를 낮추게 된다는 것이다.

“학원에서 원리나 개념을 단계별로 가르치지 않고 문제풀이에만 치중하다보니 학생들은 과정에 충실하지 않고 결과가 맞았는지 틀렸는지에만 관심을 두고 있다는 것이다. 학원에 익숙해진 학생들은 응용문제에는 거의 손을 안 대려고 한다는 것이다.”(김양분, 2002)

“선행학습은 지나간 걸 차근차근 정리하지 않고 미리 앞선 단원만 빨리 나가기 때문에 예습의 효과가 전혀 없다. 학원에서는 알 것 같은데 기초 정리가 안 되어 있으니까 학교에 와서 하면 안 된다는 것이다.”(김양분, 2002)

“병호라는 학생의 어머니는 ‘학원중독’이라는 말을 사용한 바 있다. 누군가가 일일이 지시하지 않으면 거의 학습을 할 수 없는 상태인 것이다.”(김양분, 2002).

과도한 사교육... 사회도 경제도 망칩니다

대한민국 학부모들의 사교육에 대한 부담은 실로 막대하다. 태어나서부터 유치원-초-중-고-대학을 거쳐 직장에 취업하여 자립할 때까지 부모들이 부담해야 하는 자녀교육 비용은 상상을 초월한다.

한국은행에 따르면 2009년 교육비는 사상 처음으로 40조원을 넘어섰고, 2000년과 비교하면 가구당 교육비가 두 배 급증했다. 이 중 사교육비 규모는 약 23조원 가량으로 공교육비 수준을 추월했다.

통계청 조사에 따르면 가구당 사교육비 지출비율은 20%에서 많게는 30%에 달하는 것으로 나타나고 있다. 실질소득이 늘지 않는 상황에서 교육비 지출만 늘다보니, 사교육비 때문에 30~40대 학부모들은 노후를 준비할 여력마저 없어지고 있다.

여론조사 결과에 따르면 저출산의 주된 원인으로 ‘아이들의 교육문제’라고 응답한 사람이 가장 많았다. 통계청의 조사에서도 사교육비 부담이 저출산의 주요 원인으로 나타나고 있고, 자녀의 출산·양육을 위한 가장 중요한 사회적 여건으로 “사교육비 경감”을 꼽았다.



스스로 찾은 학습법, 스스로 찾은 행복

스스로 학습법을 찾아 공부하는 것은 자신의 행복을 스스로 찾는 것과 같다. 타율적인 공부법은 타율적인 삶을 낳고, 언젠가 혼자 남겨지게 되면 무엇을 해야할지 모르는 시점에 봉착하게 된다. 자기주도 학습자가 된다는 것은 자신의 삶을 스스로 개척해 나간다는 말로도 바꿀 수 있을 것이다.

다음 자기주도 학습자의 사례를 읽어보고 생각해 보도록 하자.

빠르게 변화하고 있는 현 시대에는 단순히 성적이 뛰어나다고 해서 자신의 잠재된 능력을 발휘할 수 없다. 수동적으로 타인에 의해 계획된 삶을 살아온 학습자는 자신의 삶을 책임지지 못하고 타인에게 의존하는 데 익숙해져서 자신의 잠재능력이 무엇인지, 어떤 것을 잘 할 수 있는지에 대한 답을 찾지 못한 채 사회에 나와 방황의 시기를 맞게 될 것이다. 실제로 학원 위주의 타율적인 교육에 익숙한 학생들이 자율권이 주어지는 대학에 들어와 적응하는 데 상당한 어려움을 호소하고 있다. 대학을 졸업하고 난 이후에는 더 상황이 심각해진다. 사회 구성원으로서의 역할을 준비해야 하는 중요한 시기에 자신의 정체성에 대한 혼란을 겪을 뿐 아니라 삶에 있어서 자신감마저 상실하게 된다. 현재 많은 학생들이 이런 어려움을 겪고 있다.

스스로의 삶을 개척해 나가는 힘은 단기간에 만들어지는 것이 아니다. 타인에 의해 만들어진 수동적인 학습자는 자신의 삶을 타인에게 의존하여 책임을 회피하고 인생의 과제를 떠넘기는 것에 익숙해져 있다. 물론 과제를 해결해야 하는 시점에서는 이와 같은 방법이 쉽고도 편한 방법일지 모른다. 그리고 그 당시에는 완벽한 해결책으로 보이기까지 한다. 그러나 장기적으로 봤을 때 완전한 해결방법이 될 수 없다. 하지만 초등학교 때부터 스스로 학습 목표를 세우고, 어떤 삶을 살아갈지 인생의 꿈을 설계해 보았던 자율적인 학습자는 어떨까? 물론 처음에는 이러한 과정 하나하나가 어렵고 힘들뿐더러 수많은 시행착오를 겪겠지만, 한 계단 한 계단 밟고 올라갈 때 자신을 스스로 세울 수 있는 기쁨을 마련할 수 있을 것이다.

“블로그 운영을 통해 나의 꿈을 찾았어요”

영주는 자신이 가장 재미와 흥미를 가지고 있는 사진촬영을 활용하여 초등학교 5학년 때부터 ‘우리 마을의 이모저모’라는 블로그를 운영해 왔다. 영주는 블로그 운영을 위해 수시로 자신이 살고 있는 지역의 특성을 인터넷이나 책, 신문, 잡지 등을 통해 조사하였고 그 곳을 탐방하여 사진을 촬영하고 이를 자신의 블로그에 소개한다. 처음에는 우리말로 마을을 소개하는 글과 사진을 블로그에 실었지만 중학교에 들어와서는 외국인에게도 자신의 마을을 알리기 위해 영어로 번역한 글을 같이 올렸다. 이런 활동을 지속적으로 하다 보니 영주는 외국인에게 아름다운 한국과 한국의 문화, 음식을 소개하고 전파할 뿐만 아니라 외국의 다양하고 새로운 문화를 다시 우리나라에 전해주는 외교관이라는 장래 희망을 세우게 되었다. 이 꿈을 이루기 위한 하나의 과정으로 영주는 특목고 진학을 결정하게 된 것이다.

“「스스로 계획해서 공부하기」로 성공했어요”

해외 거주 경험은 물론이고, 한 달 이상 어학연수를 받아 본 적도 없었던 원희. 이런 그녀가 민사고를 들어가고 미국 10개 명문대에 동시에 합격할 수 있었던 것은 중학교 때부터 가졌던 ‘스스로 계획해서 공부하기’ 때문이었다. 시간 관리를 철저히 해서 자투리 시간도 낭비하지 않도록 체계적이고 구체적인 계획을 세우고 실천해 나간 것이 지금의 원희를 있게 한 것이다. 또 수업시간에 선생님 말씀을 최대한 집중해서 들으며 말 한 마디도 놓치지 않으려고 노력했고 선생님께서 칠판에 적는 필기를 매우 중요하게 생각했다. 다만, 선생님께서 칠판에 적어 주신 내용을 그대로 옮겨 적지 않고 스스로 묻고 답하는 적극적인 자세를 가지고 자기 나름의 방법으로 이해하고 필기했다. 원희가 실천한 ‘스스로 계획해서 공부하기’는 공부를 할 때 자기 나름의 사고와 방법을 가지고 능동적으로 하는 것이 중요함을 다시 한번 증명해 준 것이라 볼 수 있다.

이렇게 앞에서 제시한 여러 학생들의 사례를 보았을 때 어떤 삶이 행복한 삶인지는 누구나 쉽게 알 수 있을 것이다. 그렇다면 앞에서 제시한 영주와 원희처럼 자신에게 필요한 정보와 지식을 선별하고 스스로 목표를 찾아 자신의 삶을 개척해 나갈 수 있는 자기주도 학습자로 성장하기 위해서는 어떻게 해야 할까? 물론 자기주도 학습자가 되는 길은 쉽지만은 않다. 하지만 나의 행복한 미래를 위해 자기주도적인 학습자, 나아가 자기주도적인 삶을 사는 사람이 되기 위한 방법을 모색해 보도록 하자.

‘학습과정에서 자기주도성을 갖기 위한 4가지 조건’

첫째, 학습자가 학습 과정의 주체가 되어 이끌어 나가기 위해서는 스스로 학습목표를 설정하고 이를 달성하기 위해 끊임없이 노력해야 한다. 이러한 참여와 노력은 누군가가 강요한다고 해서 되는 것이 아니라 학습자 스스로의 동기에 의해 이루어지는 것이다. 자신의 학습에 대한 분명한 동기를 가질 때에야 이를 학습목표로 구체화하거나 학습에 대한 기대가 형성되어 학습에 대한 학습자의 책임을 높일 수 있게 된다.

둘째, 자기주도학습은 학습 전반에 걸쳐 목표 달성을 위한 지속적인 점검이 이루어져야 한다. 이러한 점검은 학습의 내용과 과정 모두에서 중요하지만, 자기주도학습은 특히 과정에 대한 학습자의 점검을 강조한다. 즉, 학습자 자신이 세운 목표달성을 위해 학습이 이루어지는 과정을 지속적으로 점검하고 조절함과 동시에 학습방법을 개선해 나가야 한다.

셋째, 자기주도학습은 학습자와 타인과의 관계 속에서 이루어지는 것으로 학습자가 타인의 도움을 일체 거부한다는 것이 아니다. 학습자가 학습에 필요한 도움과 자원들을 능동적이고 주도적으로 조절, 통제함으로써 성공적인 학습을 위해 학습과정을 관리하는 노력을 기울인다는 의미이다.

넷째, 자기주도학습을 하는 과정에서 학습자는 노력을 통해 목표를 달성함으로써 배우는 일에 대한 긍정적인 경험을 하게 된다. 이는 단순히 주어진 과제를 성공적으로 성취해나갈 때 느끼는 성취감과 구별되는 감정으로 삶을 개척하는 과정에서 학습이 갖는 의미와 학습활동을 통해 학습자 자신이 삶의 주인으로 느끼는 보람과 책임을 경험하게 된다.

자기주도 학습자가 되기 위해 해야 할 일

앞에서 우리는 왜 자기주도 학습자가 되어야 하는지에 대해 생각해 보았다. 이제는 자기주도 학습자로 성장하기 위해서는 어떤 자세와 태도를 가져야 하는지에 대해 알아볼 차례이다. 다른 누구도 아닌 나 자신이 자기주도 학습자가 되기 위해서는 어떻게 해야 하는지 차근차근 알아보도록 하자.



자기주도 학습자의 여섯 가지 할 일

자기주도학습자로 성장하기 위해서는 학습에 필요한 구체적인 전략을 익히는 것도 중요하지만 우선적으로 다음에서 제시되는 기본적인 일을 해야만 한다. 절대적인 규칙은 아니지만 항상 염두에 두고 자신에게 맞는 방법과 자세로 수정하여 활용하면 효과적일 것이다.

첫째, 자신의 꿈과 목표를 설정하자

둘째, 나는 누구인가에 대해 진지하게 고민해 보자

셋째, 기본적인 학습방법을 익히자

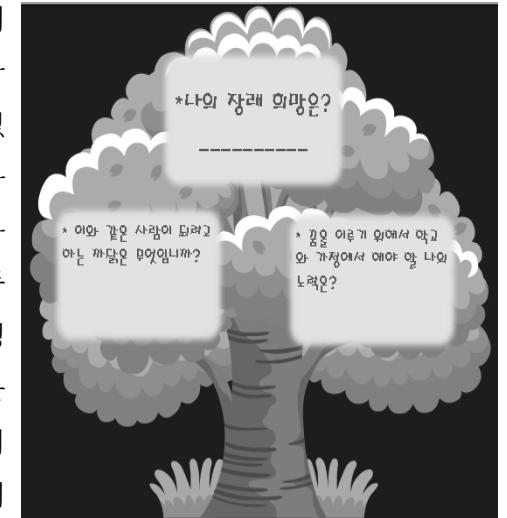
넷째, 학교생활에 최선을 다하자

다섯째, 경험의 토양을 쌓자

여섯째, 다양한 독서체험을 하자

첫째, 자신의 꿈과 목표를 설정하자

자신의 꿈과 목표를 명확하게 세우는 일을 시작해야 한다. 학생들이 학습활동에 대해 갖고 있는 목표와 목적이 어떠한가에 따라 학습에 대한 접근과 참여가 달라진다. 일반적으로 학습활동의 목표와 목적이 흐릿하거나 명확하게 설정되지 않은 학생들을 보면 자신의 미래에 대한 삶의 꿈과 목표 역시 막연하거나 심지어 생각해 보지 않은 경우도 있다.



다. 실제로 “열심히 공부하다보면, 좋은 성적을 받다보면 결국 좋은 대학에 가지 않겠어요? 좋은 직장을 얻지 않겠어요?”라는 답을 하는 학생들이 상당히 많다는 사실은 매우 안타깝기만 하다. 그러나 삶의 목표를 스스로 세우고 인생의 꿈이 있는 학생들은 자신이 공부하는 이유가 무엇인지, 그 목표를 이루기 위해 자신이 어떤 준비를 해야 하는지 인생의 계획이 설정되어 있다. 그렇기 때문에 이러한 학생들은 학교생활, 학교공부, 동아리 활동 등이 재미있고 도전적인 일들이기에 적극적이고 진취적인 자세로 주어진 과제를 수행해 나간다.

따라서 자기주도 학습자가 되기 위한 첫걸음으로 학생들은 자신의 꿈과 목표를 스스로 설정할 수 있어야 한다. 이는 자신에 대한 이해와 함께 어렸을 때부터 경험한 다양한 활동과 체험 속에서 그 열쇠를 찾을 수 있을 것이다.

둘째, ‘나는 누구인가?’에 대해 진지하게 고민해 보자

그동안 많은 학생들이 자신의 진로를 계획하는 데 있어 꿈이나 희망을 염두에 두는 것이 아니라 성적에 맞춰 학교를 지원하는 경향이 강했다. 하지만 이제는 자신의 잠재력을 충분히 발휘할 수 있는 학교를 찾아갈 때가 됐다. 자신의 적성과 장점에 맞는 학교를 찾아 그에 적합한 준비를 차곡차곡 해 나간다면 공부에만 매달리지 않고 학원과 과외에 시달리지 않으며 학교공부와 자신의 적성을 살려 원하는 학교에 입학할 수 있고 자신의 꿈을 펼칠 수 있는 기회를 잡을 수 있을 것이다.

자신의 적성과 성향에 맞는 전형을 준비하고 응시하는 것은 마치 사전 조사를 면밀하게 검토한 후 여행을 떠나는 것과 같다. 아무런 준비 없이 무작정 여행을 떠난다면 목적지에 도착해서 어떤 곳을 가야할 지 그 곳에서 무엇에 중점을 두고 여행을 해야 할지 교통수단은 무엇을 이용해야 할지 허둥대는 데 대부분의 시간을 소비하게 된다. 그래서 즐거워야 할 여행보다는 무언가 부족한 것 같고 아쉽기만 한 여행으로 그치게 될 것이다. 입시 준비도 마찬가지이다. 갑자기 중학교 3학년이 되어서 어떤 학교를 가야할 지 결정하다보면 준비해야 할 것이 산더미처럼 쌓여 있어 막막함이 들게 된다. 그리고 자신이 잘 하고 있는지 불안감마저 들게 된다. 따라서 ‘나는 누구인가?, 나는 무엇을 잘 하는가? 내가 좋아하는 것은 무엇인가? 나는 미래에 어떤 사람이 되고 싶은가?’ 등의 질문을 스스로에게 해보고 이에 대한 답을 찾으려고 노력을 해야 한다. 자신이 원하는 것



이 무엇인지 알고, 이를 달성하기 위한 계획을 세운다면 최종적으로 원하는 학교에 입학할 수 있게 될 것이고 그 곳의 학교생활은 너무나 즐거울 것이다.

셋째, 기본적인 학습방법을 익히자

학교에서는 가르치고 학습하는 과정 속에서 학습자가 갖추어야 하는 지식뿐만이 아니라 기본적인 학습 방법에 대해서 익히게 된다. 학습은 경험을 통해 인지적, 정의적, 신체적 행동을 변화시키는 과정으로 우리가 살고 있는 글로벌 시대에는 새로운 지식을 얼마나 많이 알고 있는가가 중요한 것이 아니라 학습하는 방법에 대한 학습(learning how to learn)이 더 중요하다. 단순히 수학적점수 1~2점을 높이는 게 중요한 것이 아니라 학교 현장에서 학습 과정에 대한 점검과 반성하는 학습태도를 익혀야 한다. 그럼으로써 학습자는 새로운 정보를 어떻게 조직화하여 기억하고 활용할 것인지를 이해하게 되며, 효과적인 학습을 할 수 있는 능력을 기르게 될 것이다. 그러나 자신에게 필요한 정보와 지식을 선별하고 이를 활용하여 과제를 해결할 수 있는 능력은 단기간의 훈련을 통해 이루어지는 것이 아니다. 초·중·고 교육 단계에서 충분한 시간을 들여 자신을 이해하기 위한 노력을 기울이고 스스로 계획을 세워 이를 달성하는 지속적인 과정 속에서 신장될 수 있을 것이다.

넷째, 학교생활에 최선을 다하자

자기주도 학습자가 되는 것은 어떻게 보면 그 답이 매우 쉽다. 왜냐하

면 학교생활을 충실히 하는 것이 하나의 답이기 때문이다. 학교에서 이루어지는 교육활동을 통해 학습 방법을 익혀 공부를 열심히 하고, 친구들과, 선·후배들과 돈독한 관계를 맺으며, 학교 내의 동아리 활동에 적극적으로 참여하는 것들은 자기주도 학습자의 모습 중 하나이다. 우리 모두는 이미 답을 알고 있지만 이를 실천하지 않고 자기주도 학습자가 되는 것은 어렵다고만 한다.

“문제의 답은 항상 문제 속에 있다.”는 말이 있다. 자기주도 학습자가 되려면 가장 기본인 학교생활에 최선을 다하는 것부터 시작해야 한다. 장래희망과 꿈을 달성하기 위해 현재 학교생활에서 공부를 해야 하는 이유를 알고 학교생활에 임해야 한다. 또한 학습의 주체가 되어 학습에 적극적으로 참여하는 과정 속에서 자기주도학습이 목표로 하는 동기, 인지, 행동을 조절할 수 있는 역량을 키울 수 있을 것이고, 이러한 역량이 미래 자신이 바라는 삶의 모습에 접근하는 힘이 될 것이다.

이를 위해 ‘학교를 왜 다녀야하는가?, 학교 공부가 어떤 의미가 있는가?, 남들이 모두 다니는 곳이 학교니까 다니는가?, 학교에서 하는 공부가 나에게 어떤 의미가 있는가?’ 한번 생각해 볼 필요가 있다. 법률가가 되기 위해 법대에 들어가고 싶어하는 학생이 있다. 그 학생은 대학입학시험에 합격하기 위해서 수학을 열심히 공부해야 한다. 그러나 수학은 정작 그 학생이 공부하고 싶은 법학 공부와는 직접적인 관계가 없다. 그렇다고 수학공부를 하지 않는다면 자신이 원하는 꿈을 이룰 수가 없다. 따라서 학교에서 공부하는 많은 과목들은 앞으로 자신이 하고자 하는 일과 관련해 목표를 달성할 수 있는 가능성을 높여줄 수 있는 과제라는 데 의미가 있다.

지금 현재 수행하는 과제가 미래의 꿈을 달성하는 데 어떠한 가치를 지니는지, 그리고 직접적으로 어떠한 도움을 줄 수 있는지를 인식하는 것

은 목표를 달성하는 데 많은 도움을 준다. 어떤 과제가 자신의 미래나 현재 생활(돈벌이, 명예)에 도움이 된다고 인식할 경우 그 과제 자체에 대한 순수한 흥미는 낮아지지만, 미래에 자신이 성취하고자 하는 일에 도움이 된다고 생각한다면 기꺼이 그 과제에 몰입을 할 것이다. 또한 현재 하고 있는 공부의 의미가 무엇이고 어떠한 가치가 있는지를 안다면 미래의 자신이 하고 싶은 일을 위해 기꺼이 높고 싶은 욕구와 유혹을 참아낼 수 있게 된다.

자기주도 학습자는 현재 하고 있는 학교 공부가 나의 미래와 어떤 관련을 가지고 있는지를 인식하고 있거나, 그 과목 자체에 대한 흥미를 가지기 때문에 스스로 공부를 더 많이 하고, 목표를 더 쉽게 달성하게 된다. 중요한 것은 지금 하는 과제가 이후에 자신의 꿈에서 중요한 부분을 차지하고 있다는 것을 인식하는 것이다. 좋아하는 학과와 대학을 가겠다는 목표를 최종목표로 해도 공부를 열심히 하게 되지만, 그보다는 자신이 미래에 어떤 일을 하고 싶은지와 관련하여 그 일을 하기 위한 과정과 수단으로서 학과를 생각하는 것이 학습을 해야 하는 이유를 더 분명하게 한다. 자신의 꿈을 이루기 위해 공부한다면 보다 열심히 공부할 수 있는 계기가 될 것이고 학교생활에도 충실하게 될 것이다. 또한 목표의식을 분명히 가지고 있다면 현재 공부하는 내용 중에서 자신의 미래와 관련된 부분을 발견할 수 있고, 이것이 학습에 대한 흥미를 유지·강화시키는 데 중요한 기능을 수행할 것이다.

다섯째, 경험의 토양을 쌓자

학생들이 ‘공부를 왜 해야 하는가?’에 대한 직접적인 답을 찾고 미래에 대한 꿈을 실현하기 위해 학습에 노력을 기울이는 것도 좋다. 그러나 보

다 중요한 것은 어렸을 때부터 세상에는 무엇이 있는지, 그것은 어떻게 형성되었는지 등을 알아가는 탐색의 경험을 최대한 쌓아두는 것이 필요하다. 평생에 걸친 학습은 지적호기심과 탐구심에서 비롯된다. 따라서 도서관, 박물관, 미술관, 체험활동, 봉사활동 등의 다양한 활동의 기회를 접함으로써 세상에는 수많은 일들과 사람들이 존재함을 스스로 알고 이해하는 것이 중요하다. 그러나 이를 보는 상당수의 학생들과 학부모들은 현재의 교육과정에서는 도저히 할 수 없다고 걱정을 한다. 아니다. 충분히 할 수 있다. 위의 걱정들은 단시간에 하려고 하니까 힘든 것이다. 음식을 단숨에 먹으면 체하듯이 다양한 활동을 갑자기 학교공부와 병행하려고 하니 너무나 벅찬 것이다. 입시준비를 위해 갑자기 봉사활동, 악기연주 등을 하려니 힘이 드는 것이다. 스스로 원해서, 재미가 있어서 하는 활동은 체험을 통해 성취감을 느끼게 할 뿐만 아니라 자신의 진로를 설계하는 데도 도움을 준다. 여기서 의미하는 다양한 활동은 어렸을 때부터 하나씩 하나씩 경험해 보는 것이다. 여러 영역에 걸친 책을 읽는 것, 인터넷을 통해 다양한 영역의 블로그를 검색해서 보는 것, 방학이나 휴일 동안의 가족여행, 친구들과 함께하는 동아리 활동, 해외 인터넷 사이트를 이용해 다국적 친구들과 이메일로 만나는 것, 이 모든 것들이 다양한 활동에 포함되는 것이다. 또한 여기서 하나 주의할 것은 다양한 활동과 경험이 꼭 직접경험만을 의미하는 것이 아니라는 것이다. 책이나 매체 등을 통한 간접경험을 통해서도 우리는 수많은 정보를 획득할 수 있고 자신을 성장시켜 나가는 밑거름이 충분히 될 수 있다.

‘경험의 토양을 쌓자’는 과정에 처음부터 겁먹지 말고 주어진 것을 충분히 활용한다면 이 역시 쉽게 성공할 수 있다.

여섯째, 다양한 독서체험을 하자

모든 학습은 책읽기로부터 시작된다. 그래서 책읽기 능력이 부족한 아이들은 공부를 하고자 해도 효과적으로 할 수 없게 된다. 그런데 우리는 지금까지 책읽기 능력을 키워주는 독서활동은 등한시하면서 아이들에게 공부 잘하기만을 강요해 왔다. 이러한 현상은 소화 능력이 없는 아이에게 많은 양의 음식을 먹여온 것과 다름없다. 그래서 아이들은 공부의 기쁨을 모른 채, 공부를 어려워하고 싫어하면서, 머릿속으로 들어가지 않는 공부를 억지로 함으로써 시간과 돈을 낭비하고 있었던 것이다.

책으로 눈을 가져가는 순간부터 우리는 어휘력, 집중력, 비교능력, 비판력, 분석력, 종합력, 상상력, 추리력, 판단력, 창의력, 문제해결력 등을 필요로 하게 된다. 독서를 한다는 것은 단순히 글자를 읽는다는 것이 아니라 글에서 제시되는 내용을 분석하고 종합하여 그 글이 말하고자 하는 의도가 무엇인지를 이해하는 것이다. 그리고 독서의 과정에 필요한 이러한 능력들은 학교에서 이루어지는 모든 학과공부의 기초능력이 된다. 이런 능력이 풍부한 학생은 국어, 영어, 사회, 수학, 과학 등 학과 공부를 쉽고 빠르게 이해하고 소화할 수 있지만, 이런 능력들이 부족한 학생은 이해하는 데 방해를 받아 공부가 어렵고, 어려운 공부가 계속되면 공부 자체가 싫어지게 된다. 예를 들면 어휘력이 풍부한 학생과 어휘력이 빈약한 학생은 독해과정의 원활성이 다르다. 어휘력이 부족한 학생은 아무리 오래 동안 열심히 공부한다 해도 독해과정에서 많은 노력을 소모해야 하기 때문에 문장이나 글의 의미를 해석하기가 힘들고 시간이 오래 걸리며 글의 의미를 제대로 구성할 수가 없어서 공부의 결과가 보잘 것 없게 된다.

이렇듯 독서능력이 낮은 학생은 상급학년으로 올라갈수록 학습하기가 힘들어 학습에 흥미를 잃게 되고, 나아가서는 학습의 낙오자가 된다. 반면에

독서능력이 높은 학생은 상급학년으로 올라갈수록 학습하기가 수월해지고 우수학생이 된다. 따라서 자기주도 학습능력의 높고 낮음은 독서능력의 높고 낮음과도 밀접한 관련이 있음을 확인할 수 있다. 아무리 학습의욕이 높고, 학습계획서를 멋지게 짜고 시간 조절을 능숙하게 하는 학생이라도 독서능력이 부족하다면 자기주도 학습은 그림의 떡이 되고 만다.

독서활동은 학습에 필요한 기본적인 능력만을 향상시켜 주는 것에 그치는 것이 아니라 간접적 경험을 통해 자신이 바라는 미래의 모습을 그려보거나, 자신이 바라는 희망을 품게 한다. 따라서 학교 현장에서 다양한 독서활동이 이루어져야 하며, 이러한 독서활동을 통해 자신의 꿈을 키우고 학교 공부를 위한 기본적인 학습 능력들을 길러야 한다.



자기주도학습의 필수조건

자기주도학습은 학습 과정에 작용하는 동기, 인지, 행동의 세 가지 차원이 상호작용하여 통합적으로 이루어져야 한다. 즉, 학습자는 학습과정에서 자신의 인지, 동기, 행동을 조절하고 통제하여 학습자가 스스로 목표를 세울 수 있도록 동기를 부여하고, 주의를 집중하여 효율적인 학습 활동을 진행하며, 학습목표 달성 정도를 평가하고 조절할 수 있어야 한다.

■ 학습을 이끌어가는 원동력! ‘동기’

학습을 이끌어 나가는 힘은 동기에서부터 시작된다. 특히, 스스로의 재미나 만족감에 의해 학습행동이 유발되고 지속될 때 학습의 효과는 높을 것이고 학습을 방해하는 상황들이 발생해도 이를 극복하고 학습을 유지할 수 있을 것이다. 특히, 학습자 자신이 과제를 해결할 수 있는 능력이 있다고 믿고 학습의 통제권을 자신이 가지고 있다고 생각할 때 학습에 대한 능동적인 참여와 노력은 더 강해질 것이다. 그러므로 우선 ‘학습을 왜 하는지에 대한 이유’와 ‘학습자 자신이 학습을 재미있는 것으로 인식하고 있는지’를 확인하는 것이 중요하다.

▷ 내재동기와 외재동기

행동을 유발하고 지속시키는 내적인 힘을 동기라 하고, 외적인 것에 의해 유발된 동기를 외재동기, 내적인 것에 의해 유발된 동기를 내재동기라 한다. 학습의 과정에서 강조하는 내재동기는 개인 스스로의 흥미와 욕구에 의해 학습행동이 유발되고 지속되는 것으로 개인의 행동 선택과 결정

이 외적인 보상이나 체벌이 아니라 스스로의 만족감이나 재미 등에 의해 유발되는 것을 의미한다. 따라서 내재동기가 높은 사람은 스스로 결정하고 실천하려는 동기가 높은 사람으로 부모님이나 교사의 시선이나 평가에 의존하지 않고 자신만의 학습을 이끌 수 있는 힘을 가지고 있다.

▷ 자기효능감

자기효능감은 스스로의 능력에 대한 믿음으로, 주어진 과제를 성공적으로 수행할 수 있는지에 대한 자신감을 말한다. 따라서 자기효능감은 학습동기를 유발시키고 학습과정에서 발생하는 문제들을 극복할 수 있는 원동력이 된다.

▷ 목표지향성

목표지향성은 학습을 하는 목적을 어디에 두고 있는지에 대한 방향성을 의미하는 것으로 학습목표 지향과 수행목표 지향으로 구분된다. 학습목표 지향은 학습이 재미있고 즐거워 자신의 능력을 신장시키는 것 자체에 목표를 두고 공부하는 것이고, 수행목표 지향은 자신의 능력이 타인에 비해 우월하다는 것을 나타내려는 목적으로 성적 향상에만 초점을 두고 공부하는 경향을 의미한다. 학습의 결과는 성취를 통해 나타나므로 성적 향상을 도모하는 것이 나쁜 것은 아니다. 그러나 학습을 하는 이유가 단지 높은 성적을 받기 위한 것이라면 좋은 성적을 받지 못했을 때는 학습 동기를 잃게 될 수 있다. 따라서 좋은 성적을 받고자 하는 이유가 공부를 하는 절대적인 목적이 되어서는 안 된다. 공부를 하는 이유가 좋은 성적을 얻기 위한 의도와 배움에 대한 도전과 추구를 위한 의도 모두에서 비롯될 때 학습목표와 수행목표 지향성이 균형을 이루게 되고 학업성취도를 극대화시킬 수 있을 것이다.

이상과 같이 자기주도 학습자는 학습을 재미있는 것으로 인식하고, 공부를 하는 이유가 단지 좋은 성적을 얻기 위해서가 아니라 자신의 장래

꿈을 실현하기 위한 과정이라는 것을 이해함으로써 학습에 대한 내재동기를 이끌어 낼 수 있고 학습 과정에서 겪게 되는 어려움도 극복해 나갈 수 있는 힘을 기르게 될 것이다.

미켈란젤로의 내면의 힘 '동기'

르네상스를 대표하는 화가 미켈란젤로는 고집이 세고 자신의 작품에 대해 굉장한 자부심을 가졌던 인물로 유명하다. 1508년 교황 율리우스 2세의 명령으로 시스티나 성당의 천장화를 그리게 되었을 때는 사람들의 성당 출입을 막고 무려 4년 동안이나 성당에 박혀 그림에만 매달렸다고 한다.

어느 날, 천장 밑에 세운 작업대에 앉아 고개를 뒤로 젖힌 채 천장 구석구석에 정성스레 그림을 그려가던 미켈란젤로에게 한 친구가 물었다.



“여보게 그렇게 잘 보이지도 않는 구석에 뭘 그렇게 정성을 들여 그림을 그리고 있나? 완벽하게 그려졌는지 누가 알거나 한단 말인가?”

그러자 미켈란젤로 무심하듯 한마디를 던졌다. “내가 안다네.” 이런 내면의 힘을 ‘미켈란젤로 동기’라 부른다.

〈 미켈란젤로가 주는 교훈〉

미켈란젤로는 아무도 봐주지 않더라도 내 자신이 알고 자신의 일에 만족하는 것이 더 중요하다고 생각했다. 즉, 남의 기준이나 인정보다는 그 일 자체에 열의를 가지고 몰두할 수 있는 내면의 힘이 그를 성공하게 하였고 미켈란젤로가 후세에 길이 남는 훌륭한 예술가가 될 수 있도록 하였다.

■ 효과적인 학습의 윤활유! ‘인지’

인지를 조절하고 통제한다는 것은 학습한 내용을 기억하고 이해하는 효과적인 방법들을 이용해, 학습이 효율적으로 이루어지게 한다는 것을 의미한다. 학습한 내용을 기억하고 이해하는 효과적인 방법이란 바로 ‘학습 전략’을 말한다. 학습전략이 없으면 공부를 해도 효율이 오르지 않으니 공부에 대한 흥미가 떨어지고, 이는 성적부진으로 이어져 공부에 대한 자신감 상실과 공부 기피증을 부르게 된다. 이와 같이 학습전략이 없는 경우, 흥미 감소, 학습 부진, 자신감 결여의 악순환이 계속되므로 공부를 점점 멀리하게 되는 것이다. 반면, 학습전략이 있으면 학습 효율이 오르고 공부에 대한 흥미가 생긴다. 공부에 대한 흥미가 생기면 좀 더 많은 것을 알고자 하는 욕구가 생기고 점점 책을 가까이하게 된다. 책을 가까이 하고 공부에 관심을 갖게 되면 자연스럽게 성적이 향상되고 자신감과 성취감을 느낄 수 있어 공부가 재미있고 쉽게 느껴질 것이다. 이와 같이 학습 전략은 학습효율을 올려 성적을 향상시키고 공부에 흥미와 재미를 붙이는데 절대적인 영향을 미친다. 따라서 자신에 맞는 학습전략을 찾고 발전시키는 것은 매우 중요하다.

▷ 학습전략

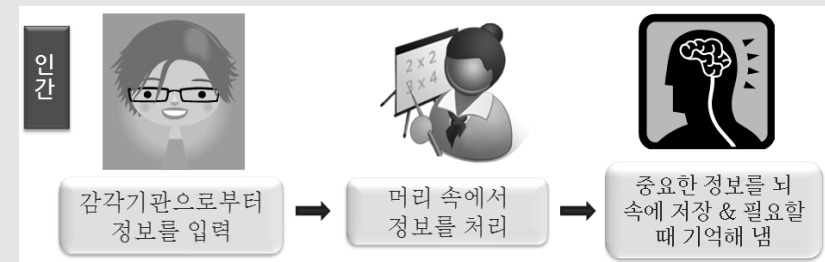
새로운 정보나 지식을 효과적으로 기억하기 위한 공부전략에는 학습내용을 소리 내어 읽거나 특별한 단서를 활용하여 외우는 시연(rehearsal), 새로운 지식과 기존의 지식 사이의 내적 연결을 형성하는 방법인 정교화(elaboration), 학습내용 간의 관계를 논리적으로 구성해 보는 조직화(organization)가 있으며 주의집중, 노트필기 전략 등이 이에 해당된다.

자기주도학습은 학습 전반에 대한 점검을 통해 학습한 내용과 학습과정

에 대한 평가와 개선이 이루어진다. 학습과정 전반에 대한 계획(planning), 학습이 잘 이루어지고 있는지를 확인하는 점검(monitring), 학습목표가 달성되었는지에 대한 평가(evaluation) 등을 통해 학습자가 세운 목표에 대한 달성정도를 조절하게 되는데 오답노트 사용, 계획 점검하고 재조정하기 등이 이에 해당된다.

“머릿속의 슈퍼컴퓨터가 정보를 저장하고 기억한다.”

학습이 이루어졌다는 것은 새로운 정보나 지식이 인간의 기억 속에 저장되었다는 것으로, 이는 마치 정보가 컴퓨터에 입력되어 하드디스크에 저장되는 것처럼 학습이 이루어질 때 인간의 뇌 속에서도 컴퓨터가 정보를 처리하는 과정과 유사한 과정이 이루어지고 있음을 의미한다. 즉, 감각기관으로부터 받아들인 외적 자극이 처리되어 뇌 속에 저장되고 필요에 따라 적절한 정보가 인출된다.

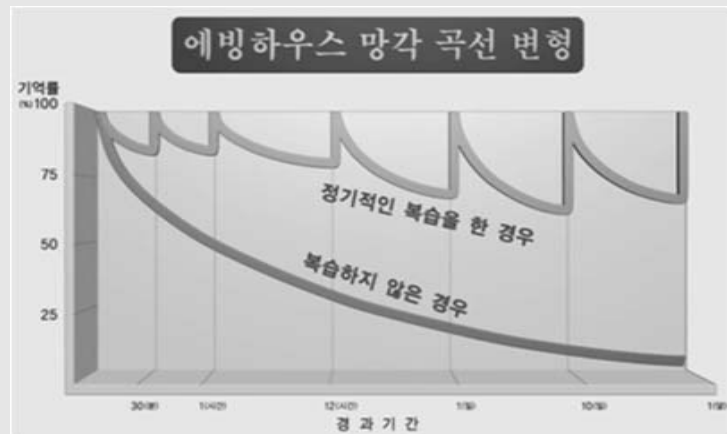


인간의 뇌 속에 정보가 어떻게 기억되는지를 이해함으로써 새로운 정보나 지식을 잊어버리지 않고 기억하는 학습 전략들이 왜 필요한지에 대해 이해할 수 있을 것이다.

외부로부터 들어온 정보나 학습 내용은 저절로 머릿속에 기억되는 것이 아니라 주의를 기울여 집중할 때 기억된다. 그러나 집중한다고 해서 머릿속에 완벽하게 저장되는 것은 아니다. 시간이 지나면 자연스럽게 잊어버리게 된다. 따라서 더 오랫동안 기억하기 위해서는 반복적으로 되뇌거나 이전의 학습내용과 연결을 시키는 정교화의 방법들을 통해 기억을 유지할 수 있는 전략들이 필요하다.

기억을 유지하는 방법, 복습의 힘!

새로운 지식이나 정보를 기억하는 것만큼 중요한 것이 학습한 내용을 잊어버리지 않는 것이다. 학습 내용을 잊어버리는 것을 망각이라고 한다. 독일의 심리학자인 헤르만 에빙하우스에 따르면 학습 후 10분 후부터 망각이 시작되며, 1시간 뒤에는 50%, 하루 뒤에는 70%, 한 달 뒤에는 80%를 망각하게 된다. 그러나 일정 기간 뒤 주기적으로 복습을 해주면 기억정도가 거의 100%에 달하게 된다.



출처: EBS 다큐 프라임 [인지세계는 냉엄하다]

우리가 기억해야 하는 정보를 망각으로부터 지켜내기 위한 가장 효과적인 방법은 복습이다. ‘나중에 한꺼번에 복습하면 되겠지’라는 생각으로 시험 전날에 아무리 공부해도 꾸준히 복습한 친구들보다 성적이 좋지 않은 이유는 여러 학습 내용이 이미 망각되었기 때문이다. 학습의 성공은 특별히 뛰어난 지적 능력에 있는 것이 아니라 인간의 인지활동 속에서 자연스럽게 이루어지는 망각을 최소화하려는 노력과 꾸준한 복습을 통해서 가능하다는 것을 명심해야 한다.

자기주도학습자로 성장하기 위해서는 학교교육과정 속에서 효과적으로 학습하는 방법을 익힘으로써 지식을 쌓을 뿐 아니라 자신의 인지과정을 통제하고 조절할 수 있는 능력을 습득해야 한다. 수 많은 정보들 중에서 학습자의 필요에 적합한 정보를 수집하고 이를 처리하여 주어진 문제를 해결해 나가기 위한 능력은 학습내용과 학습과정에 대한 지속적인 점검과 개선을 통해 길러질 수 있기 때문이다. 학습을 할 때 인간의 뇌 속에서 어떻게 정보들이 처리되고 저장되는지를 이해하고, 효과적으로 기억하기 위한 학습 방법을 익히기 위한 노력을 기울임으로써 평생학습자로서 갖추어야 할 학습 능력을 기르게 될 것이다.

■ 능동적인 학습자의 필수 노하우! ‘행동’

자기조절을 잘 하는 학습자들은 주어진 시간을 잘 관리하고, 학습에 방해가 되는 요소들은 제거하며, 학습에 필요한 자원들은 적절하게 활용할 수 있는 특성들을 보인다. 하루는 공부를 잘 하는 학생에게는 25시간, 공부를 못하는 학생에게는 20시간으로 다른 것이 아니라 모두에게 24시간으로 동일하다. 그러므로 낭비되는 시간을 줄이고 시간을 잘 활용하는 것이 학습을 효율적으로 관리하는 방법이다. 또한 학습 중에 학습에 방해가 되는 요소가 있으면 이를 제거하고 학습에 필요한 자원들을 주도적으로 조절, 통제함으로 학생 자신이 학습과정을 관리할 수 있어야 한다.

▷ 시간관리 전략

학습이 효율적으로 이루어지기 위해서는 주어진 시간을 최대한 계획적으로 사용함으로써 버려지는 시간을 최소화하는 것이 중요하다. 시간관리 전략은 학습자가 학습에 사용하는 시간을 효율적으로 관리함으로써 하루

일과를 생산적으로 보낼 수 있게 해 준다. 시간관리를 잘 한다는 것은 단순히 공부에만 시간을 할애한다는 것이 아니라 낭비되는 시간을 잘 분배하여 자신이 원하는 활동과 공부에 적절히 시간을 할애한다는 의미이다. 이를 위해서는 버려지는 시간이 없는지를 스스로 확인해보고 학습플래너를 작성해 보는 것이 도움이 된다. 학습플래너를 통해 자신에게 적합한 학습 계획을 세워 이를 점검하고 수정하면서 자신에게 맞는 시간관리를 할 수 있게 됨으로써 체계적인 공부습관을 갖게 될 것이다.

▷ 도움 구하기

자기주도학습은 학습자가 학습의 주도권을 갖는 것이지 학습과정에서 타인의 도움을 일체 거부하는 것이 아니다. 공부를 잘하는 학생들은 모르는 내용이 나왔을 때 도움을 잘 구하는 것으로 나타났다. 다른 사람들에게 편안하게 도움을 요청하는 학생들은 학습문제를 쉽게 해결할 수 있고, 나중에 유사한 문제에 대해서 적극적으로 해결한다. 학생들이 모르는 것이 있거나 이해가 되지 않을 때 그것은 도움이 필요하다는 뜻이다. 교사나 친구에게 모르는 내용을 질문하고 도움을 요청하는 것이 부끄러운 행위가 아니라 적극적인 문제해결의 수단임을 알아야 한다. 조금 더 적극적으로 친구들과 함께 공부할 수 있는 스터디그룹을 만들거나 학교의 교수 학습센터, 상담실을 이용해 학업적 문제를 해결할 수도 있고, 어떤 과목의 문제이냐에 따라 찾아볼 교재나 참고서적을 활용할 수도 있으며, 교사에게 직접 도움을 요청할 수도 있다.

자기주도 학습과정에서는 학습자에 의해 학습 전반에 대한 점검과 개선이 이루어진다. 학습자 스스로의 자율적인 통제와 조절 능력은 어려서부터의 지속적인 노력에 의해 습관화 될 수 있는 것이지만 단번에 형성되는

것은 아니다. 효율적인 시간관리와 계획, 실천, 평가 활동에 대한 자율권이 학부모, 교사로부터 학생에게 점진적으로 이동될 때 자기주도적인 학습자로 성장할 수 있을 것이다.

자기주도학습에 날개를 달자!- 자기주도학습 세부전략

지금까지 자기주도 학습자가 갖추어야 할 필수 조건들에 대해 알아보았다면, 지금부터는 자기주도학습에 필요한 세부전략에 대해 살펴보자. 세부전략들을 잘 알고 실천한다면 자기주도 학습자의 길이 보다 쉽고 편해질 것이다. 자기주도 학습전략이 이론으로 그치는 것이 아니라 내 것이 될 수 있도록 노력하자.



나를 위한 공부를 하자 - 내재동기 설정하기

무엇보다 중요한 것은 ‘나’를 위한 공부를 하는 것이다. 학습을 하는 의도를 분명히 하기 위해서는 ‘나’에 대해 알아야 한다. 다음 내용과 사례들을 읽고 즐거운 공부방법을 찾아보도록 하자.

■ 공부는 즐거운 것? 괴로운 것?

자신을 지켜줄 내면의 힘은 자신 안에 있다. 인간의 행동이 유발되고 지속되기 위해서는 대상에 대한 흥미와 재미를 경험해야 한다. 학습도 마찬가지다. 학습자가 주체가 되어 학습을 이끌어 가기 위해서는 학습자가 학습에 대해 어떻게 느끼는지가 확인되어야 한다. 공부를 즐거운 것으로 인식하느냐가 학습이 이루어지기 전에 최우선으로 확인되어야 한다. 공부를 즐겁고 재미있는 것으로 느끼면 누군가의 지시나 강요 없이도 학습 행동이 유발될 것이고 학습 중에 어려움이나 문제가 발생해도 학습을 지속하려는 노력을 끊임없이 하게 될 것이다. 그러나 학습이 재미없고 지루하거나, 어쩔 수 없이 해야 되는 것이라고 인식하게 되면 학습효율이 떨어지거나 공부를 싫어하게 될 것이다. 또한 공부가 즐거운 것이라는 인식과 함께 학습에 대한 선택이나 결정을 스스로 할 수 있고, 자신이 과제를 해결해 나갈 수 있는 능력이 있다는 믿음이 있을 때 학습에 대한 동기가 생기게 된다.

공부하는 것이 재미있어요!

초등학교 때부터 우수한 학업성취를 보였던 K중학교 1학년 H군은 중학교 입학 반배치 고사에 1등을 하였다. 이번 배치고사에서의 1등이 H군에게 공부를 열심히 할 수 있는 계기가 된 것은 사실이다.

H군은 모르는 것이 생기면 자신이 이해하고 알 때까지 책을 보거나 인터넷을 찾아보기도 하고 그래도 모르는 것은 교사에게 질문한다. 그리고 중요한 과목들을 평소에 꾸준히 공부할 뿐 아니라 학교에서 배운 내용에 대한 복습에 주력하고 있다. H군은 어떤 과목이든 먼저 이해를 하고 암기하는 편으로, 아직까지 사설학원은 다니지 않고, 학교 수업과 자기 공부, EBS 인터넷 강의 등을 통해 부족한 이해와 학습을 보완하고 있다. 공부가 잘 되지 않을 때는 태권도를 하거나 축구를 하는 등 신체적인 활동을 많이 하고, 컴퓨터 게임은 스트레스를 해소하는 수준에서 정해진 시간 이외에는 하지 않는다. 공부를 하면 기분이 좋고 즐겁다고 이야기하는 H군의 공부하는 궁극적인 목적은 공부 자체의 흥미와 재미에 있다. 아직 상급학교에서 어떤 것을 공부하고 싶은지 정하지 않았지만, 자신의 학습을 스스로 계획하고 진행하는 H군의 자기주도 학습능력이 앞으로의 진로와 학습을 지속적으로 유도하고 진행하는데 도움이 될 것이라 기대한다.

물론 처음부터 이런 습관이 생긴 것은 아니고 부모님과의 관계에서 지속적인 자기 선택을 존중받았고, 부모님도 H군과의 약속을 지켜주고, 학습을 제대로 수행하였는지 점검해 주는 정도에서 H군의 학습을 지켜봐 주었다.

※ 다음을 읽고 동의하는 정도에 ☒ 표시하여 보세요.

A horizontal number line with tick marks at 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, and 9. Below the line, the text "싫고 괴로운것" (Dislike and Painful thing) is written under the first four numbers (1-4), and "좋고 즐거운것" (Like and Fun thing) is written under the last five numbers (5-9).

▷ 공부가 중요하고 재미있다고 느끼는 학생을 위한 전략

설정하게 될 것이고, 과제 자체에 대한 흥미도 유지될 수 있을 것이다.

“학교를 왜 다녀야하는가? 학교 공부가 어떤 의미가 있는가?”에 대해 한번 생각해 보자. 지금 현재 수행하는 과제가 미래의 꿈을 달성하는 데 어떠한 가치를 지니는지, 그리고 직접적으로 어떠한 도움을 줄 수 있는지를 인식하는 것은 목표를 달성하는 데 많은 도움을 준다. 어떤 과제가 자신의 미래나 현재 생활(돈벌이, 명예)에 도움이 된다고 인식할 경우 그 과제 자체에 대한 순수한 흥미는 낮아지지만, 미래에 자신이 성취하고자 하는 일에 도움이 된다고 생각한다면 기꺼이 그 과제에 몰입할 수 있을 것이다.

이와 함께 중요한 것이 성공경험을 하는 것이다. 단순히 재미있는 것이라는 인식만으로는 부족하다. 작은 일이라도 직접적인 체험을 통해 성공을 경험하고 그 과정에서 성취감, 자신감을 가질 수 있도록 하는 것이 절대적으로 필요하다. 따라서 학습자가 좋아하는 것이 무엇인지를, 잘하는 것이 무엇인지를 확인하여 성공을 경험할 수 있도록 지원해야 한다.

■ 내가 공부하는 이유는?

다음의 질문에 대한 응답을 통해 내가 공부하는 이유는 무엇인지 점검해보자. 내가 공부하는 이유가 무엇인지 살펴봄으로써 공부를 하도록 하는 원인이 어디에 있는지 구체적으로 진단해 볼 수 있다.

공부하는 이유 진단

※ 어렵고 힘든 공부를 해야 하는 이유는 무엇입니까? 다음의 내용을 읽고 자신에게 해당되는 것에 모두 V 표시해 보세요. 그리고 여러분 각자가 중요하다고 생각하는 순서대로 순위를 매겨 보세요.

☐ 부모님이 원하시니까	☐ 해야만 하는 거니까
☐ 나중에 잘살기 위해	☐ 사회적으로 인정받기 위해
☐ 경쟁에 뒤지지 않기 위해	☐ 남들도 다 하니까
☐ 공부를 못하면 남들이 무시하니까	☐ 돈을 많이 벌기 위해
☐ 훌륭한 사람이 되기 위해	☐ 내 꿈을 이루는 데 필요하니까
☐ 내가 원하는 것(구체화된)을 이루는 데 필요한 과정이니까	
☐ 새로운 것을 배워 가는 것 자체가 종종 즐거우니까	
☐ 사는 데 도움이 되니까	
또 다른 이유가 있나요?	
☐	
☐	
☐	

▷ 불투명한 목표 항목을 선택한 학생을 위한 전략

‘해야만 하는 거니까’, ‘남들도 다 하니까’, ‘부모님이 원하시니까’ 항목을 선택한 학생들은 공부를 왜 해야 하는지에 대한 진지한 고민을 하지 않은 경우라고 할 수 있다. 남들이 하는 대로 따라서 하는 공부는 자신의 삶에 아무런 도움이 되지 못한다. 구체적인 목표(단기-시험성적, 장기-장래희망)를 정해서 공부를 하는 것이 필요하다.

▷ 추상적인 목표 항목을 선택한 학생을 위한 전략

‘나중에 잘 살기 위해’, ‘사는 데 도움이 되니까’, ‘돈을 많이 벌기 위해’, ‘훌륭한 사람이 되기 위해’ 항목을 선택한 학생들은 공부를 해야 하는 이유를 좀 더 구체적이고 실천 가능하도록 정하는 것이 필요하다. 공부를 하면 정말 잘 살 수 있는지, 내 삶에 어떻게 도움이 되는지, 돈을 많이 벌기 위해서는 어떠한 직업을 가지고 그러한 직업을 가지기 위해서는 지금의 공부가 얼마만큼 중요한지, 훌륭한 사람은 어떤 사람이며 공부가 훌륭한 사람이 되는 데 구체적으로 어떤 도움을 주는지 등 좀 더 깊이 생각해본다면 힘든 공부지만 기꺼이 노력해 볼 수 있는 힘을 얻게 될 것이다.

▷ 외적 목표 항목을 선택한 학생을 위한 전략

‘사회적으로 인정받기 위해’, ‘경쟁에 뒤지지 않기 위해’, ‘공부를 못하면 남들이 무시하니까’ 항목을 선택한 학생들도 자신의 목표보다는 다른 사람의 인정을 더 중요시 하는 경향이 있다. 공부는 다른 사람과의 경쟁에서 앞서고, 남을 무시하기 위해서 하는 것이 아니다. 공부한 내용(지식, 기술 등)들을 사회발전을 위해 사용하고 그것을 필요로 하는 사람들에게 다시 돌려줄 수 있는 사람이 되기 위해 하는 것이다. 자신을 위한 공부를

하고, 타인에게 도움이 되는 공부를 한다면 사회에서 존경받는 사람이 될
과 동시에 공부 그 자체의 가치에 대한 즐거움을 가지고 끊임없이 목표
를 향해 나아갈 수 있을 것이다.

▷ 내적 목표 항목을 선택한 학생을 위한 전략

‘내 꿈을 이루는 데 필요하니까’, ‘내가 원하는 것(구체화된)을 이루는
데 필요한 과정이니까’, ‘새로운 것을 배워 가는 것 자체가 종종 즐거우
니까’ 항목을 선택한 학생들은 공부를 해야 하는 이유를 매우 잘 알고 있
는 학생들이다. 자신의 꿈을 구체적으로 설계하고 끊임없이 노력해가는
것이 중요하다. 어떠한 목표를 성취하기 위해서 공부를 하는 것도 중요하
지만 새로운 것을 배우는 것 자체에 재미와 흥미를 가지는 것이 가장 중
요하다. 공부를 어렵고 힘들게 하는 것이 아니라 일상적으로 즐기고 놀이
처럼 한다면, 누구나 공부를 잘 할 수 있으며 자신이 원하는 목표를 덤으
로 얻을 수도 있을 것이다.

왜 공부를 해야 하는지에 대한 이유는 자기주도 학습자를 구분할 수
있는 중요한 기준이다. 자신의 목표를 어디에 두고 있느냐에 따라 공부하
는 이유가 달라진다. 목표를 어디에 두느냐는 목표를 성공적으로 이루어
낼 수 있는지의 여부에 큰 영향을 미친다.

자기주도적인 학습자와 타인에 의존하는 학습자의 공부 이유는 다르다.
자기주도 학습자는 부모나 교사의 인정이나 좋은 결과 등 외적인 목표가
아닌, 과제 자체의 즐거움이나 배움의 가치에 목표를 두고 공부를 하기
때문에 학습의 결과보다는 과정을 중시한다. 학습 과정 중에서 경험하게
되는 실패를 배움의 한 증거로 생각하고, 더 어려운 과제에 도전하고, 그
과제를 통해 또 다시 새로운 것을 배울 수 있는 기회를 가지면서 그 과

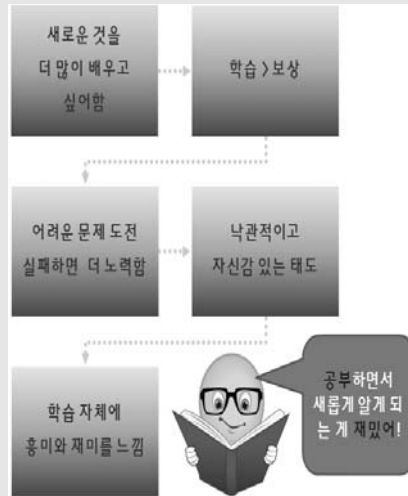
제 자체에 즐거움을 느끼면서 몰입하게 된다. 그 누구의 인정과 기대에
부응하기 위함이 아닌 자신의 내적인 만족감을 충족시키기 위해서 끊임없
이 노력하고, 자신의 능력을 성장, 발전시켜 자신의 목표를 달성하게 되
는 것이다.

그러나 타인에게 의존하는 학습자는 좋은 성적, 좋은 대학, 좋은 직업,
부모나 교사 등 타인의 인정이나 긍정적 평가라는 외적인 것에 목표를 두
고 공부를 하기 때문에 똑똑해 보이려는 것에 집착한다. 그 결과, 어려운
문제를 회피하고 이미 알고 있던 문제만 반복해서 풀면서 새로운 것을 배
울 수 있는 기회를 스스로 포기하고, 도전하지 않는다. 실패를 배움의 기
회로 생각하지 못하고, 자신의 무능함을 증명한다고 생각하면서, 도전을
두려워하고 자신감을 상실하게 되어 자신의 목표를 달성하지 못한다.

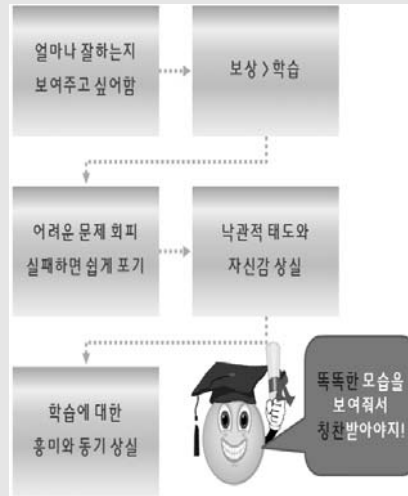
자기주도 학습자일수록 공부하는 이유 즉, 학습의 목표를 내적인 목표
에 두는 경향성이 있다. ‘불투명한 목표 → 추상적인 목표 → 외적 목표
→ 내적목표’로 갈수록 목표를 달성했을 때 느끼는 내적인 만족감이 클
것이다. 그 이유는 내적인 만족감을 느끼는 목표는 외면에 치우쳐 타인과
의 비교를 통해 성공하기 위한 경쟁적인 목표와는 거리가 멀기 때문이다.
목표가 있기는 하지만 구체적이지 못한 목표 역시 내적 만족감을 느낄
수 있는 목표와는 매우 거리가 멀며, 자신의 목표가 아닌 주어진 목표,
누군가의 기대를 충족시키기 위한 목표는 말할 필요도 없다.

학습자 유형에 따른 공부 이유에 대한 인식 차이

〈자기주도적인 학습자〉



〈타인의존적인 학습자〉



TIP 선생님 지도 가이드

자기주도 학습능력을 단번에 기를 수 없음은 분명한 사실이다. 자기주도성은 점차 발달하는 것이기 때문에 교사가 학생이 노력하도록 옆에서 도와주고 점차적으로 책임감을 학생에게 넘겨주는 것이 필요하다. 자기주도학습이 점진적으로 이루어지도록 단계를 설정하여 학생들의 학습활동이 주가 되도록 변화시켜야 한다. 다음 지침은 이 과정에서 도움이 되는 원리이다.

- 학습결과에 대한 책임을 학생이 질 수 있도록 강조하라.
- 수업을 계획할 때에는 학생의 의견을 반영하라.
- 학습과정에 대한 학생의 행동과 노력의 결과가 학습의 성공과 실패를 결정한다는 것을 이해시켜라.
- 학습하는 방법과 과정에 대해 시범을 보이고, 학생들이 목표를 설정할 때 이러한 방법들이 목표에 포함되도록 지도하라.
- 학생이 자신의 목표 달성 정도를 점검하고 평가할 수 있는 구체적인 방법을 제공하라.

TIP 부모님 지도 가이드

자녀의 자기주도 학습능력을 길러주기 위해서는 무엇보다도 학습자가 자기의 일을 스스로 계획하고 실천하고 평가할 수 있도록 부모가 학생을 믿고 정서적으로 지원하는 것이 중요하다.

자기주도 학습자로 성장하는 데 도움을 주기 위한 부모의 역할은 자녀와 함께 하는 등산에 비유할 수 있을 것이다. 등산할 때 올라가야 하는 산이 험하다고 처음부터 자녀를 업고 올라가는 부모가 되어서는 안 된다. 힘들더라도 혼자 힘으로 산에 오르도록 옆에서 격려하고 동참하면 된다. 스스로 고통을 이겨내는 과정을 통해서 정상에 오른 자녀들만이 진정한 보람과 기쁨을 얻을 수 있을 것이기 때문이다.

공부하는 일도 마찬가지다. 힘들더라도 부모는 옆에서 격려하고 같이 동참해 주기만 하자. 보다 중요한 것은 부모들은 열심히 노력하는 것이 공부를 잘 하는 데 있어서 가장 중요하다는 믿음을 자녀에게 심어주는 것이다. ‘어떤 것을 배우고 나면 뿌듯하고 기분이 좋다. 그러나 배우는 과정에는 노력이 필요하다’, ‘공부는 텔레비전 보기나 장난감을 가지고 놀기, 친구와 이야기하기, 운동하기 등의 활동보다 훨씬 더 많은 노력이 필요하다’는 것을 아이들이 이해하도록 도움을 주어야 한다.



내 인생의 마스터플랜 짜기 - 목표설정하기

모든 달리기 선수들은 달리기 시작하기 전에 골인지점, 즉 목표지점을 정한다. 골인지점을 정하지 않는다면 아무리 열심히 달려도 어느 쪽으로 가야할지 언제 끝날지 알 수 없다. 학생들도 마찬가지다. 지금 아무리 열심히 공부하고 있더라도 목표가 없다면 성취의 기쁨을 느끼지 못할 것이다. 자기주도적인 학습자가 되기 위해서는 목표를 스스로 계획하고, 실천하고, 달성하려는 노력이 필요하다.

■ 구체적인 목표를 설정하자

공부할 때 꿈과 목표가 있으면 훨씬 좋은 성과를 거둘 수 있다. 그러나 공부를 잘하는 모든 사람들이 처음부터 큰 꿈과 목표를 가진 것은 아니다. 처음에는 목표가 없었지만 효율적인 학습방법을 통해 공부에 재미를 붙이고 성적이 오르면서 앞으로 고등학교나 대학에서 어떤 것을 공부하면 좋을지 꿈과 목표를 가진 것이다.

목표는 어떤 사람이 성취하기 위해 의식적으로 노력하는 것이고 목표설정은 어떻게 목표를 달성할지 실천방법을 확립하는 과정이다. 예를 들어, 중간고사나 기말고사에 시험을 잘 보아야겠다고 생각하든지, 어떤 고등학교나 대학 입학, 전문적인 직업을 목표로 삼을 수 있다. 어떤 목표는 단시일 내에 달성이 가능하기도 하고, 어떤 목표는 장기적인 시간이 필요하기도 하다.

일반적으로 장기목표는 단기목표를 동반한다. 예를 들어, 어떤 학생이 신문기자가 되겠다는 목표를 가지고 있다고 하자. 그 목표를 달성하기 위

해서는 몇 년이 걸릴 것이다. 그 학생은 신문기자가 되는 데 필요한 일이 무엇인지 생각할 것이다. 대학에서 신문기자와 관련된 전공을 하고, 관련된 수업을 들어야겠다고 생각할 것이다. 중·고등학교 때 학교 방송반이나 신문사에서 기자활동을 하거나 편집하는 일을 경험할 수도 있다. 만일 분명한 장기목표와 관련된 단기목표를 정했다면, 구체적인 행동계획을 확인하고, 최종 목표달성의 경로를 알 수 있다.

목표설정은 계획과정이고 중요한 자기관리이다. 이 과정은 장래 희망과 성취에 대해 긍정적인 기대를 갖게 한다. 목표달성을 위해 계획을 발전시키고 수행하는 학생은 자신의 삶에 책임을 진다. 간혹 공부나 학습의 이유가 자신의 욕심과 희망, 의지 때문이 아니라 교사의 기대나 인정, 혹은 부모님이 원하는 것, 부모님이 자신에게 실망하는 것이 두려워 부모님의 기대와 욕구를 목표로 삼을 수도 있다. 중요한 것은 학습의 이유와 목적을 결정하고 진행하는 책임은 학생 자신에게 있어야 한다는 것이다. 자신이 스스로의 행동에 책임을 지고 있는지, 자신의 미래에 관한 중요한 결정과 목표설정에 타인의 기대와 권위가 작용하지는 않는지 생각해 보자.

스포츠 의학자의 꿈을 향해 나아가는 성준이

스포츠 의학자가 꿈이라는 고등학교 1학년 성준이는 유치원에서부터 시작해 엄마에게 이끌려 초등학교 1학년 때는 사교력수학, 논·구술학원, 3학년 때는 영재학원, 5학년 때는 특목고대비반에 다녔다고 한다. 그러나 사춘기가 시작되면서 타율적, 지시적인 엄마의 교육방침에 반기를 들고 “나에게 자유를 달라”며 반항을 하기 시작했으며, 심지어 가출까지 하는 등 비행청소년으로 바뀌기 시작했다고 한다. 결국 엄마는 성준이가 원하는 대로 그를 ‘해방’시켜주었다.

당시 성준이가 원하는 것은 모든 과외학원을 끊고 혼자 알아서 공부하게 해달라는 것이었다. 여기서 성준이의 ‘오기’가 발동한 것이다. 거의 한 달에 200만원 이상 사교육비를 쏟아 부어도 변변한 성적을 내지 못하던 아이가 중학교 2학년이 되면서 전교 1-2등을 다투는 것 아닌가? 주변 엄마들로부터 ‘고액비밀 과외하냐’는 의심스런 눈총까지 받았다고 한다.

어떻게 성준이는 자기주도학습의 대가가 될 수 있었을까? 이미 스포츠 의학자라는 확고한 목표가 정해진 성준이가 했던 첫 번째 작업은 그 목표가 진짜 확실한 것이냐를 알아보는 일이었다. 그래서 직업체험을 해 보기로 했다. 성준이는 스포츠 의학을 하는 재활의학과 전문의를 통해 2주간 인턴십을 할 수 있는 기회를 얻었고 이러한 경험을 통해 자신의 목표가 더욱 공고화하게 되었다. 성준이가 다음으로 한 일은 이런 의욕을 지렛대 삼아 일간, 주간, 월간, 연간 계획을 세우는 것이었다. 계획표라고는 초등학교 때 담임선생님이 여름방학숙제로 기상부터 취침까지의 동그라미 계획표를 제출한 것이 고작이었던 성준이는 의외로 당황을 했다. 그래서인지 성준이는 처음에는 계획과 실천 그리고 얼마나 계획을 실천했는지를 평가하는 것을 고통스러워했다. 특히 수학이 약한 성준이에게 “매일 기상 후 고난이도 수학문제 하나 풀고 등교하기”를 가장 힘들어 했다. 한 문제 푸는 데 30분 이상이 소요될 정도로 어려운 문제이기에 아침잠을 못이기는 성준이에게는 고역이었지만, 만약 목표의 80%를 이루지 못하면 다시 수학 과외를 하기로 한 약속(선생님과 자신과의 약속, 계약서를 미리 썼었음)이 주효했다.

이런 과정 이외에도 성준이는 다양한 공부기술을 배우고 익히면서 공부의 달인이 되어갔다. 그런 그가 지금은 미국 아이비리그(하버드) 의과대학을 입학해 자신이 원하는 스포츠 의학자의 길에 한 걸음 다가설 수 있었다.

다음의 활동지에 자신의 미래 꿈을 기술해 보고 이를 실천하기 위한 단기적인 실천 행동들이 무엇인지 생각해 보자.

나의 미래 설계하기

※ 장래 자신의 꿈이 무엇인지를 정하고, 그 꿈을 이루기 위해 노력해야 할 일들을 생각해 보자. 그리고 아래에 제시된 장·단기 목표와 구체적 실행 목표를 세워 보자.

장기 목표 (장래의 꿈은?)

↓

중간 시기의 목표 (꿈을 위해 내가 해야 하는 것은?)

- 1)
- 2)
- 3)

↓

단기내의 실행 목표 (당장 내가 지금 할 수 있는 것은?)

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)

■ 목표설정 과정과 전략

목표를 정하는 것은 결코 단순한 작업이 아니다. 목표를 설정하는 데에는 일정한 순서가 필요하다. 목표의 확인과 정의 → 목표달성 방법 탐색 및 평가하기 → 실행계획 만들기 → 계획 실천하기 → 실천상황 평가하기 등의 과정을 거쳐 구체적이고 뚜렷한 목표를 설정해야 한다. 다음의 목표설정과정과 전략을 단계별로 살펴봄으로써 추상적이지 않고 실천가능한 목표를 세워볼 수 있을 것이다.

목표 설정 과정과 전략

단 계	주 제	전 략
1	목표의 확인과 정의	- SMART를 활용한 목표 작성
2	목표달성 방법 탐색 및 평가하기	- 다른 사람의 목표 달성 방법 - 목표달성에 도움이 될 사람 탐색 - 과거의 성취경험 탐색
3	실행계획 만들기	- 단기 목표와 관련된 점검목록 작성
4	계획 실천하기	- 완성된 과제 확인
5	실천 상황 평가하기	- 실천상황을 평가할 수 있는 질문 진행 상황은? 과제 수행의 정도(양적, 질적)는? 과제 수행 중 힘든 점, 배운 점은? 과제 수행 중 발생한 문제는? 예상치 못한 일들은?

▶ 1번째 단계: 목표의 확인과 정의

목표는 개인의 인생 전체에 영향을 미칠 수 있다. 자신이 학습을 통해, 고등학교, 대학에 가서 어떤 목표를 달성하고 싶은지 생각해야 한다. 그리고 인생에서 내가 원하는 것은 무엇인지, 내가 원하는 것을 하기 위해 필요한 것은 무엇인지 생각해 보자.

학생들 중에는 인생에서 되고 싶은 것, 원하는 것을 찾지 못한 이들이 많다. 생각해보지 않거나 모른다고 답하는 이들이 많을 것이다. 그렇다면 자신이 좋아하는 것, 자신이 잘하는 것은 무엇인지, 자신이 무엇을 할 때 행복한지, 그것이 자신의 삶에서 중요하고 지속적으로 할 만한 것인지 생각해 보자. 어떤 학생은 행복해지고 싶거나 돈을 많이 벌고 싶다고 말하는 이들도 있을 것이다. 행복이나 돈은 목표가 달성되는 과정 동안 부가적으로 발생하는 감정 상태나 이점이 될 수 있다.

【바람직한 목표세우기 방법: SMART】

목표는 구체적이고(S), 목표달성 정도를 측정할 수 있고(M), 목표 행동으로 표현되고(A), 현실적이며(R), 목표달성 기간이 정해져야(T) 한다.

■ 구체적인(Specific)

무엇을 해야 할지 주저하는 일이 없도록 목표는 구체적이고 설정하고, 세부적인 내용까지 정한다. 막연한 목표는 실천이 더디고, 하더라도 방향을 잃을 가능성이 있다.

부적절한 예) 수학을 잘하고 싶다

적절한 예) 다음 수학시험에서 85점 이상 받기

■ 측정 가능한(Measurable)

목표를 명백히 성취했는지에 여부를 알 수 있는 증거가 있어야 한다. 정해진 분량을 완수한 것이 중요한 것이 아니라 내용을 소화했는지를 스스로 측정할 수 있어야 한다. 수치로 측정될 필요가 있으나 숫자(형식)의 함정에 빠져서 알맹이를 놓치지 말아야 한다.

부적절한 예) 생물을 공부하고 싶다

적절한 예) 생물 7장을 읽고, 모든 연습문제에 답하기

■ 행동지향적인(Action-oriented)

목표를 달성하기 위한 행동으로 표현되어야 한다. 실패하더라도 끊임없이 스스로 목표를 세워 성취하는 경험을 통해 성공의 가능성을 높일 수 있다.

부적절한 예) 영어시간에 좋은 학습태도를 갖고 싶다

적절한 예) 영어숙제는 수업 전까지 마치고, 연습문제 모두 풀기

■ 현실적인(Realistic)

성공이 성공을 부른다. 성취할 수 있는 작은 목표에서부터 시작하도록 한다. 꿀찌가 단번에 전교 일등을 꿈꾸면 꿀찌로 남을 가능성이 많지만, 전교 일등을 꿈꾸며 중위권 진입을 목표로 실천하면 전교 일등에 이를 가능성이 높아진다.

부적절한 예) 오늘밤 안에 수학 중간고사 범위의 문제를 모두 풀다

적절한 예) 오늘밤에는 방정식에서 자주 틀렸던 수학문제를 다시 풀다

■ 시간에 맞는(Time Frame)

계획한 일을 언제 수행할 지에 대해 구체적인 시간을 정한다. 계획이 나오면 항상 질문하는 습관을 들여라. "언제까지...?"

부적절한 예) 우리 반에서 1등하기

적절한 예) 이번 시험은 지난번 시험보다 5등 오르기

▶ 2번째 단계: 목표 달성 방법 탐색 및 평가하기

목표를 달성하기 위해 다음의 질문을 스스로에게 던져보자.

- 다른 사람들은 나와 같은 목표를 어떻게 달성했는가?
- 내가 목표를 달성하는 데 도움이 되는 사람은 누구인가?
- 나는 예전에 비슷한 목표를 어떻게 달성했는가?

위와 같은 질문을 통해 목표달성을 위한 방법을 찾고 각 방법들이 어떤 장점과 단점을 가지고 있는지 고려해 보자. 예를 들어, 이번 주 수학 시험과 사회숙제가 있다고 가정해보자. 사회숙제에 많은 시간을 소비한다면, 수학시험을 준비할 시간은 별로 없고 결과적으로 시험을 잘 못 볼 수 있다. 따라서 어떤 것이 최선의 시간활용인지 정해야 한다. 계획을 세웠더라도 그 계획을 실행하는 데는 장점과 단점이 있기 마련이다.

▶ 3번째 단계: 실행계획 만들기

하나의 계획을 발전시키기는 방법은 과제가 성취될 날짜와 과제 완성에 필요한 세부적인 과제를 확인하는 것이다. 과제의 마감시간을 정하는 것은 목표를 향해 전진하는 데 도움이 된다. 일반적으로 단기목표를 달성하면 과제를 완성할 수 있을 것이라는 확신을 갖는다. 따라서 목표달성을 위한 실천계획은 몇 개의 단기목표로 나누고, 단기목표를 완성함으로써 최종적으로 장기목표를 달성하도록 한다.

▶ 4번째 단계: 계획 실천하기

각 목표설정의 단계를 실천하면서 실행여부를 점검한다. 수학공부를 하는 데 소요되는 시간을 잘못 계산해 계획대로 못했다면, 목표달성에 필요

한 시간을 변경하고 계획을 바꾸어야 한다. 계획만 세우고 실천하기 어려운 계획표보다는 자신이 실천할 수 있는 계획표를 만드는 것이 중요하다. 따라서 처음 계획하고 생각했던 것보다 시간이 더 소요되거나 필요한 사항들이 발견되었을 때는 실천할 수 있는 계획표로 수정하는 것이 바람직하다. 계획표에 자신을 맞추는 것이 아니라 계획표를 자신에게 맞추는 것이다.

▶ 5번째 단계: 진행상황 평가하기

목표를 달성하는 과정 동안 계획이 효과적으로 진행되고 있는지 그 과정과 절차를 평가한다. 평가는 목표에 도달할 수 있는 방법을 탐색할 수 있게 하고, 잘못된 점을 찾게 한다. 진행상황을 평가할 때는 다음과 같은 질문들이 유용하다.

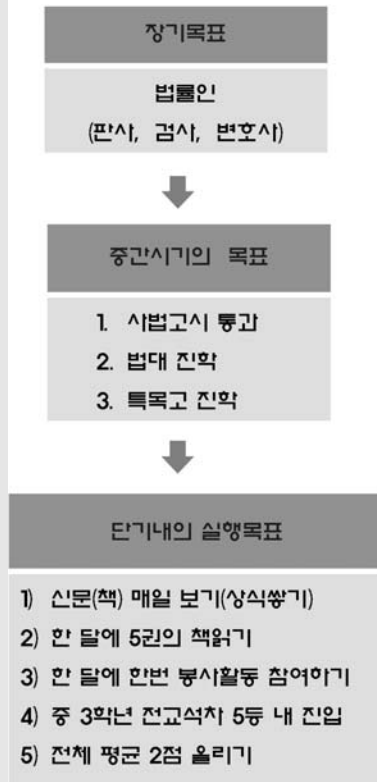
- 계획이 잘 진행되고 있는가?
- 얼마나 많은 하위목표, 혹은 과제를 완성했는가?
- 그동안의 목표를 달성하는 동안 가장 힘들었던 것은 무엇인가?
무엇 때문에 힘들었는가?
- 목표달성을 위한 방법들이 잘 적용되었는가?
- 진행과정 동안 발생한 문제는 무엇인가?
- 예상하지 않았는데 발생한 문제는 무엇인가?

이러한 5단계의 목표 설정 과정을 통해 구체적이고 실천 가능한 목표가 설정될 때 학습자는 학습을 이끌어나가는 분명한 의도와 힘을 갖게 될 것이다.

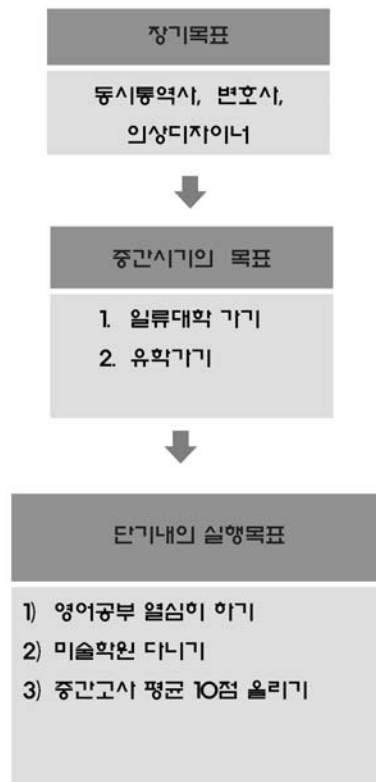
다음은 앞서 제시된 목표설정 과정에 따라 설정된 바람직한 목표의 예와 그렇지 못한 목표의 예이다.

목표세우기의 예시

<좋은 예>



<나쁜 예>



TIP 선생님 지도 가이드

대부분의 학생들은 꿈을 찾지 못하고 공부를 한다. 목적지가 없는 배는 표류하기 마련이고, 북극성을 알지 못한 인디언은 길을 찾지 못하고 같은 길을 반복하기 마련이다. 이처럼 우리의 삶에는 ‘꿈’이 필요하다. ‘꿈’이 있는 사람은 그 꿈을 이루기 위해서 자신의 삶을 계획하고 그것을 성취함으로써 성공의 길로 향하게 된다. 그렇다면 꿈을 가진 것만으로 성공의 길로 향할 수 있을까? “꿈에 날짜를 붙이면 목표가 되고, 목표를 쪼개면 계획이 되고, 계획을 성실하게 따르면 그 꿈이 이루어진다”라는 말이 있다. 즉, 꿈을 가진 것 이상으로 다른 많은 과정이 필요하다는 것이다.

교사는 학습자들에게 꿈을 가져야 하는 이유와 그 꿈을 이루기 위해서 구체적으로 목표를 설정하는 방법을 지도해야 한다. 위에서 제시된 목표 설정 과정을 실제 적용하여 학생 개개인이 자신의 목표를 분명히 설정할 수 있도록 도움을 주어야 한다. 또한 꿈을 이루기 위해서는 목표를 설정하는 과정 뿐 아니라 노력이 필요함을 알려줌으로써 그 꿈을 실현하기 위한 노력을 지속할 수 있도록 지원해 줄 수 있어야 한다.

TIP 부모님 지도 가이드

목표가 있는 곳에 도전정신이 있고 도전정신이 있는 곳에 성공이 있다. 목표라는 희망이 있으면 그 목표를 향해 끊임없이 도전하게 된다. 학생의 진로를 정하는 데는 부모의 역할이 중요하다는 것을 인지해야 한다. 다음의 정보를 수집하여 구체적인 목표를 설정하도록 해 의욕과 활기를 가질 수 있도록 도와주자.

- 자녀와 함께 직업의 종류, 직업의 역할과 기능을 파악할 수 있도록 하자.
- 직업에 대한 학생의 가치관을 점검하자.
- 다양한 검사와 체험을 통해 자녀의 적성, 진로를 파악하자.
- 목표를 세워 실천계획을 세울 수 있도록 하자.



학습플래너, 매니저가 되어줘 - 계획세우기

자기주도 학습능력의 목표는 스스로 공부하는 습관을 가진 사람으로 만들자는 것이다. 습관이란 조건반응에 의해 후천적으로 획득되는 것으로 일정한 대상에 대하여 동일한 시행을 반복하게 되면 점차 그 행동이 쉬워져 나중에는 아무런 노력을 하지 않아도 자동적으로 행하게 되는 것이다. 이제 계획없이 마구잡이로 하는 공부하는 습관을 버리고 스스로 공부하는 습관을 기르기 위한 공부계획을 세워보도록 하자.

■ 공부를 위한 지도 그리기, 학습플래너 !

자기주도학습의 중요한 포인트는 시간관리를 잘하는 것이다. 우리가 산에 오르기 위해 지도가 필요하고 바다를 향해가기 위해 나침반이 필요하듯이, 매일의 계획을 잘 세우고 실천하기 위한 마스터플랜이 필요하다. 시간관리가 잘되는 우등생은 최소한 진로·진학에 대한 것부터 직업, 꿈, 사명에 관한 것까지 짧게는 일주일에서 길게는 수십 년간의 마스터플랜이 짜여져 있다. 그리고 매일의 공부 계획은 그 마스터플랜이 기준이 된다. 하지만 시간관리가 잘 안되고 공부를 못하는 학생들은 마스터플랜이 없이 응급처치식의 하루 계획만 세울 뿐이다. 결국 자신이 무엇을 위해 어디로 가고 있는 것인지 점검하고 계획을 실행에 옮기는 좋은 습관을 가져야만 무작정 공부함으로써 결과물 없이 시간만 낭비하고 동기를 상실하는 경험을 하지 않게 할 것이다.

‘시험계획표’가 공부를 쉽게 만들어요!

고등학교 2학년이 된 홍비는 반 친구들에게도 인기 만점인 우등생이며 특별 활동에도 적극적인 팔방미인이었다. 적어도 중학교 때까지는 그랬다. 하지만 고교 진학 후 홍비의 학교 성적은 점점 하향곡선을 그리기 시작했다. 그동안 벼락치기로 상위권 유지가 가능했던 중학교 때와 달리 고교 과정은 반짝 공부에만 능한 홍비에게 너무나 벅차게 다가왔기 때문이었다.

끝없이 떨어지는 성적을 보며 이대로는 안 되겠다고 결심한 홍비! 내신 성적 올리기 대장정에 들어갔다. 우선 시험준비표부터 짰다. 이 전에 홍비는 시험 준비 하면서 '7일 전 사회·영어', '6일 전 국어·국사' 식으로 대충 머릿속으로 생각해 둔 정도였다. 하지만 옆에 앉은 짝궁인 소라의 계획표를 슬쩍 보니 정말 치밀하게 계획이 세워져 있었다. 홍비는 머릿속으로만 세웠던 계획을 다이어리에 하나하나 적어보았다. 처음엔 날짜 아래 과목만 썼는데, 막상 공부를 하려니까 무엇을 해야 할지 난감했다. 그래서 다음에는 교과서 쪽수에 따라 분량을 나누어 보았다. 좀 더 공부하기 편안함을 느낄 수 있었다.

이런 방식으로 홍비는 자기 공부 스타일에 맞게 계획표를 수정해 나갔다. 계획표가 세부적이고 명확할수록 계획된 내용을 지키기가 수월하다는 것을 홍비는 점점 깨달게 되었다. 지금은 이 시험 계획표가 없으면 공부하기 어렵다고 말하는 홍비.

아래의 표는 홍비가 자신에게 맞게 세운 ‘사회과목’ 시험 계획표이다. 이렇게 과목별로 먼저 나누고, 다음 단원별, 시간별로 정리와 읽기, 외우기까지 꼼꼼하게 계획을 세운 것이다. 이렇게 시험 계획표를 1달, 2달, 6개월, 1년이 넘어서 까지 세우고 있는 홍비는 고질적인 벼락치기의 나쁜 습관에서 벗어나 다시 예전의 활기찬 모습을 찾을 수 있게 되었다.

	D-10일	D-9일	D-8일	D-7일	...	D-1일	시험일
1단원	30분 꼼꼼히 읽기	50분 정리 하기	30분 정리한것 읽기	20분 정리한것 외우기		외웠던것 검토	2시간 30분
2단원		30분 꼼꼼히 읽기	50분 정리 하기	30분 정리한것 읽기		외웠던것 검토	2시간 20분
3단원				30분 꼼꼼히 읽기		외웠던것 검토	2시간 30분

홍비사례처럼 공부는 습관화시키는 것이 무엇보다 중요하며, 이를 위해서는 정해진 시간에 정해진 양을 하겠다는 계획표를 짜는 것이 필요하다.

학습계획은 학기별 계획, 월간 계획, 주간 계획, 일일 계획으로 나누어 작성하는 것이 좋다. 기간에 따라 학습 계획을 따로 작성하지만 결국 모든 학습 계획은 기간이 긴 학습계획을 기반으로 짧은 기간의 계획이 세워져야 하며, 추상적인 학습계획보다는 구체적인 학습계획을 세워야 한다. 학습계획이 구체적일수록 목표 달성에 도움이 되므로 최대한 자세히 학습계획을 세우도록 한다. 처음으로 학습계획을 세워보는 학생은 모든 기간의 계획을 한꺼번에 세우려고 하기보다 주간 계획을 세우고 그에 따라 일일 계획을 세우는 방법으로 시작한다. 학습계획 짜기에 익숙해지고 나면 점차 월간 계획, 학기별 계획으로 확장시켜서 계획을 만들도록 한다.

학기별 계획은 계획이라기보다는 목표 설정에 가깝다. 그 학기에 본인이 원하는 성적이나 잘하고 싶은 과목을 정해 구체적으로 명시하도록 한다. 예를 들어, ‘성적을 반에서 10위권 이내에 들도록 한다.’ 혹은 ‘수학 과목의 시험 점수를 10점 이상 올리겠다’ 등 월간 계획은 그 달의 상황에 맞게 작성하고 학기별 계획으로 실천할 구체적인 일정을 잡아넣는다. 월간 계획표는 새로운 달이 시작되기 며칠 전까지 만들도록 한다.

그리고 난 후 주간 계획과 일일 계획을 세우기 전에 제일 먼저 지금까지 자신이 하루 또는 일주일의 시간을 어떻게 활용하고 있는지를 스스로 점검해 보아야 한다. 우선 어제 또는 1주일 동안 자신이 한 일을 시간대별로 표를 만들어 나열해 보자. 그 다음 자신이 시간을 어떻게 보내고 있었는지 분석해 본다. 이처럼 시간 활용을 점검해 보면, 비효율적으로 버려지는 시간을 스스로 깨닫게 된다. 이러한 점검을 통해 자신이 시간을 활용하는 데 어떤 문제점을 가지고 있는지, 자신이 활용할 수 있는 시간이 어느 정도나 되는지 파악해야만 스스로 실천할 수 있는 현실적인 계획표가 완성될 것이다.

다음은 학생들이 사용할 수 있는 주간 학습계획표이다.

학습계획표

시간	월	화	수	목	금	토	일
AM 6:00							
AM 6:30							
AM 7:00							
AM 7:30							
AM 8:00							
AM 8:30							
AM 9:00							
AM 9:30							
AM 10:00							
AM 10:30							
AM 11:00							
AM 11:30							
AM 12:00							
PM 12:30							
PM 1:00							
PM 1:30							
PM 2:00							
PM 2:30							
PM 3:00							
PM 3:30							
PM 4:00							
PM 4:30							
PM 5:00							
PM 5:30							
PM 6:00							
PM 6:30							
PM 7:00							
PM 7:30							
PM 8:00							
PM 8:30							
PM 9:00							
PM 9:30							
PM 10:00							
PM 10:30							
PM 11:00							
PM 11:30							
PM 12:00							
AM 12:30							
AM 1:00							
AM 1:30							
AM 2:00							
AM 2:30							
AM 3:00							
AM 3:30							
AM 4:00							
AM 4:30							
AM 5:00							
AM 5:30							

■ 학습플래너 작성요령

학습플래너를 작성할 때 다음과 같은 요령이 필요하다.

1. 학습플래너는 한 주간의 학습 분량을 고려하여 주간 계획을 먼저 세우고, 일간 계획을 세울 수 있도록 한다.
2. 전체 학습 분량을 계산하여 실천가능하면서도 도전할 가치가 있는 순으로 일주일 학습계획을 세운다. 주간 계획은 공부해야할 각 교과목을 나누고 그 과목의 공부할 부분을 크게 나누어 쓴다. 이 때 대단원과 소단원은 꼭 써야하는데, 이렇게 과목의 대단원과 소단원을 썸으로써 자신이 공부하고 있는 부분이 교과목의 흐름상 어느 곳인지 기억할 수 있다.
예) 과학 / 생식과 발생 - 체세포 분열
3. 일주일을 보내고 난 후에는 일주일 동안 목표한 주간 계획대로 잘 실행했는지를 점검해야 한다. 완료하지 못한 목표가 있다면 확실히 마무리 하고, 한 주의 계획을 모두 이뤘다면 하루쯤 편안히 자유 시간을 갖도록 한다. 그리고 다시 다음 일주일의 계획을 세운다.
4. 주간 계획에서 계산한 월요일부터 토요일의 공부 분량에 따라 일간 계획을 세운다. 너무 무리한 계획을 세우기보다 자신이 실천할 수 있는 한도 내에서 계획을 세운다.
5. 자신이 하루에 공부에 투자할 수 있는 시간을 정했다면 공부하는 시간에 해야 될 것을 과목별로 구체적인 양을 정해야 한다.
예) '7시부터 8시까지 수학 문제집 20~25 쪽'
6. 학습플래너를 작성할 때 유의할 점은 '기록' 중심이 아닌 '계획'과 '실행', '평가', '점검', '수정' 중심으로 학습플래너를 써야 하며, 매일

‘10~15분’ 이내에 이 모든 것을 끝내는 것이 효과적이라는 것이다.

다음은 자기주도적인 학습을 하는 중학생 윤나가 작성한 주간계획표와 일일계획표이다. 다음의 사례를 참고하여 효과적인 학습플래너를 작성해보자.

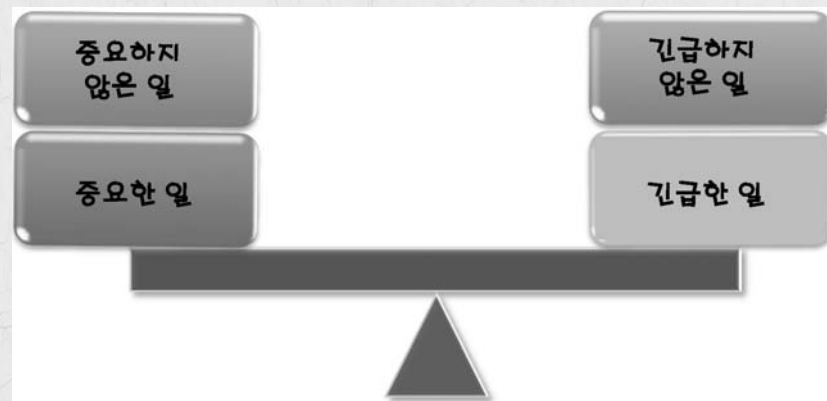
이번 주 윤나가 해야 하는 일들			
요일	내용	할 일	희망메세지
월요일		독서, 인터넷 강의(국어)	이번 주엔 기필코 독서일지를 완성하리라~ ‘행복한 청소부’ 읽기
화요일		독서, 영주생일 강의(영어)-영단어,속어 정리	영주야 생일 축하! 축하!
수요일		신문기사, 이슈 자료 모으기, 인터넷 강의(수학)-오답노트정리	언제나 예습과 복습~
목요일		독서, 인터넷 강의(과학)	언제나 예습과 복습~
금요일		동아리(영어반)활동, 인터넷 강의(사회)	영어는 재미난다^^
토요일		독서, 인터넷 강의(영어)-영단어,속어 정리	언제나 예습과 복습~
일요일		동아리(봉사)-도시락 배달, 독서일지정리 TV보기	지난번 세차한 돈을 모아 모아 정성껏 만든 음식임당~ (독거)할머니 할아버지들이 맛있게 드셨으면 좋겠다 ^^
TV 영어회화 - 매일 아침은 영어로 시작한다. good morning!			

윤나의 하루일기^^	
00월 00일 화요일	
6:00~7:00	기상, tv영어회화
7:00~8:00	등교준비
8:00~9:00	학교에서의 윤나
9:00~10:00	
10:00~11:00	
11:00~12:00	
12:00~13:00	
13:00~14:00	
14:00~15:00	
15:00~16:00	
16:00~17:00	집으로....휴식(이제부터 무엇을 해야 하나? 보자보자 ㅋㅋ)
17:00~18:00	영어-수학 복습, 문제풀이, 오답노트 정리
18:00~19:00	
19:00~20:00	가족과 함께 저녁식사
20:00~21:00	인터넷 강의 청취 / 주요 요점정리 및 영단어 속어정리
21:00~22:00	
22:00~23:00	독서(행복한 청소부)
23:00~24:00	꿈나라 여행
오늘 꼭 해야 할 일	인터넷 강의 청취
내일 까지 꼭 해야 할 일	신문기사, 이슈 자료 모으기
특별사항	오늘은 영주생일 점심식사 후 생일축하 파티~파티~
전체적 평가	방과 후 학원가는 시간 때문에 점심식사 후 거하게 후 식을 챙겨 먹었다. 학원가는 친구들 덕분(?)에 오늘도 난 계획대로 하루를 마칠 수 있었다.

TIP 선생님 지도 가이드

보통 학생들은 자신의 시간 관리를 방해하는 요인을 스스로 찾아내는 것을 어려워하는 경향이 있다. 하지만 생각해보면 그 원인들은 보통 평소 자신의 생활습관 속에 있다. 교사는 학습자가 시간을 계획적으로 활용하는 데 방해가 되는 요인이 무엇인지를 찾고 이를 개선할 수 있도록 도움을 줄 수 있어야 한다.

학습자가 자신의 하루 일과를 중요한 일, 중요하지 않은 일, 긴급한 일, 긴급하지 않은 일로 구분하여 우선순위를 두어 차례로 진행할 수 있도록 도와주는 것도 좋은 방법이다. 이를 통해 학습자가 스스로 계획을 세우고 난 뒤, 중요하고 긴급한 일을 우선적으로 실천할 수 있도록 지도할 수 있을 것이다.



TIP 부모님 지도 가이드

부모는 가정에서 자녀가 시간을 낭비하지 않고 효율적으로 관리할 수 있도록 지도해 주어야 한다. 감시하는 것이 아니라 조연과 격려로 힘을 줄 수 있도록 한다. 다음과 같은 점을 알면 자녀가 시간관리를 하는데 더 많은 도움을 줄 수 있을 것이다.

■ 시간관리는 규칙적인 생활에서 시작한다.

규칙적인 생활을 하려면 아침에 일찍 일어나는 것부터 시작해야 한다. 시간에 쫓겨 밥도 먹지 못하고 허둥대며 학교에 가는 아이는 황금 시간대인 1~2교시 수업을 망치게 된다. 아이가 생활계획표에 따라 정해진 시간에 정해진 과제를 해나가기 위해서는 가족들의 도움이 필요하다. 저녁식사 시간을 아이의 시간 계획에 따라 맞춘다거나, 집 안에서는 되도록이면 계획되지 않은 일이 일어나지 않도록 배려해주자.

■ 시간을 절약할 수 있는 자신만의 전략을 세우게 한다.

시간을 잘 활용하기 위해서는 시간 절약의 요령을 잘 알아야 한다. 요즈음 시간관리 전략을 우선순위 전략이라고 하는데, 이것은 일의 중요도를 따져보고 중요한 것부터 해나가는 것을 말한다.

■ 미루는 습관은 시간관리의 적이다.

고질병처럼 되어 있는 미루는 습관을 없애기 위해서는 우선 시작부터 해야 한다. 시간이 오래 걸리는 과제가 있다면 그 날 즉시 조금이라도 시작하게 하자. 그러기 위해서는 큰 과제를 작은 단위로 나누어놓고, 작은 것 하나라도 시작하도록 한다. 이렇게 일단 시작을 해놓으면 완성을 하고 싶은 동기 부여가 되어 해결할 수 있다. 미루지 않으려면 자기 합리화를 하지 말아야 한다. ‘지금 하는 것보다 나중에 하면 더 능률이 오르니까.’, ‘하고 싶을 때 해야 능률도 오르게든.’ 하는 등 미루는 행동에 대해서 스스로 합리화하는 습관을 버려야 한다는 점을 알게 하자.



‘공부’ 너만 바라볼게 - 비결은 주의집중!

수업시간에 모든 학생이 선생님의 수업을 듣고 있지만, 어떤 학생은 수업내용을 기억하고 어떤 학생들은 수업내용을 전혀 기억하지 못한다. 또 혼자서 교과서를 읽으면서 공부를 해도 어떤 학생은 읽은 내용을 기억하지만 어떤 학생은 무슨 내용을 읽었는지 기억하지 못한다. 이유는 무엇일까?

■ 주의집중이 필요해 !

학습을 하거나 책을 읽을 때 그 내용이 기억되기 위해서는 주의를 기울여야 한다. 인간은 외부로부터 받은 자극이나 자료를 컴퓨터처럼 처리하여 저장하지만 컴퓨터와는 달리 시간이 지나면 잊어버리게 된다. 따라서 외부나 내부로부터 오는 방해자극들을 이겨내면서 학습에 몰두할 수 있도록 집중력을 향상시켜야 한다.

다음의 질문에 대한 응답을 통해 자신의 주의집중력을 점검해 보자.

※ 다음의 질문을 읽고 자신에게 해당되는 정도에 표시해 보세요.

내용	그렇지 않다	약간 그렇다	많이 그렇다	심하게 그렇다
1. 차분하지 못하고 다른 활동이 많다.	0	1	2	3
2. 쉽게 흥분한다.	0	1	2	3
3. 주의집중 시간이 짧다.	0	1	2	3
4. 계획한 일을 끝내지 못한다.	0	1	2	3
5. 자주 안절부절 못한다.	0	1	2	3
6. 주변에서 나는 소리에 쉽게 집중이 흐트러진다.	0	1	2	3
7. 하고 싶은 일이 있으면 미루지 못한다.	0	1	2	3
8. 책상에 앉아 있어도 집중하는 시간이 짧다.	0	1	2	3
9. 내 방은 정리가 안 되어 있다.	0	1	2	3
10. 수업시간에 딴 생각을 한다.	0	1	2	3

총점 _____ 점

[결과해석]

- 각 질문에 응답한 점수를 모두 합하여 총점이 낮을수록 집중력이 높고, 총점이 높을수록 집중력이 낮은 것을 의미한다.

〈출처 : 서울특별시교육청(2010)〉

수업시간에는 선생님의 강의 내용 이외에도 수 많은 정보가 들어오게 된다. 운동장에서 들리는 학생들의 체육활동 소리, 새소리, 다른 반에서 들리는 소리 등 우리 귀에 들리는 소리가 많다. 이처럼 외부에서 발생하는 방해요인들을 ‘외부 방해자극’이라고 하며 외부 방해자극의 대표적인 예로 TV, 전화 소리 같은 각종 소음과 조명, 냄새, 책상과 의자 등 환경적 요인을 들 수 있다. 이와는 반대로 자신의 심리적 상태에 의해 발생하는 방해요인들이 있다. 수업시간에 갑자기 어제 보았던 영화장면이 생각난다거나 오늘 저녁에 어떤 반찬이 나올 지와 같은 잡생각을 ‘내부 방해자극’이라고 한다. 내부 방해자극은 아토피나 알레르기 비염, 피로, 스트레스와 연관된 질병, 고민, 교과목에 대한 흥미 저하 등 심리적, 신체적 요인이 해당된다. 따라서 학생들이 중요하지 않은 정보를 흘려버리고 선생님의 강의에만 주의를 집중하는 노력이 필요하다. 이처럼 자기주도 학습자가 되기 위한 첫걸음이 바로 주의집중력을 향상시키는 것이다.

그렇다면 주의집중력을 향상시키기 위한 방법으로는 어떤 것이 있을까?

먼저 자신이 어떤 요소들에 의해 집중력을 방해받는지 살펴보고 이를 차단하거나 이겨내도록 해야 한다. 주의집중이 잘 안된다면 어떤 원인에서 집중이 깨지는지 파악해 보아야 한다. 언제 집중이 흐트러지고, 그 이유가 무엇인지 기록하는 것이다. 집중력을 방해하는 자극이 무엇인지 알았다면 집중력을 향상시키는 방법을 찾아보자.

▷ 외적인 요인에 의해 주의집중이 방해될 때

긍정적인 학습환경을 만듦으로써 집중력을 개선시킬 수 있다. 그리고 외적인 산만 요인을 통제하는 최고의 방법은 그것을 제거하는 것이다.

첫째는 최선의 학습장소를 선택한다. 일반적으로 사람들에게는 집중이 잘 되는 장소가 있다. 예를 들어, 도서관, 독서실, 학교, 집, 빈 교실 등

다양하다. 자신에게 집중이 잘 되는 학습장소를 찾았다면, 이제 규칙적인 일과를 정해 그 곳에서 공부한다.

둘째, 적절한 거절이 필요하다. 친구와의 놀이나 대화 등으로 공부시간이나 주의집중의 방해를 받는 학생들이 많다. 그럴 때는 친구와의 관계가 나빠지지 않는 범위에서 적절히 거절하고, 친구와의 대화나 놀이를 연기하는 지혜를 가져야 한다.

셋째, 주의집중에 도움이 되는 학습 도구들을 사용한다. 예를 들어, 특별히 자신이 공부할 때 편안하게 느끼는 의자, 공부할 때 신는 신발, 색깔펜이나 필기용 펜 등은 공부 모드로 들어가는데 도움이 되고 집중력을 높일 수 있다.

넷째, 전반적인 학습환경을 변화시킨다. 책상은 벽 쪽을 향하게 하고, 공부할 때 시선이 벽을 향하게 한다. 공부방의 사진이나 그림, 기념품, 장식은 책상과 반대편 벽에 두고 공부에 방해되지 않게 한다. 책상은 공부에 필요한 것만 둔다. 침대에서 누워서 공부하는 것은 잠에 빠지기 쉬우므로 피해야 한다.

다섯째, TV, 음악, 컴퓨터를 효과적으로 관리하여 주의집중을 잘하도록 한다. TV 시청은 공부나 독서, 생각할 시간을 빼앗기 때문에 스트레스 해소나 취미와 관련된 프로만 시청한다. TV 시청을 적게 할 수 있도록 TV를 거실이나 다른 방으로 옮기고 가족이 함께 절도 있는 TV 시청문화를 만들도록 한다. TV에서 보았던 내용이 머릿속에 남아 학습을 방해할 수 있으므로 TV 시청 후에는 집중력을 덜 요구하는 교과서나 숙제, 자신이 좋아하는 과목을 공부한다. 유행하는 대중음악은 집중력을 떨어뜨려 학습 효과를 떨어뜨린다. 공부할 때는 가사가 없는 음악이나 고전음악을 통해 마음의 안정을 도모하는 정도에서 감상한다. 컴퓨터는 모든 가족이 함께 사용하는 거실에 두는 것이 좋고, 정보를 얻는 도구로 활용한다. 휴대폰

은 대인관계의 수단으로 청소년들에게 없어서는 안 될 도구이지만 컴퓨터, TV와 마찬가지로 자신이 통제하고 조절할 수 있는 범위 안에서 사용한다.

▷ 내적인 요인 때문에 집중이 곤란할 때의 전략

우선 ‘주의집중 체크 표’를 만든다. 책 옆에 종이 한 장을 준비해 놓고 딴 생각이 날 때마다 종이에 표시를 하는 것이다. 처음에는 표시한 개수가 많지만 차츰 개수가 적어지는 것을 발견할 수 있고, 주의집중 체크 표는 자기관찰을 도와준다. 집중이 중간에 깨지는 것을 기록하다 보면, 언제 주의가 산만해지고, 얼마나 자주 그런 행동이 나타나는지, 무엇 때문에 그렇게 되는지 관찰할 수 있다. 두 번째는 ‘걱정거리 기록관’을 만드는 것이다. 머릿속을 떠나지 않고 괴롭히는 걱정거리들은 공부에 몰두하지 못하게 하는 주요 원인이다. 신경 쓰이는 생각 때문에 집중이 자주 깨진다면, 빨리 걱정거리 기록관에 그 내용을 적는다. 괴로운 생각을 표현하고 나면, 조금은 가벼운 마음으로 공부에 집중할 수 있다.

■ 주의집중 전략

다음은 학습 중에 주의집중할 수 있도록 도움을 주는 구체적인 방법이다. 자신에게 적합한 방법을 선택하여 실천해 보자.

▷ 딴 생각 중지하기

수업시간이나 혼자 공부하다가 자꾸 딴 생각이 들면 어떻게 해야 할까?

● ‘그만’이라고 외치고 집중하기

공부를 하다가 컴퓨터 게임, 친구 생각 등 공부에 방해 되는 다른 생각이 떠오르게 되면 그 순간 ‘그만’이라고 속으로 외치고 다시 정신을 가다듬고 공부에 집중한다.

● 목표 다시 세우기

딴 생각이 자꾸 떠오른다는 것은 공부를 하기로 한 분량이 너무 많아서 집중력이 떨어지는 경우도 있다. 그럴 때에는 너무 욕심을 부리지 말고 다시 목표를 세워 공부를 하는 것이 좋다. 예를 들어, ‘1시간 동안 수학 문제집 5장 풀기’를 목표로 세웠다면 ‘30분 동안 수학 문제집 2장 풀기’로 목표를 다시 세워, 차근차근 목표를 늘리는 것이 좋다.

● 미래의 목표로 마음 다잡기

어렵고 힘든 공부가 당장의 시험이나 평가에서 어떠한 좋은 결과를 성취하기 보다는 나의 꿈을 이루는 하나의 과정이라 생각하여 이 순간이 매우 중요하다는 생각을 갖는 것이다. 당장의 시험이나 평가만을 생각하게 되면 시험기간에만 집중하는 경향이 있고, 시험에서 실패를 경험하게 되면 자신감을 잃게 되어 주의집중력이 떨어질 수 있다.

자꾸 딴 생각이 떠올라 집중력을 저하시키게 되면 자신이 정해 놓은 미래의 목표를 생각하고, 그 목표를 달성했을 때의 자신의 모습을 상상하면서 기분 좋게 집중을 하는 것이 좋다. 예를 들어 나의 꿈이 의사가 되는 것이라면 환자를 수술하는 나의 모습, 수술이 잘 되어 환자랑 가족이 기뻐하는 모습, 새로운 수술법을 의학계에 발표하는 모습 등을 상상하는 것이다. 이런 꿈을 이루기 위해서는 지금 내가 하고 있는 공부에 집중해야 한다는 것을 생각하자. 그러면 즐겁게 공부에 집중할 수 있지 않을까?



▷ Stop Watch 사용하기

공부의 집중력을 높일 수 있는 다른 방법으로 Stop Watch 사용하기가 있다. Stop Watch를 사용하여 집중할 수 있는 방법에는 두 가지가 있다.

첫째, 여러분이 집중을 가장 잘하는 상황은 언제인가? 아마 시험을 보는 순간일 것이다. 그렇다면 바로 시험상황을 만드는 것이다. 앞으로 내가 몇 시까지 무엇을 공부할 것인가를 정해 놓고, 마치 시험을 본다고 생각하는 것이다. 그래서 시계를 맞춰놓고 공부에 집중하는 것이다. ‘지금은 시험이니까 최선을 다해서 문제를 풀어야 해’, ‘정신 차리고 시간에 맞춰서 이 범위까지 끝내야 해’라는 생각을 머릿속에 계속 하면서 집중력을 높이는 것이다.

둘째, 자신의 평균 주의집중 시간을 체크하는 것이다. 우선 공부를 시작할 때 Stop Watch를 동시에 시작하고 공부를 한다. 그러다가 딴 생각이 들거나 공부에 집중되지 않는 그 순간 Stop Watch를 멈추게 한다. 자신이 주의집중 해서 공부한 시간과 딴 생각을 한 시간을 기록한다. 기록

한 시간을 참고하여 자신의 평균 주의집중 시간을 알아보고 집중 시간을 고려하여 시간계획표를 다시 작성한다.

주의집중 시간 체크 표

활동	주의 집중을 시작한 시간	주의 집중이 끝난 시간	다음에 계획한 주의 집중 시간
수학문제집풀기	14:15분	14: 45분	40분

TIP 선생님 지도 가이드

수업을 집중해서 듣게 되면 학습내용을 이해하게 되어 재미를 느끼게 된다. 수업이 끝난 후에는 복습을 하여 성적이 향상된다. 그렇게 되면 어느새 자신감이 생기게 된다. 그렇기 때문에 수업시간에 교사는 학생들이 학습에 관련된 자극에만 집중하게 하고, 부적절한 자극이나 소음에 무시할 수 있도록 만들어야 한다.

주의집중을 유도하는 방법에는 물리적 유형, 흥미 유발형, 감정적 유형, 강조 유형으로 나눌 수 있다(임규혁 · 임웅, 2007).

- 물리적 유형이란 교사가 수업시간에 사용하는 지도, 칠판, 실험도구, 컴퓨터를 활용하여 학생들의 주의를 집중시키는 것이다.
- 흥미 유발형이란 시 · 청각과 사고를 자극하여 호기심을 이끌어 내는 것으로, 예를 들어 의복의 변천사를 설명하는 시간에 중세 복장을 하고 수업에 들어간단든지, 역사 수업내용을 드라마 사극의 예시를 들면서 설명하는 것이다.
- 감정적 유형은 수업시간에 학생의 이름을 부르거나 감정과 관련된 단어를 사용하여 주의를 집중하게 하는 것이다.
- 강조 유형은 수업내용 중에서 중요할 때 강조하는 말이나 행동을 보이는 것이다.

TIP 부모님 지도 가이드

학생의 집중력을 향상시켜 주기 위한 첫 번째 단계는 **아이의 주의력을 모으는 것이다**. 아이들 스스로가 공부에 방해하는 요인을 찾아 없애는 것은 힘들 수 있다. 공부를 집중하는 데 방해되는 요인을 아이와 함께 찾고, 그 요인을 어떻게 제거할 것인가에 대해 생각하는 일이다. 처음에는 학부모들이 함께하되, 일방적인 주장은 조심해야 한다. 자녀들의 생각을 충분히 들으면서 방해요인을 차단하는 과정을 통해 아이들은 부모가 자신을 존중하고 믿는다는 신뢰감과 잘 할 수 있다는 기대감을 갖게 되기 때문에 더 열심히 하려고 할 것이다.

두 번째 단계는 **아이의 정서상태가 어떠한지를 점검해주는 것이다**. 왜냐하면 불안과 우울과 같은 불안정한 정서 상태가 아이의 집중력을 떨어뜨릴 수 있다. 기분이 좋거나 안정된 정서를 가진 아이들이 학교에서도 잘 적응하고, 수업에서도 집중력을 보인다는 연구결과가 있다. 혹시 나의 자녀가 수업이나 과제에 몰입하지 못하는 이유가 무엇인지 알아야 한다. 아이의 기분을 제대로 이해하지 못하면서 자기주도적 학습자가 되기를 바라는 것은 부모의 지나친 욕심이다. 자녀에게 학교문제, 친구문제, 자신감 문제 등 집중에 방해되는 요인이 있는지 점검하여 같이 해결해 나가야 한다.

세 번째 단계는 **자녀의 주의집중력을 향상하기 위해서는 아이가 주로 공부하는 장소에 대한 점검을 해야한다**. 공부하는 장소에 학생들을 자극하고 유혹하는 물건(게임기, 휴대폰 등)이 있다면 아무리 통제력이 강한 어른이라도 집중력을 발휘하기가 어렵다. 자녀와 함께 공부에 방해가 되는 요소를 찾고, 그것을 없애는 방법을 같이 고민하는 과정이 필요하다. 예를 들어 책상 위를 정돈한다든지, 컴퓨터나 장난감 등은 공부방이 아닌 다른 곳에 배치해 두거나 공부할 때는 핸드폰을 무음 또는 보이지 않는 곳에 두는 방법도 생각해 볼 필요가 있다.



난 절대 잊지 않아 - 기억 술술 기억법

많은 시간을 공부하고 다 알고 외웠다고 생각했는데, 막상 시험을 보거나 정답을 말해야 하는 상황에서 답이 생각나지 않아 당황한 적이 있을 것이다. 왜 그럴까? 이유는 효과적인 기억법을 사용해서 머릿속에 저장하지 않았기 때문이다. 효과적인 기억법을 사용하면 더 많은 내용을 기억하게 되고, 중요한 상황에서 기억한 내용을 쉽게 꺼낼 수 있다.

■ 기억의 서랍, 장기기억과 단기기억

자기주도인 학습자는 중요한 내용을 파악하고 중요한 내용을 오랫동안 저장하며, 필요할 때 적절하게 사용하는 전략을 아는 학습자이며, 공부하고자 하는 목표를 달성하기 위하여 효과적인 학습전략들을 체계적, 조직적으로 사용하는 학습자라 할 수 있다.

우리의 기억에는 단기기억과 장기기억이 있다. 단기기억이란 여러 가지 정보들 중에서 중요한 내용을 잠깐 동안 머무르게 하는 것이다. 예를 들어 피자를 시키려고 전화번호부 책을 펴게 되면, 여러 개의 전화번호에서 피자집 전화번호에 주의집중하게 되고 피자를 시키려고 전화번호를 외우게 된다. 피자집에 전화를 걸어 주문을 하고 나면, 몇 초 지나지 않아 우리는 그 전화번호를 잊어버리게 되는데 이는 피자집 전화번호가 나의 단기기억 속에 저장되어 있다가 사라지게 된 경우이다.

우리가 교과서의 모든 내용을 눈으로 보고, 수업 내용을 귀로 듣지만 수업 시간이 끝나고 나면 대부분의 학습내용은 기억 속에 남아 있지 않게 된다. 그렇지만 학습자들이 얼마나 주의집중을 하고 수업을 들었느냐

에 따라 기억되는 정보의 양은 차이가 있다.

장기기억이란 공부한 내용을 오랫동안 내 기억 속에 머무르게 하는 것으로 대표적인 예로는 지금까지 기억나는 어렸을 때의 경험이나 어렸을 때부터 알고 있었던 지식 등이 있다. 장기기억은 단기기억과는 다르게 저장할 수 있는 시간과 정보의 양이 무제한이다. 학습자들이 공부한 내용을 오랫동안 활용하기 위해서는 학습내용을 장기기억 속에 저장시키는 것이 중요하다. 학생들이 자기주도적으로 학습내용을 저장하기 위해서는 수업과정에서 여러 가지 전략들을 학생들에게 가르쳐 주어야 되며, 연습의 과정을 통해 학생들이 스스로 전략을 사용하게 습관화시키는 것이 필요하다.

나의 공부비법은 3단계 학습법!

2학기 시작과 함께 학원 탈출을 선언한 중학교 2학년 연주, "이제부터 혼자 해보겠다"며 자신만만하게 '나홀로 공부'를 선언하긴 했지만 내심 난감했다. 연습과 복습은 어떻게 하는 것인지, 수업에서 집중하는 방법은 무엇인지 막막하기만 했다. 그동안 학원과 과외를 계속해서 해왔기 때문에 굳이 학교 수업에 열심히 참여하지 않아도 좋은 성적을 얻을 수 있었다. 하지만 이제 연주에게 도움을 줄 학원선생님, 과외선생님은 없다. 그 때 고민 끝에 연주가 내놓은 '금(禁)학원' 성공비법, 그것이 바로 '3단계 학습법'이다.

[1단계] 선생님 파악하기

수업에 재미를 붙이기 위해 연주는 선생님의 일거수일투족을 살피기 시작했다. 연주의 영어 선생님은 중요한 부분을 설명할 때마다 꼭 "자~이해했지?"를 반복했으며, 과학 선생님은 시험에 나올만한 내용을 설명할 때 교탁을 탁탁 때렸다.

수집한 정보는 필기에 활용했다. 이렇게 표시한 것은 신기하게도 중간, 기말시험에서 효력을 발휘했다. 또한 연주는 선생님 파악하기가 요점 파악 효과만 있었던 건 아님을 알게 되었다. 연주는 점점 수업에 애정도 생기고 따분하기만 하던 과목에도 정이 붙기 시작하였다.

[2단계] 청해자(聽解者) 되기

청해는 열심히 듣고 정확하게 이해한다는 뜻으로 연주가 처음부터 적극적인 청해자 된 것은 아니다. 그래서 연주는 수업에서의 집중을 높이기 위해 '수업 방해요인'을 찾기로 했다. '나의 수업 방해 요인은?'이라는 제목으로 표를 만들어 원인을 적었다. 어젯밤 늦게까지 본 오락 프로그램, 아이돌 스타가 출연하는 오후 라디오 프로그램, 옆반 체육시간의 구령 소리 등 원인은 많았다. 이번엔 대책을 적었다. 자정에는 꼭 잠자리에 든다, 애청 라디오는 방과 후 인터넷으로 듣는다, 다음 자리 뽑기 때는 창가 안쪽에 앉도록 노력한다 등. 이러한 방법들은 비록 더디긴 해도 차츰 수업 집중력이 향상됐다.

[3단계] 30분 복습하기- 수업 참여하기

하루 일과가 끝나는 밤 10시, 연주는 30분 동안 그날 배웠던 수업 내용을 정리했다. 몸에 익지 않아 처음엔 매일 복습이 생각보다 귀찮았다. TV와 인터넷, 친구들과의 메신저 대화 등 유혹도 많았다. 하지만 1주일을 실천하니 연주의 학교생활에 변화가 생겼다. 복습을 꼼꼼히 하니 수업시간 질문에 가장 먼저 대답할 수 있게 됐다. 또한 대답하는 재미가 붙으니 수업에 대한 흥미도 배가됐다.

■ 효과적인 기억법

그렇다면 어떻게 해야 학습한 내용을 장기기억 속에 저장할 수 있을까? 다음은 장기기억 속에 저장하기 위한 여러 가지 방법들이다.

▷ 청킹(덩이짓기)기법

청킹(덩이짓기)이란 주어진 정보를 의미 있는 단위로 묶어 효율적으로 기억하는 방법이다. 예를 들어 여러분들에게 다음의 단어를 10초간 보여주고 외우라고 시키면 여러분은 어떻게 외우겠는가?

P D F U S A A B C C B S M T V

많은 학생들이 무턱대고 처음부터 의미 없는 알파벳을 외우느라 입과 손이 바쁘게 움직인다. 10초 후 위의 단어를 가리고 외워보자, 다 외웠는가?

청킹(덩이짓기)의 기법을 사용하면 좀 더 쉽고 빠르게 외울 수 있다. 위에서 말했듯이 이 방법은 의미 없는 위의 알파벳을 의미 있는 단위로 묶어 외우는 것이다. 즉 다음과 같이 파일형식인 PDF 미국 USA 알파벳 처음 순서 ABC, 기독교 방송국 CBS, 음악전문채널 MTV로 의미 있는 단어로 묶게 되면 기억하기 쉽게 된다.

(PDF) (USA) (ABC) (CBS) (MTV)

▷ 범주화 기법

범주화 기법이란 기억하려는 목록들 간의 유사점을 파악하여 이를 하나

의 범주들로 묶어 외우는 방법이다. 공부를 하다보면 꼭 외워야 하는 내용이 있다. 무턱대고 외우면 시간만 흘러가고 재미도 없어진다. 그렇게 되면 그 과목을 공부하기조차 싫어지게 되고, 그 과목에 대한 자신감도 떨어질 수 있다.

다음의 예시 내용을 반드시 암기해야 한다고 할 때 여러분은 어떤 방법을 사용하겠는가?

연필	노트	레드	아카시아	퍼즐	상추
진달래	옐로우	개나리	레고	블루	수선화
미끄럼틀	버섯	만화책	마늘	블랙	백합
그린	자	축구공	체스	필통	호박

위 내용보다 더 많은 100개의 단어를 가지고 중학교 2학년 학생들을 대상으로 EBS 다큐프라임 〈공부의 왕도(2008)〉에서 실험을 하였다. 실험에 참가한 중학생들에게 평소에 외우던 방식을 사용해서 외우게 하였다. 그랬더니 대부분의 학생들이 무작정 순서대로 외우는 모습을 보였다. 여러분이라면 어떻게 외우겠는가?

또 똑같은 100개의 단어를 가지고 서울대를 포함하여 미국 아이비리그에 입학한 대학생 1학년들에게 실시했더니 공통적으로 발견되는 기억법이 있었다. 바로 범주화 기법이다. 범주화 기법이란 서로 비슷하거나 관련 있는 것을 묶어서 암기하는 방법으로 위의 예시를 다음과 같이 범주화하여 외우게 되면 더 효과적이다.

실험에 참가한 중학생들에게 위와 같은 범주화의 기법을 알려주고 다시 100개의 다른 단어의 목록을 암기하라고 했더니 전보다 많은 단어를 기

억하였다. 이것은 범주화 방법을 사용하면 더 많은 수업 내용을 외울 수 있다는 결과를 보여주는 것이다.

목 록	범 주
연필, 노트, 자, 필통	학용품
레드, 옐로우, 블루, 블랙, 그린	색깔
아카시아, 진달래, 개나리, 수선화, 백합	꽃
상추, 버섯, 마늘, 호박	채소
퍼즐, 레고, 만화책, 미끄럼틀, 축구공, 체스	놀이감

시간만 들인다고 많은 내용을 머릿속에 저장할 수는 없다. 보다 효과적인 방법들을 적용하여 빠른 시간에 기억 속에 저장하는 연습이 필요하다.

▷ 그 밖의 기억법

그 밖의 기억법으로 첫 글자 외우기법이 있다. 우리가 외워야 되는 목록에서 앞글자만 따서 외우는 방법으로 가장 많이 활용되는 방법이다. 예를 들어 조선시대 왕의 이름을 기억해야 할 때 ‘태, 정, 태, 세, 문, 단, 세 ...’, 라고 외우는 경우이다. 또 다른 방법으로 심상법이 있다. 심상법이란 기억할 내용을 무조건 암기하기 보다는 마음속으로 이미지를 그려보는 방법이다. 예를 들어 위의 범주화 예시목록에서 ‘연필, 노트, 레드’를 외워야 한다고 하면 머릿속에 ‘내 책상 위에 빨간 색 연필과 노트가 놓여 있다’라고 상상하면서 암기하는 것이다.

“기억력을 2배로 높이는 비밀!”

- **취침 전 20분을 최대한 활용하라.**
자기 전 20~30분은 평소 기억의 몇 배 효과를 얻게 된다.
- **외운 것은 그 자리에서 활용해 본다.**
지식은 그것을 활용함으로써 정교화되고 확실한 내 것이 된다.
- **즐거웠던 일과 연관지어 기억한다.**
즐겁고 유쾌한 일은 자주 회상된다. 따라서 외워야 하는 내용을 즐거운 경험과 연관시켜 암기하면 회상하는 것만으로도 저절로 암기 내용이 따라나온다.
- **역사는 자신을 드라마의 주인공으로 만든다.**
자신을 역사의 한 주인공으로 만들어 암기하는 법이다. 이것은 우뇌의 이미지를 만드는 기능을 이용하는 것이다.
- **어려운 것은 쉬운 말로 바꾸어 기억하라.**
추상적인 내용이나 표현은 머릿속에 오래 머물러 있지 않는다. 쉬운 말로 바꾸어 기억하는 것이 좋다. 어려운 법칙이나 정리, 원리에 응용해 보면 효과가 있다.
- **단어는 문장과 함께 외운다.**
영어는 문장과 함께 외우는 것이 훨씬 효과적이다. 숙어는 문장을 해석하면서 메모하므로, 숙어집을 만들 때 해당 문장을 함께 적어 놓으면 암기에 도움이 된다.
- **손과 입을 사용해 외워라.**
소리를 내는 동시에 쓰면서 외우면 시각, 청각, 촉각이 모두 동원되어 3배의 효과를 얻을 수 있다.
- **암기한 것은 1시간 이내에 복습한다.**
복습은 빠를수록 유리하다. 1시간 이내에 다시 복습해 두면 큰 효과를 본다.
- **중요한 것은 처음과 마지막에 외워라.**
우리의 기억은 앞에 암기한 것의 방해로 받아 다음에 암기하는 것은 기억하기가 어렵다. 따라서 처음에 암기하는 것이 다시 기억날 확률이 높다. 또한 가장 최근에 외운 것도 기억날 확률이 높으므로 중요한 내용은 처음이나 마지막에 외운다.
- **외울 내용을 시각화 하라.**
문장을 외우기보다는 도표나 그림(사진, 삽화)을 보면서 외우면 기억도를 2배나 높일 수 있다.

TIP 선생님 지도 가이드

학습자의 주의를 집중시키고 기억력을 향상시키기 위해 교사가 활용할 수 있는 수업 원리는 다음과 같다.

- **흥미를 유발할 수 있는 자극을 선택한다.**
특징적이거나 대비적인 속성을 지니고, 학습자의 일상 및 경험, 현상과 관련된 것을 활용한다.
- **다감각적인 방식을 취한다.**
한 가지 자극에 대한 의존을 지양하고 시각, 청각, 촉각, 운동 감각 등 다양한 방식을 가르친다.
- **학습 자료를 다양화한다.**
똑같은 학습 자료를 고수하거나 같은 방식으로 문제를 제시하기보다는 다양한 자료와 함께 서로 다른 방법으로 문제에 접근해 나갈 수 있도록 안내한다.
- **경험 및 선행 학습과의 관련성을 갖도록 한다.**
학습자의 경험, 앞서 배운 학습 내용과 새로운 학습 내용을 연결짓고 조직화한다.
- **인지적 갈등을 활용한다.**
기존에 알고 있던 지식이나 상식으로는 해결되지 않는 문제 등을 통해 호기심을 유발한다.
- **단계적인 학습이 이루어질 수 있도록 학습 과제를 체계적으로 조직화 한다.**
현재 배우고 있는 학습 내용이 다음 단계의 문제해결을 위한 선행 조건이 될 수 있도록 한다.

TIP 부모님 지도 가이드

가정에서 부모가 해야 할 중요한 과제는 공부하는 방법을 배우도록 도와주는 것이다. 그런데 공부를 잘하기 위해서는 어느 정도 기술이 필요하다. 그러나 아이들이 그런 기술을 타고나는 것은 아니다 따라서 부모가 아이들에게 공부방법을 가르쳐 주어야 할 책임이 있고 이를 위해서 시간을 투자해야 한다.

■ 예습을 잘하면 수업시간에 집중을 잘한다.

예습은 앞으로 배울 내용의 큰 틀을 머릿속에 넣는 것이다. 일단 틀이 머릿속에 갖춰지면 세부적인 내용들은 자연스럽게 그 틀 속에 자리를 잡는다. 또한 앞으로 배울 내용에 대한 큰 틀이 머릿속에 있으면 세부적인 내용이 궁금해지기 때문에 흥미와 관심을 갖고 공부하게 된다.

■ 효과적인 복습 방법은 학습내용 기억과 이해를 돕는다.

공부 잘하는 학생들이 사용하는 전략 중 하나는 새로운 내용을 배우고 나면 바로 그 내용을 복습하는 것이다. 교과서를 읽고 과제를 한 것이든 수업을 듣고 노트 필기를 한 것이든 상관없다. 처음 어떤 것을 배우고 나서 바로 복습을 하면 훨씬 더 잘 이해할 수 있고 더 많은 내용을 기억할 수 있다.

부모는 예습과 복습의 중요성을 알려주고 집에서 실천할 수 있는 숙제지도 등을 통해 자녀가 스스로 학습할 수 있는 습관을 기를 수 있도록 도와주어야 한다.



내 머릿속의 컴퓨터 - 효과적인 노트필기

학생들에게 노트필기는 누구나 하는 것, 초등학교 시절부터 해왔던 것이기 때문에 일상처럼 별 것 아닌 것으로 보일 수도 있다. 그러나 학원이나 과외에 의존하지 않고 스스로 공부하는 학생들과 공부를 잘하는 학생들에게는 나름의 노트필기 비법과 전략이 있다.

■ 효과적인 노트필기가 기억력을 향상시킨다

자기주도 학습자는 학습한 내용을 체계적으로 정리하고, 조직화하는 방법들에 대해 잘 이해하고 있으며, 이를 자신만의 학습법으로 발전시켜 실천한다.

학습과정에서 노트필기의 중요성을 강조하는 이유는 첫째, 수업 내용을 이해하는 데 도움을 준다. 수업시간에 열심히 들은 수업내용은 그 순간에는 다 이해되고 알지는 모르지만, 며칠이 지나고 보면 수업내용이 잘 생각나지 않을 수도 있다. 그러나 노트필기를 한 학생들은 자신이 이해한 내용을 자신의 말로 정리하였기 때문에 나중에 보더라도 배웠던 내용의 흐름을 이해하고 중심내용을 파악하는 데 도움이 된다.

둘째, 주의집중력에 도움을 준다. 수업시간에 선생님의 말씀을 잘 듣고 있다고 해도 나도 모르게 주의가 산만해지는 경우가 있다. 또 혼자 책을 집중해서 읽다가도 방금 읽은 부분이 무슨 말이었는지 생각나지 않는 경우가 있다. 그러나 내가 수업시간에 열심히 필기를 한다고 생각하면서 수업을 듣거나 내가 읽은 부분을 다시 노트에 정리하겠다는 생각으로 읽어나가면 주의가 산만해질 틈이 없어진다.

셋째, 노트 필기는 복습의 효과를 가져온다. 인간의 기억력은 한계가 있다. 수업 내용이나 내가 읽은 책의 내용은 시간이 지날수록 잊어버리게 된다. 독일의 심리학자 에빙하우스가 말하기를 인간은 학습한 후 20분이 지나면서 점점 학습내용을 잊어버리게 된다고 하였다. 그래서 수업 끝난 후 쉬는 시간에 복습하는 것이 가장 효율적인 복습의 방법이다. 또, 노트 필기를 잘 해 놓으면 시간이 많이 경과했어도 수업내용을 기억하는 데 도움을 줄 수 있다.

학기 초반에는 열심히 노트필기를 하다가 학기 중반에 접어들면서 과제물 준비, 시험 준비로 바쁘다 보면 한두 장 밀리게 되고 그러면 차츰 노트필기에 소홀하게 된다. 이렇게 되면 결국 친구 노트를 복사하거나 해설이 많은 참고서에 의존하여 공부할 수밖에 없는 상황이 된다. 그러므로 노트필기는 끈기 있게 지속시키는 것이 중요하고, 무엇보다 노트정리를 잘 하는 것보다 노트필기를 통해 연습, 복습을 하는 것이 중요하다.

■ 효과 만점 노트필기법

학습 내용을 체계적으로 기억하기 위해 활용할 수 있는 노트 필기법으로 마인드 맵과 코넬 노트 필기법이 주로 많이 사용된다. 이러한 방법은 절대적인 것이 아니므로 학습자 자신이 선호하는 방법을 중심으로 자신만의 노트 필기 방법으로 발전시킬 수 있을 것이다.

▷ 마인드 맵(생각 그물) 노트 필기법

마인드 맵(Mind Map : 생각 그물/ 개념지도)이란 마음속에 지도를 그리듯이 이해하며 정리하는 필기 방법이다. 공부한 내용이나 생각들을 시각적으로 표현하는 것으로 핵심 단어나 색상, 그림 이미지를 이용해 노트

필기하는 방법이다.

자신이 공부한 내용을 토대로 주제를 정하고 핵심어를 적은 다음, 식물이 가지를 뻗어나가듯 사고의 가지를 만들고 마디마디 관련된 단어를 연결하여 머릿속의 생각을 정리하는 방법이다.

마인드 맵을 이용한 노트 필기법의 효과는 지도의 원리를 이용하여 세부적인 내용은 물론 전체의 내용을 한 눈에 보기 쉽기 때문에 중요한 내용을 잘 파악할 수 있다. 또 공부한 내용을 자신만의 도표나 그림으로 정리함으로써 흥미를 유발시킬 수 있고, 공부한 내용을 전체적으로 기억하게 함으로써 성적 향상에도 도움을 줄 수 있다.

처음부터 많은 내용을 담기 보다는 핵심단어를 잘 파악하여 한눈에 잘 보일 수 있도록 정리하여, 세부내용 뿐만 아니라 전체의 흐름을 이해하도록 노력해보자.

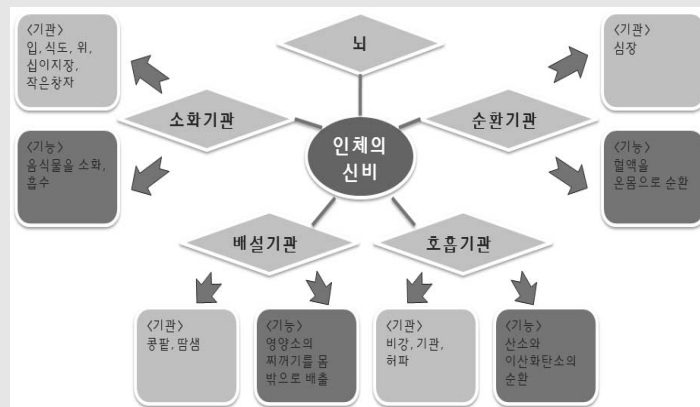
마인드 맵! 인간의 뇌를 자극하는 필기법!

인간이 뇌는 좌뇌와 우뇌로 구분되어 있으며 좌뇌는 주로 언어자료를 처리하고, 우뇌는 시각적인 자료를 처리한다. 학습을 할 때 우뇌와 좌뇌를 모두 사용하면 전체 뇌를 활성화할 수 있고 효율적으로 학습할 수 있다.

[마인드 맵(개념지도) 그리는 방법]

1. 주어진 자료를 자세히 읽는다.
2. 중앙에 원이나 네모를 그린 후 가장 핵심적인 내용을 적는다.
3. 중심제목이나 내용을 중심으로 선을 그어 같은 방법으로 네모나 원을 그린 후 관련 내용을 적는다.

예) 인간의 신체 기관

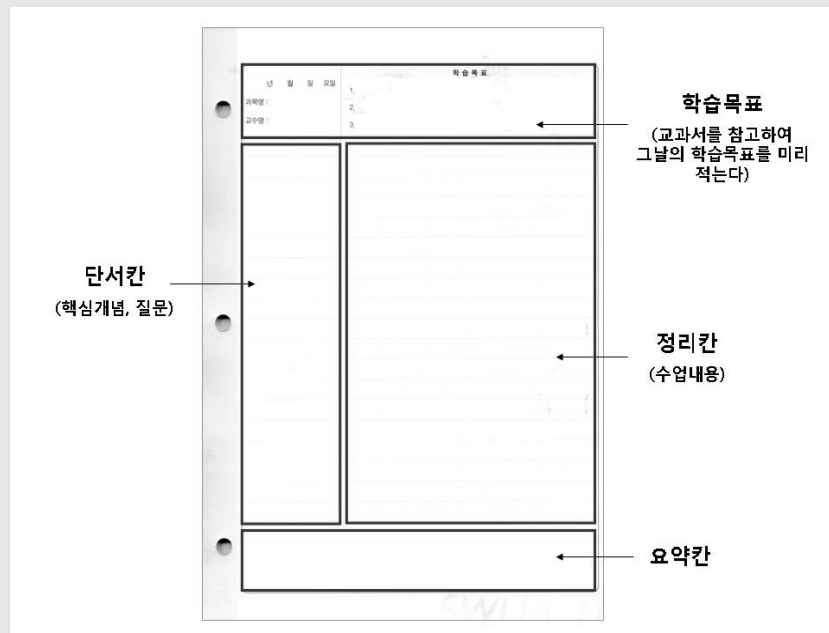


▷ 코넬식 노트정리 방법

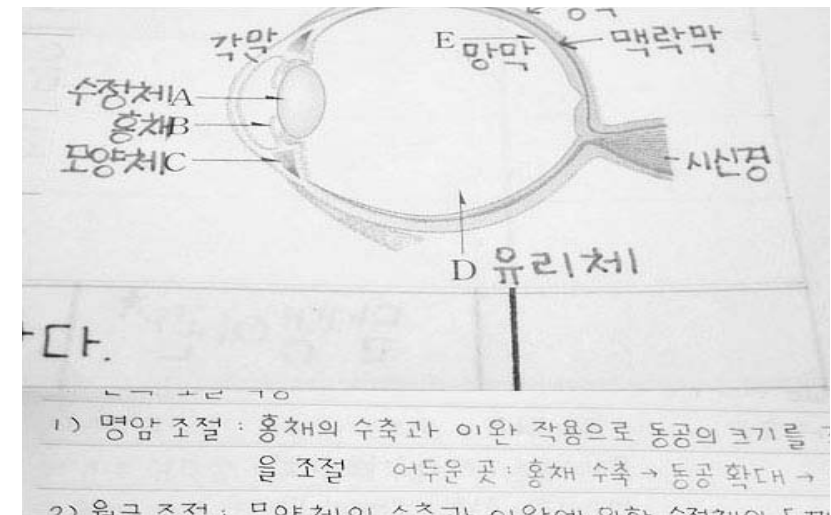
위의 마인드 맵 필기법과 함께 가장 효과적인 노트정리 방법의 한 예로 자주 소개되는 것이 코넬식 노트정리 방법이다. 코넬식 노트정리법은 40여년 전에 미국의 코넬대학에서 개발한 노트정리 방법으로 코넬식 노트정리 방법을 응용하여 만든 노트필기 방법을 살펴보자.

코넬식 노트 필기 방법

- ‘**학습목표칸**’은 교과서를 참고하여 학습목표를 확인하고 기재한다. 학습목표칸에 미리 그날의 수업 목표를 확인하는 것은 수업의 예습에 해당된다.
- ‘**정리칸**’은 수업시간에 진행된 수업내용을 적는다.
- ‘**단서칸**’은 정리칸에 수업내용을 적을 때는 비워두고 나중에 정리했던 것을 다시 보거나 암기해야 할 때, 정리칸에 쓰인 내용 중 생각해 볼만한 물음들을 추려 단서칸에 적는다.
- ‘**요약칸**’은 그 페이지의 정리칸과 단서칸을 다시 음미해 보면서 전체 내용을 한두 문장으로 요약해서 적는다.



공부의 기본은 암기 이전에 개념을 이해하고, 원리를 아는 것이다. 무턱대고 외우는 것은 교과에 대한 흥미를 잃게 만들고 공부한 내용을 쉽게 잊어버리게 만든다. 과학의 경우는 실험을 통해 과학적 지식을 직접 체험하는 것이 가장 좋지만, 그런 상황이 되지 못한다면 머릿속으로 상상해 보거나 책을 읽는 것도 과학 원리를 이해하는 데 도움이 될 것이다. 다음은 그림을 이용한 노트 필기 방법의 실제 예시이다.



그림을 이용한 노트 필기 방법



과학 핵심 개념 정리의 예

▷ 자기점검 노트 작성법(오답노트 만들기)

자기주도학습의 특징은 학습 내용과 학습과정 전반에 대한 점검이 이루어진다는 것이다. 학습한 내용이 잘 기억되었는지 뿐만 아니라 잘못 알고 있거나 틀린 부분이 무엇인지를 스스로 점검함으로써 자신의 학습과정과 학습 내용을 평가하고 지속적인 조절을 이루어 나간다. 이러한 조절을 통해 학습자는 성취를 하게 되고 결국에는 학습동기도 유발될 수 있을 것이다.

다음에 제시되는 사례는 이러한 자기점검, 조절 전략이 수학교과에 적용된 것이다. 수학 교과를 학습하는 방법에 대한 자기점검이 이루어지기 위해서 수학문제는 반드시 노트에 푸는 것이 좋다. 노트에 적으면서 문제를 풀어나가는 과정에서 학습자는 자신이 모르는 부분과 실수로 틀린 부

분에 대한 점검을 할 수 있기 때문이다. 그래서 오답노트를 작성하는 것은 매우 좋은 자기점검 전략이다. 오답의 풀이과정을 정답의 풀이과정과 비교해 보고 어느 부분이 틀렸는지 정확히 알 수 있기 때문이다. 오답노트와 정답지 풀이과정을 비교해 보고 이해가 안 되는 부분은 표시를 한 후 여러 경로(선생님, 백과사전, 참고서)를 통해 그 답을 확인하여 학생이 학습한 내용을 더욱 분명하게 할 수 있다.

점검하고 조절하는 전략이 수학이라는 특정교과에만 해당되는 것은 아니다. 자기점검 노트 작성법은 여러 교과에서 활용될 수 있으며, 방법 또한 개인이 선호하는 방식에 따라 달라질 수 있다. 예를 들어 노트에 직접 기록해 넣는 방식으로만 이루어지는 것이 아니라 실제 자신이 학습한 자습서나, 문제집을 가지고도 가능하다. 이 때 틀렸거나 어려웠던 문제들을 이제는 확실히 풀 수 있는 문제는 동그라미(O), 약간 까다로운 문제는 (△), 그리고 어려운 문제는 (×) 등으로 표시하여 두도록 한다. 그러면 이후에 학습을 할 때 까다롭게 느꼈던 문제들을 다시 학습할 수 있고, 자신의 실수를 했던 부분들을 점검함으로써 자기 반성적인 학습 방법을 습득하고 자신만의 학습 방법으로 발전시켜 나갈 수 있을 것이다. 이제부터는 자신에게 가장 적합한 자신만의 점검 전략을 세워보도록 하자.

수학 오답노트 예

수학 오답노트란 수학문제를 풀다가 틀린 문제들을 왜 틀렸는지 확인하고 푸는 방법을 혼자 스스로 공부하는 방법이다.

우선 틀린 문제를 쓰고 풀이과정에는 자신이 풀었던 방식으로 쓰는 것이고, 해답 과정은 답안지를 보면서 차근차근 풀어보는 것이다. 중요한 것은 해답과정을 정리 하면서 자신이 풀었던 방식이 왜 틀렸는지를 점검하는 것이다. 시험기간 동안 자신이 틀린 문제를 다시 한 번 점검하고, 마지막에 정리해 놓은 공식들을 공부하면 효과적이다.

수학오답노트	
문제	$-2/3(2x-5)+1/3(7x-4) = ax+b$ 일 때, a, b 의 값을 구하여라.
풀이과정	해답과정
$-4/3 + 10/3 + 7x/3 - 4/3 = ax+b$ $7x+2/3 = ax+b$ $a=7, b=2/3$ $a-b=7-2/3=6\frac{1}{3}$	주어진 식을 분배법칙으로 풀면, $-4x/3 + 10/3 + 7x/3 - 4/3 = ax+b$ 동류항끼리 더하면, $3x+6/3 = ax+b$ 약분하면, $x+2=ax+b$ $a=1, b=2 \Rightarrow a-b=1-2=-1$
내가 이 문제를 왜 틀렸는가?	이 문제에서 이것만은 꼭 알아두자!
① 문제 정확히 안 읽어서 () ② 계산상의 실수로 인하여 (✓) ③ 문제 잘못 이해해서 () ④ 문제가 어려워서 ()	분배법칙! $a \times (b + c) = (a \times b) + (a \times c)$

TIP 선생님 지도 가이드

교사들은 수업 후 학생들이 학습내용을 공부하거나 시험을 준비할 때 적합한 공부 전략에 대해 가르쳐주어야 할 필요가 있다. 노트필기 역시 그 중의 하나로 노트필기의 중요성과 효과, 요령 등에 대해 설명해 주어 학생들이 노트필기를 미루지 않고 효과적으로 할 수 있도록 도와주어야 한다.

노트필기 요령

첫째, 수업시간 내용 이외에 자기가 공부한 예습이나 복습은 자기가 이해한 문장으로 적는다. 수업시간에 교사가 한 말을 그대로 받아 적는 것이 아니라 자신의 생각과 이해가 담긴 문장이어야 한다.

둘째, 노트필기의 내용이 기억될 수 있도록 기억재생장치를 사용한다. 즉 노트필기한 내용이 잘 기억될 수 있도록 필기한 날짜, 요일, 날씨, 수업시간 오갔던 질의응답 내용 등을 적는다. 관련된 설명이나 교사의 농담 등을 적어 놓아도 좋다. 이 모두가 수업 시간에 학습한 내용들을 쉽게 기억해 내기 위한 노력들이다.

셋째, 노트를 깨끗이 사용하기 위해 틀린 글씨나 내용을 지우개나 수정액 등으로 지우고 다시 쓰지 않는다. 틀린 내용을 수정하는 것은 일종의 시간낭비가 될 수 있으니 틀린 부분에 선을 그어 지우고 그 밑에 다시 쓰는 방법을 사용하면 시간 절약에 효과적이다. 특히 예습에서 공부했던 것과 수업 시간에 다시 푼 것의 답이 서로 다를 경우, 선을 긋고 수정하는 것은 자신이 어디에서, 왜 틀렸는가를 분석할 수 있는 좋은 방법이다.

넷째, 노트필기 내용 중 복잡한 관계, 시대의 흐름 등은 그림, 도표, 연표 등을 사용해서 나타낸다. 교과서나 참고서의 그림이나 표를 복사하여 노트에 오려 붙이는 방법도 좋다(예를 들어, 사회의 지도, 국사의 연표, 생물의 그림). 자주 나오는 지시나 주의 사항, 용어는 자신만의 기호나 약자로 표시해 둔다. 노트 내용 중간에 삽화나 만화를 삽입하면 노트의 단조로움을 피하고 흥미를 돋을 수 있다.

TIP 부모님 지도 가이드

부모가 아이들을 자기주도 학습자로 키우기 위해서는 아이 스스로 공부 방법을 터득하는 것을 지켜봐주어야 한다. 서점에 가보면 일류대학을 들어간 학생의 공부비법, 성적을 올릴 수 있는 공부 방법에 대한 책들이 많이 나와 있다. 이 방법들을 다 적용해서 우리 아이의 성적을 올리고 싶은 마음이 부모의 마음일 것이다. 수많은 기억 법과 노트 필기법, 각 과목별 공부전략, 시간계획 세우기 등등 다 실시하면 금방이라도 성적이 올라갈 것 같은 기분이 들 것이다.

중요한 것은 성적을 올리는 것보다 아이들이 자신의 공부 방법을 터득하게 하여 공부에 재미를 붙이게 하는 일이다. 따라서 부모는 자녀에게 여러 가지 공부방법이 있고, 효율적인 시간관리 방법이 있다는 것을 제안해주는 역할에 그쳐야한다. 이러한 방법들을 억지로 시키게 되면 아이들에게는 학교 공부, 과제도 모자라 공부전략까지 외우고 연습해야 되는 부담감을 가지게 된다는 것을 유의해야 한다. 많은 전략들을 사용한다고 해서 좋은 결과가 나오는 것이 아니라 아이들에게 맞는 각각의 공부전략이 있다는 것을 명심하자.

아이들이 자신에게 맞는 공부 방법을 찾고 적용해 보는 과정을 지켜보면서 아이의 노력하는 모습을 칭찬해주어야 한다. 이런 과정을 통해 아이는 알고 있는 공부 전략들을 다른 과목에도 적용해 보고, 또 다른 전략들이 있는가를 알고 싶은 동기가 생기게 될 것이다.



책 읽기로 답을 찾자 - 독서 전략 세우기

독서는 자기주도 학습능력을 기르는 데 빠질 수 없는 항목이다. 첫째는 독서를 통해 종합적인 사고력을 기를 수 있으며, 둘째는 다양한 간접경험을 쌓도록 도와주고, 셋째는 교과서와 시험문제 등 여러 문장들을 이해할 수 있는 능력을 길러주기 때문이다. 이런 독서를 어떻게 하면 잘 할 수 있을지, 즐거우면서도 나에게 도움이 되는 독서방법을 익혀보도록 하자.

■ 능동적인 사고의 지름길, 독서

자기주도 학습자는 당장의 시험에서 좋은 성적을 올리기 위해서만 공부하지는 않는다. 공부에 흥미를 붙이면서 미래의 목표를 달성하기 위해 공부하기 때문에 다양한 학습자료를 이용하는 것이 특징이다. 교과서를 많이 읽고 문제집을 풀어 보는 것은 당장의 시험에서 좋은 결과를 가져올 수 있다. 그러나 교과서 외의 다양한 영역의 책이나 신문의 사설에서 저자가 이야기 하고자 하는 주제가 무엇인지를 찾아내고, 그것에 대한 자신의 생각이나 입장에 대해 정리하고 표현하는 것이 더욱 중요하다. 많이 읽고, 많이 생각하고, 많이 표현하는 가운데 창의적이고 융합적인 사고를 할 수 있는 능력을 기를 수 있다.

독서를 할 때 중요한 것은 책 읽는 즐거움을 갖는 것과 책 읽는 습관을 들이는 것이다. 책을 읽을 때에는 주제를 파악하며, 저자가 의도가 무엇인가를 잘 생각하면서 읽어야 한다. 또 자신이 읽고 있는 내용을 제대로 이해하고 있는가를 중간 중간 점검하는 것이 중요하다. 따라서 학습내용을 여러 번 읽고 책의 여백이나 노트를 활용해서 모르는 단어나 어구,

문장 등을 정리하여 완전히 이해하고 넘어가는 것이 좋다. 그리고 책을 읽고 나면 ‘독서노트’를 작성해보도록 하자. 책을 읽으면서 느낀 점은 무엇인지, 어떤 부분에서 감동을 받았는지, 어떤 이유에서 친구에게 권하고 싶은지를 표현하는 과정에서 자연스럽게 글쓰기 훈련이 되어 자신의 생각을 조리 있게 표현하는 데 많은 도움이 될 것이다. 또한 책에서 읽은 내용을 마인드 맵이나 그림을 활용하여 정리해 두면 자신이 읽은 내용을 정리할 수 있고, 시간이 지난 후에도 글의 내용을 기억할 수 있으며, 활자로 표현된 내용을 시각화하여 표현하는 과정에서 창의적인 표현력을 기를 수 있다.

■ 자기주도 학습자들의 읽기 과정

책읽기에서부터 모든 학습이 시작된다고 해도 과언이 아니다. 학습의 첫 단계는 학습 자료나 책을 읽는 데에서부터 출발하기 때문이다. 그러나 읽는다는 것은 단순히 종이 위에 쓰인 글자를 보는 것이 아니라 책이나 학습내용에 대해 이해한다는 것을 의미한다. 글자만 알면 누구나 할 수 있는 것이 읽기이지만 어떻게 읽고 무엇을 얼마만큼 이해했느냐에 따라 사람의 읽기 능력을 평가할 수 있다. 그렇다면 효과적인 읽기 방법에는 무엇이 있을까?

아래에 제시된 방법은 자기주도 학습자들이 주로 사용하는 읽기 과정으로 앞으로 책이나 교과서를 읽을 때 따라 해보면 효과적일 것이다.

훑어보기(survey)

자신이 읽고자 하는 책이나 교과서를 개략적으로 살펴보는 것이다. 예

를 들어 목차를 살펴본다든지, 책을 넘기면서 큰 제목과 소제목으로 보면서 책의 전체를 그려보는 것이다. 이 훑어보기의 과정이 필요한 이유는 책과 친해지고, 짧은 시간 동안에 책에 대한 정보를 선별할 수 있는 능력을 기를 수 있기 때문이다.

질문하기(Question)

앞의 훑어보기 과정을 거치면서 의문이 나는 사항을 생각하는 것이다. 이 질문하기의 과정은 앞으로 교과서나 책을 읽을 때 주의집중을 향상시키는 데에도 도움이 된다. 의문이 나는 내용을 계속 생각하면서 읽기 때문에 집중하게 되고, 그렇게 되면 이해도 잘 된다.

읽기(Read)

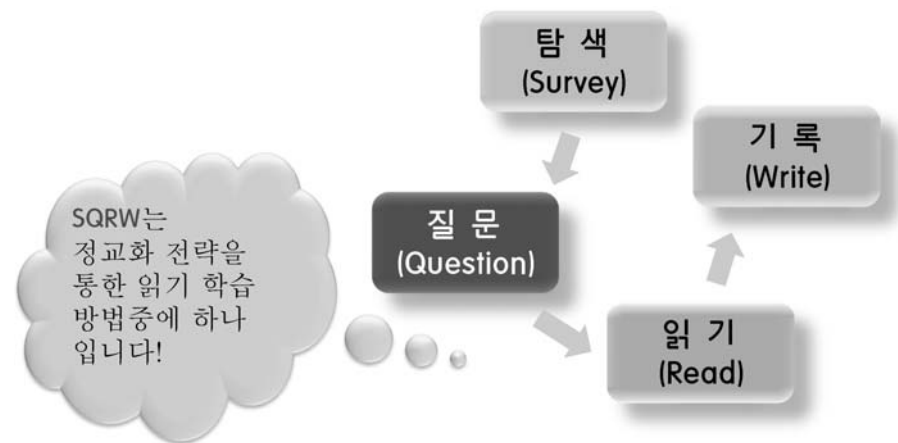
교과서나 책 내용을 정독하여 꼼꼼하게 읽어나가면서 앞에서 궁금했던 내용을 답할 수 있도록 끝까지 계속 읽는 것이다. 읽으면서 중요한 내용은 밑줄을 긋거나 색깔펜 등으로 나만의 중요표시를 해둔다. 이렇게 하면 나중에 읽은 내용을 다시 보게 될 때, 더 빨리 이해할 수 있기 때문이다.

쓰기(Write)

읽은 내용을 다시 한번 간략하게 정리하는 것으로 전체의 내용을 이해했는지 점검하는 것이다. 10줄 이내로 읽은 내용을 간단하게 요약하면 전

체적인 맥락과 흐름을 파악할 수 있을 뿐만 아니라, 시간이 지난 후에 찾아 보았을 때 쉽게 기억할 수 있도록 도와준다.

다양한 독서활동을 통해 학습자는 교과 학습에 필요한 읽기 능력, 종합적·비판적 사고력, 창의성 등을 기를 수 있을 뿐 아니라 책 속에서 간접적인 경험을 통해 자신의 미래를 꿈꾸게 될 것이다.



■ 독서능력 높여주는 11가지 읽기법

책을 어떻게 읽느냐에 따라 같은 책을 읽어도 다르게 이해할 수 있다. 그 방법은 다양하고, 굉장히 효과적이다. 다음의 읽는 방법들을 살펴보고 내가 읽는 책에 맞게 활용해 보도록 하자.

▷ 공자님처럼 읽는다 - 천천히 읽기

문화관광부의 국민독서 실태조사(2004)를 보면 요즘 학생들의 독서방법을 조사해 본 결과 최근 3년 사이에 독서 속도가 30% 정도 증가한 것을

볼 수 있었다. 속도가 빠른 동영상, 애니메이션, 인터넷 게임 등에 익숙해지면서 아이들은 책도 점점 빨리 읽게 된 것으로 판단된다. 또 하나는 문자를 너무 일찍 배운 아이들에게서 나타나는 초독서증(超讀書症)현상으로 대부분이 책을 빨리 읽는다.

천천히 읽기로는 공자님을 따라갈 사람이 없을 것이다. 공자님은 책을 천천히 꼼꼼히 읽었다. 그래서 책을 묶은 죽간의 끈이 끊어져 세 번 이상 씌 다시 묶었다고 한다. 후세에 공자님을 연구하는 학자들은 공자님이 그렇게 명석한 두뇌와 방대한 앎을 형성하면서 대 사상가가 될 수 있었던 비결은 책을 천천히 읽었기 때문이라고 한다. 실제로 그는 제자들에게 ‘언간을 읽으라’고 가르쳤다. 언간을 읽는 것은 바로 천천히 꼼꼼하게 읽어 이면에 숨은 뜻까지를 캐내는 읽기 방법을 말한다.

▷ 영화배우처럼 읽는다 - 상상하며 읽기

A학생: 이 소설 재미있니?

B학생: 응 무지 재미있어.

그런데 다음날 A학생이 B학생에게 말한다.

B학생: 야, 재미있다더니 하나도 재미없던데?

왜 이런 일이 벌어지는 것일까? 똑같은 책인데 왜 A에게는 재미있었는데, B에게는 재미없는 것일까? 그 비밀은 동일시(同一視)의 경험에 있다. 재미있다는 것은 내가 주인공처럼 생각되는 동일시를 경험했다는 것이고, 재미없다는 것은 나와 주인공이 따로따로 놀고 있다는 뜻이다.

예를 들면 심청이가 인당수에 빠지는 장면을 읽을 때 자신이 빠지는 것을 상상하며 읽는 독자는 심청전이 더 재미있다. 주인공을 마치 자기 자신

인양 생각하는 동일시를 경험하게 되어 책으로부터 얻는 감동이 크다. 그러나 심청이와 자신은 별개라고 생각하는 독자는 작품에서 감동을 경험하기가 어렵다. 이런 사람은 책읽기가 지루하고, 책이 재미없다고 말한다.

동일시는 상상하며 읽기를 통해 가능해진다. 상상하며 읽기는 글 속에 나오는 분위기나 장면을 상상하거나 주인공의 마음이나 기분을 상상하며 읽는 방법을 말한다. 이것이 바로 영화배우처럼 읽는 것이다. 책을 읽으면서 주인공과 내가 하나되는 일체감을 느끼는 것이다. 일체감을 느껴보지 못하면 항상 책이 재미없다. 그러나 주인공과 내가 하나가 되는 경험을 하게 되면 책이 재미있다. 그리고 재미를 넘어 책이 주는 메시지와 감동의 세례를 받게 된다. 따라서 이런 독자가 되기 위해서는 일류 배우처럼 작품 속으로 들어가야 한다. 이러한 일을 대리 체험, 혹은 간접 체험이라 하는데 이는 우리의 실제 인생이 우리에게 줄 수 없는 보다 넓은 세계를 경험하게 한다.

▷ 화가처럼 읽는다 - 연상하며 읽기

책을 읽을 때 문자를 이미지와 영상으로 바꾸면 아주 재미있는 독서가 된다. 재미만 있는 것이 아니라 책의 내용이 간편하게 훨씬 진하게 오래도록 기억할 수 있게 된다. 이렇게 문자의 내용을 이미지와 영상으로 바꾸는 것을 화가처럼 읽기라고 말한다.

화가처럼 읽기는 연상 작용을 활용한 기억법이다. 이미지로 전환된 기억은 아무리 복잡하고 어려워도 쉽게 기억할 수 있다. 예를 들면 이순신 장군전을 읽을 때, 이순신 장군이 일본 함대를 학의 전법으로 유인하여 격파했다는 이야기가 나온다. 이때 어린이들에게 ‘학의 전법’이라고만 하면 나중에 기억하지 못한다. 그러니 학이 날개를 펴고 일본 함대가 들어오도록 유인하는 장면을 상상해 보게 하면, 그런 체험을 한 아이들은 그

렇지 않은 아이들보다 기억을 잘 하게 된다.

그러나 책 속에 나온 장면을 머릿속에 그려본다고 해서 동일한 효과를 내는 것은 아니다. 상상력의 차이에 따라 효과도 비례한다. 즉 생생하게 상상하느냐, 희미하게 상상하느냐에 따라 기억의 강도, 기억의 내용, 망각의 속도가 달라진다. 그러므로 화가처럼 읽기 위해서는 상상력을 길러야 한다.

▷ 탐정처럼 읽는다 - 왜? 라고 생각하며 읽기

“선생님 1+1은 왜 2가 되나요?”

“선생님 하늘은 왜 파란가요?”

에디슨은 초등학교 1학년 때 이런 질문으로 담임선생님을 난처하게 했다. 그래서 선생님은 학적부에다 ‘엉뚱한 아이’, ‘학업을 계속할 능력이 없는 아동’이라는 평을 적어놓고 그를 퇴학시켰다. 에디슨의 선생님은 눈에 보이지 않는 것을 보려하고, 세상에 알려지지 않을 사실을 알아내려고 하는 소년 에디슨의 추리력을 몰라보았던 것이다. 에디슨이 가지고 있던 것과 같은 추리적 사고는 발명왕에게만 필요한 것은 아니다. 우리가 살아가는 동안 누구에게나 끊임없이 필요한 능력이다. 똑같은 사실을 보고 더 많이 추리할 수 있는 사람은 좋은 생각, 풍부한 생각을 많이 할 수 있는 사람이다.

추리적 사고란 ‘왜?, 그래서?, 무엇 때문에?’ 하고 계속하여 의문을 품을 때 길러진다. 또 ‘만약에?, 그와 반대로?’ 등과 같이 있는 사실을 뒤집어 생각해 볼 때도 길러진다. 추리적 사고는 책을 읽는 과정에서 끊임없이 사고할 때 길러지며, 문자화 되어 있지 않은 행간의 뜻을 알 수 있게 한다.

질문은 호기심의 표현이다. 만약에 질문이 없다면 세상은 발전하지 못

할 것이다. 비타민 발견자로 유명한 鈴木梅太郎(영본매태랑)박사는 호기심이 많은 사람이었다. 무엇이던지 보면 그냥 넘기지 않았다. 박사는 일본인의 체격이 외국인에 비해서 빈약한 것에 의문을 품었다. 다시 말해 보통 사람들이 ‘일본인은 원래 그래’ 하고 지나치는 것에 호기심을 불태웠다. 그래서 식생활에 착안하여 일본인은 쌀밥이 주식이므로 당에 들어있는 미네랄과 비타민류가 부족한 것이 체격의 차이를 낳은 원인이라는 사실을 발견했다. 이처럼 지적 호기심은 우리의 능력을 끌어내고 수많은 발견과 발명을 낳게 한다.

이렇게 ‘왜?’라는 의문을 품는 것, 지적 호기심을 갖는 것은 발견과 발전의 원동력이 된다. 독서에서도 마찬가지이다. 그냥 작가가 써놓은 대로 읽어나가기만 한다면 발전이 없다. 작가나 저자 이상의 인재는 되지 못한다. 그러나 ‘왜 이렇게 썼을까?’, ‘정말 그런가?’하고 의문을 품게 되면 저자보다 더 훌륭한 독자가 될 수 있다.

▷ 군인처럼 읽는다 - 구조 읽기

전쟁 영화를 보고 있으면 흡사 세상이 아군과 적군의 대립구조를 이루고 있는 것처럼 보인다. 그러나 생각해 보면 이런 대립구조는 전쟁 뿐만은 아니다. 우선 인류는 남자와 여자로 대립구조를 이룬다. 세대는 어른과 아이로, 정치는 여당과 야당으로, 상점은 상인과 고객으로 대립구조를 이룬다. 이런 대립구조는 곳곳에서 세상을 이루는 기본 요소가 되며, 또한 작품 속, 책 속에도 있다. 한편의 책이란 독자가 그 대립구조를 이해했을 때에 비로소 우리에게 그 진정한 모습을 드러낸다. 글의 의미를 아는 일은 이 생각의 구조를 이해하는 일이다. 줄거리 읽기가 글의 내용을 시간화시키는 일이라면, 구조화 하기는 글의 내용을 공간화시키는 일이다.

문학의 책은 구조화를 통해 글 속에 녹아 있는 복잡한 주제가 선명하

게 드러난다. 예를 들면 〈홍부 놀부〉의 구조는 선과 악의 2항 대립 구조로 시각화 시킬 수 있다. 또 선의 상징인 홍부는 빛의 상징, 성공의 상징, 착함의 상징, 양보의 상징이 되며, 악의 상징인 놀부는 욕심의 상징, 어둠의 상징, 패망의 상징, 후회의 상징이 된다. 이 책을 읽는 독자는 홍부와 놀부의 내용을 이렇게 둘로 나눌 수 있을 때 비로소 주제가 권선징악임을 깨닫게 된다.

책을 읽으며 이런 글의 구조를 공간화 시켜 이해할 수 있다면 복잡하고 어려운 글이라도 총체적으로 쉽고 정확하게 이해할 수 있다.

▷ 수학자처럼 읽는다 - 규칙 읽기

어느 날 아르키메데스가 목욕을 하려고 목욕탕 안으로 들어갔다. 그때 탕 안에 가득 차 있던 물이 밖으로 흘러넘쳤다. 그는 조용히 생각해 보았다.

“어떤 사람이든지 자기 몸의 부피와 같은 부피의 물을 흘려버리게 될 거야.”

수학에서 부피를 재는 법칙인 아르키메데스의 법칙은 이렇게 발견되었다. 목욕을 하면 물은 으레 흘러넘친다. 그런 일이 아르키메데스에게만 일어난 일은 아니다. 누구나 경험한 일이다. 그러나 그 법칙은 아르키메데스만이 발견하였다.

독서도 마찬가지이다. 사람들이 많은 책을 읽지만, 그 속에 단단히 감추어진 규칙을 발견하는 사람은 그리 많지 않다. 그런데 규칙을 발견하는 사람과 그렇지 못한 사람의 기쁨은 매우 다르다. 규칙을 발견한 사람은 아르키메데스와 같이 희열을 느끼게 된다. 그 희열의 이름은 무엇일까?

만약에 어떤 아이가 전래동화를 읽으며 사건은 삼세번씩 반복되는구나, 형제는 삼형제가 나오는구나, 형은 욕심꾸러기이고 동생은 착하게 나오네, 왜 그런 것일까? 이런 생각을 한다면 그 아이는 수학자처럼 책을 읽는 것

이다, 그 아이는 아르키메데스처럼 규칙을 발견한 것이다. 이렇게 규칙을 발견하는 것은 독자에게 희열을 준다. 그 희열은 눈에 보이지 않는 것을 찾아낸 희열이다. 그것을 추상화의 희열이라고 한다.

그런데 책 속에서 규칙을 발견하려면 수학자의 논리적인 눈이 있어야 한다. 작품 속에 산재해 있는 사건들 속에서 논리성을 이루고 있는 규칙을 발견할 줄 알아야 한다. 수많은 주인공 중에서 그들이 가지고 있는 속성만을 빼어서 행동이 이루는 규칙을 발견해야 한다.

▷ 의사처럼 읽는다 - 분석적으로 읽기

병원에 가서 엑스레이 촬영을 하면 우리 몸의 뼈대가 보인다. 큰 뼈를 중심으로 작은 뼈들이 이어진 모습을. 의사는 그 필름을 걸어놓고 환자에게 설명한다. 이와 마찬가지로 책 속에도 뼈대가 있다. 앞표지와 뒷표지 사이에 골격이 숨어있다. 우리의 알몸이 뼈대 위에 살이 붙어있고 피부가 있는 것처럼 책도 알몸의 골격 위에 문장이라는 의상을 걸치고 독자 앞에 나타난다. 사람이 책을 읽을 때 내부에 숨어있는 골격을 찾아야만 완벽한 독서가 될 수 있다. 책의 골격을 찾아내기 위해서는 엑스선과 같이 투시할 수 있는 눈으로 책을 읽어내지 않으면 안 된다. 이때 필요한 것이 분석적 독서이다.

또, 우리가 읽는 책 속에는 한마디나 한 문장으로 뭉뚱그려 간단하게 이해할 수 없는 글의 종류가 있다. 설명문이나 역사물과 같이 사실에 근거한 지식의 책들은 하나의 주제나 하나의 논지로 묶여 있지는 않다. 낱낱의 지식이나 사실들이 어떠한 구조 속에 통일체를 이루고 있을 뿐이다. 따라서 이런 글들은 분석적 사고를 동원하여 부분과 부분의 관계, 단어와 단어의 관계, 글의 짜임을 분석해 볼 때 더 잘 이해할 수 있다.

분석적 사고란 언뜻 보기에는 하나처럼 통일되어 보이는 개념이나 사물

을 그 속성이나 요소로 분해하여 이해하는 생각의 한 방법이다. 우리가 글을 읽는 것은 그 속에 쓰여 있는 주제를 알기 위한 것이다. 그러나 주제란 쉽게 모습을 드러내지 않는다. 주제를 알기 위해서는 나누어서 글의 부분 부분을 알아보아야 한다. 즉 어떤 글을 읽었을 때, ‘아 이 글은 부모에게 효도해야 한다는 글이구나’라고 이해하지 않고, 부모에게 효도해야 하는 이유, 부모에게 효도하는 방법, 효도의 역사적 변천 효도의 결과 등을 먼저 알아봄으로써 글의 전체를 알아내는 방법이다.

▷ 선생님처럼 읽는다 - 설명하며 읽기

중학생인 영훈이는 중간 고사나 기말 고사 전에 책을 잃어버리곤 한다. 너무 이상하여 자세히 알아본 결과 ‘영훈이가 교과서에 밀줄만 쳐놓으면 그것이 반드시 시험에 난다.’는 것이고, 그래서 시험에 자신이 없는 친구들이 영훈이의 책을 슬쩍해 간다는 것이다.

영훈이의 비밀은 무엇인가? 왜 영훈이가 밀줄을 쳐 놓으면 시험에 나는 것일까? 영훈이의 독서능력을 알아본 결과 핵심과악 능력이 뛰어났다. 한 번만 읽어도 중요한 것과 덜 중요한 것을 척척 골라내었다. 물론 이렇게 핵심과악 능력이 높으려면 이해력이 뒷받침을 해주어야 한다. 이해력이 높으려면 어휘력이 밀바탕이 되어야 한다. 어휘력이 높으려면 어린 시절부터 폭넓은 독서를 한 아이라야 한다. 영훈이는 그런 학생이었지만 책읽기 방법이 독특했다. 교과서나 참고서를 읽을 때 그냥 읽지 않고 ‘내가 선생님이라면 어떤 것을 시험문제로 낼까?’를 생각하며 읽는다. 그러면 시험 문제가 “저요, 저요”하고 손을 든다고 한다. 영훈이처럼 읽는 방법을 100여명의 학생들에게 적용 해 본 결과에서도 이 학생들은 시험을 매우 잘 본 것으로 나타났다.

▷ 학생처럼 읽는다 - 추측하며 읽기

추측하며 읽기는 글에 나타나 있는 어떤 단서를 보고 글에는 문자화 되어있지 않은 의미를 찾아내는 읽기 활동이다. 설명문을 제외한 글에는 문자로 표현되지 않은 뜻이 담겨있어서 문자화 되지 않은 의미를 읽어내는 활동이 필요하게 된다. 추측하며 읽기에 능숙한 독자는 그러지 못한 독자보다 같은 글 속에서 풍부한 의미를 읽어낼 수 있어 글이 더 재미있고 독서가 즐겁게 된다.

추측하며 읽기를 잘하려면 궁금증을 갖는 습관이 필요하다. 예를 들면 ‘국민에 의한, 국민을 위한, 국민의 정부를 만들겠습니다’라는 링컨대통령의 ‘게티즈버그 연설문’을 궁금증 없이 읽을 때 독자가 얻는 것은 단순한 사실 뿐이다. 그러나 추측하며 읽는 독자는 당시 링컨 대통령이 처한 상황을 따져보고 ‘왜 이런 말을 했을까? 이런 말로 보아 링컨은 어떤 대통령이었을까?’ 등을 추측한다면 그 독자는 그냥 읽은 사람보다 글의 의미를 더욱 풍부하게 파악할 수 있게 된다.

‘추측하기’는 자신의 두뇌에게 전화를 거는 일이라는 말이 있다. 생각의 탱크인 두뇌는 걸려오는 전화를 받고 생각에 들어간다, 추측이 일어날 때 생각의 창고가 가동되고 있다는 증거이다. 반대로 질문이 일어나지 않는다는 것은 생각의 창고가 잠자고 있다고 말할 수 있다.

추측하며 읽기를 할 때에는 앞뒤를 읽어보고 무슨 맥락인지 알아내는 방법이 있고, 사회적 분위기나, 시대적 상황 속에서 어떤 의미로 사용된 말인지를 알아보는 방법도 있다. 글의 앞뒤를 따져보면 잘 이해되지 않는 글도 이해하기가 쉬워진다. 추측하며 읽기를 잘하기 위해서는 ‘왜? 그래서?’와 같이 질문해 보기, ‘만약에, 반대라면’과 같이 뒤집어 생각해 보기, ‘결과는? 미래에는?’과 같이 예측해 보기 활동도 필요하다.

〈 어휘력 추측 게임 〉

- 책읽기가 재미있어지는 어휘집작하기 방법 -

책과 말하기 단계에서 가장 중요한 것이 어휘를 이해하는 것이다. 책에 있는 어휘를 다 안다면 책읽기는 매우 쉬울 것이다. 많은 사람들이 모르는 어휘가 나오면 책읽기를 포기한다. 그러나 그럴 필요는 없다. 모르는 어휘가 약간 있는 것이 오히려 책읽기의 자극제와 재미가 된다.

아는 어휘만 나오는 책은 읽기는 쉽지만 재미가 없다. 즉, 독서의 재미는 ‘언어적 추측 게임’에서 오는데, 100%를 안다면 언어적 추측 게임이 일어나지 않아 독서가 싱거워지기 때문이다.

그래서 독서란 어차피 모르는 어휘가 20~30%는 섞여있는 책을 읽게 된다. 이때 모르는 어휘를 처리하는 방법이 바로 집작하기 방법이다. 이 방법을 쓰면 책읽기가 훨씬 재미있어진다. 모르는 어휘를 집작하고 맞추면서 독서는 진행된다.

어제까지는 아는 어휘는 아는 채로, 모르는 어휘는 모르는 채로 읽었다면, 오늘부터는 모르는 어휘는 집작하여 그 뜻을 책 옆에 써본다. 그렇게 애벌 읽기를 해놓고 나중에 시간이 있을 때 사전을 찾아 집작한 뜻을 확인해 본다. 이때 확인 작업에서 집작이 어느 정도 맞으면 쾌감이 생긴다. 그리고 집작한 어휘의 뜻이 영뚱했다면 또 분발하게 된다.

예를 들면 ‘별로’라는 어휘가 등장 했을 때 요즘 아이들에게 집작하라고 하면 ‘못생겼다, 시시하다, 값싸다, 나쁘다’등으로 집작한다. 그러나 사전을 찾아보면 별(別)나다, 특별하다’로 나온다. 이때 확인을 하면서 아이들은 탄성을 지른다. 자신이 그동안 너무나 다르게 사용해온 어휘의 뜻 때문에. 이런 아이들은 책을 읽으면서 어휘에 매우 큰 관심을 가지게 된다,

▷ 비평가처럼 읽는다 - 비판하며 읽기

책의 내용을 그대로 다 믿는다면 어떤 일이 일어날까? 책 속에 옳은 지식이나 생각이 담길 수도 있지만 그렇지 않을 수도 있다. 저자도 사람이기 때문에 잘못 알거나 잘못된 정보를 전할 수도 있다. 또 국가와 시대와 종교, 풍습에 따라 옳고 그른 것도 다르기 때문에 비판하며 읽기는 언제 어디서나 필요하다.

비판하며 읽기는 모든 종류의 글에 필요하지만 논설문, 선전문, 광고문 등을 읽을 때에 더욱 필요하다. 또, 영화, 게임, 인터넷 게시판 등을 읽을 때에도 필요하다. 마스크와 각종 읽기자료로부터 쏟아져 들어오는 정보를 비판해 보고 바른 판단을 내림으로써 잘못된 정보에 휘둘리거나 속는 일이 없도록 도와준다. 책을 읽는다는 것은 저자와 독자의 대화이다. 저자가 혼자서 책 한권을 말해 놓은 것을 독자가 읽는 것이지만, 최후의 판단을 내리는 것은 언제나 독자다. 비판하며 읽기는 우리를 올바르게 합리적인 판단에 이르게 하는 읽기활동이다. 인간에게 비판적 사고가 부족하면 판단력이 부족하여 남의 말에 무조건 따르기만 하는 주관 없는 사람이 되든가, 아니면 남의 말에 무조건 반대만 하는 편협한 사람이 될 수 있다. 그런 사람들은 다른 사람들에게 무시를 당하거나 따돌림을 당하게 된다. 그러므로 비판적 읽기를 습관화하며 살아나가는 데에도 도움이 된다.

▷ 변호사처럼 읽는다 - 논리적으로 읽기

변호사처럼 읽기란 작품을 읽으면서 자기가 선택한 인물의 변호사가 되어보는 읽기 방법이다. 우리가 책 속에서 만나는 주인공들은 여러 가지 문제에 봉착해 있다. 그리고 그 문제를 풀고 성공으로 나가는 과정이 그려져 있다. 작가란 언제나 주인공의 편이다. 그래서 주인공을 위해서 변명하고 주인공을 위하여 작품을 이끌어 간다.

변호사처럼 읽기란 예를 들면 <홍부 놀부>를 읽을 때 홍부가 아닌 놀부의 변호를 맡는 읽기 방법이다. 그러자면 작가의 두뇌와 독자의 두뇌가 서로 팽팽하게 맞서게 된다. 이런 읽기는 독자의 두뇌를 논리적으로 만들어 문제해결력을 길러준다. 그러나 모든 작품을 변호사의 시각으로 읽어야 하는 것은 아니다. 논리적인 두뇌를 기르고 싶어질 때에 이런 방식으로 읽는 것이 도움이 된다.

TIP 선생님 지도 가이드

교사는 학생의 필요에 따라 그리고 책의 내용에 따라 앞에 소개된 여러 가지 읽기 방법으로 읽을 수 있도록 지도하는 것이 필요하다. 또한 책임기를 어려워하는 학생들을 위해 아래의 독서능력 진단질문을 이용해서 독서능력을 진단해보고, 과학적이고 효과적인 독서법을 익힐 수 있도록 도와주자.

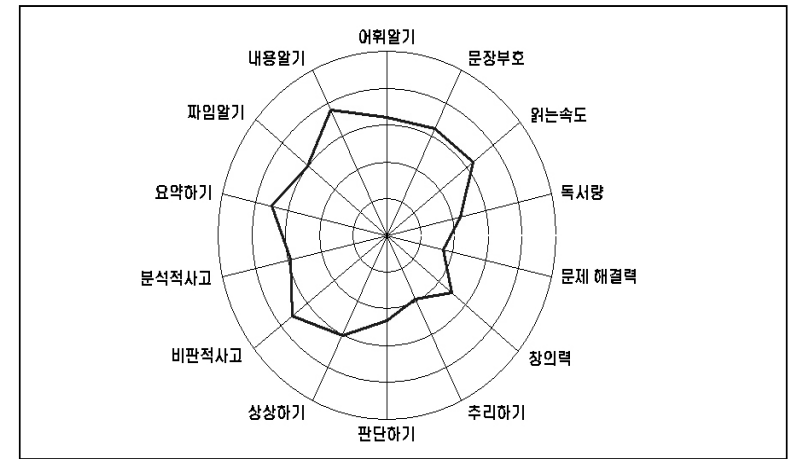
독서능력 진단

- 나는 왜 책보다 만화가 좋을까?
- 나는 왜 오래 동안 공부해도 시험 성적이 나쁜 것일까?
- 나는 왜 슬픈 책을 읽어도 눈물이 나지 않는 것일까?

이런 질문에 대한 답은 독서능력을 진단해 보면 나온다. 독서능력 진단은 독서활동이 왜 그렇게 진행되는 것인지를 과학적으로 설명하는 방법이기 때문이다.

- 만화만 선호하는 아이들의 경우는 대체로 어휘력이 낮아서 그림의 도움을 받아야 하므로 이해하기 쉬운 만화 쪽으로 기울게 된다. 그러나 만화읽기가 습관이 되면 어휘력을 기를 기회도 줄어들고, 부수적으로 상상력까지 부족하게 되어 만화 동네에서 책의 동네로 건너오기가 어려워지게 된다.
- 오래 동안 공부해도 성적이 오르지 않는 경우는 독해능력 부족 현상이다. 독해능력 중에서도 어휘력, 이해력, 요약능력, 분석능력이 부족한 경우가 많다. 어휘력이 부족하면 내용이해가 불충분하고, 읽은 내용을 요약하기가 어려워진다. 따라서 하루 종일 공부해도 머릿속에 저장되는 내용이 적다. 또 저장되었다 해도 분석력이 부족한 상태에서 저장한 내용은 뒤죽박죽으로 저장되어 시험시간이나 발표시간에 다시 꺼내려 할 때에 필요한 내용을 꺼낼 수가 없게 된다. 독해력이 낮은 학생들은 문제의 의도를 정확하게 파악하지 못해서 엉뚱한 답을 쓰는 특징을 보인다.
- 슬픈 장면을 읽는데도 눈물이 나오지 않는 경우는 상상력 부족일 경우가 많다. 상상력이란 주인공과 독자를 감정적으로 연결 짓는 고리의 역할을 해준다. 상상을 통하여 주인공의 삶을 나의 삶으로 동일시하게 되면 주인공이 고통을 받으면 슬퍼지고 주인공에게 좋은 일이 생기면 기뻐하게 된다. 그러나 상상력이 부족한 아이들은 감정 이입이 어려워 주인공과 독자가 따로 놀게 된다. 상상력이나 창의력은 높은데, 독해력이 낮아 학교에서 열등아 취급을 받는 아이들이 있다. 이런 아이들에 대한 방치는 개인의 손실은 물론, 국가의 인재 정책에도 큰 손실을 보게 된다. 그래서 우리나라도 독서능력을 골고루 쉼 수 있는 독서능력 검사의 필요성이 대두되었다.

독서능력진단의 목적을 독서를 잘하고 있는지의 결과만 측정하기 위한 것이 아니다. 현재의 상태를 정확하게 진단하여 발전할 수 있도록 지도하자는 데에 있다.



(자료제공: 한국독서교육개발원)

[초등학교 5학년 학생의 독서능력진단 결과]

이 학생은 독서량은 적은 편이지만 천천히 정독하는 학생이며, 책의 내용을 읽고 이해하는 독해력은 다소 높은 편이지만, 문자로 표시되어 있지 않은 정서, 사상, 주제, 문제해결 방안 같이 사고력을 요구하는 능력은 매우 낮은 편이다. 이 학생의 경우, 어휘력을 확장하면 독해에 소요되는 시간이 줄어들어 깊이 있게 사고할 수 있는 시간을 늘릴 수 있다. 또 이 학생의 경우, 상상, 추리, 판단, 창의적 문제해결과 같은 독서 방법을 익히면 자연스럽게 독서능력이 골고루 높아져 튼튼한 자기주도적 학습능력을 갖추게 될 것이다.

[독서능력에 대한 해석과 설명]

- **집중력:** 안정감, 통찰력, 직관력을 유발시키는 능력. 독서와 학습을 가능하게 한다.
- **어휘력:** 사용 가능한 어휘의 양과 질이 인간의 사고 체계를 결정. 독해력의 열쇠.
- **즐거려 알기:** 스토리를 순서에 맞게 나열할 수 있는 능력. 긴 글을 쉽게 이해하도록 돕는다.
- **이해력:** 문장 이해력으로 독해의 기초기능. 어휘력이 기반이 된다.
- **요약능력:** 긴 글을 짧게 응축하는 능력. 자기 생각이 들어가지 않는다.
- **분석적 사고력:** 부분으로 나누어서 전체를 보는 능력. 사물을 객관적으로 이해하는 데 도움이 된다.
- **논리적 사고력:** 사물을 질서에 근거하여 이해하는 능력. 복잡한 글의 핵심 파악에 도움이 된다.
- **비판적 사고:** 사물에 대한 자아의 반응으로, 낮으면 옳지 못한 꾀임에 빠진다.
- **상상력:** 문자를 그림으로 시각화 하여 이해하는 능력. 독서의 즐거움을 배가시킨다.
- **추리력:** 작은 단서로 숨은 의미를 찾아내는 능력. 하나를 배우면 열을 알게 된다.
- **판단력:** 사물의 가치를 평가하는 능력. 분석, 논리, 추리적 사고가 기초가 된다.
- **창의력:** 독특하고 유용하며 다양한 사고를 창출하는 능력. 문제해결의 열쇠
- **문제해결력:** 모든 교육이 지향하는 최고 목표. 성공자들이 가지고 있는 생애 능력

독서능력진단이 되었다면 그 후에는 그에 맞는 독서방법을 선택해 학생들을 지도하도록 한다.

(참고: <http://www.kredi.co.kr>)

TIP 부모님 지도 가이드

풍부한 독서활동은 깊고 폭넓은 지식의 토대가 된다. 자녀에게 좋아하는 분야, 진로계획과 관련된 분야를 파고드는 심층적인 독서를 하도록 하는 것이 좋다. 또 책을 읽은 후에는 항상 독서감상문을 작성하도록 지도하자. 독서감상문 작성은 책을 읽은 후 자신이 어떻게 향상되었는지 기록하는 과정이기 때문이다.

우리나라 청소년들은 잡지를 포함해서 1년에 평균 19.5권의 책을 읽는다고 한다. 이 기준으로 보면 한 달에 두 권 이상의 책을 읽는 것이 적당하다. 그러나 학교공부를 해가며 2주에 한 권 이상의 책을 읽는 것이 쉬운 일은 아니다. 따라서 독서계획을 잘 세우게 하는 것이 중요하다. 한 달에 한 권 정도는 읽기에 부담이 없는 책, 한 권은 진로와 관련된 책을 읽도록 지도하자.

독서경험은 많을수록 좋지만 시간이 부족할 때는 책을 읽는 방법의 차이를 두어 지도하자. 예를 들어, 소설류나 두께가 얇은 책을 읽을 때는 속독이나 통독(훑어 읽기)을 하고, 자신의 진로와 관련된 분야별 책을 읽을 때는 정독의 방법으로 읽도록 하는 것이 좋다. 정독은 글의 뜻을 바르게 파악하며 읽는 방법으로서 교과나 전공하고자 하는 분야의 지식을 얻고자 하는 목적이라면 '정독(正讀)'의 방법으로 책을 읽도록 하는 것이 좋다. 속독과 정독과 같이 읽는 방법을 달리하면 책을 깊게 이해하는 것과 많은 책을 읽는 것, 다독(多讀)이 가능하다.

구체적으로 교과나 진로전공 분야의 독서를 하기 위한 방법은 다음과 같다.

교과나 진로전공 분야의 독서방법

단 계	내 용
1단계	교과나 진로전공 관련 서적의 내용이 어려울 수 있으므로 청소년 관련 기관이나 단체에서 추천하는 청소년 권당도서목록을 참고하여 책을 선정한다.
2단계	선정된 책의 목차를 살펴본다. 여행을 떠나기 전에 지도가 필요하듯 목차는 책의 전체적인 내용을 그릴 때 도움이 된다.
3단계	목차에 따라 책을 대충 넘겨가며 전체적인 구조와 책의 내용을 파악한다. 책을 넘기는 중간에 눈에 띄는 부분이 있으며 읽어본다.
4단계	책의 머리말을 읽는다. 머리말에는 책을 쓴 저자가 어떤 목적과 시각을 가지고 글을 썼는지 알 수 있다. 목차와 머리말을 읽으면 책의 전체적인 구조와 개요를 파악하는 데 많은 도움이 된다.
5단계	책을 읽기 전에 언제까지 읽을지 책 읽는 시간을 정해 놓는다. 평소 자신의 집중시간이나 독서시간을 고려하여 책 읽는 시간을 정하는 것이 좋다. 무리한 시간계획은 지키기 어렵기 때문이다.
6단계	중요한 부분은 밑줄을 그으면서 읽는다. 중요한 구절이나 단어에 나름의 표시를 하는 것도 좋다(둥그라미, 별표 등). 또는 중요한 내용을 요약하여 책의 여백에 기록하는 것도 좋다. 특히 책의 내용이 어려울 때는 문단별로 요약하는 것도 좋다.
7단계	현재 읽고 있는 내용과 앞에서 읽은 내용과 연결시킨다. 앞에서 읽은 내용과 연결하여 새롭게 알게 된 내용을 재해석하고, 책의 앞뒤 내용을 연결하며 전체 내용을 종합해 나간다. 특히 읽은 내용이 교과내용과 관련은 없는지 교과내용을 심화할 수 있는 부분은 없는지 파악하여 정리한다.
8단계	책을 다 읽은 뒤에는 밑줄 그은 부분과 메모한 부분을 중심으로 다시 한번 훑어보고 전체적인 구조와 내용을 정리한다.
9단계	독서감상문을 남기고 중요한 문구는 따로 메모한다.

참고문헌

- 김세직·정운찬(2007). 미래 성장동력으로서의 창조형 인적자본과 이를 위한 교육 개혁. 경제논집, 187-214.
- 김양분(2002). 선행학습이 학생에게 미치는 영향. 교육개발, 135, 54-56.
- 김판수(2007). 공부의 절대시기: 자기주도 학습법. 파주: 교육과학사.
- 서울특별시교육청(2010). 2010학년도 자기주도 학습 프로그램 길라잡이.
- 문화관광부(2004). 2004년 국민 독서실태 조사. 서울: 문화관광부 한국출판연구소.
- 박효정(2007). 속터지는 영희엄마? 속풀리는 헤리엄마!. 서울: 대한교과서.
- 박효정(2010). 자기주도 학습전형의 특징과 대비전략. 교육정책 포럼, 204, 7-10.
- 송인섭(2006). 현장적용을 위한 자기 주도 학습. 서울: 학지사.
- 송인섭(2008). 자기주도학습의 비밀. (주)교원.
- 신중호·김용남·황혜영(2010). 사교육은 학생들의 학습동기를 높이는가? 「사교육: 현상과 대응」, 이종재(편). 파주: 교육과학사.
- 임규혁, 임웅(2007). 교육심리학. 서울: 학지사.
- 홍순정(1999). 지능과 창의성: 인간의 지적 능력에 대한 심리학적 탐구. 서울: 양서원.
- EBS 다큐프라임 공부의 왕도(2008. 8. 4. 방송). 인지세계는 냉엄하다.
http://home.ebs.co.kr/docuprime/view/view2.jsp?command=vod&chk=L&client_id=docuprime&menu_seq=1&out_cp=&enc_seq=3002203
- 한국독서교육개발원 독서능력진단지 <http://www.kredi.co.kr>
- Dweck, C. S.(2000). Self-theories: Their role in motivation, personality, and development. Philadelphia, PA: Psychology Press.
- Kagan, J., & Snidman, N.(1991). Temperamental Factor in Human

development. *America Psychologist*, 46, 856-862.

Knowles, M. S.(1975). Self-directed learning: A guide for learners and teachers. Chicago: Follett Pub. Co.

Zimmerman, B. J.(1986). Becoming a self-regulated learner: Which are the key subprocesses? *Contemporary Educational Psychology*, 11, 307-313.

Zimmerman, B. J.(1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3-17.

부 록

학습계획서 작성하기

학습계획서 목록

- | | |
|---------------|--------------|
| ① 학습계획서 표지 | ② 지원동기(전공의지) |
| ③ 학습과정 및 진로계획 | ④ 봉사 및 체험활동 |
| ⑤ 독서활동 | |

1) 학습계획서



작성 요령

- 학습계획서는 학생 본인이 직접 작성하여야 한다.
- 학습계획서 표지, 지원동기, 학습과정 및 진로계획, 봉사 및 체험활동, 독서활동 등을 빠짐없이 작성한다.
- 학습계획서 작성 시 각 항목별 정해진 분량을 초과하지 않도록 한다.
- 지원하는 학교에 따라 자필 수기 또는 인터넷 입력 등 작성방법이 다를 수 있으므로, 당해 고등학교 모집요강을 참조한다. 서식은 해당학교 홈페이지에서 다운 받아 작성한다.
- 학습계획서 작성 후 제출서류 누락 및 낙장 여부 등을 확인하고 표지와 본문이 분리되지 않도록 좌측 상단을 철하여(좌상철) 제출한다.



작성 시 유의 사항

- 학습계획서는 지원자의 학습계획과 활동 내용이 잘 드러날 수 있도록 제시된 분량에 맞추어 간결하고 명료하게 기술한다.
- 자신의 경험이나 사례 등을 들어 구체적으로 작성하되, 지원자 본인을 식별할 수 있는 내용은 기재하지 않도록 한다.
- 영어 등 각종 인증시험 성적, 경시대회, 수상 실적 등은 기재하지 않는다.
※ 수상 및 인증 점수는 학교생활기록부에서도 삭제
- 학습계획서 작성 시 허위사실 기재, 대리 작성, 기타 부적절한 사실이 발견되는 경우 불합격, 합격 취소 또는 입학허가 취소 등의 불이익을 받을 수 있으므로 정직하고 정확하게 작성하여야 한다.

학습계획서 작성시 기재 금지 사항

- ① TOEFL · TOEIC · TEPS · TESL · TOSEL · PELT, HSK, JLPT 등 각종 인증시험 점수, 한국어(국어), 한자 등 능력시험 점수
- ② 각종 경시대회 입상 실적, 영재교육원 교육 및 수료 여부 등

2) 지원동기(전공의지)



작성 서식

- 본인이 ...고의 해당학과에 지원하게 된 동기에 관하여 기술하십시오. (600자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 600자 이내로 기술한다.
- 지원 고등학교와 지원 학과에 관심을 가지게 된 계기와 이를 위해 스스로 노력해 온 과정에 대해 기록한다.
- 지원학교 및 전공학과에 대한 충분한 이해와 열정이 나타나도록

쓴다.

- 지원동기, 중학교 학습과정, 고등학교에서의 학업 계획이 장래 진로와 연계성을 가지고 있음을 구체적으로 서술한다.



작성 시 유의 사항

- 지원 학교 및 학과에 대한 지원동기가 명료하게 나타날 수 있도록 기재한다.
- 지원자를 식별할 수 있는 내용, 인증시험 성적, 경시대회 수상실적, 자격증 취득 등은 기록하지 않는다.
- 각종 자치활동, 특별활동, 백일장 등 교내 행사에 참여했던 경험은 지원동기와 연관되어 있을 경우 기록할 수 있다.
- 감성과 미사여구에 치우치지 않도록 기록하되, 사실에 기초하여 간결하고 구체적으로 서술한다.
- 대리 작성이나 허위 사실을 기재로 인하여 불이익을 받지 않도록 한다.

3) 학습과정 및 진로 계획



작성 서식

- 본인이 스스로 학습계획을 세우고, 학습하고, 평가해 온 자기주도 학습 과정과 이를 통해 느꼈던 점에 관하여 기술하고, 고등학교 입학 후 본인의 학습계획과 고등학교 졸업 후 진로계획에 관하여 구체적으로 기술하십시오. (600자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 600자 이내로 기술한다.
- 지원자 스스로 학습계획을 세우고, 학습해 온 과정과 이를 통해 느꼈던 점에 대하여 기술하도록 한다.
- 고등학교에 입학한 이후의 학습계획과 졸업 후 진로계획이 구체적으로 드러나도록 작성한다.
- 중학교 시절의 자기주도 학습의 과정(정규교과활동, 방과후학교 활동 등)을 통해 느꼈던 점을 소개하고 고등학교 진학 이후의

학습 계획 및 진로 계획을 기술한다.



작성 시 유의 사항

- 허위나 과장 없이 진솔하게 작성한다.
- 학교생활을 얼마나 충실하게 해왔는가를 보여 줄 수 있는 내용이 되도록 작성한다.
- 사교육에 의지하지 않고 학업성취(또는 외국어 능력 향상)를 이룬 사례를 기술한다.
- 중학교 시절 자기주도 학습경험 등 학교 생활의 충실도를 보여 줄 수 있는 사례를 기술한다. (교과활동 및 방과후 활동 등)

4) 봉사 및 체험활동



작성 서식

- 봉사 및 체험활동 중 2가지 사례를 선택하여 그 활동 경험의 내용과 어떤 점을 가장 인상 깊게 느꼈는지에 대해 구체적으로 기술하십시오. (600자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 600자 이내로 기술한다.
- 봉사 및 체험 활동 중 지원자에게 의미 있었던 2가지 사례를 선택하여 그 활동경험의 내용과 가장 인상 깊게 느낀 점을 구체적으로 작성한다.



작성 시 유의 사항

- 봉사 및 체험활동은 구체적인 활동 사례를 중심으로 기술하도록 한다.
- 학기 중, 방학 중에 어떤 봉사 및 체험 활동을 하였으며 그러한 활동을 통해 느낀 점은 무엇인지, 자신의 삶에 어떻게 영향을 주었는지에 대해 기술한다.
- 봉사 및 체험 활동을 통해 어떤 영향을 받았는지, 자신의 삶과 어떻게 연관이 되었는지에 대해 기술한다.
- 양적인 시간보다는 지속적이고 유의미한 활동이었는지가 드러나도록 작성한다.

5) 독서활동



작성 서식

- 본인이 읽은 책 중 중요하게 생각하는 2권을 선정하여 내용과 감상을 적어 주십시오.
(600자 이내, 대리 작성 혹은 표절 시에는 0점 처리함)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 600자 이내로 기술한다.
- 읽은 책 중에서 지원자에게 의미 있었던 2권을 선정하여 내용과 가장 인상 깊게 느낀 점을 구체적으로 작성한다.



작성 시 유의 사항

- 중학교에서의 독서경험과 이를 통해 느낀 점에 대해 기술하되, 지원자의 자기주도 학습과정, 진로계획, 봉사·체험활동 등과 연관된 독서 내용을 창의적이고 일관성 있게 서술하도록 한다.
- 다른 사람의 도움을 받는 일이 없어야 하며 중학생의 수준 및 시각에서 본인이 직접 작성하도록 한다.
- 대리 작성 또는 표절을 하지 않도록 하며, 지원자 자신의 독서 경험이 잘 드러나도록 작성한다.
- 지원자가 작성한 독서 경험에 대해 교사가 첨삭하거나 수정하는 일이 없도록 한다.

학교장 및 교사추천서 작성하기

1. 학교장 추천서



작성 요령

- * 표가 있는 난은 기재하지 않는다.
- 추천인 기재사항 란에는 학교장의 성명, 직위, 생년월일, 이메일, 전화번호를 적는다.
- 교육목표와 교육내용 등 추천내용은 띄어쓰기를 포함하여 500자 이내로 적는다.
- 자필 또는 워드 작성이 가능하며, 개조식 또는 서술식으로 작성한다.
- 학교장이 기재 내용을 확인한 후 자필로 서명한다.



작성 시 유의 사항

- 해당 중학교의 교육목표와 특색 교육활동을 요약해서 적고, 추천 대상학생이 이에 부합하는지 여부를 작성한다.
- 교육목표는 학교교육계획서나 학교 홍보자료에 기술된 내용을 참고하여 작성한다.
- 출신학교 교육목표와 특색 교육활동을 평가하는 것이 아니라 지원자가 학교 교육목표에 부합하는지 여부를 평가함에 유의한다.

- 학교의 역점 교육 내용을 모두 적는 것이 아니라 지원자의 지원 동기 및 자기주도 학습 방향에 부합하는 것을 요약하여 작성하고, 지원자가 이 교육내용에 얼마나 충실하게 참여하였는지를 기록한다.
- 타교와 차별화된 교육과정이 있고, 학생의 지원동기와 연관이 있다면 기록한다.
- 학교장 추천서는 학교장이 서명한 후 교사 추천서와 별도로 밀봉하여 해당학교에 직접 송부한다.

2. 교사 추천서

교사 추천서 목록

- | | |
|-------------|----------------|
| ① 교사 추천서 표지 | ② 전공 및 진로 평가 |
| ③ 학습과정 평가 | ④ 봉사 및 체험활동 평가 |
| ⑤ 독서활동 평가 | |



작성 요령

- * 표가 있는 난은 기재하지 않는다.
- 한 학생에 대해 여러 명의 교사(담임교사, 국어, 영어 및 학생에 대해 잘 아는 교사)가 추천하는 경우에는 교사별로 추천하는 항목에 'V' 표시하고, 각각 별도 용지에 작성한다.
- 추천인 서명은 추천교사 본인이 서명한다.



작성 시 유의 사항

- 추천서에 기재된 유의사항을 정확하게 준수하여 작성한다.
 - 추천교사는 교사로서의 책무성과 윤리성을 바탕으로 지원자에 대하여 솔직하게 평가·작성하여 자기주도 학습전형의 신뢰도를 높이도록 한다.
 - 온정에 의해 주관적으로 평가하거나 고의적으로 허위사실을 기재하지 않도록 유의한다.
 - 추상적인 언어나 미사여구를 사용하여 서술하는 것을 지양하고 객관적 사실에 근거하여 공정하게 작성한다.
 - 추천교사는 추천서 작성과정에서 지원자가 작성한 학습계획서가 대리 작성이나 표절이 아닌지 확인하도록 한다.
 - 교사 추천서는 지원자에게 공개하지 않는 것을 원칙으로 하며, 교사별 추천서는 학교장의 별도 검토나 승인 없이 각각 봉인하고, 담임교사가 모아서 입학원서 등과 함께 봉인한 후 해당 고등학교에 직접 송부한다.
- ※ 인터넷으로 입력하는 경우, 항목별로 추천교사가 직접 입력한다.



추천서 작성, 이것도 유의하세요.

- 한 학생은 전기 학교 중에서 1개 고등학교만 지원해야 하므로, 추천서 작성시 학생이 이중지원을 하지 않도록 확인하여야 합니다.
- 동일학교에 대한 지원자가 다수일 경우에는 지원자들의 추천서를 개별적으로 봉인한 후 모아서 함께 송부할 수 있습니다.

2) 전공 및 진로 평가



작성 서식

- 학생의 전공 및 진로계획에 대해 평가하여 주십시오. (500자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 500자 이내로 작성한다.
- 학생의 지원 학과 및 진로계획이 추천할 고교의 교육목표, 교육과정 등과 일치하는지 평가하여 작성한다.



작성 시 유의 사항

- 추천할 고교의 교육목표 및 교육과정은 해당학교의 모집요강, 홍보자료, 홈페이지 등을 참고한다.
- 추천인이 지원자의 적성, 성향 및 능력 등을 관찰한 결과에 의거하여 지원자의 전공 선택이나 진로계획이 타당한지를 평가하여 기술한다.
- 추천 사유가 분명히 나타날 수 있도록 구체적인 사례 및 일화를 들어 작성한다.

3) 학습 과정 평가



작성 서식

- 지원 학생의 자기주도 학습 과정을 교사의 관점에서 평가하여 주십시오. (500자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 500자 이내로 작성한다.
- 학생의 학습 과정이 얼마나 자기주도적으로 이루어졌는지에 대해 평가하여 작성한다.



작성 시 유의 사항

- 자기주도 학습이 어떠한 과정을 통해 얼마나 계획적이고 지속적으로 이루어지고 있는지 구체적으로 평가하여 작성한다.
- 지원자가 지원하는 학교나 학과 또는 장래희망을 위해 얼마나 계획적이고 지속적으로 자기주도 학습을 해왔는지가 잘 드러나도록 평가하여 작성한다.
- 지원자가 스스로 학습 목표를 설정하고 계획하고 실행하는 과정에서 발견된 창의성과 학습 잠재력, 문제 해결력 등을 평가하여 기술한다.
- 평소 관찰한 학생의 학습 충실도, 발달 정도 등에 대해서 구체적으로 기술한다.

4) 봉사 및 체험활동 평가



작성 서식

- 지원 학생의 봉사 및 체험활동에 대한 자세와 경험에 대하여 평가하여 주십시오. (500자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 500자 이내로 작성한다.
- 지원자의 봉사 및 체험활동에 대한 태도와 경험에 대해 평가하여 작성한다.



작성 시 유의 사항

- 봉사활동이나 체험활동의 횟수나 종류에 상관없이 지원자가 활

동을 통해 느낀 점을 중심으로 평가하여 작성한다.

- 지속적인 봉사활동이나 체험활동이 학생에게 미친 변화나 영향을 중심으로 평가하여 작성한다.
- 이웃이나 사회에 대한 지원자의 관심도와 관점뿐 아니라, 지원자의 진로목표와 관련한 봉사활동이나 체험활동이 어느 정도 열의와 일관성을 가지고 수행되었는지를 평가하여 기술한다.

5) 독서활동 평가



작성 서식

- 학교의 독서활동 지도 내용을 서술해 주시고, 지원 학생의 독서활동에 대해 평가하여 주십시오. (500자 이내)



작성 요령

- 띄어쓰기를 포함하여 500자 이내로 작성한다.



작성 시 유의 사항

- 지원자의 독서활동 관련 수상 결과에 대해서는 기록하지 않는다.
- 독서 영역이나 분야가 진학하는 고교나 학과의 특성에 어느 정도 부합하는지에 대하여 기술한다.
- 추천인이 지원자를 지도하는 과정에서 알게 된 학생의 지적 호기심과 특성을 중심으로 독서활동을 평가하고, 아울러 지원학과나 장래 희망과 관련된 독서여부 등도 확인하여 평가한다.

면접 준비하기

□ 자기주도 학습전형의 면접점수 산출 방식

면접 = 자기주도 학습 및 계획 + 봉사·체험활동 + 독서활동

□ 자기주도 학습전형 중 면접 내용

- **자기주도 학습 및 계획(학습계획서, 추천서, 학교생활기록부)**
 - 전공에 대한 의지
 - 자기주도 학습과정
 - 학습 및 진로 계획
- **봉사·체험 활동(학습계획서, 추천서, 학교생활기록부)**
 - 학기중, 방학중 봉사·체험 활동 결과
 - 봉사·체험 활동을 통해 느낀 점
- **독서 활동(학습계획서, 추천서, 학교생활기록부)**
 - 중학교 동안의 교과·진로·교양관련 독서 결과와 느낀 점

1. 수험생 면접 유의사항

- 면접대상자는 면접관, 감독관(진행요원) 등의 지시에 따라 면접에 성실히 임한다.
- 면접대상자는 지정된 시간까지 면접대기실에 입실한다.
- 면접에 응시하지 않을 경우에는 불합격 처리된다.

- 휴대가능 물품 외의 물품을 소지한 경우에는 시험시작 전에 시험본부에 제출해야 한다.

2. 면접 부정행위 유형

- 면접 진행 중 수험생 간에 면접 내용을 알려주거나 전달받는 행위
- 반입 금지 물품을 소지하는 행위
 - 반입 금지 물품 : 휴대 전화기, 디지털 카메라, MP3, 전자사전 등의 모든 전자기기
 - 부득이하게 반입된 경우에는 시험 시작 전에 시험본부에 제출해야 한다.
- 대리시험을 의뢰하거나 대리로 시험에 응시한 행위
- 다른 수험생에게 면접내용을 알려줄 것을 강요하는 행위
- 면접 진행을 방해하는 행위
 - 면접 진행을 위한 감독관(진행요원)의 지시에 따르지 않는 행위
 - 대기실 또는 면접실에서 소란을 피우거나 다른 학생의 면접을 고의로 방해하는 행위
- 학교생활기록부 및 제출서류 기재 내용 중 면접시험에 영향을 줄 수 있는 내용을 허위로 기재하거나 또는 기록할 것을 요구하는 행위
 - 추천서의 내용을 허위로 작성할 것을 요구하는 행위
- 기타 면접관 또는 감독관(진행요원)이 부정행위로 판단하는 행위

독서교육종합지원시스템(www.reading.go.kr)

독서교육종합지원시스템은..

컴퓨터 등 정보매체에 익숙한 초·중·고 학생들이 자유롭게 책을 읽고 컴퓨터 상에서 다양한 독후활동을 할 수 있도록 구성된 컴퓨터 기반 독서활동 온라인 지원 프로그램입니다.

이렇게 활용합니다.

학생은 창의적체험활동 종합지원시스템과 연계하여 자신의 진로나 적성에 따른 독서계획을 수립할 수 있으며, 학생 자율의 자기주도적, 장기적인 독서계획 관리가 이루어집니다.

다양한 형태의 독후활동 결과 자료는 포트폴리오, 문집으로 구성되어 학생의 교과 이외의 학교생활에 대한 과정과 결과를 참고할 수 있는 학생이해자료로 활용됩니다.



창의적체험활동 종합지원시스템(www.edupot.go.kr)

창의적체험활동 종합지원시스템은..

학생이 언제 어디서든지 로그인하여 학교 내·외에서 교과이외의 활동을 스스로 관리하여 의미있고 소중한 학교생활 포트폴리오를 만들어 가는 곳입니다.

이렇게 활용합니다.

학교생활기록부는 선생님이 직접 학생의 교과학습내용 중심의 학교생활 결과를 기록하지만, 창의적체험활동 종합지원시스템은 학생 스스로가 작성하고, 선생님이 승인·보완하는 과정으로 이루어집니다.

학생은 학교 내외에서 활동한 창의적 체험활동을 과다하게 많이 기록하기 보다는 실제 활동 내용과 소감을 중심으로 진솔하게 기록합니다.

자신이 작성한 활동내용들은 나만의 포트폴리오로 편집·관리되어 e-book형태로 완성이 됩니다.

최종 포트폴리오는 학생들의 잠재력, 소질, 인성, 적성 등을 종합적으로 평가할 수 있는 자료로서 학교생활기록부와 연계되어, 대학입시 입학사정관이 학생의 교과 이외의 학교생활에 대한 과정과 결과를 참고할 수 있는 학생이해자료로 활용됩니다.

