

2023-1호

Learning Tips [시간관리 팁]

새학기,

즐거로운 학습 생활



한국성서대학교 교수학습센터

Learning Tips

3월, 새학기를 맞이한지
어느덧 2주차가 지나가고 있습니다.
2주동안의 대학 생활은 어떠했는지 궁금하네요!

'2023년 1호 Learning Tips'에서는
기본적인 대학 학습과 시간관리에 대한 팁을
알려드리고자 합니다.

나에게 주어진 시간을 잘 활용하여
효과적인 대학 학습을 이어갈 수 있길 바라요!

이번 한 학기도 힘내세요!



대학 학습 Tip

1. 학습의 시작은 '출결 관리'부터!

- ▶ 대학에서의 출결 관리는 본인 스스로 해야 합니다. 수업에 지각과 결석이 잦아지면 학습을 이어가기가 매우 어려워지고, 좋은 학점을 얻기가 힘들어 집니다. 대학 생활의 가장 기본이자, 학습의 시작은 '출결'에 있습니다. 책임감을 가지고 출결에 힘쓰길 바랍니다.

2. '시간관리'는 필수!

- ▶ 대학교는 고등학교 때와 달리 '자유적인 시간'이 많아집니다. 공강 시간이 생기고, 방학도 고등학교 때보다 훨씬 길죠. 따라서, 나에게 주어진 시간, 남는 시간 등을 체계적으로 관리할 수 있는 기술이 필요로 합니다. 시간을 어떻게 사용하느냐에 따라 대학 생활의 질이 달라질 수 있으니, 나만의 시간관리 기술을 터득하십시오.



대학 학습 Tip

3. '시험 출제 유형'을 파악하자.

- ▶ 대학교에서의 시험은 범위가 방대하고 시험 유형도 다양하게 출제됩니다. 객관식, 단답식 유형 뿐만 아니라 서술형, 에세이형으로도 출제되죠.
따라서, 과목별로 시험 출제 유형은 무엇인지, 단순 암기 과목인지, 이해와 사고력이 필요한 과목인지, 교수님께서 주시는 시험 팁 등을 잘 파악하여 시험 준비를 해야 합니다.
*특히, 시험은 최소 2주 전부터 준비합니다. 벼락치기 금지ㅠ.ㅠ

4. '과제 목적과 의도'를 이해하자.

- ▶ 대학 수업에서의 과제도 만만치 않죠?
과제의 목적, 주제, 교수님의 의도 등을 잘 파악하고, 과제의 자료 탐색, 목차, 서론-본론-결론을 체계적으로 작성하여 과제를 수행해야 합니다. 특히 좋은 레포트를 쓰기 위해서는 평소 독서를 많이 하고, 꾸준히 글쓰기 연습을 하는 것이 좋습니다.



시간관리 Tip

1. '시간관리'란?

- ▶ 시간은 '목표'를 이루는 데 반드시 필요합니다.
- ▶ 시간은 모두에게 '공평'합니다.
- ▶ 시간관리란, 주어진 시간을 자신의 '목표'에 맞게 '계획'해서 사용하는 것입니다.

2. 시간관리의 실패 원인

- ① 자신의 능력 범위를 벗어나는 계획
- ② 미루기
- ③ 잘못된 나쁜 습관
- ④ 망각(계획을 잊어버림)
- ⑤ 갑작스런 일정 변경
- ⑥ 낮은 동기, 목표 의식
- ⑦ 일 처리 방법을 모르는 경우
- ⑧ 피로감, 불안



출처 : 박동혁(2020), 'LAMP WORKBOOK PART 2 TE. 시간관리 능력 향상 프로그램(교사용)'

시간관리 Tip

3. 시간관리의 핵심

① 할 일의 목록(to-do list)을 만들자

- ▶ 할 일의 목록(to-do list)을 만드는 것만으로도 무엇을 해야 할지 주저하는 시간을 줄일 수 있고, 자신이 하고 있는 일에 대한 집중력도 높일 수 있음!

② 할 일의 '우선 순위'를 결정하자

- ▶ 우선 순위는 '중요도'와 '긴급도'에 의해 결정됨!
- ▶ '중요한 일'의 기준 : 내가 세운 '목표'와의 관련성
- ▶ '급한 일'의 기준 : '마감 시간'의 여부

③ '파레토의 법칙'을 기억하자

- ▶ 경제학자 파레토가 발견한 것으로, 전체 결과의 80%가 전체 원인의 20%에서 일어나는 현상임
- ▶ 하루 동안 우리가 어떤 일을 하면 그중에 정말로 중요한 일에 할애한 시간은 20%에도 미치지 못함
즉, 무엇이 중요한 일인지 파악해서 처리하는 것이 필요함

출처 : 박동혁(2020), 'LAMP WORKBOOK PART 2 TE. 시간관리 능력 향상 프로그램(교사용)'

시간관리 Tip

4. 할 일의 우선순위 결정하기

*우선순위는 내가 설정한 '목표'가 무엇인지에 따라 달라질 수 있습니다.
따라서 목표를 먼저 설정한 후, 할 일의 우선순위를 결정하세요!



- ▶ 1순위 : 시험, 과제와 같이 당장 해야 할 일
- ▶ 2순위 : 장기적 계획이 요구되는 일
- ▶ 3순위 : 급하게 느껴지지만 목표와 관련성이 낮은 일들
- ▶ 4순위 : 급하게 하지 않아도 삶에 별다른 영향을 주지 않는 일들

출처 : 박동혁(2020), 'LAMP WORKBOOK PART 2 TE. 시간관리 능력 향상 프로그램(교사용)'

시간관리 Tip

*참고 예시

| | |
|---------------|--|
| ↑ 중요 정도 | 중요한 정도 |
| | |
| ↑ 중요 정도 | 중요하고 급한 일 - 내일 헬라어 쪽지시험 준비 - 다음 주 신약1 수업 팀플 준비 - 오늘 구약 1 수업 복습 노트 작성 |
| | 중요하지 않고 급한 일 - 밤 9시 드라마 시청 - 친구 문자에 답장하기 |
| ↓ 중요 정도 | 중요하지만 급하지 않은 일 - 중간고사 준비(D-40) - 토익 영단어 암기 - 토익 문제풀이 오답노트 정리 |
| | 중요하지도 않고 급하지도 않은 일 - 컴퓨터 게임 - 빈둥거리기 |

▶ 우선순위에 맞추어 공부해야 할 과목, 언제까지 할 것인지 등 설정

| 목표 과목 | 목표 과목의 구체적인 공부 방법 |
|----------|--|
| 1. 헬라어 | 1. 헬라어 단어 암기하기 2. 잘 안외어 지는 단어 따로 정리하기 |
| 2. 구약 1 | 1. 수업 때 필기 내용 다시 정리하기 2. 이해가 되지 않는 부분 따로 정리하기 3. 교수님께 질문할 내용 작성하기 |
| 3. 신약 1 | 1. 팀플 회의 내용, 주제 다시 확인하기 2. 내가 맡은 부분 내용, 자료 탐색한 거 요약해서 정리하기 |
| 4. 한국교회사 | 1. 3/15(수) 수업 내용 정리하기(복습) 2. 수업 내용 관련해서 서술형 퀴즈 3개 만들고 답 작성해보기 3. 학공 스터디 시간에 팀원들이랑 퀴즈 내용 공유하기 |
| ... | ... |

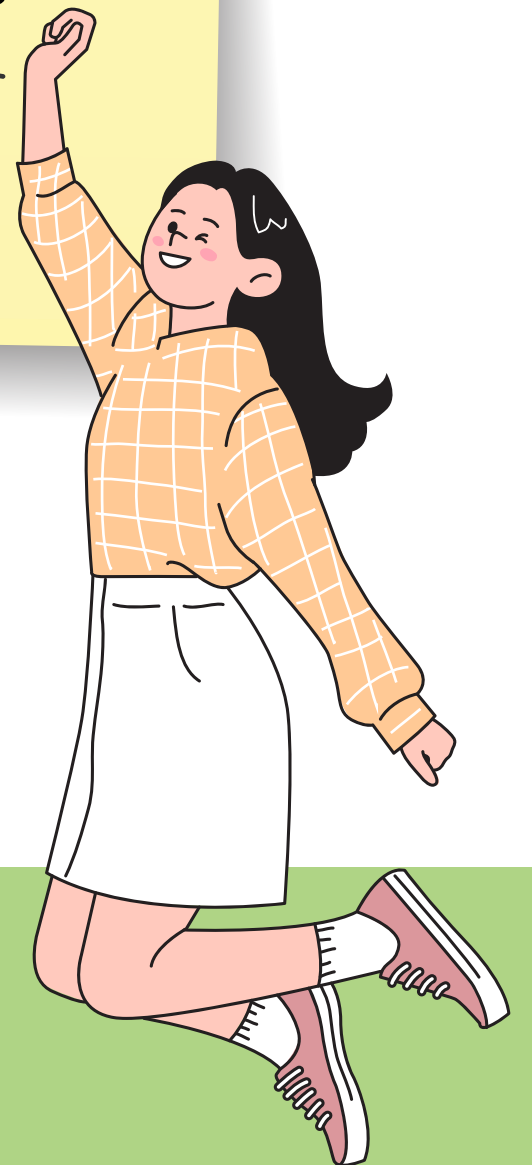


LEARNING TIPS

학기 중, 나에게 주어진 시간을 체계적으로 잘 관리하는 것이 중요합니다.

먼저, 학습 목표를 설정하고, 목표를 이루기 위해 해야 할 일들을 나열해 보세요! 그리고 우선 순위를 결정하여 차례대로 할 일을 진행합니다.

여러분에게 주어진 시간을 낭비하지 않고, 알차게 보내길 바랍니다. 😊



한국성서대학교 교수학습센터

서울시 노원구 동일로246길 32, 일립관 6층