

공부, 계획표 중시하라

에듀후 입시진학컨설팅 대표 이현우

① 목표를 설정하라

자신의 목표와 결과가 일치할 때야말로 어떤 일에 있어든 최고의 성취감을 얻을 수 있으며, 스스로에 대한 자부심을 가질 수 있다. 공부에 있어서도 자신의 가치관을 바탕으로 어떤 인생의 목표를 위해 어떤 학(과) 어떤 대학을 갈 것인지 이번 시험에서는 몇 점을 맞고 싶은지 등에 대한 목표부터 우선 정하라.

② 장기적 계획 하에 중요한 것부터 하라

계획은 넓은 테두리에서 좁게 설계하는 것이 좋다. 어떤 목표들이 장기적인 목적들을 달성 하기 위해 무엇이 더 중요한지 판단해서 우선순위를 매기도록 하는 것이 중요하다. 그리고 그 우선순위에 따라 해야 할 일들을 취사선택하는 지혜가 필요하다.

예를 들어 학생들의 경우 공부에 대한 계획표를 잘 만드는 것이 중요하다. 무엇을 하든지 제대로 계획을 세우고 실천한다면, 무턱대고 시작하는 것보다 훨씬 좋은 성과를 얻을 수 있을 것이다. 이 때, 계획은 3년 이상의 계획, 1년간의 계획, 당장 눈앞에 닥친 시험에 대한 계획 등, 장기적인 계획의 틀 안에서 단기적인 계획을 연계하는 계획표를 만드는 것이 좋다.

③ 실행이 불가능한 계획표는 만들지 마라

학습계획은 무리가 없게 세워야 한다. 성적에 욕심을 낸다는 것은 좋은 일이다. 하지만 너 무 의욕만 앞서 평소 자신의 능력이나 습관을 고려하지 않고 무리하게 학습계획을 세운다면 작심삼일로 끝나기 쉽다. 가령, 10 시간 정도 잠을 자던 학생이 방학 때부터는 5 시간으로 대 폭 수면 시간을 줄일 경우, 대개는 성공하지 못하고 바로 지치고 만다. 이럴 때는 점차적으로 습관이 고쳐질 수 있도록 계획표를 짜는 것이 좋다. 학습계획표는 어디까지나 자신을 위한 것이고 따라서 계획표를 세울 때는 스스로의 학습 수준을 잘 고려하는 것이 무엇보다 중요하다.

④ 일일 목표량을 세워라

슬럼프에 빠져 집중력이 떨어지고 아직 공부에 흥미를 붙이지 못한 경우라면 '3 페이지를 한다'든지, '10 문제를 푼다'라는 식의 일일 학습량을 정해서 실행해 보는 것이 좋다. 대체로 사람들에게는 과제를 해결하려는 본능이 있어 목표량과 기간이 주어지면 가능한 한 빨리 그 일을 해치우려는 경향이 있다.

⑤ 취약과목에 더 많은 시간을 배분하라

무슨 일이나 그럴겠지만 특히 공부의 경우에 모르는 것이 쌓이면 나중에는 책만 봐도 짜증 이 나고 졸음이 오게 된다. 이런 일이 누적되면 결국에는 그 과목을 포기하게 되고 만다. 이것은 우수한 성적을 올리는 데에 치명타가 된다. 바로 이런 취약과목을 방학동안에 공략 해 보는 것이 좋다.

모든 일의 필수요소는 전략과 꾸준한 실행이 필수 요소이다. 자신에 알맞은 계획을 세우는 것이 올바른 공부법을 실행하는 초석임을 잊지 말자.