

수능을 성공적으로 대비하는 방법

목차

1. 생각의 방법

- 문제 - 해결, 도전-응전의 연속 ; 본질을 바라보는 방법
- 새로운 마음으로 반복해 풀기
- 자신의 행동에 대한 정확한 인지 (비판적 사고)
- 시험의 성격에 대한 고민
- 이성적으로 합리적으로 강력한 의지로

2. 변화하는 방법

3. 기록하지 않으면 의미가 없다

전제 : 성숙한 동기부여와 자극 - 다음 영상

1. 생각의 방법

문제 - 해결의 반복 과정 ; 본질 바라보기

- 문제 상황에 대한 **모든 원인**들을 뽑아 낸후 **해결가능한 원인**에 집착 (**원인은 단 하나**x) 해결방안은 구체적으로, 보편적으로 적용 가능하도록

본질적인 원인 : 해결가능한 원인

비본질적인 원인 : 똑같은 행동 취한 모든사람이 반드시 틀리는가? , 해결불가능한 원인, 구체적이지 않은 원인

해결방안의 누적 -> 매뉴얼이 생긴다. (내가 해야만 하는 행동)

- **매뉴얼**이란 ? : 수능을 볼 때 즉흥적인 판단은 최소화, 모든 상황에서 취해야 될 행동이 이미 정해져 있어야만 한다.

-프로가 되기 위해서는...

-자신감은 자기기만을 통해 만드는 것이 아니다. 내가 취해야 할 행동이 나에게 도움이 된다는 확신과 매뉴얼을 충실히 수행할 수 있도록 체화가 되었을 때 어떤 점수 이하로는 떨어지지 않겠다는 확신이 자연스럽게 드는 것이 곧 자신감.

메타인지란

- 메타인지? : 무엇을 알고 무엇을 모르는가 정확히 알고있는 상태

인지의 4단계 : 몰/몰, 몰/아, 아/몰, 아/아

문제 상황과 그 원인에 대한 계속된 생각

문제를 통해 드러나는 나의 문제점을 꼬집어 내어서 나의 부족한 부분을 정확히 인지해야.

잘못된 성찰 예시

1. 원인에 대한 피드백을 하지 않음

- 틀린 문제는 기회, 같은문제가 수능에 나왔다면 틀렸을 상황이므로 단순히 볼 문제x.
- 문제 탓하지 않기

문제상황은 피하지 말고 직시해야 한다

잘못된 성찰 예시

2. 원인 잘못 인식(구체적이지 않은 원인, 원인을 하나만 뽑는 경우, 해결방안이 구체적이지 않음)

실수를 했을 때 : 다음에는 더 집중해서 풀어야지!, 다음에는 이런 실수 하지 말아야지!, 긴장하지 말아야지!
문제를 풀지 못했을 때 : 수학적 사고력이 부족하구나.../독해력이 부족하구나.../아이디어를 못떠올렸구나
나는 왜 공부를 못하는가? : 더 노력을 해야겠다.. / 다른 공부방법을 시도해볼까? / 문제를 더 많이 풀어보아야지

->같은 상황이라고 모든사람이 똑같이 틀리는것 아닐것

(부분적분을 떠올리는 발상을 바로 하지 못했다면 이 문제를 못풀었던 것일까? 집중을 안하면 반드시 실수가 나오는가? 이상한 문제인데 맞춘사람은?)

3. 자신이 무엇이 부족한가를 잘 모르거나 어렴풋이 알고있음

올바른 방법, 생각

- 틀린 문제에 대해 내가 부족했던 무언가를 고집어 내려는 강력한 의지 (내용적, 행동적)
- 문제 상황에 대한 **모든 원인**들을 뽑아 낸후 **해결가능한 원인**에 집착 (**원인은 단 하나x**) 해결방안은 구체적으로, 보편적으로 적용 가능하도록 (실수하지 않는 법 영상 참고)
- 수학 : 모든 문제는 풀이과정이 있으며 나는 그 풀이과정을 읽고 이해할 수 있다. 이는 나의 사고가 풀이과정으로 수렴할 수도 있었다는 것을 의미.
- 어떻게 해야 풀이과정으로 사고가 수렴할 수 있을까?
- 국어 : 지문적 원인? 선지적인 원인? 어떻게 해야 해결할 수 있을까? 끊임없이 고민
- 어떻게 해야 과탐 킬러 유형을 x분 안에 풀어 낼 수 있을까? 에 대해 밤낮으로 계속된 고민
- 내가 취해야 하는 행동(매뉴얼)을 하지 못했구나

반복해 풀기 (인식의 확장)

- 새로운 문제를 계속해서 푸는것이 실력의 향상을 가져오지는 않는다. 같은 실력으로 계속 문제를 풀면서 제자리 걸음을 할 가능성 높음
- 기출을 반복해서 푼다면, 인식의 확장이 일어나고 이전에는 하지 못한 행동을 할 수 있다
- 풀었던 문제를 반복해 푸는 것은 단순히 기계적인 반복을 의미하지 않는다.

반복해 풀기

- 반복해 푸는 방법

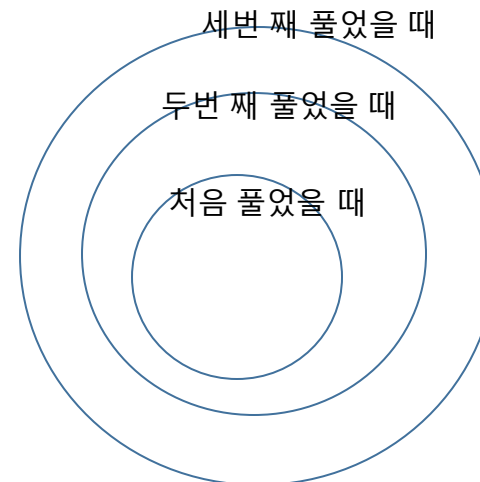
- 이미 알고 있는 문제지만, 처음 보는 문제를 풀 듯 푸는 것.
- 특정한 아이디어를 떠올리지 못했을 때를 가정하고 풀기.

(부분적분을 떠올리지 못했다면?) 어떻게 부분적분을 떠올릴수 있을까? – 행동, 부분적분을 쓰지 않고 풀수는 없나? – 내용

이 구간을 이해하지 못했다면 어떻게 해야 할까? – 이해를 하지 못하는 구간이 나올 때 매뉴얼이 생김

- 같은 문제를 많이 반복해서 풀더라도 풀때마다 계속해서 새로운 내용이 보이게 된다. 뽑아내어야만 문제를 제대로 이용한 것

이해 vs 이해했다는 착각



자신의 행동에 대한 정확한 인식 (비판적 사고)

- 잘못된 방법

- 권위 있는 사람의 말에 기대는 것 (중심 문장 찾기, 문제 많이 풀기)
- 학원 열심히 다니기, 좋은 인강에 집착하기
- 나의 오랜 방법에 대한 맹목적인 믿음

- 올바른 방법? : **본질에 집중**

- 내가 취하는 행동 (공부법, 문제를 푸는 요령)이 나에게 도움이 되는 방법인가, 현실적인 행동인가에 대한 끊임 없는 비판적 사고를 통해 취할것은 취하고 버릴것은 버리는 반복된 과정으로 나의 매뉴얼을 누적해 나가는 것
- 내가 취하는 행동의 이유를 설명할 수 있어야만 한다.

나는 왜 지문을 거시적인 양상을 보려 하는가? 나는 왜 정보간의 관계를 연결시키려 하는가?

왜? 선생님이 하라고 해서? 서울대생이 좋다고 해서?

시험의 성격에 대한 고민

- 작가도 틀리는 수능 문학이다? 문학은 딱 떨어지지 않아서 이과생이 문학을 못한다?
 - ↳ 시험의 속성조차 이해 못함
- 이 시험이 어떤 시험인가? 무얼 평가하고자 하는가?
- 높은 점수를 받기 위해서는 어떻게 해야 하는가? 누구에게 잘보여야 하는가?
- 공부는 부지런하게 전략은 영악하게

이성적으로 합리적으로 강력한 의지로

해결할 수 없는 상황은 받아들인다

다음 영상에서 자세히..

2. 변화하는 방법

- 1 단계 : 인지하기

- 습관이나 기존의 방법을 바꾸기 힘든 이유 : 에너지를 필요로 한다
- 위의 사실을 인지해야
- 모르는 사람 없다. 하지만 **의식하는 사람과 의식하지 않는 사람은 천지 차이**
ex. 문자갯수=식갯수, 합답형 연계, 인트로는 재미없다

- 2단계 : 이성과 강력한 의지, 의식적으로

- 더 많은 에너지로
- 처음이 가장 어려운 것.
- 의식적으로** 적용하려고 하다가 처음 적용하는 경험이 생기고 누적되면 체화된다

3. 기록하지 않으면 의미가 없다

- 내용 : 수업을 듣고 새롭게 배운 내용, 틀린 문제에 대한 피드백을 통해 문제점을 보완할 해결방안이 생각났을 때, 좋은 아이디어가 떠올랐을 때
- 기록 방법 : 구체적인 사례로서 기록 x , 오답노트 x
다른 문제에서 보편적으로 적용 가능할 수 있도록 일반적으로 뽑아내야 한다.
순서나 범주를 구분해 기록하는 것은 중요하진 않다.
- 내용을 책이 아닌 노트에 기록해야
- 기록한 내용을 반복해 보지 않으면 의미가 없다. (공부 시작 전, 자투리 시간)

3. 기록하지 않으면 의미가 없다

- 과목별 공책

- 국어 : 독해 방법론 기록, 문제를 틀렸을 때 틀린 원인과 해결방안을 성찰 후 피드백을 누적해서 기록, 국어 공부 전 공책을 보면서 내가 취해야 할 행동을 상기하고 시작

- 수학 : 2개의 노트 (내용노트 + 행동노트) , +실수노트

- 내용 노트 : 내용적인 부분에서 새로 알게 된 것 기록

- 행동 노트 : 행동적인 부분에서 어떤 행동을 취했다면 문제를 풀수 있었을까? 왜 나는 풀이 과정처럼 사고가 수렴하지 못했는가? 라는 질문들에 대한 피드백 결과를 누적 기록

- 과탐 : 내용, 행동 피드백을 하나의 노트에 순서 구분 없이 기록

부산 지역 국어영역 과외 모집

- 2018학년도 수능 누적백분위 0.3%, 의대 재학중
- 과외 경력 2년, 의대생 3명 배출
- 수능 국어과외 / 공부방법교정/ 수학, 기타과목에 대한 피드백
- 그룹과외