

노트필기 전략 II

- 코넬 노트 활용법 -

- ✓ 열심히 필기는 했지만, 막상 시험이 되면 생각이 나지 않는다.
- ✓ 필기한 내용을 다시 보려니 더 복잡하다.
- ✓ 노트 필기의 효과를 전혀 보지 못한다.

여러분에게 이런 고민이 있다면?
기억력을 끌어올리는 데에 효과적인
노트필기 전략을 소개합니다.





1. 코넬 노트란?

코넬노트는 1950년대 코넬 대학교 교육학 교수 월터 파욱(Walter Pauk)이 고안한 노트 필기법으로, 학생들의 학습효과를 높이기 위해 개발되어 지금까지 꾸준히 활용되고 있습니다. 아래와 같이 주제, 필기, 단서, 요약 네 영역으로 구분됩니다. 각 영역별 활용법을 자세히 살펴보겠습니다.

① 주제

③ 단서

② 필기

④ 요약

2. 코넬 노트 활용법

① 주제 (학습목표)	<ul style="list-style-type: none"> 수업(학습)과 관련된 기본적인 내용을 기록하는 공간입니다. 주제와 날짜, 학습목표 등을 기록해 둡니다. 특히 "학습목표"를 기록해 두면, 학습의 방향을 이해하고 핵심내용을 파악하는데 큰 도움이 됩니다.
② 필기	<ul style="list-style-type: none"> 수업 내용을 기록하는 공간입니다. <노트필기 전략1>에서 이야기한 것처럼 수업내용이나 교재의 내용을 그대로 옮기는 것은 큰 도움이 되지 않습니다. 자기만의 문장으로 재구성하고 기호, 약어, 도식 등을 활용하여 간결하게 압축하여 정리합니다. 단번에 필기를 완성하려 하지 말고 수업시간에는 초별구이를 한다는 느낌으로 공간을 여유 있게 비워두고 기록하는 것이 좋습니다. 그 후 복습할 때 내용을 보완해 나가며 공간을 채워 나갑니다.
③ 단서	<ul style="list-style-type: none"> 필기한 내용을 떠올릴 수 있는 단서(인출 단서)를 만들어 놓는 공간으로, 주로 수업이 끝난 후에 적습니다. 오른쪽에 필기한 내용과 관련된 주요 키워드(핵심 개념)를 단어나 질문 형태로 만들어 놓거나, 내용을 떠올리게 하는 힌트를 적습니다. 시험 공부 시 오른쪽 필기 내용을 손바닥이나 종이로 가린 후, 왼쪽 단서들을 보면서 질문에 대한 답을 떠올려 (누군가에게 설명하듯) 말로 설명해 봅니다. 머릿속으로만 생각하는 것보다 말로 직접 설명하다 보면, 어디서 막히는지, 어떤 부분이 생각이 잘 나지 않는지 등을 알 수 있어 좀 더 효율적으로 학습이 가능해집니다.
④ 요약	<ul style="list-style-type: none"> 필기를 마친 후, 핵심 개념 또는 교수님께서 중요하다고 말씀해 주신 내용을 토대로 1~2문장으로 요약합니다.



과 을 사용하는 노트필기의 과학적 효과!

1950년 캐나다의 신경외과 의사 팬펠드는 [그림]과 같이 신체 각 부위를 지배하고 있는 신경세포 양의 비율을 몸의 면적으로 나타냈습니다. 이를 통해 **손과 입** 부분에 신경세포가 많이 분포되어 있는 것을 알 수 있습니다.

즉 학습을 할 때 수동적으로 강의를 듣는 것보다, 필기를 하면서 손과 입을 사용하는 것이 뇌를 자극하여 학습능률을 높여줄 수 있다는 것입니다.



[그림] 팬펠드의 소인간
©The Natural History Museum, London

3. 코넬 노트 사례 (1)

2020.09.24 (목)

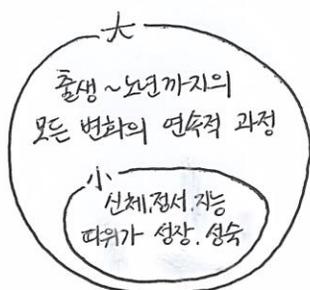
「교육학 개론」

* 학습목표

1. 발달의 개념에 대해 알 수 있다.
2. 발달의 원리와 특성에 대해 알 수 있다.

발달 개념 =

넓은 의미 + 좁은 의미



성장, 성숙 긍정적 변화

⊕

기능 감퇴, 손실 부정적 변화

⇓

모두 "인간의 발달" 임.

발달 원리

일정한 순서, 누적성.

두 → 미

중 → 외

1. 발달의 개념

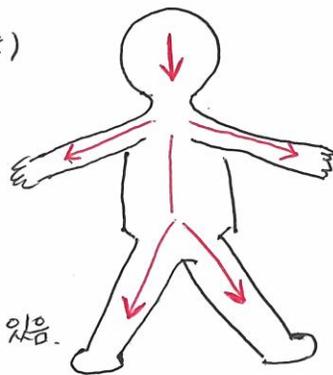
① 일정한 순서, 누적적임.

: 그 이전에 획득한 행동변화가 있어야 새로운 행동, 능력이 생기며 하나하나 쌓여 누적이 되어야 다음 단계로 나아감.

② 일정한 방향으로 진행

: 두 → 미, 중 → 외 (근원방향)

아기가 2등신인 이유가 설명됨!
(머리가 먼저 발달해서)



Critical period

③ 결정적 시기 (critical period)가 있음.

: 발달은 계속 이루어지지만 최적의 발달 시기가 있음

(x) 영유아기 - 신체 발달수, 사춘기 - 심리·정서 발달수

개인차

④ 개인차가 있음

: 사람마다 속도와 정도에 차이가 있음.

⑤ 너무 강박적으로 표준발달표에 매달릴 필요 X

<질문>

발달은 누적적이라 했는데, 가는 단계를 거치지 않고 바로 걷는 아기는 어떻게 설명되나?

발달은 인간에게 일어나는 모든 연속적인 변화를 일컫는 넓은 의미와 신체, 정서, 지능 등이 성숙하는 좁은 의미를 모두 포함하는 개념임.

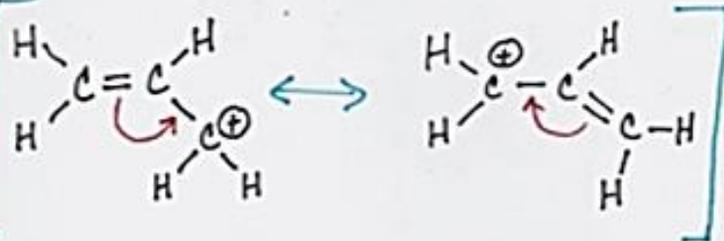
일정한 순서대로 누적성을 띄며, 두 → 미 중 → 외 방향으로 진행. 계속 이루어지나 급격하게 발달하는 결정적 시기가 있으며, 개인차가 있음.

3. 코넬 노트 사례 (2)

What is the difference between resonance structures & true structures?

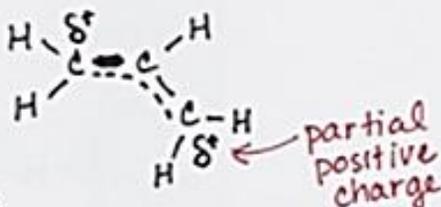
Why does charge delocalization stabilize a molecule?

Resonance Hybrid: True structure of molecule represented by a set of resonance structures

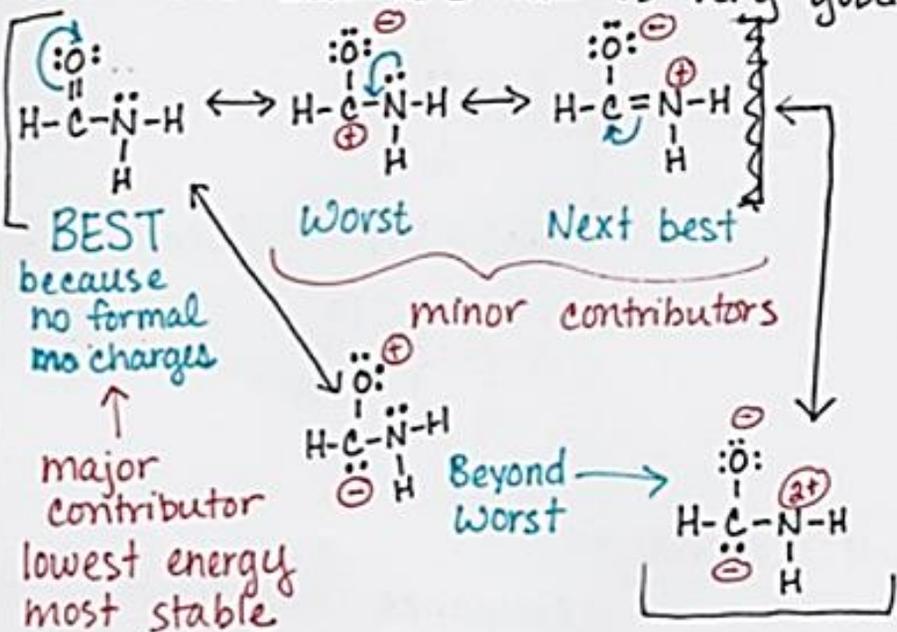


"True structure"

Positive charge is delocalized over carbon 1 & 3



Some sets of resonance structures have one structure that is very good.



Resonance structures are used to represent true structure of molecule. The more resonance structures you can draw, the more stable the molecule due to delocalization of e^- .



플러스 Tip! - 나에게 가장 좋은 노트필기법은?

- 노트필기법은 앞서 설명한 코넬노트 뿐만 아니라, 다빈치 필기법, 도쿄대 필기법, 맥킨지 필기법, 마인드맵 등 다양한 형태가 있습니다. 과목이나 주제, 용도에 따라 양식을 달리하여 필기가 가능하다는 것이죠. 그렇다면 자신에게 가장 잘 맞는 필기법은 무엇일까요?
- 자신에게 가장 잘 맞는 필기법은 **어떤 정형화 된 필기법을 그대로 따르는 것보다 자신의 학습스타일에 맞게 조금씩 변형한 양식**이라고 할 수 있습니다. 반드시 기존 노트의 양식을 똑같이 따라 해야 효과가 있는 것은 아니라는 뜻이죠.

- 예를 들어, 플립드러닝 수업을 듣는 학생이 pre-class 영상을 보며 필기를 한다고 합시다. 이 때 학생은 영상을 보다가 궁금한 점이나 의문점 등의 질문이 생길 수 있습니다. 그렇다면 코넬노트의 구획을 좀 더 세분화하여 질문칸이나 토의칸을 만들고, 그때그때 기록해 두었다가 추후 in-class 시간에 직접 교수님께 질문하거나 학습자료 등을 찾아보며 해결해 나갈 수도 있습니다.

단서	필기
질문	요약

- 노트 필기의 효과를 보기 위한 핵심 포인트는 **첫째, 기억에 잘 남는 형태(이미지, 도식, 압축된 문장 사용 등)로 필기를 하고, 둘째, 이를 연상(인출)할 수 있는 단서를 만들고, 셋째, 머릿속으로만 떠올리지 말고 손으로 직접 쓰거나 말로 설명해보는 연습을 통해 지식을 정교하게 자신의 것으로 만들어가자는 것**입니다. 지식은 넣는 것만큼 꺼내는 것도 중요하니까요~! 이 세 가지를 잘 활용한다면, 어떤 양식을 사용하든 효과 만점의 노트필기가 될 것입니다.