복습 간격을 정하고 조정하는 법 활동지

똑똑 · 20분 활동 · 확인 질문이 있는 복습 일정

분산 학습은 학습 기회를 시간 간격을 두고 나누는 전략입니다. 달력에 날짜를 여러 개 적는 것만으로 끝나지는 않습니다. 그때 무엇을 떠올리고 어떤 결과를 보고 계획을 바꿀지까지 정해야 실행할 수 있습니다.

이름과 작성일 _____

비교하며 읽기

시점의 예	할 일	남길 기록
첫 학습일	개념을 읽고 질문 하나 작성	확인할 질문
그다음 가능한 날	자료 없이 답한 뒤 원문 대조	맞힌 부분과 빠진 부분
며칠 뒤	다른 예시에 적용	다음 복습 날짜와 이유

시점은 실행 방법을 보여 주는 예시이며 최적 간격이나 성적 향상을 보장하는 처방이 아닙니다.

나의 활동

이번 주에 배운 개념 하나를 골라 실제 가능한 세 번의 학습 기회를 계획하세요.

1 설명할 수 있어야 하는 핵심 질문을 하나 정합니다.

2 가능한 날짜와 예상 시간을 적되 첫 실행 후 수정할 여지를 남깁니다.

3 실행 뒤 틀린 부분을 기록하고 다음 확인 방법을 바꿉니다.

작성 뒤 확인하기

“화요일에 복습”보다 “화요일에 자료를 덮고 원인 두 가지를 설명한 뒤 교과서와 대조”가 실행하기 쉽습니다. 모든 답이 맞아도 그날의 결과만으로 장기 기억을 확정하지는 않습니다. 틀렸다면 능력을 평가하는 대신 어느 부분을 다시 배울지 좁혀 봅니다.

스스로 점검하기

☐ 날짜와 학습 행동을 함께 적었다.

☐ 결과를 확인할 질문이 있다.

☐ 실행 결과에 따라 계획을 조정할 기준이 있다.

출처와 적용 범위

IES Organizing Instruction and Study to Improve Student Learning
https://ies.ed.gov/ncee/wwc/PracticeGuide/1
학습 기회의 시간 배치와 인출 연습 권고. 특정 날짜 간격을 보장하지 않음.

검토일 2026-10-15 · 똑똑 자체 제작 활동지이며 학교의 공식 평가 양식이 아닙니다.

온라인 원문 · 수정된 내용은 아래 페이지에서 확인하세요.

https://www.dokdok.co/glossary/spaced-practice