나만의 AI 학습 실험

# AI는 정답 기계가 아니라 나의 공부 코치!

3가지 질문으로 만드는 요약 → 쉬운 설명 → 셀프 퀴즈
대학생의 자기주도 학습을 돕는 AI 활용 사례



**한 줄 소개**

ChatGPT로 공부 내용을 요약하고, 이해하기 쉬운 예시로 바꾼 뒤, 스스로 문제를 풀고 검증하는 학습 루틴을 제안한다.

활용 도구 ChatGPT | 분야 교육·학습 | 형태 블로그형 이미지·텍스트

# 01 공부할 때 진짜 어려운 순간

핵심을 찾는 시간은 길고, 제대로 이해했는지는 확인하기 어렵다.




### 학습자가 겪는 3가지 장벽

| | |
|---|---|
| 01 정리 | 자료가 많아 어디부터 볼지 모르겠다. |
| 02 이해 | 용어를 알아도 내 말로 설명하기 어렵다. |
| 03 확인 | 읽었다는 느낌과 실제로 기억하는 것은 다르다. |

### 이 작품의 해결 방식

단계마다 AI에게 다른 역할을 준다. 요약 초안 생성 → 생활 속 예시로 설명 → 복습 문제 생성. 마지막 단계에서는 학생이 직접 정답을 확인하고 오류를 수정한다.

**AI의 역할은 초안 제작 / 학습자의 역할은 이해 · 검토 · 판단**

# 02 STEP 1 핵심만 남기는 요약

먼저 AI가 학습 내용을 3줄로 정리하도록 요청한다.



**실제로 활용할 수 있는 프롬프트**

“능동 회상과 간격 반복의 뜻을 대학생 눈높이에서 설명하고, 둘의 차이를 3줄로 요약해 줘. 각 개념의 생활 속 예시도 하나씩 들어 줘.”

## 생성한 학습 요약 예시

| | |
|---|---|
| **능동 회상** | 책을 덮고 배운 내용을 기억에서 직접 꺼내 보며 공부한다. |
| **간격 반복** | 한 번에 몰아보기보다 일정 간격을 두고 복습한다. |
| **차이** | 능동 회상은 ‘어떻게 떠올릴까’, 간격 반복은 ‘언제 다시 볼까’에 초점이 있다. |

※ 위 내용은 학습법을 주제로 제작한 AI 활용 시연 예시이다. 특정 대학 강의 자료를 업로드하거나 성적 개선을 측정한 결과가 아니다.

# 03 STEP 2 어려운 개념을 쉽게

교과서의 설명을 나의 일상과 연결하면 이해의 출발점이 생긴다.



**두 번째 프롬프트**

"능동 회상과 간격 반복을 대학생의 시험 준비에 비유해서 알려 줘. 오늘 바로 따라 할 수 있는 3단계 실천법도 제안해 줘."

## AI 제안 → 학습자가 선택하는 3단계 실천

| | |
|---|---|
| 01 읽기 | 10분간 핵심 개념을 읽고 표시한다. |
| 02 떠올리기 | 노트를 덮고 핵심을 내 말로 설명한다. |
| 03 다시 확인 | 다음 날과 며칠 뒤 내용을 떠올려 보고 틀린 곳을 수정한다. |

주의: 복습 주기와 학습량은 개인의 상황에 따라 조절한다. AI가 제안한 학습법이 모든 학생에게 동일한 효과를 내는 것은 아니다.

# 04 STEP 3 읽는 공부에서 푸는 공부로

AI가 만든 퀴즈를 직접 풀고, 해설을 원본 내용과 대조한다.

**세 번째 프롬프트**

"정리한 내용을 바탕으로 4지선다형 문제 5개를 만들어 줘.
정답과 해설은 문제 뒤에 따로 표시해 줘."



## 직접 풀어보는 셀프 퀴즈

**Q1 능동 회상의 예는?**

① 반복 읽기 ② 책 덮고 설명하기 ③ 밑줄 긋기 ④ 영상 재생

**Q2 간격 반복의 특징은?**

① 전날 몰아서 하기 ② 무작위 암기 ③ 간격 두고 복습 ④ 복습 생략

**Q3 두 학습법의 차이는?**

① 같은 개념 ② 회상 방식과 복습 시점 ③ 필기법 ④ 교재 종류

**Q4 능동 회상의 행동은?**

① 읽기만 하기 ② 표시만 하기 ③ 스스로 답하기 ④ 목차 보기

**Q5 AI 자료를 올바르게 쓰는 방법은?**

① 그대로 암기 ② AI만 신뢰 ③ 오류 무시 ④ 원본과 대조

**정답·해설**

1번 ② 기억에서 꺼내기 / 2번 ③ 시간 간격 / 3번 ② 방법과 시점 / 4번 ③ 직접 회상 / 5번 ④ 사실 확인

# 05 AI를 잘 쓰는 진짜 기준

AI가 제안하고, 나는 확인한다. 이 역할 구분이 핵심이다.

### AI 사용 전후 과정 비교 *효과 측정치가 아닌 업무 흐름 비교

| | | |
|---|---|---|
| 핵심 정리 | 직접 초안 작성 | AI 요약 초안 검토·수정 |
| 개념 이해 | 다른 설명 자료 찾기 | AI에게 예시를 요청하고 재설명 |
| 복습 점검 | 문제 직접 만들기 | AI 문제를 풀고 정답 검증 |

## 실제로 점검할 3가지

**01 정확성**

AI 요약과 해설을 원본 교재 또는 신뢰할 수 있는 자료와 대조한다.

**02 개인정보**

학번·이름·연락처 등 개인정보를 제거하고 자료 사용 권한을 확인한다.

**03 학습 주도권**

AI 답변을 그대로 과제에 내지 않고, 내가 이해한 말로 다시 쓴다.

### 같은 방법을 따라 하는 사람을 위한 재현 방법

① 학습 주제 1개 선택 → ② 3개 프롬프트 순서대로 입력 → ③ 요약·설명·퀴즈 저장 → ④ 오류 수정 기록 → ⑤ 직접 학습 소감 작성

시간 절약이나 정답률 향상은 실제로 측정한 경우에만 결과로 제시한다.

### 마무리 “AI가 나 대신 공부하는 것이 아니라, 내가 더 잘 공부하도록 돕는다.”

작품 안내: 본 자료는 생성형 AI와 함께 제작한 학습 활용 시연이다. 이미지들은 AI 생성 삽화로, 실제 채팅 화면 캡처가 아니다. 개인의 학습 효과나 대학 강의 실험 성과를 주장하지 않는다.

**공모 분야** 교육·학습을 위한 AI 활용 | **작품 유형** 블로그형