

옵시디언으로 교실 기록하기

바쁜 선생님을 위한 실용 가이드

📘 프롤로그: 왜 우리는 매일 까먹고, 매년 똑같이 힘들까?

기억에 의존하는 교사 vs. 기록을 소유한 교사

꼬꼬무, 이게 뭔가요?

이 책의 구성

제1장. 작심삼일 없는 3분 기록 세팅

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

1-1. 데일리 노트 설정 (3단계)

1-2. ORID 템플릿: 빈칸만 채우면 끝

실습: 지금 바로 해보기

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

핵심 메시지

이장에서 배운 것

오늘의 실습

다음 장 예고

제2장. 대괄호 [[]]로 연결하기

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

2-1. 대괄호 [[]] 사용법

2-2. 필수 링크 3가지

실습: 링크 만들기

Q&A (핵심 2개)

📎 홈페이지 핵심요약

핵심 생각

필수 링크 3가지

핵심 단축키

다음 장 예고

제3장. 기록하기 좋은 시간, 언제 쓸 것인가?

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

3-1. 아침 5분: 체크박스로 시각화

3-2. 틈새 10초: 모바일 메모

3-3. 퇴근 전 5분: 머릿속 비우기

Q&A (핵심 2개)

📎 홈페이지 핵심요약

기록하기 좋은 시간 3단계

퇴근 전 5분 루틴

핵심 메시지

다음 장 예고

제4장. 시간 여행자의 클릭: 링크와 백링크

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

4-1. 백링크: 내가 찾지 않아도 모여 있는 기록

4-2. 점이 선이 되는 순간

실습

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

핵심 기능: 백링크 (Backlinks)

3가지 핵심 포인트

실습 요약

다음 장 예고

제5장. 꼬리에 꼬리를 무는 단서 찾기 (인물편)

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

5-1. 화장실 빌런의 비밀

5-2. 맥락을 아는 상담

실습

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

핵심 사례

실천 포인트

달라지는 점

다음 장 예고

제6장. 반복되는 상황, 기록으로 잡기 (환경편)

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

6-1. 환경 키워드 링크

6-2. 실패한 수업, 기록으로 남기기

실습

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

환경 키워드 예시

실패 → 해결책 연결

예전 방식 → 지금 방식

다음 장 예고

제7장. 살아있는 생활기록부: 학생 프로파일링

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

7-1. 학생 명단 목차 노트 만들기

7-2. 학생 카드 기본 템플릿

7-3. 태그(#)로 상태 분류하기

실습 (3분)

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

핵심 개념

보안 원칙

달라진 점

다음 장 예고

제8장. 나만의 수업 백과사전 구축하기

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

8-1. 수업 노트 기본 템플릿

8-2. 연도별로 쌓이는 수업 노트

8-3. 임베드(끼워넣기)로 수업안 조립하기

실습 (3분)

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

4가지 핵심 기능

기억할 문법

달라지는 점

다음 장 예고

제9장. 나만의 행사 업무 매뉴얼 구축하기

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

9-1. 행사 노트 만들기

9-2. 상용구 저장소

실습 (3분)

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

3가지 핵심 기능

핵심 공식

예전 vs 지금

다음 장 예고

제10장. 내 교실의 전체 그림 보기: 그래프 뷰(Graph View)

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

10-1. 그래프 뷰의 진짜 쓸모

10-2. 정수아를 발견한 그 후

실습 (3분)

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

그래프 뷰란?

핵심 쓸모

실천 루틴

예전 방식 → 지금 방식

다음 장 예고

특별편. 점들이 말을 걸어오는 날

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

6개월간 기록만 했다

9월 어느 금요일, 그래프 뷰를 켰다

발견은 미리 계획할 수 없다

회고 루틴 제안

실습: 첫 회고 해보기

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

핵심 메시지

회고 루틴

예전 방식 → 지금 방식

🔮 이 기록이 언제 쓰일까?

다음 장 예고

제11장. 위기의 순간, 나를 지키는 기록 (민원 대응)

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

11-1. 검색으로 기록 찾기

11-2. 3단계 팩트 전환 대화법

11-3. 실전 사례: 김민준

실습 (3분)

Q&A (핵심 2개)

📎 홈페이지 핵심요약

핵심 메시지

배운 기능

3단계 팩트 전환 대화법

예전 방식 → 지금 방식

다음 장 예고

제12장. 생활기록부, 검색으로 끝내기

이장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

12-1. 생기부는 글짓기가 아니라 조립이에요

12-2. 정수아의 생기부 (10장에서 발견한 학생)

12-3. 김민준의 생기부 (5장에서 발견한 패턴)

실습 (5분)

Q&A (핵심 2개)

📎 홈페이지 핵심요약

핵심 메시지

검색 방법

점→선→면→입체의 완성

예전 방식 → 지금 방식

다음 장 예고

제13장. 기록을 정리하고 나누기

이 장을 마치면…

새로 나오는 용어

교실 현장의 에피소드

13-1. 에세이 쓰기 3단계

13-2. PDF로 공유하기

⚠ 공유 전 반드시 체크!

실습 (3분)

Q&A (핵심 2개)

📎 한페이지 핵심요약

핵심 메시지

에세이 쓰기 3단계

공유 방법

핵심 문장

에필로그: 점에서 시작해 우주가 되기까지

👉 점 → 선 → 면 → 입체 → 우주

⭐ 지금 바로 시작하세요

부록: 바로 쓰는 자료실

부록 A. 설치부터 세팅까지 10분 완성

부록 B. 교사 필수 단축키 TOP 5

부록 C. 기능 번역 사전

부록 D. 링크로 만들 만한 키워드

🎁 마지막 당부



프롤로그: 왜 우리는 매일 까먹고, 매년 똑같이 힘들까?

3교시 수학 시간, 평소 조용하던 영희가 손을 번쩍 들고 발표했습니다. ‘아, 이거 생기부에 꼭 써줘야지.’ 그런데 6교시가 끝나고 교무실에 돌아왔을 때, 영희의 그 빛나던 순간은 이미 공기 중으로 흩어졌습니다.

12월, 생기부 마감 시즌. 결국 “수업에 성실히 참여함”이라는 문장을 적습니다. 영희에게 미안하지만, 기억이 안 나는 걸 어떡합니까.

기억에 의존하는 교사 vs. 기록을 소유한 교사

A 선생님 (기억에 의존) > 학부모 전화: “선생님, 우리 민수가 3월에 억울한 일을 당했다는데요?” > A 선생님: “아… 3월이요? 그때… 민수가…” (머릿속이 하얘집니다.)

B 선생님 (기록을 소유) > B 선생님: (검색창에 ‘민수’ 입력, 0.5초) > “어머니, 3월 12일 2교시 말 씀이시죠? 그때 상황은 이러했고, 제가 이렇게 지도했습니다.”

B 선생님에게는 ‘제2의 뇌’가 있었을 뿐입니다.

꼬꼬무, 이게 뭔가요?

오늘 선생님이 이렇게 한 줄을 적었습니다.

“2교시에 김민준이 또 화장실 간다고 나갔다.”

여기서 ’김민준’이라는 이름에 대괄호를 씌웁니다. [[김민준]] 이렇게요. 그게 답니다.

일주일 뒤, 한 달 뒤, [[김민준]] 을 클릭하면 그동안 김민준에 대해 적었던 모든 기록들이 알아서 모여 있습니다.

“아, 김민준은 화요일 2교시 영어 시간마다 배가 아프구나. 영어가 문제였어!”

기록이 알아서 말해준 겁니다.

이 책의 구성

- 제1부 (점): 오늘 딱 한 줄 적는 법
- 제2부 (선): 그 한 줄을 과거와 연결하는 법
- 제3부 (면): 연결된 점들로 패턴을 읽는 법
- 제4부 (입체): 축적된 기록으로 민원 방어하고 칼퇴하는 법

“완벽하게 쓰려 하지 마세요. 엉망으로라도 일단 쓰세요.”

그 한 줄들이 모이면 선이 되고, 선이 모이면 면이 되고, 면이 모이면 입체가 됩니다.

이제 1장으로 넘어가서, 저와 함께 첫 번째 점을 찍어 봅시다.

⚠️ 안내

이 책에 등장하는 인물, 사례, 장소, 시간 등은 모두 교육적 이해를 돋기 위해 구성된 가상의 내용입니다. 실제 인물이나 사건과는 무관합니다.

제1장. 작심삼일 없는 3분 기록 세팅

이 장을 마치면…

예전 방식

지금 방식

“뭘 써야 할지 모르겠어”

빈칸만 채우면 되니 3분이면 끝

“저장 버튼이 없어서 무서워”

자동저장이라 걱정 없음

새로 나오는 용어

용어

뜻

데일리 노트 (Daily Note)

매일 자동으로 생성되는 오늘 날짜의 기록장. 클릭 한 번으로 오늘의 빈 노트가 열립니다.

ORID

사실(O)→감정(R)→해석(I)→계획(D) 4단계로 하루를 정리하는 회고 방법.

자동 저장

옵시디언은 글을 쓰는 순간 자동으로 저장됩니다. 저장 버튼을 누를 필요가 없어요.

교실 현장의 에피소드

12월, 생활기록부 마감이 코앞입니다. 1번 강도현. 분명 이 아이, 올해 뭔가 인상 깊은 일이 있었는데… 뭐였더라? 결국 “성실하고 책임감이 강하며 타의 모범이 되는 학생임…”이라는 익숙한 문장을 적습니다.

만약 검색창에 **강도현** 입력하고 1초 만에 1년 치 기록이 펼쳐진다면? 생기부 작성 시간: 5분. 이것이 1장부터 시작되는 여정의 도착점입니다.

1-1. 데일리 노트 설정 (3단계)

Step 1. 옵시디언 왼쪽 하단의 텁니바퀴(설정) 아이콘 클릭

Step 2. ‘Core plugins(코어 플러그인)’ → ‘Daily notes(일일 노트)’ 켜기

Step 3. 끝. 왼쪽 메뉴의 달력 아이콘을 누르면 오늘 날짜의 빈 노트가 생성됩니다.

1-2. ORID 템플릿: 빙칸만 채우면 끝

단계	질문	예시
Objective (사실)	무슨 일이 있었나요?	“2교시에 민준이가 엎드려 잤다.”
Reflective (감정)	어떤 기분이 들었나요?	“무시당하는 것 같아 화가 났다.”
Interpretive (해석)	왜 그런 일이 일어났을까요?	“어제 가정 불화 이야기를 했었지…”
Decisional (계획)	그래서 어떻게 할 건가요?	

단계	질문	예시
		“내일 조용히 불러서 이야기 해 봐야겠다.”

최소 템플릿

```
# {{date:YYYY-MM-DD}} ({{date:ddd}})
```

```
## 오늘 한 줄
```

-

```
## 오늘의 회고 (ORID)
```

```
### 사실: 무슨 일이 있었나?
```

-

```
### 감정: 어떤 기분이 들었나?
```

-

```
### 해석: 왜 그랬을까?
```

-

```
### 계획: 그래서 어떻게 할까?
```

```
- [ ]
```

중요: 모든 칸을 다 채울 필요 없습니다. 바쁜 날은 '오늘 한 줄'에 한 문장만 적어도 됩니다.

실습: 지금 바로 해보기

옵시디언을 열고, 데일리 노트를 만든 뒤, 오늘 수업 중 가장 강렬했던 장면을 '딱 한 줄'만 적어보세요.

- 3교시 [[정수아]]가 조용히 손들고 발표함. 처음 보는 모습.
- 2교시 [[김민준]]이 또 화장실 간다고 나감. 이번 주만 세 번째.

Q&A (핵심 2개)

Q1. “저장 버튼이 어디 있어요?”

A. 옵시디언은 실시간 자동 저장합니다. 그냥 창을 닫으세요. 내일 다시 열면 그대로 있습니다.

Q2. “폴더로 정리 안 해도 되는 거예요?”

A. 검색창에 이름을 치는 게 폴더보다 훨씬 빠릅니다. 링크만 잘 걸어두면 옵시디언이 알아서 정리해줍니다. (2장에서 자세히!)



한페이지 핵심요약

핵심 메시지

“기록하지 않은 경험은 경력이 아니다.”

이 장에서 배운 것

기능

설명

사용법

데일리 노트

기능	설명	사용법
	매일 자동 생성되는 오늘의 기록장	설정 → Core plugins → Daily notes 켜기
ORID 템플릿	빈칸만 채우면 되는 회고 양식	사실→감정→해석→계획 4 단계
자동 저장	저장 버튼 필요 없음	그냥 쓰고 창 닫으면 끝

오늘의 실습

1. 옵시디언에서 데일리 노트 기능 켜기
2. 오늘 날짜 노트 열기
3. 한 줄만 적기 (가장 인상적인 장면)

다음 장 예고

[[대괄호]]로 학생 이름을 감싸면 1년 치 기록이 한 곳에 모입니다.

제2장. 대괄호 [[]]로 연결하기

이 장을 마치면…

예전 방식	지금 방식
파일 찾으려면 폴더를 5번 클릭	이름만 부르면 바로 해당 노트로 이동
“그때 걔가 뭐라고 했더라?” 기억에 의존	[[김민준]] 클릭 한 번으로 1년 치 기록 확인

새로 나오는 용어

용어	뜻
링크 [[]]	단어를 대괄호 두 개로 감싸면 파란색 연결 고리가 생깁니다. 클릭하면 해당 노트로 바로 이동해요.
Ctrl + 클릭	Ctrl 키를 누른 채 링크를 클릭하면 화면이 분할되어 두 노트를 동시에 볼 수 있어요.

교실 현장의 에피소드

선생님의 바탕화면: 2025_수업자료, 새 폴더, 진짜_최종, 진짜진짜_최종_수정 ...

파일은 쌓이는데, 정작 필요할 때는 찾을 수가 없습니다. 폴더를 5번 클릭해서 들어갔는데, 정작 그 파일은 기타 폴더에 있었습니다.

만약, 이름만 부르면 그 파일이 바로 열린다면?

2-1. 대괄호 [[]] 사용법

글을 쓰다가 중요해 보이는 단어가 나오면, 그 단어를 대괄호로 감싸세요.

"오늘 [[김민준]]이 또 화장실 간다고 나갔다. [[화장실빌런]] 등극."

[[김민준]] 을 클릭하면 민준이 노트로 바로 이동합니다.

2-2. 필수 링크 3가지

유형	예시	왜 링크하나요?
학생 이름	[[김민준]]	1년 치 상담/지도 기록이 한 곳에 모여요
교육 개념	[[자기효능감]]	교육 철학 패턴이 보여요
상황 키워드	[[화장실빌런]]	반복되는 문제 패턴을 추적 해요

 조용한 아이일수록 의식적으로 링크를 걸어야 합니다.

실습: 링크 만들기

[[2026-03-14]] (목) 데일리 노트

- [[김민준]]: 수업 시작 5분 만에 화장실 간다고 나감.
지난주에도 이랬던 것 같다. [[화장실빌런]] 등극.

1주일 뒤, [[김민준]] 을 클릭하면 민준이가 언급된 모든 날짜가 뜹니다.

“민준아, 너 3주 연속으로 목요일 2교시에만 화장실 갔어. 혹시 영어 시간이 힘들어?”

짐작이 아니라 기록을 근거로 상담할 수 있습니다.

Q&A (핵심 2개)

Q1. “파란 글씨 클릭했더니 화면이 백지가 됐어요!”

A. 아까 쓰던 글이 삭제된 게 아닙니다! 새로운 노트로 이동한 것뿐이에요. - 돌아가기: 화면 왼쪽 위의 ← 화살표 클릭 - 다음부터는: Ctrl 을 누른 채로 클릭하면 화면이 분할됩니다

Q2. “실수로 뭔가 지웠어요!”

A. Ctrl + Z 를 누르면 되돌릴 수 있습니다.



한페이지 핵심요약

핵심 생각

“어디에 넣을까?”(폴더) → “무엇과 연결될까?”(링크)

필수 링크 3가지

유형	예시	효과
학생 이름	[[김민준]]	1년 치 기록이 한 곳에 모임
교육 개념	[[자기효능감]]	교육 철학 패턴 파악
상황 키워드	[[화장실빌런]]	반복 문제 패턴 추적

핵심 단축키

단축키	기능
Ctrl + Click	화면 분할하여 두 노트 동시 보기
Ctrl + Z	실수 되돌리기

다음 장 예고

기록의 ‘골든타임’ - 언제 기록해야 할까?

제3장. 기록하기 좋은 시간, 언제 쓸 것인가?

이 장을 마치면…

예전 방식	지금 방식
아침에 떠올린 할 일을 3교시쯤 까먹음	체크박스로 시각화하고, 하나씩 지워가며 확인
복도에서 들은 학생의 말이 퇴근 후 가물가물	스마트폰으로 10초 메모
학교 걱정을 집까지 가져감	퇴근 전에 머릿속 비우고 가벼운 마음으로 퇴근

새로 나오는 용어

용어	뜻
체크박스 - []	할 일 목록을 만드는 문법. 체크 가능한 박스가 생겨요.
기록 타이밍	기록하기 가장 좋은 시간대. 아침 5분, 틈새 10초, 퇴근 전 5분.

교실 현장의 에피소드

월요일 아침, 출근길에 떠올랐습니다. ‘아, 오늘 3교시에 수행평가 안내해야 하는데!’ 정신없이 움직이다 보니 3교시가 끝난 뒤에야 깨닫습니다. “아… 수행평가 안내 또 까먹었네.”

점심시간 복도에서 [[최예진]]이 “친구들이랑 사이가 안 좋아요”라고 말했는데, 퇴근할 때 “예진이가 뭐라고 했더라?” 기억이 안 납니다.

3-1. 아침 5분: 체크박스로 시각화

📅 오늘의 할 일

- [] 3교시 수행평가 안내
- [] [[김민준]] 어머니께 전화
- [] [[최예진]] 점심시간에 말 걸어보기

체크박스 단축키: `Ctrl + L` (Win) / `Cmd + L` (Mac)

3-2. 틈새 10초: 모바일 메모

복도에서 예진이의 말을 들은 그 순간, 폰을 꺼내 10초 만에 메모합니다.

[[최예진]] - 친구 관계 힘들다고 함. 상담 필요.

💡 모바일은 선택사항! PC만 써도 충분합니다.

3-3. 퇴근 전 5분: 머릿속 비우기

↳ ‘대나무 숲’ 섹션

🌳 대나무 숲 (오늘의 속마음)

여기에 털어버리고 퇴근합니다

- 오늘 철수한테 화낸 거 후회됨.
- 내일 공개수업 망하면 어쩌지...
- [[최예진]] 상담 못 해줬다. 내일은 꼭.

아무도 안 봅니다. 예쁘게 쓸 필요 없고, 욕해도 됩니다.

“여기에 적지 않으면, 이 걱정은 집에까지 따라간다.”

Q&A (핵심 2개)

Q1. “대나무 숲에 뭘 써야 할지 모르겠어요.”

A. 퇴근하려는데 머릿속에서 맴도는 생각 있으시죠? 그거 쓰시면 됩니다. 한 줄이어도 괜찮아요. 중요한 건 머릿속에서 꺼내서 텍스트로 남기는 것입니다.

Q2. “모바일 동기화가 어려워 보여요.”

A. PC에서만 사용하셔도 충분합니다. 모바일은 ‘있으면 좋은 것’이지 필수가 아니에요.



한페이지 핵심요약

기록하기 좋은 시간 3단계

시간	할 일	핵심
아침 5분	체크박스로 할 일 시각화	<code>Ctrl+L</code> 단축키
틈새 10초	모바일로 순간 포착	짧게 적기
퇴근 전 5분	대나무 숲에 걱정 쏟아내기	형식 무시

퇴근 전 5분 루틴

순서	할 일	시간
1	할 일 체크박스 확인	1분
2	키워드에 [[]] 써우기	2분
3	대나무 숲 작성	2분

핵심 메시지

“이 5분이 퇴근 후 마음의 여유를 만들어줍니다.”

다음 장 예고

[[김민준]] 을 클릭하면 1주일간 기록이 알아서 모여드는 경험 - 백링크

제4장. 시간 여행자의 클릭: 링크와 백링크

이 장을 마치면…

예전 방식

학부모 전화가 오면 “확인해보고 연락드릴게요”

파일 탐색기 10분 뒤져도 못 찾음

지금 방식

학생 이름 클릭 한 번, 1년 치 기록 바로 확인

흩어진 기록이 알아서 모여 있음

새로 나오는 용어

용어

백링크 (Backlinks)

뜻

‘나를 언급한 다른 노트들’의 목록. 김민준 노트를 열면, 김민준을 언급한 모든 데일리 노트가 자동으로 모여 있어요.

교실 현장의 에피소드

민준이 어머니에게 전화가 왔습니다. “민준이가 영어를 너무 싫어해요. 학교에서 무슨 일 있었나요?”

기억을 더듬어봅니다. 3월에 뭔가 적었던 것 같은데… 결국 “확인해보고 연락드릴게요”라며 전화를 끊고, 10분간 폴더를 뒤졌지만 찾지 못합니다.

4-1. 백링크: 내가 찾지 않아도 모여 있는 기록

[[김민준]] 노트를 열고 오른쪽 사이드바의 ‘백링크’ 패널을 보세요.

연결된 언급 (3개)

- 2026-03-12 : “[김민준]이 ‘저 어차피 못해요’라며 . . .”
- 2026-04-05 : “[김민준]에게 쉬운 문제만 풀게 했더니 . . .”
- 2026-05-20 : “[김민준] 어머니 전화. 학원 끊겠다고 . . .”

내가 찾지도 않았는데, 3월, 4월, 5월에 민준이를 언급한 모든 기록이 알아서 모여 있습니다.

4-2. 점이 선이 되는 순간

김민준의 타임라인 (백링크가 모아줌)

3월 ●———— 4월 ●———— 5월 ●———— 6월
"못해요" 성공! 학원문제 지금

패턴 발견: > “민준이는 ’어려운 것 = 실패’라는 공식이 머릿속에 있구나. 쉬운 문제로 성공 경험을 쌓아주니까 밝아졌는데, 학원에서 어려운 걸 시키니까 회피하는 거야!”

실습

1. `Ctrl + O` → 학생 이름 검색

2. 오른쪽 사이드바 → 백링크 패널 확인

3. 패턴 발견 → 본문에 핵심만 정리

김민준

🔍 핵심 패턴

- 어려운 과제 → 회피 ("어차피 못해요")
- 쉬운 과제 성공 → 자신감 상승

##💡 효과적인 전략

- 난이도를 낮춰 '작은 성공' 반복시키기

Q&A (핵심 2개)

Q1. “오른쪽에 백링크 패널이 안 보여요!”

A. 화면 오른쪽 끝의 작은 화살표(>)를 클릭하거나, 단축키 `Ctrl + Shift + L`

Q2. “화면이 바뀌면 헷갈려요.”

A. `Ctrl` 을 누른 채로 클릭하면 화면이 좌우로 분할되어 두 노트를 나란히 볼 수 있어요.



한페이지 핵심요약

핵심 기능: 백링크 (Backlinks)

한 줄 정의: 과거에 [[김민준]] 이라고 적어둔 모든 기록이, 민준이 노트를 열면 자동으로 모여 있는 기능.

3가지 핵심 포인트

포인트

설명

클릭 = 순간이동 [[학생이름]] 클릭 → 해당 노트로 이동

백링크 = 자동 모음 10분 검색 없이 바로 확인

점 → 선 전환 흩어진 기록이 연결되어 패턴 발견

실습 요약

1. `Ctrl + O` → 학생 이름 검색
2. 오른쪽 사이드바 → 백링크 패널 확인
3. 패턴 발견 → 본문에 핵심만 정리

다음 장 예고

민준이가 왜 하필 목요일 2교시에만 화장실 가는지 추적하기

제5장. 꼬리에 꼬리를 무는 단서 찾기 (인물편)

이 장을 마치면…

예전 방식

지금 방식

학생의 문제 행동을 '감'으로 판단

흩어진 기록에서 '패턴'을 읽는다

"걔는 원래 그래"라며 넘어감

행동 뒤에 숨은 진짜 이유를 파악

새로 나오는 용어

용어

뜻

패턴

같은 학생이 비슷한 상황에서 반복하는 행동

기록 기반 상담

"왜 그랬어?"가 아니라 "3주간 목요일마다 이랬네?"처럼 기록을 근거로 대화하는 방식

5-1. 화장실 빌런의 비밀

민준이가 화장실을 갈 때마다 한 줄씩 적었습니다.

[[2026-03-07]]: 2교시 영어, [[김민준]] 또 화장실 감
[[2026-03-14]]: 2교시 영어, [[김민준]] 수업 시작 5분 만에 화장실
[[2026-03-21]]: 2교시 영어, [[김민준]] 배 아프다며 보건실 감

[[김민준]] 노트를 열어 백링크를 보니 패턴 발견:

날짜	요일	교시	과목
3/7	목	2교시	영어
3/14	목	2교시	영어
3/21	목	2교시	영어

민준이는 매주 목요일 2교시 영어 시간에만 배가 아픕니다.

이건 '게으름'이 아니에요. '회피'입니다. 이제 “민준아, 혹시 영어가 힘드니?”라고 본질적인 질문을 던질 수 있습니다.

5-2. 맥락을 아는 상담

강도현이가 친구와 다퉁습니다. [[강도현]] 백링크를 보니: - 3월: 복도에서 다툼 - 4월: 체육 시간 욕설 - 5월: 스승의 날 편지 “저도 제 성격 고치고 싶어요”

[[가정환경]] 링크를 따라가니: > “부모님이 자주 싸우신다고 함. 아빠가 소리 지르면 몸이 굳는다고.”

도현이는 '공격적인 아이'가 아니라, 방어적으로 먼저 공격하는 습관이 생긴 아이였습니다.

맥락을 알 때: > “도현아, 혹시 그 순간 '공격받는다'는 느낌이 들었어?”

실습

1. 마음에 걸렸던 학생 한 명 떠올리기
 2. `Ctrl+O` → 학생 이름 검색
 3. 백링크에서 공통점 찾기:
 - 반복되는 **시간대**?
 - 반복되는 **상황**?
 - 반복되는 **관련 인물**?
 4. 가설 세우기: “이 아이는 _____ 때문에 이런 행동을 하는 것 같다.”
-

Q&A (핵심 2개)

Q1. “패턴을 못 찾겠어요.”

A. 패턴은 최소 3~4개의 점이 모여야 보입니다. 2주만 더 꾸준히 적어보세요.

Q2. “상담 기록은 민감한데?”

A. 민감한 내용은 `_비공개` 폴더로 별도 관리하세요.



한페이지 핵심요약

핵심 사례

학생	표면적 문제	패턴 분석 후	실제 원인
김민준	수업 중 화장실	목요일 2교시 영어 만	영어 듣기평가 불안
강도현	친구들과 다툼	큰 소리/접촉 시 반 응	가정환경으로 인한 방어기제

실천 포인트

- 학생 이름에 [[]] 걸기
- 행동 키워드에도 [[화장실]], [[지각]] 걸기
- 3~4개 기록이 모이면 백링크에서 패턴 찾기

달라지는 점

예전 방식	지금 방식
“왜 그랬어?”	“목요일 2교시 영어 시간에 뭐가 힘들어?”
감으로 하는 상담	기록으로 하는 상담

다음 장 예고

학생이 아닌 '환경'의 패턴 추적 - 왜 월요일 1교시만 되면 좀비가 될까?

제6장. 반복되는 상황, 기록으로 잡기 (환경편)

이 장을 마치면…

예전 방식	지금 방식
“어? 이 상황 익숙한데?” 싶지만 언제였는지 기억 안 남	키워드 클릭 한 번으로 과거 기록 확인
모둠활동이 매년 실패, 왜인지 모름	실패 원인과 해결책이 기록으로 연결됨

새로 나오는 용어

용어	뜻
환경 키워드	수업 분위기에 영향을 주는 외부 요인. [[월 요병]], [[비오는날]] 등
수업 일기예보	과거 기록을 바탕으로 “월요일 1교시는 활동 수업이 낫다”처럼 미리 준비하는 것

교실 현장의 에피소드

월요일 1교시, 열심히 준비한 수업인데 아이들 눈이 반쯤 감겨 있습니다. ‘내가 뭘 잘못했나?’ 자책하며 교무실에 돌아오니 옆 반 선생님도 한숨을 쉽니다. “월요일 1교시는 진짜 답이 없어요.”

매주 월요일이 이 모양인데, 왜 1년 내내 같은 방식으로 수업할까요? 기록하지 않았으니까요.

6-1. 환경 키워드 링크

2026-04-15 (월) 1교시

수업 시작하자마자 절반이 엎드려 있음. [[월요병]] 심각.

메모: 월요일 1교시에는 새로운 단원 시작하지 말 것.

한 달 뒤, [[비오는날]]을 클릭하면:

- 2026-05-02: 애들이 차분함. 필기 수업 성공.
- 2026-05-17: [[김민준]]도 화장실 안 감!

“우리 반은 비 오는 날 차분해지네.”

날씨

추천 수업

비 오는 날 독서, 필기, 조용한 토론

맑은 날 모둠 활동, 발표 수업

6-2. 실패한 수업, 기록으로 남기기

Step 1: 실패 기록

[[모둠활동]] 실패. 무임승차 문제 심각.

반성: "알아서 하세요"는 안 된다.

다음에 시도할 것: 역할을 명확히 나눠주기

Step 2: 재도전 및 성공

[[모둠활동]] 재도전. 직소모형 사용.

각자 맡은 부분이 없으면 발표가 안 되니까 다들 열심히 함.

결과: 무임승차 없었음. 성공!

실습

이번 주 데일리 노트에 환경 키워드 1개를 써보세요: - “오늘 1교시가 유독 힘들었다. [[월요병]]” - “오늘 비 와서 애들이 차분했다. [[비오는날]]”

Q&A (핵심 2개)

Q1. “키워드가 너무 많은데… 다 외워야 해요?”

A. 외우실 필요 없어요! “어? 오늘 왜 이러지?” 싶은 순간에 떠오르는 단어에 [[대괄호]]를 써주세요. 키워드 목록은 쓰면서 자연스럽게 만들어져요.

Q2. “실패한 수업은 창피해서 기록하기 싫어요…”

A. 오히려 실패한 날이 기록할 가치가 있는 날이에요. 이 기록은 선생님만 보는 거예요.



한페이지 핵심요약

환경 키워드 예시

키워드 언제 쓰나요?

[[월요병]] 월요일 아침, 아이들이 축 처져 있을 때

[[비오는날]] 날씨가 수업 분위기에 영향을 준 날

[[급식버프]] 4교시(배고파서 산만) / 점심 직후(식곤증)

[[행사후유증]] 체육대회, 현장학습 다음 날

실패 → 해결책 연결

1. 실패 기록 + [[키워드]]
2. 원인 분석
3. 해결책 탐색
4. 재도전 → 성공 기록

예전 방식 → 지금 방식

예전 방식 지금 방식

매년 같은 실패 반복 과거 기록에서 힌트 찾기

10년 경력 = 1년 × 10 10년 경력 = 쌓인 10년 기록

다음 장 예고

[[우리반 학생 명단]] 노트 하나가 30명 학생의 '목차'가 됩니다.

제7장. 살아있는 생활기록부: 학생 프로파일링

이 장을 마치면…

예전 방식	지금 방식
학부모 전화 오면 “누구였더라?” 당황	[[우리반 학생 명단]] 클릭 한 번으로 30명 파악
30명 정보가 흩어져 있음	한 학생의 모든 기록이 백링크로 자동 수집
12월 생기부 때 처음부터 기억 더듬기	#행특, #세특 태그 검색해서 복사-붙여넣기

새로 나오는 용어

용어	뜻
목차 노트 (MOC)	여러 노트를 한눈에 볼 수 있도록 링크를 모아둔 ‘관제탑’ 노트
학생 카드	학생 한 명당 하나씩 만드는 개인 노트
태그 #	단어 앞에 # 을 붙이면 태그. #행특, #세특 처럼 검색할 때 유용

교실 현장의 에피소드

학부모 상담 주간. “선생님, 저 15번 신시우 엄마인데요.” 순간 멈칫합니다. 시우가… 어떤 애였더라? 급하게 컴퓨터를 뒤지지만 기록이 어디 있는지 모르겠습니다. 결국 “아, 시우가요… 네, 요즘 열심히 하고 있어요”라는 뻔한 말만 반복합니다.

30명. 각자의 성격, 가정환경, 행동 패턴… 이걸 머릿속에만 담아두기는 어렵습니다.

7-1. 학생 명단 목차 노트 만들기

2026학년도 00중학교 0학년 0반

📁 학생 명단

```
| 번호 | 이름 | 번호 | 이름 |
| :---: | :---: | :---: | :---: |
| 1 | [강도현] | 4 | [김민준] |
| 2 | [고우진] | 5 | [김서진] |
```

🌟 이번 주 관심 학생

- [강도현] - 교우관계 예의주시
 - [김민준] - 영어 시간 수업 이탈 추적 중
-

7-2. 학생 카드 기본 템플릿

김민준 (4번)

💬 기본 정보

- **특이사항:** 영어에 대한 회피 경향
- **관심사:** 게임, 유튜브

🔍 핵심 패턴 (백링크에서 발견)

- > 매주 목요일 2교시 영어 시간 수업 이탈
- > 원인: 영어 듣기평가 불안

📄 생기부 초안

영어 학습에 어려움을 느꼈으나 교사의 개별 지원을 통해
극복 의지를 보임.

7-3. 태그(#)-로 상태 분류하기

태그

용도

#관찰필요 행동이나 심리 상태가 걱정되는 학생

#상담예정 상담이 필요하지만 아직 못 한 경우

#행특 생기부 ‘행동특성’ 소재

#세특 생기부 ‘세부능력특기사항’ 소재

링크 [[]] = ‘누구/무엇’ (클릭하면 그 노트로 이동) 태그 # = ‘상태/분류’ (여러 노트에
붙일 수 있는 스티커)

실습 (3분)

1. 우리반 학생 명단 노트 만들기
2. 학생 5명 이름 [[]] 로 감싸기
3. 한 명 클릭해서 특이사항 한 줄 적기
4. #관찰필요 태그 붙이기

Q&A (핵심 2개)

Q1. “30명 다 만들려면 한 세월 아니에요?”

A. 명단만 먼저 만들어 두세요. 실제로 ’사건’이 생겼을 때 클릭해서 노트를 만드세요. 자연스럽게 채워집니다.

Q2. “태그랑 링크, 둘 다 해야 해요?”

A. 처음에는 링크만 쓰세요. 태그는 나중에 필요할 때 추가하면 됩니다.

📎 한페이지 핵심요약

핵심 개념

개념

설명

목차 노트 [[우리반 학생 명단]] 노트 하나로 30명 관리

학생 카드 이름 클릭 → 빈 노트 생성 → 사건 있을 때만 기록

태그(#) #관찰필요 , #행특 등으로 검색

보안 원칙

1. 볼트는 내 문서 폴더 깊숙이
2. 민감 정보는 _비공개 폴더로 분리

3. 자리 비울 때 Windows + L

달라진 점

예전 방식

지금 방식

학부모 상담 때 당황 클릭 한 번으로 기록 확인

12월 생기부 고통 #행특 검색해서 복사-붙여넣기

다음 장 예고

수업을 체계적으로 정리하는 방법 - 3년간의 수업 기록 쌓기

제8장. 나만의 수업 백과사전 구축하기

이 장을 마치면…

예전 방식

지금 방식

매년 수업 준비에 1~2시간 검색 내 기록에서 30분이면 충분

“작년에 뭘 했더라?” 기억 안 남 검색 한 번에 지난 기록 확인

성공한 수업도 1년 뒤면 잊혀짐 연도별로 쌓이는 수업 노트

새로 나오는 용어

용어

뜻

수업 노트

특정 단원/주제에 대한 수업 기록. 성공한 활동, 실패한 방법을 모아둬요.

임베드 ![]

다른 노트의 내용을 현재 노트 안에 ‘끼워넣기’하는 기능

교실 현장의 에피소드

피타고라스 정리 단원. ‘작년에 효과적인 활동을 했던 것 같은데… 종이접기였나? 실생활 예시?’ 기억이 안 나서 결국 교과서 순서대로 강의합니다. 수업 후 옆 반 선생님이 “저는 ‘보물찾기 미션’ 해봤는데 애들이 좋아했어요”라고 하자 “아! 그거였어! 내가 작년에 했던 게!”

10년 차 교사라고 10년 치 노하우가 자동으로 쌓이지 않습니다. 기록하지 않으면 매년 비슷한 시행착오를 반복합니다.

8-1. 수업 노트 기본 템플릿

피타고라스 정리

🔔 기본 정보

- **과목:** 수학
- **학년:** 중2

📅 17 수업 이력

2025년

- **방식:** 보물찾기 활동
- **결과:** ★★★★★ - 애들 집중 잘함
- **다음에:** 줄자 더 준비

8-2. 연도별로 쌓이는 수업 노트

2024년: 강의식 → 반응 별로 (★★)

↓

2025년: 보물찾기 → 반응 좋음 (★★★★★)

↓
2026년: 디지털 도구 추가 → 더 좋음

3년 후: “피타고라스 정리 수업은 보물찾기 활동이 제일 낫더라고요.”

8-3. 임베드(끼워넣기)로 수업안 조립하기

구분	링크 []	임베드 ! []
동작	클릭하면 이동	내용이 바로 보임
수정 시	원본 수정해도 링크는 그대로	원본 수정하면 여기도 자동 변경

2025.05.15 - 피타고라스 정리

도입 (5분)
! [[아이스브레이킹#유형3-영상형]]

전개 (30분)
! [[피타고라스 정리#2025년 수업방식]]

실습 (3분)

1. `Ctrl + N` → 제목: [수업명]
2. 최소 템플릿 복사-붙여넣기
3. 올해 수업 후 한 줄만 추가

Q&A (핵심 2개)

Q1. “이렇게 길게 써야 해요?”

A. 처음부터 길게 쓸 필요 없어요. 올해 첫 수업 후에는 이것만:

- 보물찾기 활동
- 결과: 애들 좋아함 ★★★★

Q2. “임베드 문법이 어려워요.”

A. 링크 [] 앞에 느낌표(!) 하나만 추가하면 됩니다.

📎 한페이지 핵심요약

4가지 핵심 기능

기능	설명
수업 노트	과목-단원-수업 구조로 정리
연도별 기록	시행착오를 연도별로 축적
수업 부품	도입-전개-정리 나눠 저장
임베드	![] 로 끼워넣기

기억할 문법

[[링크]] → 클릭하면 이동
! [[임베드]] → 내용이 바로 보임 (느낌표 추가!)

달라지는 점

예전 방식

지금 방식

수업 준비 1~2시간 30분이면 충분

작년 기억 안 남 검색으로 확인

다음 장 예고

[[체육대회]], [[학부모상담주간]] 같은 행사 매뉴얼 만들기

제9장. 나만의 행사 업무 매뉴얼 구축하기

이 장을 마치면…

예전 방식	지금 방식
매년 체육대회 때마다 “작년에 뭘 했더라?”	[[체육대회]] 노트 열면 3년 치 기록이 한눈에
“아이스크림 녹았어요!” 매년 같은 실수 반복	“내년의 나에게” 섹션 보고 미리 대비
가정통신문 쓸 때마다 1시간	상용구 저장소에서 복사해서 10분

새로 나오는 용어

용어	뜻
행사 노트	체육대회, 수학여행 등 매년 반복되는 행사 별로 만드는 노트
“내년의 나에게” 섹션	행사 직후 깨달은 점을 적어두는 공간

교실 현장의 에피소드

체육대회 날. 아이스크림 박스를 열어보니 죄다 녹아 있습니다. “아… 작년에도 이랬던 것 같은데?” 분명 작년에도 비슷한 실수를 했던 것 같은데, 정확히 뭘 잘못했는지 기억이 안 납니다.

작년의 나는 왜 올해의 나에게 아무런 힌트도 남기지 않았을까요?

9-1. 행사 노트 만들기

체육대회 매뉴얼

📅 17 2026년 기록

잘된 점:

- 반티 사이즈 미리 조사해서 교환 소동 없었음

아쉬운 점:

- 간식 30분 전 주문했더니 녹음

🎉 내년의 나에게

1. 간식은 **1시간 전**에 주문할 것
2. 응원 도구는 학생 수 + **20개** 여유분
3. 선크림 챙겨라

“지금 안 적으면 이 깨달음은 1주일 뒤에 잊혀집니다.”

9-2. 상용구 저장소

가정통신문 상용구

인사말 (봄)

따스한 봄바람이 불어오는 요즘, 가정에 평안을 기원합니다.

마무리

가정에서도 많은 관심과 협조 부탁드립니다.

회신 양식

※ 절취선 —————

[] 참가합니다 [] 참가하지 않습니다

학생명: _____ 학부모 서명: _____

임베드로 활용:

2026학년도 현장체험학습 안내

![[가정통신문 상용구#인사말 (봄)]]

안녕하세요, ○○중학교입니다...

![[가정통신문 상용구#회신 양식]]

실습 (3분)

1. 새 노트 생성: 체육대회 또는 현장체험학습

2. 최소 템플릿 복사

3. “내년의 나에게” 섹션에 1개만 적기

Q&A (핵심 2개)

Q1. “‘내년의 나에게’ 섹션, 꼭 행사 당일에 써야 해요?”

A. 네, 꼭 그날 쓰세요. 일주일만 지나도 기억이 안 납니다.

Q2. “기존에 한글(HWP)로 쓴 기안문은 어떡해요?”

A. 버리지 마세요! 읍시디언에는 **핵심 포인트만** 정리하고, 한글 파일 수정할 때 읍시디언 노트 먼저 확인하세요.

📎 한페이지 핵심요약

3가지 핵심 기능

기능	설명
행사 노트	매년 기록 추가, “내년의 나에게” 섹션
상용구 저장소	자주 쓰는 문구 모아두기
임베드	![[]] 로 내용 바로 표시

핵심 공식

링크 [[]] = 클릭하면 이동

임베드 ![[]] = 내용이 바로 보임

예전 vs 지금

예전	지금
매년 처음부터 시작	작년 기록 위에서 시작
같은 실수 반복	“내년의 나에게” 보고 대비

다음 장 예고

그래프 뷰로 전체 기록을 한눈에 보기 - 1년간 한 번도 언급되지 않은 [[정수아]] 발견

제10장. 내 교실의 전체 그림 보기: 그래프 뷰 (Graph View)

이 장을 마치면…

예전 방식

1년간 열심히 했는데, “뭘 했더라?” 막막함

조용한 학생은 자연스럽게 관심에서 벗어남

지금 방식

내 기록이 어떻게 연결됐는지 **한눈에** 보임

연결이 없는 점 하나로 놓친 학생 발견

새로 나오는 용어

용어

그래프 뷰 (Graph View)

뜻

내 모든 노트와 링크 관계를 점과 선으로 보여주는 시각화 기능. `Ctrl+G`로 열어요.

외톨이 점

아무 노트와도 연결되지 않은 노트. 구석에 홀로 떠 있어요.

교실 현장의 에피소드

그래프 뷰를 열어봤습니다. [김민준], [강도현]… 그런데 구석에 홀로 떠 있는 작은 점이 보입니다.
[[정수아]] (선 0개). 검색해도 결과가 없습니다.

정수아를 1년간 한 번도 언급하지 않았습니다. 조용하고 착한 아이라서 완전히 레이더에서 벗어나 있었어요.

10-1. 그래프 뷰의 진짜 쓸모

그래프 뷰가 유용한 건 '연결된 것'을 보여줘서가 아니에요. '연결되지 않은 것'을 발견할 수 있어서예요.

가운데 큰 점들: - [[김민준]] (선 12개) — 화장실빌런으로 자주 언급됨 - [[강도현]] (선 8개) — 교우관계 문제로 여러 번 상담

구석에 홀로 떠 있는 작은 점: - [[정수아]] (선 0개) — 1년간 한 번도 언급 안 됨

10-2. 정수아를 발견한 그 후

연결이 없는 점을 발견했다면, 다음 주에 그 학생에게 말을 걸어보세요.

2026-09-12 (월)

[[정수아]]에게 쉬는 시간에 말 걸어봄.
웹툰 〈재혼황후〉 좋아한다고 함.
의외로 말이 많음. 그동안 내가 기회를 안 준 건가?

관심을 가지니까 기록이 생기고, 기록이 생기니까 연결이 생긴 거예요.

실습 (3분)

1. 그래프 뷰 열기: `Ctrl + G`
 2. 전체 조망: 마우스 휠로 줌 아웃
 3. 혼자 떨어진 점 찾기: 선이 없는 점 클릭
 4. 다음 주에 그 학생에게 말 걸기
-

Q&A (핵심 2개)

Q1. “점들이 움직여요! 고장 난 거 아니에요?”

A. 고장 아니에요! 정상입니다. 마우스로 드래그해서 움직여봐도 돼요.

Q2. “금요일마다 꼭 봐야 해요?”

A. 꼭은 아니지만, 일주일에 딱 1분만 투자해 보세요. “나 이번 주에 이만큼 연결했다”라는 정리가 됩니다.



한페이지 핵심요약

그래프 뷰란?

노트(점)와 링크(선)의 연결 관계를 시각화하는 기능. `Ctrl+G`로 열어요.

핵심 쓸모

‘연결된 것’보다 ‘연결되지 않은 것’을 발견하는 데 있습니다.

- 구석에 홀로 떠 있는 점 = 관심에서 놓친 학생
- 조용하고 착한 아이일수록 기록에서 누락되기 쉬움

실천 루틴

매주 금요일 퇴근 전, 딱 1분만 그래프 뷰를 열어보세요.

예전 방식 → 지금 방식

예전 방식

지금 방식

조용한 학생은 레이더에서 누락 연결 없는 점으로 놓친 학생 발견

다음 장 예고

기록이 어떻게 민원 상황에서 근거가 되는지 - 학부모 전화에 3초 만에 대응하기

특별편. 점들이 말을 걸어오는 날

이 장을 마치면…

이장을 마치면 달라지는 것이 있습니다. 예전에는 기록만 하고 돌아보지 않았다면, 이제는 가끔 돌아보면서 패턴을 발견합니다. 예전에는 “열심히 했는데 뭘 했더라?” 막막했다면, 이제는 기록이 알아서 말해줍니다.

새로 나오는 용어

용어 | 뜻 |

회고 | 쌓인 기록을 돌아보며 “어? 이런 게 있었네?” 발견하는 시간 |

발견의 순간 | 적을 때는 몰랐는데 나중에 보니까 연결되는 경험 |

6개월간 기록만 했다

3월부터 매일 한 줄씩 적었습니다. [[김민준]], [[강도현]], [[월요병]] …

바쁜 날은 한 줄, 여유 있는 날은 세 줄.

특별한 기대 없이, 그냥 적었습니다.

9월 어느 금요일, 그래프 뷔를 켰다

`Ctrl + G` 를 눌렀습니다.

점들이 연결되어 있었습니다.

```
[[화장실빌런]] — [[영어회피]] — [[듣기불안]]  
|           |  
————— [[자기효능감]] —————
```

일부러 연결한 게 아닌데, 알아서 이어져 있었어요.

발견은 미리 계획할 수 없다

3월에 “화장실빌런”이라고 적을 때, 이게 “자기효능감”과 연결될 줄 몰랐습니다.

4월에 “영어회피”라고 적을 때, 이게 “듣기불안”的 단서일 줄 몰랐습니다.

기록할 때는 몰랐습니다. 회고할 때 알게 되었습니다.

이게 옴시디언만의 매력이에요. 다른 앱에선 이런 거 안 돼요.

회고 루틴 제안

주기 | 할 일 | 시간 |

매일 | 퇴근 전 5분, 대나무 숲 작성 | 5분 |

매주 금요일 | 그래프 뷔 1분 조망 | 1분 |

매월 마지막 주 | 이번 달 가장 많이 링크한 키워드 3개 확인 | 10분 |

학기말 | 백링크 보며 학생별 패턴 정리 | 30분 |

실습: 첫 회고 해보기

1. `Ctrl + G` 로 그래프 뷰 열기
2. 가장 연결이 많은 점(학생/키워드) 클릭
3. 백링크 훑으며 “어? 이런 패턴이 있었네?” 찾기
4. 발견한 내용을 해당 노트 본문에 한 줄 추가

🔍 회고에서 발견한 것 (2026-09)

- 화장실 이탈이 영어 시간에만 집중됨
- 원인: 듣기평가 불안으로 추정

Q&A (핵심 2개)

Q1. “회고할 시간이 없어요.”

A. 매주 금요일 퇴근 전 딱 1분만 투자하세요. 그래프 뷰를 열고 전체를 조망하는 것만으로도 충분합니다.

Q2. “뭘 발견해야 할지 모르겠어요.”

A. 발견하려고 하지 마세요. 그냥 보세요. “어? 이게 왜 여기랑 연결됐지?”라는 순간이 자연스럽게 옵니다.



한페이지 핵심요약

핵심 메시지

“기록은 쓰는 거고, 회고는 발견하는 거예요.”

“발견과 영감은 미리 계획할 수 없습니다. 기록해두면, 발견이 찾아옵니다.”

회고 루틴

주기 | 할 일 |

매일 | 퇴근 전 5분 대나무 숲 |

매주 | 금요일 1분 그래프 뷰 |

매월 | 자주 링크한 키워드 확인 |

학기말 | 학생별 패턴 정리 |

예전 방식 → 지금 방식

예전 방식 | 지금 방식 |

기록만 하고 끝 | 회고로 패턴 발견 |

“뭘 했더라?” | 기록이 말해줌 |



이 기록이 언제 쓰일까?

오늘의 회고에서 발견한 패턴.

- **다음 주:** 학생한테 핵심을 짜르는 질문을 할 수 있어요.
- **학기말:** 생기부에 구체적으로 쓸 수 있어요.

- **내년**: “아, 그때도 이랬지”라는 참고가 돼요.

기록할 때는 몰랐습니다. 회고할 때 알게 되었습니다.

다음 장 예고

이렇게 쌓인 기록이 어떻게 민원 상황에서 나를 지켜주는지 - 학부모 전화에 3초 만에 대응하기

제11장. 위기의 순간, 나를 지키는 기록 (민원 대응)

이 장을 마치면…

예전 방식

학부모 전화가 오면 심장이 쿵쾅

“제가 분명히 했는데요…” 변명처럼 들림

지금 방식

옵시디언 켜고 검색하면서 침착하게 대응

“3월 15일에 이렇게 했습니다” 근거 제시

새로 나오는 용어

용어

전체 검색 `Ctrl+Shift+F`

뜻

모든 노트에서 특정 단어를 찾는 기능

근거 자료

민원 대응 시 “제가 이렇게 했습니다”를 증명하는 기록

교실 현장의 에피소드

퇴근 직전, 이준우 아버지에게서 전화가 옵니다. “수업 시간에 자는 거 왜 안 깨우시는 겁니까?” ‘아니, 내가 분명 깨웠는데… 언제였지?’ “제가 분명히 깨웠는데요…”라고 말하지만 변명처럼 들립니다.

억울합니다. 분명히 지도했는데, 근거가 없으니 게으른 교사가 되어버렸습니다.

11-1. 검색으로 기록 찾기

전화가 오면 `Ctrl+Shift+F` 부터 누르세요.

단계	행동	소요 시간
1	옵시디언 켜기	-
2	<code>Ctrl + Shift + F</code>	0.5초
3	학생 이름 입력	1초
4	엔터! 모든 기록이 시간순으로	1.5초

11-2. 3단계 팩트 전환 대화법

1단계: 감정 수용 (3초) > “아버님, 많이 걱정되셨겠습니다.”

2단계: 확인 요청 (5초) > “정확한 상황을 말씀드리기 위해 기록을 확인해 봐도 될까요?”

3단계: 팩트 제시 (검색 후) > “기록을 보니 3월 15일, 22일, 29일에 이렇게 지도했습니다.”

11-3. 실전 사례: 김민준

5장에서 기록한 [[김민준]] 화장실 빌런 패턴이 3개월 뒤 민원 해결의 근거가 됩니다.

[[2026-03-07]]: [[김민준]] 2교시 영어 화장실 (15분 소요)

[[2026-03-28]]: [[김민준]] 상담 - 영어 듣기평가 불안 확인

[[2026-04-12]]: [[김민준]] 화장실 안 가고 영어 수업 완주!

“어머니, 기록을 보니 민준이가 영어 듣기평가가 힘들었더라고요. 지금은 스크립트를 미리 주고 있고, 4월부터 잘 적응하고 있습니다.”

실습 (3분)

1. `Ctrl + Shift + F` 눌러 전체 검색창 열기
2. 가장 기록이 많은 학생 이름 검색
3. “이 학생에 대해 뭐라고 설명할 수 있을까?” 생각해보기

Q&A (핵심 2개)

Q1. “기록이 별로 없는데 어떡해요?”

A. 지금부터 시작하면 됩니다! 오늘 데일리 노트에 학생 이름 하나만 적어보세요. 3개월 뒤면 충분한 기록이 쌓여 있을 거예요.

Q2. “통화하면서 검색은 어떻게 해요?”

A. 스피커폰이나 이어폰을 활용하세요! 양손으로 자유롭게 검색할 수 있습니다.



한페이지 핵심요약

핵심 메시지

“기억은 왜곡되지만, 기록은 그대로 남아 있어요.”

배운 기능

- 전체 검색: `Ctrl + Shift + F` → 학생 이름 입력 → 관련 기록 전부 확인

3단계 팩트 전환 대화법

- 감정 수용: “많이 걱정되셨겠습니다”
- 확인 요청: “기록을 확인해 봄까요?”
- 팩트 제시: “3월 15일에 이렇게 했습니다”

예전 방식 → 지금 방식

예전 방식

지금 방식

심장 쿵쾅, 변명, 이불킥

침착, 팩트, 편안한 퇴근

다음 장 예고

1년간의 기록이 어떻게 생기부 작성 시간을 줄여주는지 - #행특 검색 한 번으로 30명의 1년 정리

제12장. 생활기록부, 검색으로 끝내기

이 장을 마치면…

예전 방식	지금 방식
12월에 30명분 생기부를 기억에서 쥐어짜야 했다	1년 치 기록을 검색해서 5분 만에 조립
“열심히 참여함”을 30명에게 복붙하며 죄책감	학생마다 구체적이고 개인화된 문장
30명 × 30분 = 15시간 야근	30명 × 5분 = 2시간 30분

새로 나오는 용어

용어	뜻
태그 검색	tag:#행특 처럼 특정 태그가 붙은 기록만 모아서 보는 기능
조립하기	흩어진 기록을 복사-붙여넣기-다듬기로 완성하는 것

교실 현장의 에피소드

12월, 생활기록부 마감. “[[정수아]]… 수아가 뭘 잘했더라?” 기억이 안 나서 결국 “타의 모범이 되며 학급 분위기 조성에 기여함…”이라는 뻔한 문장을 타이핑합니다.

“30명 다 이렇게 쓰면… 아이들에게 미안하지 않나?”

12-1. 생기부는 글짓기가 아니라 조립이에요

검색창에 입력:

tag:#행특 [[정수아]]

1년간 흩어져 있던 정수아의 기록들이 한 화면에 모입니다.

12-2. 정수아의 생기부 (10장에서 발견한 학생)

검색 결과:

[[2026-09-18]]: 발표할 때 친구들 경청하도록 분위기 잡아줌. #행특

[[2026-09-25]]: 수학여행 조 편성 갈등 중재함. #행특

[[2026-10-15]]: 점심시간 급식 질서 유지에 솔선수범함. #행특

5분 만에 완성되는 생기부: > 2학기 학급 임원으로서 조용하지만 영향력 있는 리더십을 발휘함. 학급회의의 진행 시 갈등 상황을 조정하는 능력을 보였으며, 점심시간 급식 질서 유지에 솔선수범함.

12-3. 김민준의 생기부 (5장에서 발견한 패턴)

검색 결과:

[[2026-04-02]]: 상담 진행. 영어 듣기평가 불안 확인.
[[2026-05-23]]: "쌤 저 듣기 70점 나왔어요!" #행특
[[2026-11-20]]: 기말고사 영어 75점. 본인 최고 기록. #행특

생기부 (세부능력특기사항 - 영어): > 초반 영어 학습에 어려움을 보였으나, 듣기 영역 학습 전략을 익힌 뒤 수업 참여도가 눈에 띄게 향상됨. 기말고사에서 본인 최고 기록을 달성하며 꾸준한 노력의 성과를 보임.

실습 (5분)

1. 검색창 열기 (`Ctrl+Shift+F`)
2. `tag:#행특 [[학생이름]]` 입력
3. 검색 결과에서 핵심 키워드 뽑기
4. 2~3문장으로 조립

Q&A (핵심 2개)

Q1. “1년 동안 태그를 안 달아왔는데 어떡하죠?”

A. 괜찮습니다! 학생 이름만 검색해도 됩니다. 다만 내년부터는 `#행특` 태그를 습관처럼 붙여보세요.

Q2. “30명 전부 이렇게 검색해야 해요?”

A. 아니요. 조용한 아이들과 변화가 있었던 아이만 검색하세요. 자주 생각나는 아이는 검색 안 해도 됩니다.



한페이지 핵심요약

핵심 메시지

생기부 = 글짓기가 아니라 조립

검색 방법

검색어

용도

[[학생이름]]

해당 학생 전체 기록

tag:#행특 [[학생이름]]

행동특성 소재만

[[학생이름]] [[발표]]

발표 횟수 집계

점→선→면→입체의 완성

단계	내용	장
점 찍기	“민준이 또 화장실 감”	2장
선 잇기	패턴 발견	5장
면 채우기	학생 카드에 기록 축적	7장
입체 만들기	생기부로 조립	12장

예전 방식 → 지금 방식

예전 방식	지금 방식
기억에서 쓰기 → 15시간 야근	검색해서 조립 → 2.5시간

다음 장 예고

이 모든 기록과 노하우를 동료에게 나누고, 후배에게 물려주는 방법

제13장. 기록을 정리하고 나누기

이 장을 마치면…

예전 방식

1년 치 기록이 쌓였는데 활용법을 모름

지금 방식

기록을 에세이나 블로그 글로 정리

노하우가 머릿속에만 있어 공유가 어려움

PDF로 만들어 동료와 나눔

퇴직하면 경험이 사라질까 걱정됨

정리된 노하우를 후배에게 전달

새로 나오는 용어

용어

뜻

마크다운 내보내기

옵시디언 노트를 PDF, 워드 등으로 변환하는 것

PDF 변환

`Ctrl+P` → `Export to PDF`로 파일 만들기

교실 현장의 에피소드

동료와 커피를 마시다가 “우리 반 애들이 비 오는 날은 유독 차분해. 월요일 1교시는 답이 없고”라고 말했더니 동료가 눈을 반짝입니다. “헐, 그거 어떻게 알았어?”

매일 적어왔던 ‘별것 아닌 한 줄들’이 어느새 ‘나만의 노하우’가 되어 있었습니다.

13-1. 에세이 쓰기 3단계

Step 1: 주제 정하고 검색하기

검색어

어떤 글이 나올까?

[[자기효능감]] 자신감 없던 아이가 변화한 이야기

[[모둠활동]] 실패하고 성공한 협동학습 노하우

Step 2: 시간순 배열

3월: 민준이가 "어차피 전 안 돼요"라며 포기함

5월: 쉬운 문제부터 풀게 했더니 표정이 밝아짐

12월: "선생님 덕분에 수학이 재밌어졌어요"라는 편지

Step 3: 살 붙이기

각 장면 사이에 선생님의 고민, 시도, 깨달음을 넣으면 **교육 에세이**가 됩니다.

13-2. PDF로 공유하기

1. 목차 노트 열기 (예: [[학급경영 매뉴얼]])
2. Ctrl + P → Export to PDF 선택
3. 학교 공용 드라이브에 올리거나 카톡으로 전송

공유할 만한 노트 예시

노트	대상
[[신규교사를 위한 Q&A]]	신규 교사
[[체육대회 매뉴얼]]	업무 인수인계

⚠ 공유 전 반드시 체크!

- 학생 실명 → 가명으로 변경했는가?
- 개인정보(가정환경 등)는 삭제했는가?

실습 (3분)

1. 검색창 열기 (Ctrl + Shift + F)
2. 가장 많이 쓴 키워드 검색
3. 기억에 남는 기록 3개 찾기
4. 새 노트 [[나의 첫 에세이 글감]]에 링크 붙여넣기

Q&A (핵심 2개)

Q1. “블로그가 없는데, 꼭 발행해야 하나요?”

A. 아니요! PDF로 저장해서 동료 한 명에게 카톡으로 보내는 것도 충분해요.

Q2. “1년 치 기록이 없는데, 에세이를 쓸 수 있나요?”

A. 3개월 기록만 있어도 충분합니다. 진솔함이 있으면 됩니다.

📎 한페이지 핵심요약

핵심 메시지

기록만 하던 단계에서 정리하고 나누는 단계로

에세이 쓰기 3단계

단계

행동

키워드 검색 관심 키워드 검색 → 글감 수집

시간순 배열 날짜순 정렬 → 이야기 흐름 생성

살 불이기 고민/깨달음 추가 → 에세이 완성

공유 방법

방법	난이도	비용
PDF 내보내기	★	무료
블로그 복사	★	무료

핵심 문장

“글쓰기는 무에서 유를 창조하는 게 아니에요. 흩어진 재료를 엮는 것입니다.”

“USB 하나가 아니라, 정리된 노하우를 물려주세요.”

에필로그: 점에서 시작해 우주가 되기까지



점 → 선 → 면 → 입체 → 우주

3월 첫날, 선생님은 점 하나를 찍었습니다.

오늘 준호가 발표할 때 목소리가 떨렸다.

4월, 점들이 선으로 연결되기 시작했습니다.

[[이준호]] 검색

- 3월: 목소리 떨림
- 5월: 쉬운 질문에 대답 성공!
- 6월: 스스로 손들고 발표

9월, 선들이 면이 되어 패턴을 보여주었습니다.

- [[비오는날]] → 우리 반은 차분해짐
- [[월요병]] → 1교시는 활동 수업 필수

12월, 면들이 입체가 되어 선생님을 지켰습니다.

- 학부모 민원: 1년 치 지도 기록이 방패
- 생기부 마감: 1년 치 #행특 자동 수집

그리고 이 기록들은 선생님만의 교육 철학이 되었습니다.

⭐ 지금 바로 시작하세요

거창하게 쓰려 하지 마세요. 완벽하지 않아도 괜찮습니다.

딱 한 줄만 적으세요.

“오늘 민수가 웃었다.” “비 와서 아이들이 차분했다.”

그 한 줄이:

- 12월 야근을 한 시간 줄여줍니다
- 학부모 민원에서 선생님을 지켜줍니다
- 10년 후 선생님의 전문성이 됩니다

“기록하지 않은 수업은 공기 중으로 흩어지지만, 기록된 수업은 경력이 됩니다.”

“오늘 적어둔 한 줄이, 미래의 선생님을 우뚝 세울 것입니다.”

내일의 꼬리를 잡으러 가는 길, 함께 걸어주셔서 감사합니다.

— 끝 —

부록: 바로 쓰는 자료실

부록 A. 설치부터 세팅까지 10분 완성

Step 1. 다운로드 (2분)

1. [obsidian.md](#) 접속 → [Download] 클릭
2. 설치 파일 더블클릭 → 다음 → 완료

Step 2. 볼트 만들기 (1분)

1. [Create new vault] 클릭
2. Vault name: 나의교무수첩
3. [Create] 클릭

Step 3. 한글 설정 (1분)

설정(⚙) → Language → 한국어 선택

Step 4. 데일리 노트 켜기 (2분)

설정(⚙) → 코어 플러그인 → 데일리 노트 ON

Step 5. 첫 번째 노트 쓰기 (2분)

 달력 아이콘 클릭 → 아무 말이나 적기 → 저장 버튼 찾지 마세요. 이미 저장됨!

부록 B. 교사 필수 단축키 TOP 5

순위	단축키	기능
1	Ctrl + O	파일 빠르게 열기
2	Ctrl + P	명령어 팔레트
3	Ctrl + E	편집/읽기 모드 전환
4	Ctrl + Shift + F	전체 검색
5	Ctrl + Click	새 창으로 열기

| 🔥 옵시디언 생존 단축키 5종 세트 |

| Ctrl + O → 파일 순간 소환 |

| Ctrl + P → 뭐든지 검색 |

| Ctrl + E → 화면 전환 |

| Ctrl+Shift+F → 전체 수색 |

| Ctrl + Click → 새 창으로 열기 |

부록 C. 기능 번역 사전

IT 용어	선생님의 언어
데일리 노트	매일 아침 배달되는 새 학습지
내부 링크 [[]]	도라에몽의 어디로든 문

IT 용어	선생님의 언어
백링크	나를 부르는 메아리
태그 #	색깔 스티커 붙이기
그래프 뷰	우리 반 교우관계도 (별자리)
검색	AI 도서관 사서
볼트	금고 (보물 참고)

부록 D. 링크로 만들 만한 키워드

학생 행동

「[수업방해]」, 「[스마트폰]」, 「[교우관계]」, 「[청소지도]」

학부모

「[학부모민원]」, 「[가정환경]」, 「[학부모상담]」

데자뷰 키워드

「[화장실빌런]」, 「[월요병]」, 「[급식버프]」, 「[보건실투어]」

교육학 개념

「[자기효능감]」, 「[라포형성]」, 「[비계설정]」, 「[피드백]」



마지막 당부

“완벽하게 쓰려 하지 마세요. 엉망으로라도 일단 쓰세요.”

- 오늘 딱 한 줄만 쓰셔도 됩니다.
- 링크를 안 걸어도 괜찮습니다. 나중에 걸면 됩니다.

중요한 건 '기록의 퀄리티'가 아니라 '기록의 습관'입니다.

지금 바로 옵시디언을 켜고, 오늘 있었던 일 딱 한 줄만 적어보세요.

