

CHAPTER 1: MI CUERPO Y SALUD (A1)

Cervantes: §1 Identidad (신체 특징), §13 Salud (신체 부위별 명칭 및 기초 건강 상태 표현)

■ 1. Opener

학습 목표:

- 머리부터 발끝까지 17개의 신체 부위를 식별하고 스페인어로 이름을 말할 수 있습니다.
- 소유, 나이, 신체적 상태를 표현하기 위한 불규칙 동사 tener(가지다)의 현재 시제 활용을 마스터합니다.
- 스페인의 공공 의료 시스템과 건강한 생활 습관에 대한 문화적 배경을 이해합니다.
- 기본적인 건강 상태를 표현하고 아픔을 전달하는 방법을 배웁니다.

¿Sabías que...? (알고 계셨나요?)

스페인 사람들은 인사를 할 때 양쪽 볼에 키스를 하는 'Dos Besos' 관습이 있습니다. 하지만 처음 보는 사이나 공식적인 자리에서는 악수를 하는 것이 일반적입니다. 신체 접촉에 대한 문화적 차이를 이해하는 것은 스페인어 학습의 첫걸음입니다!

■ 2. Vocabulario Esencial: El Cuerpo Humano

신체 부위를 나타내는 필수 어휘입니다. 효과적인 시각적 매핑을 위해 상반신(얼굴)과 전신(몸통/팔다리) 두 부분으로 나누어 학습합니다.

A. 머리와 얼굴 (Cabeza y Cara)

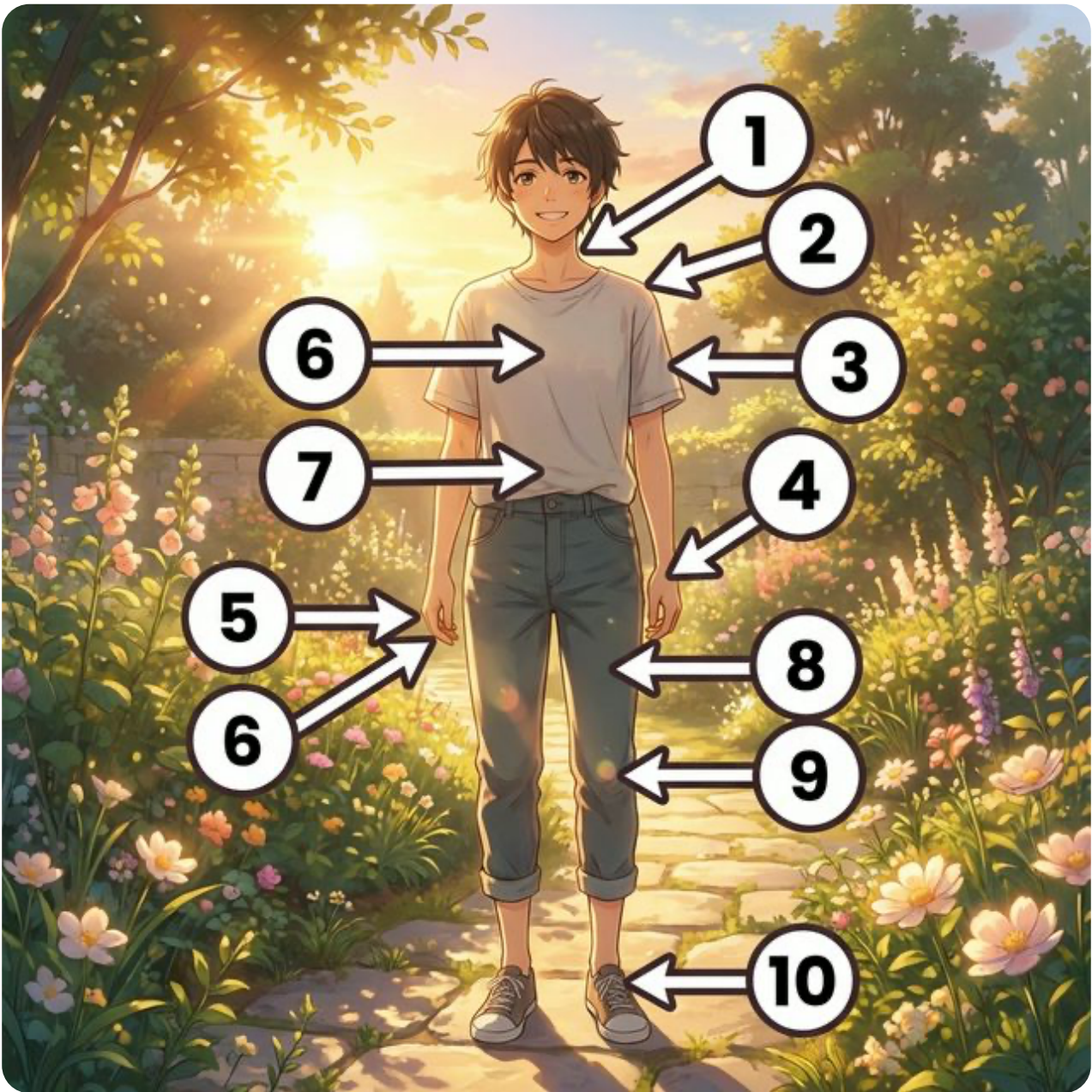
아래 일러스트의 번호(1~7)와 매칭하여 학습해보세요.



번호	SPANISH	ENGLISH BRIDGE	KOREAN TIP
1	la cabeza	Cephalic (→ head-related)	'까베사'라고 발음하세요.
2	el pelo	—	머리카락을 뜻합니다.
3	la cara	—	얼굴입니다.
4	el ojo	Ocular ✅ (→ eye-related)	'오호'라고 발음하며 항상 성수 일치에 주의하세요.
5	la nariz	Nasal ✅	코입니다. '르' 발음 주의.
6	la boca	Vocal (→ mouth-related)	입입니다.
7	la oreja	Aural (→ ear-related)	귀(겉부분)를 뜻합니다.

B. 몸통과 팔다리 (Tronco y Extremidades)

아래 전신 일러스트의 번호(1~10)와 표의 번호가 정확히 대응됩니다.



번호	SPANISH	ENGLISH BRIDGE	KOREAN TIP
1	el cuello	—	목입니다.
2	el hombro	—	어깨입니다.
3	el brazo	Brace (→ support for arm)	팔입니다.
4	la mano	Manual	손입니다. ⚠ 여성 명사임에 주의: la mano
5	el dedo	Digit (→ finger/toe)	손가락 또는 발가락입니다.
6	el pecho	Pectoral	가슴입니다.
7	el estómago	Stomach	배, 위장입니다.
8	la pierna	—	다리입니다.
9	la rodilla	—	무릎입니다.
10	el pie	Pedal (→ foot-related)	발입니다.

범례: 표시된 단어는 영어와 어원이 같거나 매우 유사한 'Cognates'입니다. ⚠ 표시는 주의가 필요한 단어입니다.

■ 3. Expresiones Útiles

실생활에서 자주 사용하는 유용한 표현들입니다.

A. 건강 상태 묻고 답하기

- ¿Cómo estás? (How are you? / 어떻게 지내니?)
- Estoy bien, gracias. (I'm well, thanks. / 잘 지내요, 감사합니다.)
- Me siento mal. (I feel bad. / 기분이 안 좋아요/몸이 안 좋아요.)
- Estoy resfriado/a. (I have a cold. / 감기에 걸렸어요.)
- 💡 English Bridge: "Resfriado" shares the root with "refrigerate" — both relate to cold!

B. 신체적 감각 표현 (Tener + 명사)

스페인어에서는 영어의 "I am + adjective" 표현 중 많은 부분이 "Tener + noun" 구조로 바뀝니다. 이것은 영어 학습자가 가장 자주 실수하는 패턴입니다.

패턴	스페인어	영어 직역	영어 자연스러운 번역	한국어
더위	Tengo calor.	I have heat.	I'm hot.	더워요.
추위	Tengo frío.	I have cold.	I'm cold.	추워요.
배고픔	Tengo hambre.	I have hunger.	I'm hungry.	배고파요.
갈증	Tengo sed.	I have thirst.	I'm thirsty.	목말라요.
졸림	Tengo sueño.	I have sleep.	I'm sleepy.	졸려요.

■ 4. Gramática Esencial: El verbo TENER (가지다)

tener 동사는 스페인어에서 가장 중요한 불규칙 동사 중 하나입니다. 소유(possession)뿐만 아니라 나이, 신체적 상태, 그리고 의무를 표현할 때 필수적으로 사용됩니다.

어근/어미 변화 분석 (Stem & Ending Changes)

tener는 영어의 "to have"에 해당하지만, 활용 패턴이 매우 다릅니다.

Stem change rule (어간 모음 변화): e → ie

- Stem(어근) ten-이 특정 인칭에서 tien-으로 변합니다.
- 이 변화는 **Boot Verb** 패턴으로, yo와 nosotros/vosotros를 제외한 인칭에서 발생합니다.

특수 1인칭: yo → tengo (어근에 -g-가 삽입되는 불규칙)

현재 시제 (Presente) 변화표

주어 (SUBJECT)	SER (이다)	ESTAR (있다/상태)	IR (가다)
yo	soy	estoy	voy
tú	eres	estás	vas
él/ella/usted	es	está	va
nosotros/as	somos	estamos	vamos
vosotros/as	sois	estáis	vais
ellos/ellas/ustedes	son	están	van

주어 (SUBJECT)	TENER (가지다)	SABER (알다)	PODER (할 수 있다)
yo	tengo	sé	puedo
tú	tienes	sabes	puedes
él/ella/usted	tiene	sabe	puede
nosotros/as	tenemos	sabemos	podemos
vosotros/as	tenéis	sabéis	podéis
ellos/ellas/ustedes	tienen	saben	pueden

💡 **English Bridge Tip:** Notice that tener is like English "to have" but with stem changes. In English, "have" only changes to "has" for he/she/it. In Spanish, the stem itself transforms: ten- → **tien-** (e→ie) in certain persons. The ending also varies per subject.

주요 용법

1. 소유 (Possession)

- **Yo tengo un libro.** ("I have a book." / 나는 책을 한 권 가지고 있다.)

2. 나이 (Age)

- 스페인어에서는 나이를 "갖는다"라고 표현합니다. 영어의 "I am 20 years old"와 다릅니다.

- **Tengo 20 años.** (Literally: "I have 20 years." → "I am 20 years old.")

3. 신체적/생리적 상태 (Physical States)

- **Tengo hambre.** (I have hunger → I am hungry)
- **Tengo sed.** (I have thirst → I am thirsty)
- **Tengo sueño.** (I have sleepiness → I am sleepy)

C. Participio (과거분사) - Irregulares (미리보기)

비록 이번 장의 핵심은 아니지만, 나중에 배울 '완료' 시제에서 자주 쓰이는 불규칙 과거분사 형태들을 눈에 익혀 두면 좋습니다:

- **hacer** (하다) → **hecho**
- **poner** (놓다) → **puesto**
- **escribir** (쓰다) → **escrito**
- **decir** (말하다) → **dicho**
- **volver** (돌아가다) → **vuelto**
- **abrir** (열다) → **abierto**
- **leer** (읽다) → **leído**
- **romper** (깨다) → **roto**

D. Verbos Regulares (Revisión)

스페인어 동사의 가장 기본이 되는 규칙 변화 동사들입니다:

- **Hablar** (말하다): Yo **hablo** español.
- **Comer** (먹다): Yo **como** paella.
- **Vivir** (살다): Yo **vivo** en Seúl.

■ 5. Cultura Viva: El Sistema de Salud en España



España cuenta con uno de los sistemas de salud pública más eficientes del mundo, conocido como **Seguridad Social**. Este sistema garantiza el acceso universal a la atención médica para todos los ciudadanos y residentes.

Cada barrio tiene su propio **Centro de Salud**, donde los médicos de cabecera atienden las consultas generales. La medicina preventiva y la cultura de la **Dieta Mediterránea** son pilares fundamentales de la longevidad en España. Además, las **Farmacias** son fácilmente identificables por su cruz verde luminosa y ofrecen asesoramiento profesional constante. Es común que los españoles caminen mucho a diario, lo que contribuye a mantener una buena salud física general.

[한국어 번역]

스페인에는 **사회 보장(Seguridad Social)** 제도로 알려진 세계에서 가장 효율적인 공공 의료 시스템 중 하나를 보유하고 있습니다. 이 시스템은 모든 시민과 거주자에게 보편적인 의료 서비스를 보장합니다.

동네마다 **보건소(Centro de Salud)**가 있어 주치의가 일반적인 진료를 담당합니다. 예방 의학과 **지중해식 식단** 문화는 스페인 장수의 핵심 요소입니다. 또한, **약국(Farmacias)**은 밝게 빛나는 초록색 십자가 모양으로 쉽게 찾을 수 있으며 상시 전문적인 상담을 제공합니다. 스페인 사람들이 매일 많이 걷는 습관 또한 전반적인 신체 건강을 유지하는 데 기여합니다.

■ 6. Práctica

A. Match the word (알맞은 단어를 연결하세요)

1. Cabeza → ()
2. Mano → ()
3. Ojo → ()
4. Pie → ()
5. Nariz → ()

a. Eye / b. Foot / c. Hand / d. Head / e. Nose

B. Fill in the blanks with the correct form of TENER (빈칸에 tener 동사의 알맞은 형태를 쓰세요)

1. Yo ____ mucho calor hoy.
2. ¿Tú ____ hambre ahora?
3. Nosotros ____ tres gatos.
4. Ella ____ veinticinco años.
5. Vosotros ____ sed.

C. 번역 연습 (스페인어로 번역하세요)

1. 나는 졸려요.
(.....)
2. 우리들은 목말라요.
(.....)
3. 너는 차를 가지고 있니?
(.....)
4. 그들은 배고프지 않아요.
(.....)
5. 루시아는 19살입니다.
(.....)

■ 7. Lectura

Mi rutina de salud (나의 건강 루틴)

Hola, me llamo Carlos. Yo cuido mucho mi cuerpo. Todos los días camino por el parque durante treinta minutos. A veces tengo dolor de espalda, pero hago ejercicio para sentirme mejor. Bebo mucha agua porque siempre tengo sed después de correr. Mi hermana Sofía tiene una dieta muy sana; ella come muchas frutas y verduras frescas cada día. Nosotros tenemos suerte de vivir cerca de un Centro de Salud donde nuestro médico de cabecera nos atiende con mucha amabilidad.

Preguntas (질문)

1. ¿Qué hace Carlos todos los días? (카를로스는 매일 무엇을 하나요?)
2. ¿Por qué Carlos bebe mucha agua? (카를로스는 왜 물을 많이 마시나요?)
3. ¿Cómo es la dieta de Sofía? (소피아의 식단은 어떤가요?)

[한국어 번역]

안녕하세요, 제 이름은 카를로스입니다. 저는 제 몸을 아주 소중히 여깁니다. 매일 공원에서 30분 동안 산책합니다. 가끔 등 통증이 있지만 기분이 나아지기 위해 운동을 합니다. 달리기 후에는 항상 목이 말라서 물을 많이 마십니다. 제 여동생 소피아는 매우 건강한 식단을 가지고 있습니다. 그녀는 매일 신선한 과일과 채소를 많이 먹습니다. 우리는 주치의 선생님이 친절하게 진료해 주시는 보건소 근처에 살아서 운이 좋습니다.

■ 8. Diálogo

En el médico (의사 진찰)

Situación: Pedro visita al doctor en un Centro de Salud en Madrid porque no se siente bien. El doctor le hace preguntas básicas sobre sus síntomas físicos para diagnosticar su malestar.

상황: 페드로는 몸이 좋지 않아 마드리드의 보건소(Centro de Salud)에서 의사 선생님을 만납니다. 의사 선생님은 그의 상태를 진단하기 위해 신체적 증상에 대한 기본적인 질문을 합니다.

 ESPAÑOL

 한국어

Doctor: Buenos días, Pedro. ¿Cómo estás hoy?

의사: 좋은 아침입니다, 페드로. 오늘 어떠신가요?

Pedro: Buenos días, doctor. Me siento un poco mal.

페드로: 좋은 아침입니다, 선생님. 몸이 좀 안 좋아요.

Doctor: ¿Qué tienes? ¿Te duele la cabeza?

의사: 어디가 아픈가요? 머리가 아픈가요?

Pedro: Sí, me duele mucho la cabeza y tengo calor.

페드로: 네, 머리가 아주 많이 아프고 열이 나요.

Doctor: Entiendo. ¿Tienes tos o dolor de garganta?

의사: 알겠습니다. 기침이나 목 통증이 있나요?

Pedro: No tengo tos, pero tengo mucho sueño.

페드로: 기침은 없는데, 잠이 너무 많이 와요.

Doctor: Vamos a ver. ¿Tienes dolor de estómago también?

의사: 어디 봅시다. 배도 아프세요?

Pedro: No, solo me duele la cabeza y los ojos.

페드로: 아니요, 머리와 눈만 아파요.

Doctor: Tienes un resfriado. Necesitas beber mucha agua y descansar.

의사: 감기에 걸리셨네요. 물을 많이 마시고 쉬어야 합니다.

Pedro: Muchas gracias, doctor. Hasta luego.

페드로: 정말 감사합니다, 선생님. 안녕히 계세요.

Doctor: Hasta luego, Pedro. ¡Cuídate!

의사: 안녕히 가세요, 페드로. 몸조리 잘하세요!

■ 9. Repaso

이번 장에서 배운 핵심 내용을 확인해보세요.

- [] 머리, 눈, 코, 입, 손, 발 등 **17개 신체 부위** 명칭을 외웠나요?
 - [] tener 동사의 불규칙 변화(**tengo, tienes, tiene, tenemos, tenéis, tienen**)를 정확히 쓸 수 있나요?
 - [] 어간 모음 변화(**e→ie**) Boot Verb 패턴을 이해하셨나요?
 - [] '배고프다', '목마르다', '덥다' 등 신체적 상태를 **tener + 명사** 구문으로 표현할 수 있나요?
 - [] '매우 배고프다' = **Tengo mucha hambre** (muy가 아닌 mucho/a 사용)를 기억하시나요?
 - [] 스페인의 공공 의료 시스템인 '**Seguridad Social**'의 특징을 이해하셨나요?
 - [] 보건소(**Centro de Salud**)와 약국(**Farmacia**)의 역할을 알고 계신가요?
-

■ 10. Cierre

축하합니다! 🎉 첫 번째 장을 성공적으로 마쳤습니다!

우리 몸의 소중함을 알고 이를 스페인어로 표현하는 것은 매우 기초적이면서도 중요한 과정입니다. 특히 **tener** 동사는 스페인어에서 가장 빈번하게 등장하는 핵심 동사로, 소유부터 나이, 신체 상태까지 정말 다양한 상황에서 사용됩니다. 지금 배운 **어간 모음 변화(e→ie)** 패턴은 querer, preferir 등 앞으로 만나게 될 수많은 동사에도 동일하게 적용되니, 입에 착 붙을 때까지 반복 연습해보세요.

다음 장에서는 우리의 **성격과 감정**에 대해 이야기해보겠습니다. ¡Ánimo! (힘내세요!)

■ 11. Soluciones

6. Práctica - A. Match the word

1. 1-d, 2-c, 3-a, 4-b, 5-e

6. Práctica - B. Fill in the blanks

1. tengo, 7. tienes, 8. tenemos, 9. tiene, 10. tenéis

6. Práctica - C. 번역 연습

1. Tengo sueño., 12. Tenemos sed., 13. ¿Tienes (un) coche?, 14. No tienen hambre., 15. Lucía tiene 19 años.