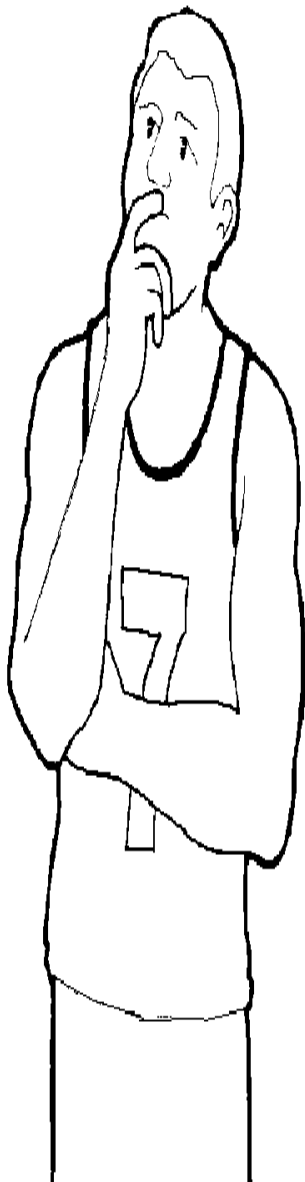


Llengua i esport

Núm. 7, setembre 2003



Parlem de natació

✓ Podem **nedar** o **nadar**, perquè totes dues formes són correctes. Per tant, jo **nedo** o **nado**, i sóc un **nedador** o un **nadador**.

✓ Si hem de practicar la natació, ens cal un **banyador** (o **vestit de bany**), un **casquet** (en castellà, *gorro de baño*) i unes **ulleres de natació**. Un cop fora de la piscina, el **barnús** i les **xanquetes** ens serviran per evitar constipats o relliscades.

✓ La **braça**, el **crol**, l'**esquena** i la **papallona** són els quatre estils de la natació, és a dir, les quatre especialitats establertes per nedar en competició.

✓ La dinàmica d'una cursa de natació és la següent: el **nedador** es **capbussa** a la piscina des del **bloc de sortida** (en les proves d'esquena, s'impulsa utilitzant l'**agafador** o **estrep de sortida**) i avança pel seu **carrer** delimitat per les **surades** (en castellà, *corcheras*) fins que colpeja la **placa de toc**. En les curses de més de 50 metres, els nedadors han de **virar** cada vegada que arriben a la **paret de fons**.

✓ A banda de la natació, en una piscina es poden practicar altres esports com els **salts de trampolí** (amb **tirabuixó**, en **equilibri**, **endavant**, **enrere**, **endins**, **invers...**), la natació **sincronitzada** o el **waterpolo**.

Llengua i esport és un full lingüístic elaborat pel SCC del Baix Camp.

Podeu enviar els vostres suggeriments i les vostres consultes a baixcamp@cpnl.org.



CONSORCI PER A
LA NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA

CONSELL **esportiu**
BAIX CAMP