



Tiro al arco: Requisitos de Seguridad para las Actividades



Una de las más antiguas armas y métodos de caza, el tiro al arco todavía sigue siendo utilizado con fines tradicionales, aunque hoy es común como una actividad recreacional y competitiva. Hay una variedad de estilos y tamaños de arcos y flechas, pero todos son utilizados con el mismo propósito: dar en el blanco. El tiro al arco no está recomendado para las Girl Scout Daisy. Las Girl Scouts Brownies pueden participar en algunas actividades de arquería siempre que cuenten con un equipo diseñado para la edad y la altura. Las participantes deben tener la edad suficiente como comprender los procedimientos de seguridad y el manejo del equipo, de manera de no poner en peligro a ellas mismas y a otros. Cerciórese que los arcos y las flechas sean apropiadas a la edad, el tamaño, la fuerza y la habilidad de las niñas.

Sepa dónde practicar tiro al arco. Averigüe donde practicarlo. Busque polígonos de tiro preparados para la práctica en lugares cerrados y abiertos. Contacte su concilio para obtener sugerencias.

Incorpore niña con discapacidades. Comuníquese con niñas con discapacidades o con sus tutores para evaluar las necesidades y adaptaciones. Aprenda más sobre los recursos e informaciones que el [National Institute on Recreational Inclusion](#) provee a las personas con discapacidades.

Equipamiento para tiro al arco

Equipamiento básico

- Protector solar con factor de protección 15 como mínimo y bálsamo para los labios
- Anteojos para sol

Equipamiento especializado

- Arcos
- Flechas
- Blanco (Los blancos dibujados en papel se montan habitualmente en parvas de heno)
- Protección para dedos y brazo, tales como marbetes para los dedos y protección para los brazos (modelos para mano derecha e izquierda)

Preparación para el tiro al arco

- Contáctese con el concilio y con los padres.** Informe al concilio de Girl Scouts y a los padres/tutores sobre la actividad, incluyendo los pormenores sobre las precauciones de seguridad y la vestimenta apropiada, así como las provisiones que sean necesarias. Siga los procedimientos del concilio para la aprobación de las actividades, certificados de seguro y los lineamientos del concilio sobre los exámenes generales de salud. Haga los preparativos por adelantado para toda el transporte y confirme los planes antes de la partida. Adopte provisiones para la manipulación segura del equipo de arquería hacia y desde el polígono de tiro.
- Las niñas planean la actividad.** Teniendo en cuenta el nivel de capacidad con relación a la edad, aliente a las niñas a adoptar un papel de liderazgo activo en la organización de los detalles de la actividad.
- Disponga la supervisión de un adulto.** La relación aconsejada entre adultos y niñas es de dos adultos sin vinculación entre sí (al menos uno de los cuales mujer) por cada:
 - 12 Girl Scout Brownies
 - 16 Girl Scout Juniors
 - 20 Girl Scout Cadettes
 - 24 Girl Scout Seniors
 - 24 Girl Scout AmbassadorsMás un adulto por cada adicional de:
 - 6 Girl Scout Brownies
 - 8 Girl Scout Juniors
 - 10 Girl Scout Cadettes
 - 12 Girl Scout Seniors
 - 12 Girl Scout Ambassadors
- Verifique los conocimientos de tiro al arco del instructor.** Un adulto debe ser instructor certificado de la [National Archery Association](#) o tener una certificación equivalente o la experiencia documentada en la que se indique los conocimientos y las habilidades en la enseñanza y la supervisión de tiro al arco. El instructor revisa de antemano las reglas y los procedimientos operativos con las niñas, y dicta reglas de seguridad en el sitio. Cerciórese que haya una relación de un instructor cada diez niñas. Las actividades de tiro al arco fuera de los lugares donde se deben desenvolver regularmente deben estar bien supervisadas y apropiadas a la edad, el nivel de conocimientos y a los lugares de tiro.
- Reúna los contactos claves.** Deje en su casa una hoja con el itinerario planeado; llame a la persona de contacto antes de la partida y al regreso. Confeccione una lista con la información de contacto de los padres o tutores de las niñas, con los números de

teléfono de los servicios de emergencia y de policía, así como los contactos del concilio, y manténgala a mano o fíjela un un sitio de fácil acceso.

- ❑ **Lo que las niñas aprenden sobre tiro al arco.** Las niñas desarrollan habilidades basadas en procedimientos y formas adecuados, tales como instalar las cuerdas del arco, colocar la flecha contra la cuerda, lograr la posición correcta, mirar atentamente y observar las prácticas de seguridad. Antes de la actividad de tiro al arco, las niñas aprenden lo siguiente:
 - Las arqueras se acomodan en la línea de tiro para disparar.
 - Las niñas que aguardan para disparar permanecen bien detrás de la línea del tiro al arco. Se provee un carcaj para flechas a cada línea de tiradoras. Nunca apunte el arco y la flecha a una persona, incluso cuando no está tensa.
 - No se toman las flechas hasta que se indique el comando de “cargar”.
 - Nunca dispare una flecha hasta que se indique el comando “dispare cuando esté lista”.
 - Nunca tense y suelte una cuerda sin una flecha; se puede verificar una sobretensión que rompa el arco.
 - Cuando apunte la flecha, manténgala apuntada hacia el objetivo. Dispare sólo contra el objetivo y nunca contra ningún otra coas, incluyendo árboles, animales, etc. Nunca dispare una flecha perdida hacia el aire.
 - Espere el llamado antes de salir a recoger las flechas.
- ❑ **Utilice vestimenta adecuada.** Asegúrese de que las niñas y los adultos no usen aros colgantes, brazaletes y collares que se puedan enredar en el equipo. Haga que las niñas se aten el cabello largo.
- ❑ **Verifique que el equipo esté en buenas condiciones.** Asegúrese que las flechas no estén curvadas y que el enganche trasero no esté resquebrajado o haya perdido o carezca de plumas; que la cuerda del arco no esté rota ni deshilachada, ni que los arcos tengan trozos o partes de flechas rotas; los soportes de los blancos deben estar en buenas condiciones. Un principiante utiliza flechas que se extienden una o dos pulgadas por delante del arco cuando el arco está en plena tensión. Sólo puntas con flecha de blanco deben usarse, nunca las puntas de cabeza amplia o de cacería.
- ❑ **Prepárese para las emergencias.** Cerciórese de la presencia de un equipo de primeros auxilios a prueba de agua y de una persona encargada de los primeros auxilios con su correspondiente certificado, incluyendo el CPR o CPR/AED para adultos y niños, en condiciones para atender casos de lastimaduras y quemaduras de sol. Si alguna parte de la actividad está localizada a 60 minutos o más de los servicios médicos de emergencia, asegure la presencia de un encargado de primeros auxilios (nivel 2) para Primeros Auxilios en un Áreas Silvestres y Remotas. Lea el *Fundamentos para Voluntarios (Volunteer Essentials)* para más información sobre los estándares y entrenamiento para primeros auxilios..

En el día de la actividad de tiro al arco

- ❑ **Obtenga un informe meteorológico.** En la mañana de la actividad, verifique el sitio www.weather.com u otra fuente meteorológica confiable para establecer si las condiciones son apropiadas. En el caso de que condiciones meteorológicas severas impidan la actividad, tenga en cuenta otro plan o una actividad alternativa. Escriba,

revise y practique planes de evacuación y emergencia frente a posible mal tiempo con las niñas.

- ❑ **Emplee el sistema de parejas.** Las niñas están divididas en equipos de dos. Cada niña elige a una pareja y es responsable de permanecer con ella en todo momento, alertándola de peligros, dándole asistencia inmediata si fuese posible, y buscando ayuda cuando las situaciones así lo exijan. Si alguien del grupo resultase herida, una persona la cuida, mientras las otras dos procuran ayuda.
- ❑ **Cuidar las pertenencias.** No dejar pertenencias sin vigilancia en lugares públicos. Si se está en una escuela para aprender a bucear, o en un camping, pida que le informen dónde se pueden guardar las cosas de valor.
- ❑ **Esté preparada ante la posibilidad de una tormenta eléctrica.** Busque refugio lejos de objetos altos (incluyendo árboles, edificios y postes eléctricos). Encuentre el punto más bajo en una superficie plana y abierta. Agáchese lo más posible contra el piso, y ponga las manos sobre las rodillas y la cabeza en el medio de estas últimas
- ❑ **Practique tiro al arco en forma segura.**

En un polígono al aire libre:

- Los blancos no deben ser instalados en los frentes de las casas, rutas, caminos o tiendas.
- Evite las áreas con tráfico de peatones.
- Despeje las áreas de malezas; una ladera como respaldo es lo más recomendado.
- Asegúrese que en área de tiro y el área de espectadores detrás de la zona de tiro estén bien demarcados.
- En un área de tiro, asegúrese una distancia de no menos de 50 yardas detrás de los blancos y de 20 yardas a cada lado del perímetro de tiro.
- El equipo de tiro al arco debe estar almacenado en una caja y encerrado cuando no se lo utiliza.

En un polígono cerrado:

- Los blancos están bien iluminados, y las puertas o entradas hacia el polígono deben estar cerradas o bloqueadas desde adentro.
- No bloquee las salidas de incendio.

Sitios sobre tiro al arco en la Web

- **National Field Archery Association:** www.nfaa-Archery.org
- **USA Archery:** www.usArchery.org
- **World Archery Center Instructor Courses:** www.worldArcherycenter.com/instructor_courses

Conocimiento de tiro al arco para las niñas

- **Aprenda cómo colocar la cuerda al arco.** Lea una guía paso a paso en el sitio [Archery World U.K. Web site](http://ArcheryWorld.U.K.Web.site).
- **Aprenda los fundamentos de seguridad sobre tiro al arco.** Conozca datos tales como “nunca ponga una flecha en un arco a menos que usted se halle en una línea de tiro” en el sitio [Colorado Division of Wildlife](http://Colorado.Division.of.Wildlife).

La jerga de tiro al arco

- Longitud **AMO**: Una longitud estandarizada para medir la tensión del arco
- **Punto de anclaje**: Parte del arco permanece en descanso dado que la cuerda es atraída hacia la cara, generalmente en la ángulo de la boca o del mentón del arquero
- Tiro seco: el disparo del arco sin una flecha ya que puede dañar el arco.