



Bajo la guía de un instructor con certificación, los jóvenes aprenderán el manejo seguro y responsable de equipo de tiro con arco y más específicamente, las correctas y seguras técnicas de tiro con arco. Los jóvenes adquirirán conocimiento y respeto por el buen espíritu deportivo, la responsabilidad, ética y respeto implicados en el tiro deportivo. Para 10-18 años de edad.



Explorando 4-H Tiro Deportivo – Tiro con Arco

Actividad destellante: Puntería

Así como tienes una mano dominante, también tienes un ojo dominante. Aprender a hacer puntería y disparar usando tu ojo dominante a temprana edad es importante para ser un buen tirador. Usualmente, tu ojo dominante es el mismo que tu mano dominante, ¡pero no siempre!

Para determinar tu ojo dominante:

1. Forma un triángulo con tus pulgares e índices.
2. Estira tus brazos hacia adelante.
3. Enfócate en un objeto distante mirando a través de la apertura triangular y manteniendo los dos ojos abiertos.



Ahora hay dos maneras de averiguar cuál es el ojo dominante:

1. Con los dos ojos abiertos, acerca la apertura triangular lentamente hacia tu cara manteniendo la vista en el objeto en todo momento. La apertura para ver el objeto empezará a borrarse o a volver, a tu ojo dominante.
2. Con tus brazos extendidos, los dos ojos abiertos y la apertura triangular en su lugar... cierra un ojo primero y el otro después. ¡Tu ojo débil verá la parte de atrás de tu mano, tu ojo dominante seguirá enfocándose en tu objeto elegido!



Nivel y metas del proyecto 4-H

Principiante

- Expectativas de seguridad para tirador
- First Shot Fundamentals
- Dominio de Ojo e
- Forma Correcta
- Dispara 1-3 flechas

Intermedio

- Expectativas de seguridad para tirador
- Dispara muchas flechas en cada práctica
- Practica precisión al blanco
- Mejora la forma
- Mejora el nivel de habilidad y exactitud

Avanzado

- Expectativas de seguridad para tirador
- Nivel avanzado de habilidad y exactitud
- Mejora de consistencia y exactitud al blanco
- Registra puntaje de blancos
- Sé un ejemplo para principiantes

Pon tu proyecto en acción

Muestra tus habilidades

- Póster con las partes de un arco y flecha
- Póster o álbum de recortes de tus eventos de tiro deportivo con arco
- Entrevistar a un familiar o persona hábil sobre sus experiencias con arco y flecha.

Liderazgo de servicio

- Ser voluntaria con organizaciones locales para la vida salvaje local, club deportivo o para seguridad de armas de fuego.
- Participar en actividades de recolección de fondos para ayudar a promover conservación y vida salvaje
- Dar una charla o demostración sobre un proyecto de tiro deportivo
- Ser ejemplo para miembros más jóvenes sobre la importancia de la seguridad cerca del equipo de tiro con arco al participar en clases instructivas y tiro al blanco (solo instructores con certificado pueden enseñar)

Conexión tecnológica

- Buscar Campos de Tiro con arco que tengan blancos en video – algo que toda la familia puede disfrutar

Conéctate con un tutor

- Negocio de tiro con arco cerca de ti – pueden conocer posibles tutores
- Instructor de Tiro Deportivo de escuela secundaria
- Instructor voluntario de seguridad en la caza de IDNR

Eventos

- Eventos de Illinois 4-H de Tiro Deportivo
- Eventos nacionales 4-H de Tiro Deportivo



Carreras para personas interesadas en Tiro con Arco

- | | |
|------------------------------|---------------------------------|
| Operador de campo de tiro | Venta de suministros para cazar |
| Instructora de campo de tiro | Taxidermista |
| Guía para Cazar | Escritora de aire libre |

Empieza una conversación

¿Puedes nombrar los cuatro tipos diferentes de arcos?
Arco Largo; Recurvo; Compuesto y Ballesta
¿Se mantiene perfectamente recta una flecha desde que se dispara del arco, o se flexiona?
¿Qué tipo de materiales se pueden usar para hacer flechas? Nombra al menos cuatro.

¿Quieres saber más?

go.illinois.edu/4Hshootingsportsarchery

¡Explora más en Illinois 4H!
4-H.extension.illinois.edu



Illinois Extension

UNIVERSITY OF ILLINOIS URBANA-CHAMPAIGN

College of Agricultural, Consumer and Environmental Sciences

University of Illinois | U.S. Department of Agriculture | Local Extension Councils Cooperating. University of Illinois Extension ofrece oportunidades equitativas en programas y empleo.

Reconocimientos: Curt Sinclair, Extension Specialist | Tresa Morris, 4-H Shooting Sports Discipline Leader and Coordinator | Las Páginas de Destello de 4-H son un esfuerzo colaborativo entre personal de 4-H, voluntarios, egresados y adolescentes de todo Illinois. ¡Un gran agradecimiento a los muchos contribuidores y críticos!