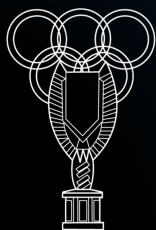


ORIENTAÇÃO ESCOTEIRA





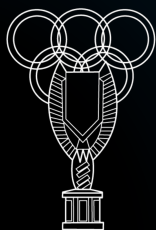
1. Elaborar um trabalho escrito sobre arco e flecha, citando sua origem, evolução histórica e características.

A origem do arco perde-se no tempo. O facto de a maioria deles terem sido construídos em madeira, (especialmente no seu início), fez com que a maior parte não tivesse durado até aos nossos dias. No entanto existem desenhos antigos de arqueiros, muitos dos quais ilustram as paredes de algumas cavernas, dando a entender que eles são provavelmente mais velhos do que se pensa. Os arcos aparecem na história de grande parte das culturas, desde os núbios (famosos por sua destreza com o arco e flecha), os índios de todas as regiões da América, os europeus, chineses e escandinavos. Os dois principais usos do arco e flecha foram, evidentemente, a caça e a guerra. Ocasionalmente supõe-se que teriam sido usados em competições de tiro, mas esta última função está tão intimamente relacionada com as outras duas que é difícil não as mantermos interligadas. O alcance de um arco varia entre os 40 e os 100 metros, mas no caso do longo arco inglês essa distância pode ir até aos 400 metros.

Os chineses desenvolveram bestas (arcos montados horizontalmente e operados como uma pistola; lê-se com o "e" aberto, "bésta") e os exércitos e imperadores da China aprenderam a manejar o arco-e-flecha (você pode ver tropas armadas com bestas no exército de terracota de Xi An). Os habitantes de Pártia no Irã e no Afeganistão podiam atirar flechas montados sobre seus cavalos enquanto escapavam dos exércitos que se aproximavam.

Os saxões não utilizavam muitos arqueiros, e somente mais tarde na história os ingleses começaram a usar os arcos longos para esse efeito devastador. Provavelmente os mais famosos foram nas batalhas contra a França durante a Guerra dos 100 Anos.

Por causa do sucesso dos arcos longos, os ingleses passaram a utilizá-los até a metade do século XVII, mesmo quando outros exércitos já utilizavam armas de fogo. Entretanto, foi inevitável que o arco como uma arma de guerra deixasse de ser utilizado quando pistolas e rifles se tornaram mais precisos e confiáveis. Em vez de desaparecer, o arco-e-flecha se tornou um esporte popular. Ele estreou nas Olimpíadas de 1900 em Paris, mas ficou de fora da competição por muitos anos, pois não havia um conjunto fixo de regras internacionais. Finalmente, ele retornou em 1972, em Munique, e atualmente é disputado em quatro categorias nas Olimpíadas de Verão: Individual Masculino, Individual Feminino, Equipe Masculina e Equipe Feminina.



2. Apresentar para a seção um trabalho sobre a regulamentação da prática do arco e flecha como atividade esportiva.

A regulamentação da prática do arco e flecha como atividade esportiva se deu na primeira metade do século XIX. Mas seu uso remonta à idade da pedra e, na antiguidade, alcançou grande desenvolvimento. Depois de um intenso emprego desses instrumentos no período medieval, a invenção da pólvora fez com que os arcos desaparecessem paulatinamente dos campos de batalha e que seu emprego com fins desportivos e de entretenimento ganhasse crescente importância. O tiro com arco, prova olímpica de 1900 a 1920, foi, após vários anos de supressão, reintroduzido nos jogos em 1972.

O arco utilizado nas competições esportivas costuma ser de aço ou de composições de fibra, plástico e madeira. Suas dimensões variam: os arcos mais compridos caracterizam-se pela estabilidade, enquanto os mais curtos oferecem a vantagem de dispararem flechas mais rápidas.

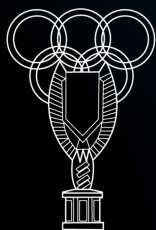
Os arcos empregados nas competições masculinas medem de 1,73m a 1,83m, enquanto os usados por mulheres têm de 1,50m a 1,68m. O cânhamo é o material mais apropriado para a confecção das cordas. As flechas são fabricadas tanto com ligas de alumínio como com madeira de abeto, pinho da Noruega etc. Têm ponteira de aço e medem entre 60 e 79 centímetros, com peso máximo de 28g.

Ao atirar, o arqueiro pode contar com a ajuda de uma mira, assim como de marcas diferentes de orientação. O alvo, geralmente feito de palha torcida ou cordas, é fixo, e apresenta na face externa uma superfície de papel ou de lona. Seu diâmetro é de oitenta centímetros para os tiros disparados a menos de cinquenta metros de distância, e de 122cm para os executados de distâncias superiores. Cada alvo se divide em dez zonas concêntricas, numeradas de um a dez da exterior à central, que definem a pontuação do atirador

3. Demonstrar todos os tipos de arcos, tipos de flechas, tipos de pontas e tipos de competição.

Arcos: LONGBOW, FLATBOWS, RECURVO TRADICIONAL, RECURVO MODERNO, COMPOSTO, ASIÁTICOS e BESTA

Pontas: MADEIRA, PEDRA, OSSOS, FERRO E AÇO, JUDO, BLUNT, BOWFISHING, BULLET, FIELD, BODKIN e BROADHEADS



Flechas: MADEIRA, ALUMÍNIO, FIBRAS DE VIDRO, CARBONO e ALUMÍNIO CARBON

Competições

- **Campeonato Indoor:** Competição realizada em ambientes fechados, à distância de 18 metros.

- **Campeonato OutdoorMais:** tradicional e principal forma de competição internacional, é realizado com disparos à longas distâncias.

Masculino: 90, 70, 50 e 30 metros

Feminino: 70, 60, 50 e 30 metros

- **Campeonato Field: Caracteriza-se** por ser um torneio em campo aberto, nas mais adversas condições possíveis, levando em conta relevo, vegetação, dificuldades naturais, etc; com distâncias variando de 5 à 65 metros, sendo estas conhecidas ou não.

4. Demonstrar conhecimento sobre ancoragem, postura, nomenclatura e medidas envolvidas no esporte.

Você deve ancorar pela lateral da face ou por baixo no centro do rosto? Tudo depende da sua estrutura física. O mais importante é que você não saia do plano da flecha.

É importante que o arqueiro tenha os pés alinhados com os ombros ou um pouco mais largo que isso. O arqueiro deve manter-se cuidadoso em manter a posição vertical. Um iniciante deve dominar rapidamente a postura linear, ou postura quadrangular. É fácil manter ângulos fixos no corpo e a linha central do corpo. Usar a postura aberta ajuda o arqueiro a ampliar a abertura dos pés para alinhar com o ombro

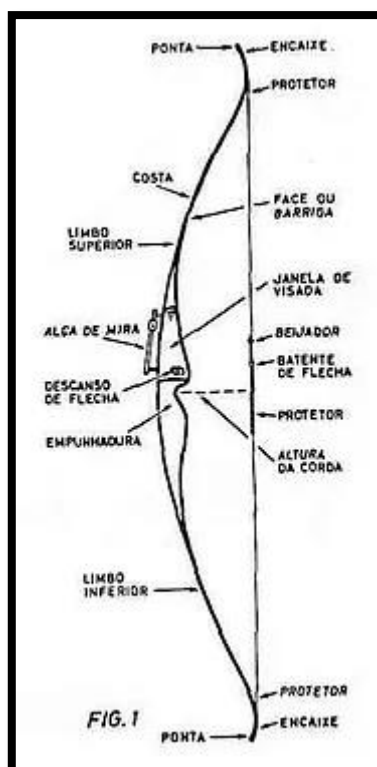
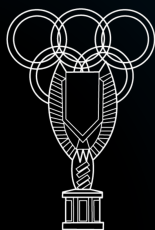
-Qual o peso do arco.

-Qual é o tamanho da minha puxada.

-Saber qual olho dominante.

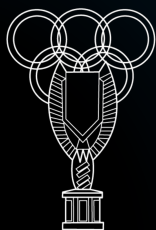
-Sou destro mais tenho olho dominante esquerdo. Compro arco destro ou canhoto.

-Quais flechas comprar.



5. Ter conhecimento das regras de segurança para manejar um arco e flecha.

1. Antes do treino cumprimente o professor e os outros atletas
2. Seja cordial e ajude aonde puder ajudar.
3. Nunca faça graça de principiantes e muito menos de quem tiver menos conhecimentos do que você.
4. Antes de atirar controle o seu equipamento.
5. Atire somente da linha de tiro.
6. Depois de ter atirado recue um a dois passos da linha de tiro e espere os outros(as) terminarem de atirar.



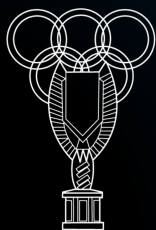
7. Só váia buscar as flechas depois de todos terem terminado de atirar.
8. Nunca atire quando tiver gente andando pelo campo de tiro.
9. Arco e flechas não são brinquedos. Mantenha-os limpos e bem cuidados.
10. Nunca tente aparece e se gabar e atirar em animais ou pessoas.
11. Ao terminar a aula devolva o material na mesma condição como o recebestes e ajude a arrumar as coisas.
12. Ao ir para o banheiro ou se distanciar do campo de tiro durante as aulas avise antes o professor. Depois das aulas se despede do professor e avise que está indo embora.

6. Explicar o que faz a Associação Nacional e Internacional de Arco e Flecha e o tipo de competições desse esporte.

A Confederação Brasileira de Tiro com Arco (CBTARCO) é uma entidade oficial que regulamenta o tiro ao alvo esportivo no Brasil.

Fundada em 09 de julho de 1991, no Rio de Janeiro pelas seguintes federações: Federação Mineira de Arqueirismo, Federação de Arqueirismo do Estado do Rio de Janeiro, Federação Gaúcha de Arco e Flecha, Federação Paraense de Arqueirismo (desativada) e Federação Paulista de Arco e Flecha.

A Federação Mundial de Tiro com Arco, originalmente Federação Internacional de Tiro com Arco (**FITA**) é a instituição esportiva que regulamenta o tiro com arco. Sua sede localiza-se em Lausanne, na Suíça, sendo composta por 141 países-membro e tendo o reconhecimento do Comitê Olímpico Internacional.



A nova organização foi criada com o intuito de regulamentar as leis que regiam as competições de tiro com arco, tornado o esporte apto a voltar a integrar o programa dos Jogos Olímpicos (a última aparição havia sido em Antuérpia 1920). O esporte foi finalmente reincorporado nos Jogos Olímpicos de 1972 em Munique. A FITA iniciou seus trabalhos organizando anualmente o Campeonato Mundial de Tiro com Arco, já em 1931. A partir de 1959 o campeonato tornou-se bienal.

7. Ter conhecimento prático de arco e flecha mediante curso de tiro com arco e flecha , com prática mínima de 6h. Este item é obrigatório para qualquer nível onde se conquiste itens que vão além da teoria fazendo uso do arco e flecha.

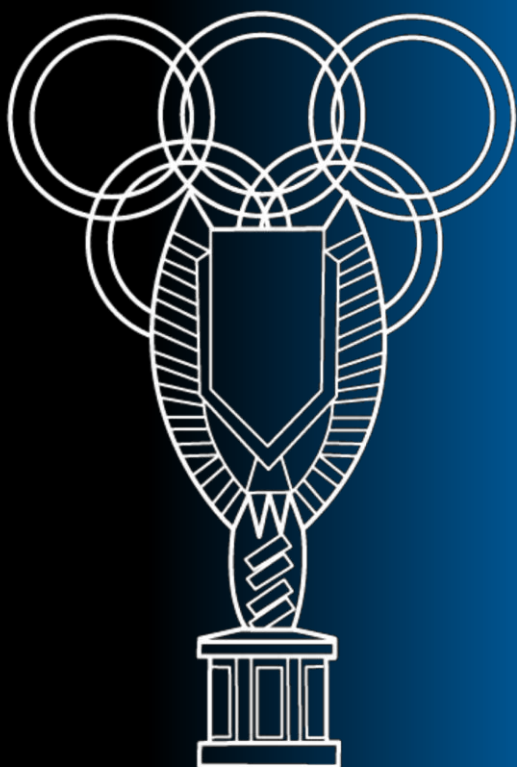
Curso.

8. Participar de uma prova simulada de tiro de arco e flecha com pontuação mínima: sendo 50% das flechas pontuando a 10 metros- Alvo FITA ou IFAA e 30% das flechas pontuando a 15 metros – Alvo FITA ou IFAA. Esse item só poderá ser efetuado, após curso de tiro com arco e flecha conforme item 07.

Prova.

9. Participar de prova com monitoramento de juiz habilitado, item esse que só poderá ser efetuado mediante participação anterior em uma competição de tiro de arco e flecha conforme item 08.

Prova.



Feito por:

Orientação Escoteira

