

regras de futebol americano

Por: itallo hermola



O futebol americano é um esporte jogado por 2 times com 11 jogadores em campo cada um. O time que tem a posse de bola é chamado de time de ataque (ofensivo) e a intenção desse time é avançar pelo campo através de corridas ou passes até cruzar a linha de gol e chegar a uma área chamada end zone (zona final) .

O time adversário é chamado de time de defesa (defensivo) e tenta parar o time de ataque e retomar a posse de bola . Quando o time de ataque marca pontos ou perde a posse de bola, os times invertem os papéis . O time A, por exemplo, se estiver com o time de ataque em campo e perde a posse de bola, entra na próxima jogada com o time defensivo, e assim por diante até o final dos 4 quartos .



O Campo

O campo tem 100 jardas de longitude e 53 jardas de largura (1 jarda tem 91,44 cms) . Linhas brancas demarcam o campo de 10 em 10 jardas para melhor visualização de todos. Marcas menores demarcam o campo de 1 em 1 jarda . Existe no final de cada campo uma área adicional chamada de end zone que possui 10 jardas cada . Um time marca pontos quando atravessa a end zone correndo com a bola ou quando alguém recebe a bola dentro dela .

Tempo

Os jogos da NFL tem 4 quartos de 15 minutos, com um intervalo de 12 minutos no meio do jogo . Intervalos menores de 2 minutos acontecem entre o 1o e 2o quartos e entre o 3o e 4o quartos. Os time invertem a posição de campo a cada fim de quarto .

O 1o e o 3o quartos começam com um kick off, isto é um chute inicial para que aconteça o retorno corrido do time adversário . Já no começo do 2o e 4o quartos o time mantém a posse de bola do período anterior .



O time de ataque tem 40 segundos para começar a próxima jogada depois do fim da jogada anterior. Ele é penalizado caso não o faça .

O tempo principal só para quando existe um passe incompleto, o jogador sai de campo com a posse de bola ou existe uma penalidade na jogada . O tempo só recomeça quando o juiz recoloca a bola no lugar correto para o começo da próxima jogada .

A posse de bola no começo do jogo é decidido através de um cara ou coroa, o time que começar recebendo o chute inicial (kick off) no 10 quarto, terá que começar o 3o quarto chutando o kick off .

Em caso de empate no tempo normal, existe uma prorrogação de 15 minutos com as mesmas regras, o time que marcar pontos primeiro ganha o jogo .

Os Jogadores

Cada time possui 3 unidades diferentes, o time de ataque (ofensivo-time que tem a posse de bola) , o time de defesa (defensivo) e os times especiais que só entram em campo em situações de chute (kick offs, Field goals e punts) . Cada time vai ter sempre 11 jogadores em campo . O futebol americano é um esporte que demanda muita especialização



Começando o jogo

Uma partida começa sempre através de um chute inicial (kick off) . A bola é colocada em pé em um apoiador na marca de 30 jardas do campo do time defensor, e um chutador (kicker) chuta a bola para o time de ataque adversário . Um jogador do time adversário vai tentar agarrar a bola e retornar o mais longe possível. No ponto onde esse jogador for parado ou sair de campo vai ser o ponto onde vai começar a campanha de ataque . Quando esse jogador recebe a bola na endzone (zona final) ele pode decidir correr com a bola ou ajoelhar-se . No caso do jogador se ajoelhar , a campanha começa na marca de 20 jardas .

Primeira descida

Todo progresso no futebol americano é medido através de jardas. O time de ataque tenta ganhar o máximo de jardas possível tentando alcançar a End Zone (Zona final) adversária . Para começar cada campanha, o time de ataque possui 4 tentativas para avançar 10 jardas, quando o time tem sucesso fazendo isso ele alcança o primeiro down (primeira descida), isto é, ele ganha mais quatro tentativas para avançar mais 10 jardas e assim vai.te aqui



O primeiro down também é conhecido como 1ª descida . Quando um time começa a campanha a denominação usada é que o time está na 1ª descida (1o down) para 10 jardas, se nessa primeira jogada o time avança 6 jardas, a denominação da próxima jogada é 2ª descida para 4 jardas, e assim por diante .

Se o time não avançar 10 jardas em 4 tentativas ele perde a posse de bola, portanto o time de defesa não só tenta evitar que o time ofensivo chegue na End Zone, mas também tenta evitar que eles avancem 10 jardas .

Quando o time ofensivo alcança a 4ª tentativa sem conseguir a 1ª descida, para evitar que ele perca a posse de bola naquele ponto do campo, o time tem a possibilidade de chutar um punt, isto é um chute tipo balão para que o time adversário ganhe a posse de bola longe daquele lugar, no outro extremo do campo.



Avançando com a bola

Toda jogada começa com um snap, isto é, o jogador do centro da linha ofensiva passa a bola por baixo das pernas para o quarterback, que é o cérebro da equipe, que executa a jogada previamente combinada na conferência (huddle) . Existem duas maneiras de avançar:

Jogo corrido: o quarterback dá a bola para o corredor que avança com a bola pelo chão tentando desviar dos defensores, ou

Jogo aéreo: acontece quando o quarterback se posiciona em posição de arremesso tentando achar algum recebedor livre para o passe . Quando esse passe é completo se chama é claro de passe completo quando não, se chama de passe incompleto .

O quarterback também pode correr com a bola . Na maioria das vezes é o quarterback que faz o passe, mas o time ofensivo pode fazer uma jogada truque onde outro jogador faz o passe .



O Tackle

A defesa previne o avanço do atacante tentando o colocar no chão, quando o atacante que tem a posse da bola encosta pelo menos um joelho no chão quer dizer que o jogador foi derrubado, o jogador da defesa fez um Tackle . Uma jogada também termina quando o jogador com a bola sai de campo .

pontuação

Touchdown (TD)- Vale 6 pontos

O Touchdown (TD) é a maneira de marcar mais pontos em uma só jogada, um TD vale 6 pontos. Acontece um TD quando o jogador com a posse de bola passa pela linha de gol e chega na endzone, ou quando o jogador recebe a bola dentro da endzone (com os 2 pés dentro de campo) . Existem outras 2 maneiras mais incomuns de acontecer um TD, quando um jogador do time de ataque perde a bola na sua própria endzone e é recuperada pela defesa dentro da endzone, ou quando um kick off é chutado e algum jogador do time receptor não encosta na bola e um jogador do time chutador recupera a bola na endzone. Mas são raras essas jogadas acontecer.



Ponto extra ou Conversão de 2 pontos – Vale 1 ou 2 pontos

Imediatamente após o touchdown, existe uma jogada bônus, a bola é colocada na marca de 2 jardas e o time de ataque tem 2 opções , chutar um chute de campo (Field Goal) valendo 1 ponto ou fazer uma jogada normal de campo (corrida ou passe) valendo 2 pontos se marcar o mini TD . Geralmente os times chutam o chute de campo, que é mais fácil e praticamente garantido, a conversão de 2 pontos geralmente só é tentada no final da partida quando o time precisa de 2 pontos para empatar ou vencer a partida .

O Ponto Extra é também conhecido em inglês como Point After Touchdown (PAT)

Chute de campo (Field goal) - Vale 3 pontos

Quando o ataque não consegue atingir a Endzone, o time pode tentar um chute de campo (field goal). Esses chutes valem 3 pontos . Ele pode ser tentado de qualquer área do campo , mas são geralmente tentados apenas quando estão no campo adversário após a marca de 40/45 jardas . Para o chute valer, a bola tem que passar pelo meio do Y que fica no final da endzone .



Para um field goal valer o snap tem que ser passado para trás e a bola tem que tocar no chão antes do chute, por isso foi criado o holder, o jogador que segura a bola para que o kicker execute o chute sem problemas. A defesa faz de tudo para bloquear ou atrapalhar o chute .

A distância de um FG é calculada assim: Vamos imaginar que a 3ª descida parou na marca de 25 jardas, portanto a 4ª tentativa começara ali. O holder fica posicionado a 7 jardas da linha de scrimmage . Não se pode esquecer que o Y fica no final da endzone, portanto a 10 jardas da linha de gol. É só somar 25 jardas (posição em campo) + 7 jardas (holder) + 10 jardas (Endzone) = 42 jardas. Portanto quando um time começa a jogada de chute na marca de 25 jardas está realmente chutando um chute de campo de 42 jardas .

O recorde da NFL é de um chute de 63 jardas.

Safety - Vale 2 pontos

O Safety vale 2 pontos. Um Safety acontece quando um jogador do ataque que está com a bola é derrubado na sua própria endzone.



Turnovers

Quando um time está tentando avançar com a bola , o time pode acidentalmente perder a posse de bola dessas 2 maneiras:

Fumble

Quando um atacante tenta avançar com a bola e deixa a bola cair, acidentalmente ou forçado por um oponente, ele causa um Fumble . Qualquer jogador que está em campo pode recuperar a bola obtendo a posse da mesma .O time que recuperar a bola terá ou manterá a posse da bola .

Interceptação

Um defensor pode ganhar posse da bola interceptando um passe, isto é receber um passe que era designado para um atacante .

Tanto em um fumble quanto em uma interceptação, o defensor pode correr com a bola até a endzone para um Touchdown.



Os dois lados do jogo

Ataque

O time que tem posse de bola é chamado de Time de Ataque, apenas o quarterback, running backs, wide receivers e tight ends podem ter a posse de bola . O quarterback é o líder do time e comanda o ataque . Além de fazer os passes, ele organiza cada jogada de ataque .

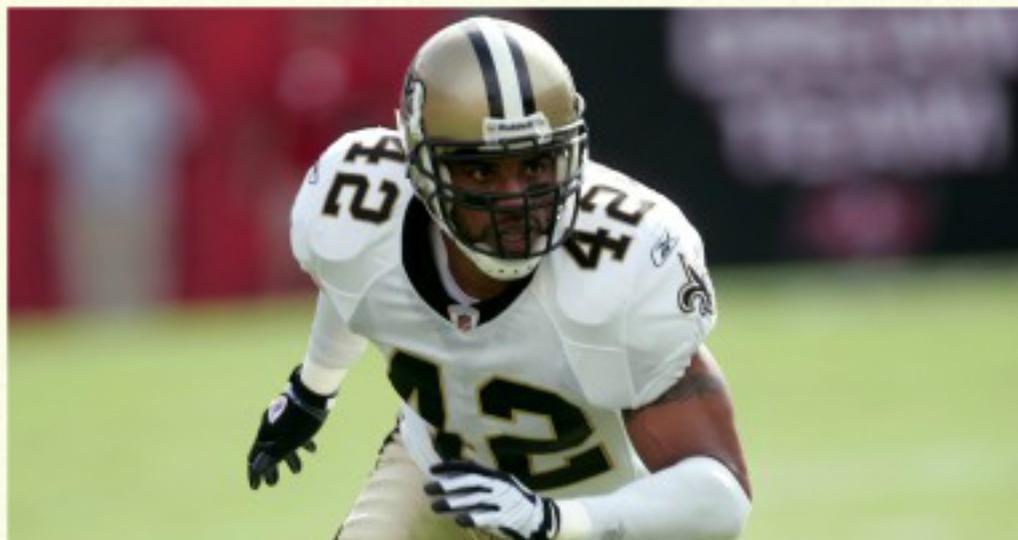
Jogadores de Ataque:

Quarterback (QB) : O cérebro do time, responsável pela organização das jogadas ofensivas, faz passes e distribui as bolas .

Center (C) : O jogador que faz o snap (passa a bola para trás por baixo das pernas) e depois bloqueia os defensores .

Guards (OG): Jogadores que ficam ao lado do center e são responsáveis por bloquear defensores vindo pelo meio, proteger o QB e abrir espaço para uma corrida .

Tackles (OT) : Jogadores que ficam ao lado dos guards e são responsáveis por bloquear defensores vindo pelos lados e proteger o QB e abrir espaço para uma corrida



Running Backs (RB): Jogadores que se posicionam atrás, ou ao lado do QB e são geralmente os responsáveis por correr com a bola . Mas também podem receber passes.

Wide Receivers (WR): Jogadores que se posicionam nas laterais do ataque e são os responsáveis por receber passes.

Tight End (TE): Jogadores híbridos, podem tanto funcionar como bloqueador como um recebedor de passes, se posiciona ao lado do Tackle .

Defesa

O objetivo da defesa é parar o ataque adversário e recuperar a posse de bola para o seu time.

Jogadores de Defesa:

Linhas de Defesa (Tackles e Ends) (DT e DE): Jogadores que se posicionam na frente dos guards e tackles adversários e tentam parar o jogo corrido e atrapalhar os passes do quarterback . São os maiores jogadores da defesa .

Linebackers (LB): Jogadores híbridos, ficam posicionado a algumas jardas atrás da linha e são responsáveis tanto por parar o jogo corrido, quanto os passes curtos.

Cornerbacks e Safeties (CB e S) : Jogadores rápidos e atléticos que são responsáveis por marcar os wide receivers e anular o jogo aéreo do