

GLOSSÁRIO

BACKFIELD: região atrás da linha de scrimmage.

BLITZ: é uma jogada defensiva, quando um dos jogadores da defesa vai para cima do quarterback adversário para atrapalhá-lo.

CATCH: é quando o jogador, receiver, recebe e domina o passe do quarterback com as duas mãos. Se ele fizer isso com uma mão só o nome é 'one-handed catch'.

CENTER: jogador atacante que fica no centro da linha com mais 4. É responsável por passar a bola por entre as pernas em direção ao quarterback. Também tem a função de bloquear os jogadores da defesa.

DELAY OF GAME: "atraso de jogo". Depois da jogada o quarterback tem 40 segundos para realizar uma nova jogada, se isso não acontecer o time é penalizado com a perda de 5 jardas.

DOWN ou DESCIDA: é o termo utilizado a cada tentativa de avançar 10 jardas. Cada time de posse de bola tem quatro descidas para tentar conseguir ao menos 10 jardas para ganhar o direito de mais 4 tentativas/descidas (first down).

DRIVE: conjunto de descidas realizadas pelo time a partir do momento do passe de bola até a quarta descida, punt, turnover ou até após fazer um touchdown e um extra point (ponto extra).

FACEMASK: quando um jogador segura o outro pela grade do capacete. A pena para essa falta é a perda de 15 jardas. Se a defesa for responsável, o time atacante tem avanço automático e ganha direito a 4 descidas devido ao perigo causado.

FALSE START ou SAÍDA FALSA: acontece quando um jogador de ataque se movimenta antes da bola ser passada ao quarterback pelo center. Pena: perda de 5 jardas.

FIRST DOWN: quando o time consegue 10 jardas.

FUMBLE: quando um jogador, que tinha domínio, perde a bola (de modo forçado ou por acidente). Essa bola pode ser pegue por qualquer time, podendo o mesmo pontuar.

GAP: espaço entre os jogadores da linha de ataque.

HAND-OFF: quando o quarterback entrega a bola para um recebedor sem fazer um passe ou uma jogada aérea.

HOLDING: segurar ilegalmente um jogador que não está de posse da bola.

Huddle: uma reunião rápida entre os jogadores.

INTERCEPTION ou INTERCEPTAÇÃO: quando o quarterback faz o passe, mas ele é recepcionado por algum jogador do time de defesa, resultando em troca da posse de bola.

LINHA DE SCRIMMAGE: é uma linha imaginária que indica onde a jogada vai começar e onde a bola vai ser posicionada.

SACK: quando um jogador da defesa derruba o quarterback antes dele conseguir fazer o passe da bola.

SAFETY: quando um jogador, de posse de bola, é derrubado dentro da sua própria endzone (+2pts pra o adversário).

TACKLE: derrubar o adversário de posse de bola.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer a todos que nos apoiam: sem sua torcida, o time não estaria completo, por isso a camisa de torcida tem o número 12. Para nós, você é o décimo segundo jogador e essencial para o Futebol Americano fluir com sucesso!

Aproveitamos ainda para agradecer a todos os nossos atletas (jogadores e cheerleaders), técnicos, colaboradores, voluntários, apoiadores e especialmente nossos patrocinadores: investir no esporte ainda é um grande desafio para muitos. Por isso, muito OBRIGADO por acreditar no nosso trabalho! E obrigado **HOSPITAL OTOCLÍNICA**, por nos propiciar mais este canal!

Quer ser um de nossos **TRITÕES** ou uma **SEREIA CHEERLEADER**? Siga-nos em nossas redes sociais. Acompanhe nossas postagens e se informe sobre o processo de seleção!

Ah! Se interessou e quer ser um de nossos apoiadores/patrocinadores? Nos mande um e-mail! Ficaremos muito felizes em marcar uma reunião!

TRITÕES
FUTEBOL AMERICANO

✉ fortalezatritoes@gmail.com
@f/fortalezatritoes

 **HOSPITAL**
OTOclínica
(85) 3466-1133



HOSPITAL
OTOclínica

APRESENTA:

MANUAL
de introdução ao
FUTEBOL AMERICANO

**TRITÕES**
& BlockStone



Olá! Eu sou o **OCEANO**, o mascote do **FORTALEZA TRITÕES**, e junto com o **HOSPITAL OTOCLÍNICA** gostaríamos de falar um pouco sobre esse esporte fantástico que é o Futebol Americano. Se você não é familiarizado ainda com o jogo, não se preocupe! Vamos te dar umas dicas bem legais para você fazer bonito na torcida!

O JOGO

O Futebol Americano é um jogo de conquista de territórios onde cada time tenta levar a bola oval até o final do campo do lado da equipe adversária (seja por passes aéreos ou por corridas, de modo geral).

Para isso, cada time tem 4 tentativas de avançar pelo menos 10 jardas. Se conseguir, o time ganha mais 4 tentativas. Caso contrário, o time perde a posse de bola para a outra equipe, que inicia suas próprias tentativas de avanço. O objetivo principal com isso é o **TOUCHDOWN (TD)**, embora haja outras formas de se pontuar.

TOUCHDOWN (TD) vale +6pts, sendo a maior forma de pontuação do Futebol Americano.

Após ele ocorrer, o time pode pontuar novamente decidindo entre chutar a bola entre as traves (+1pt), realizando o **PONTO EXTRA**, ou levando a bola de novo até a endzone (fim do campo) realizando a **CONVERSÃO** (+2pts).

O CAMPO



O campo é demarcado em **JARDAS** (cerca de 0,914m). Cada jarda é representada por listras pequenas em 4 regiões do campo (2 perto das laterais e 2 paralelas no meio do campo). A cada 5 jardas surge uma listra grande e contínua e a cada 10 essa mesma listra é acompanhada de uma numeração em dezena.

Essas marcações servem para medir os avanços dos atletas e saber de onde cada jogada deve começar ou reiniciar.

EQUIPAMENTOS

Os atletas treinam regularmente para resistir a impactos do esporte, contudo o Futebol Americano se torna ainda mais seguro pelo uso obrigatório de itens como capacetes (helmets), protetores de ombro (shoulder pads) e protetores bucais. Claro, acidentes acontecem, mas não se engane: nosso esporte procura sempre evoluir priorizando a proteção dos atletas.



Foto: Stephan Ellert

OS TIMES

Os times são compostos por cerca de 50 atletas, mas somente podem entrar 11 por vez (com substituições ilimitadas). Além disso, os jogadores de cada equipe possuem posições especializadas, distribuídas em 3 grupos:

ATAQUE

Responsável por passar pela defesa da equipe adversária e chegar com a bola até a endzone oposta. Para isso, realiza passes ou corridas com o controle do **QUARTERBACK**.

DEFESA

Responsável por não permitir que a equipe atacante adversária consiga levar a bola até a sua endzone. É o momento que a torcida entra em jogo e **FAZ BARULHO!!!**

TIME ESPECIAL

Responsável por jogadas especiais como **KICKOFF** (chute de início), **PUNT** (chute que afasta a bola da sua endzone), **FIELD GOAL** (chute entre as traves sem ocorrer após um **TD**: +3pts) e outros.

ARBITRAGEM

A arbitragem é responsável por controlar o relógio e garantir que todos respeitem as regras do jogo, sejam atletas, comissão técnica e **TORCIDA** (lembra: racismo, homo/transfobia, xenofobia ou qualquer forma de discriminação não condizem com o esporte). Se uma **FLAG** (bandeira amarela) for jogada no meio do campo, é sinal de uma possível advertência. As penas vão desde perda de jardas a expulsão (ejeção).

O jogo tem 4 quartos de 12 minutos pausados por diversas razões. Sendo assim, tem em média 2-3 horas de duração. **MANTENHA-SE HIDRATADO!**