

FÚTBOL AMERICANO

1. Modalidades o disciplinas incluidas en esta guía

Las modalidades incluidas en la presente guía son las siguientes:

1. Fútbol Americano

2. Federación, unión o asociación internacional

International Federation of American Football (IFAF)

<http://ifaf.org>

3. Bibliografía consultada

International Federation of American Football –IFAF (2015). Rules and Regulations

<http://ifaf.org/pages/documents>

FÚTBOL AMERICANO

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El fútbol americano nació hace más de 100 años en Estados Unidos de América como una modificación del rugby inglés. Es uno de los deportes de contacto más competitivos de Estados Unidos y que se practica actualmente en más de 60 países. Este deporte requiere de una gran disciplina, entrenamiento físico y preparación mental.¹

El fútbol americano es jugado por dos equipos, de manera que 11 jugadores ofensivos de uno de los equipos juegan contra 11 defensivos del otro equipo. El equipo atacante intenta llevar el balón mediante la carrera o mediante el pase, hacia la zona de anotación o zona final (End Zone) y así anotar puntos. La defensa tiene que evitar que esto suceda y tratar de impedir que avance el equipo rival hacia la anotación.

El juego consiste en que la escuadra ofensiva logre un touchdown —la forma básica de anotación, con valor de 6 puntos, más 1 de transformación si se realiza mediante chut entre palos, o 2 puntos si se ejecuta mediante jugada— como objetivo principal, o bien un field goal, con valor de 3 puntos. Para hacerlo, deben avanzar por lo menos diez yardas, en un máximo de cuatro oportunidades o downs. Así, por cada diez yardas recorridas como mínimo, se tiene derecho a otras cuatro oportunidades para buscar el mismo objetivo de diez yardas, y así progresivamente hasta llevar o acercar el ovoide a la zona final del campo del equipo rival y lograr la anotación.

¹ Tomado de https://www.uaeh.edu.mx/adminyserv/gesuniv/div_ext/deportes/equipo_fut.html



Figura 1
Fútbol americano²

² Tomado de <http://www.elhorizonte.mx/seccion/patriotas-vence-a-acereros-en-partido-inaugural-de-futbol-americano/1626774>

B. Características del terreno de juego

1. Definiciones

Antes de proceder a describir las características del área de juego es necesario conocer la terminología empleada para referirnos a cada uno de los componentes del terreno de juego y las líneas de demarcación a las que se hace referencia.

EL TERRENO DE JUEGO

El terreno es toda la superficie mostrada en el plano del Diagrama 01.



Figura 4
Los Kansas City Chiefs (en rojo) y los Pittsburgh Steelers (en negro) alineados para una jugada en la goal line.⁵

HASH MARKS

Entre cada línea que atraviesa el campo a lo ancho y marca el lapso de 10 yardas podemos notar unas marcas más pequeñas que se llaman hash marks y que atraviesan el campo a lo largo —dos en el centro del campo, y una en cada banda o extremo—.

Los hash marks sirven para identificar cada una de las yardas del campo, pero también tienen otra función, dividen el campo en tercios y ayudan a colocar el balón correctamente, pues el balón no siempre queda en el centro del campo al inicio de cada jugada.



Figura 5
Hash Marks⁶

LOS PILONES

En las esquinas, por fuera de la zona de anotación, encontramos los pilones: unos cojines verticales de color anaranjado que señalan los extremos de la zona de anotación y sirven a

⁵ Tomado de <http://dadsroundtable.com/other/2012/11/football-sadness/>

⁶ Tomado de https://howlingpixel.com/wiki/Hash_marks

los jugadores para ubicar dónde termina la zona de touchdown y sirve a los árbitros para decidir más claramente si sucedió la anotación o no.

Los pilones deben colocarse en las esquinas de las 8 intersecciones de las líneas laterales con las líneas de gol y las líneas finales. Se pueden colocar conos en la intersección de las líneas laterales y el medio campo y la intersección de la línea lateral y el área de no carrera.



Figura 6
Pilón de Carneros en el partido Cardenales vs. Dragones⁷

YS

Estructuras metálicas que se ven al centro de cada uno de los extremos del campo. El nombre que se usa en español generalmente es el de Ys (yes) o Hs (haches), dada la forma que tienen.

Se instalan por fuera del campo, pero el poste principal, forrado con esponja para proteger a los jugadores, hace una curva, de modo que el travesaño y las paralelas queden perpendiculares al piso y sobre la línea de fondo de cada lado del terreno.

Se utilizan para intentar los goles de campo, que tendrán que pasar por encima del travesaño y entre las paralelas.



Figura 7
La Y en el campo de fútbol americano de Carneros⁸

⁷ Tomado de <http://yorda35.com/el-campo-de-futbol-americano/>

⁸ Tomado de <https://www.axs.com/news/49ers-keep-an-eye-on-lurking-rams-for-monday-night-football-game-23097>

CADENA Y DADO

Hay un límite al número de marcas que se pueden poner cómodamente en el campo, por lo que, para medir el avance del balón en cada intento que tiene la ofensiva para avanzar, se usa la cadena y el dado: entre uno y otro hay 10 yardas exactamente. Así, cuando el balón queda entre los hash marks se llama al cadenero para que ayude medir si se logró avanzar las 10 yardas reglamentarias para el primero y diez o no.

El dado debe estar 2 yardas atrás de la línea lateral.



Figura 8
Dado y árbitro en el juego Borregos vs. Dragones⁹

Detalle del Diagrama de Campo

Goal post detail

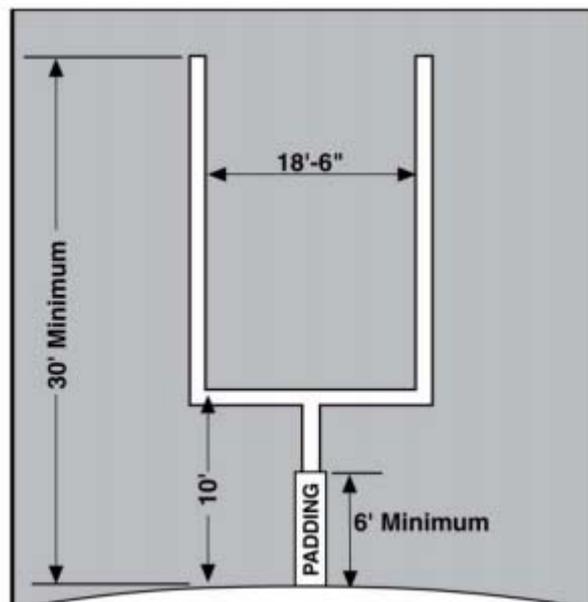


Figura 9
Pylon Detail¹⁰

⁹ Tomado de <http://yarda35.com/acercamiento-campo-de-futbol-americano/>

¹⁰ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

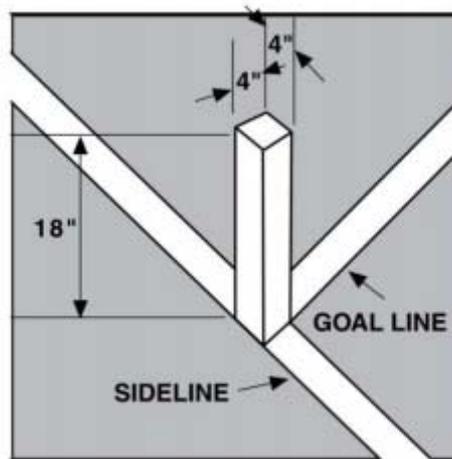


Figura 10
Recommended Yard-Line
Numbering¹¹

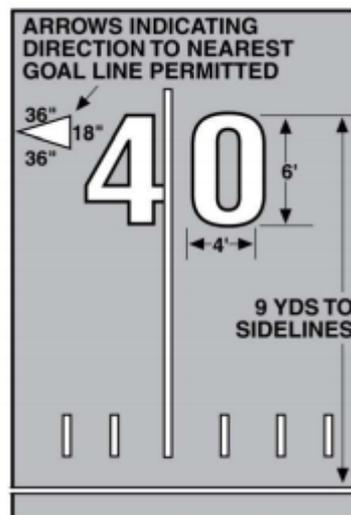


Figura 11
End Zone Detail¹²

¹¹ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

¹² Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

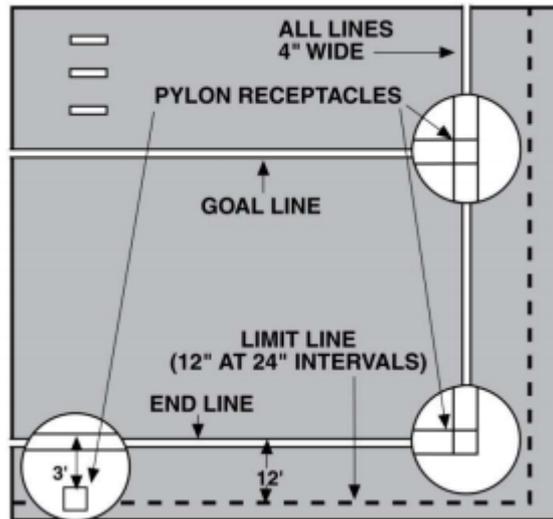


Figura 12
Blocking Zone¹³

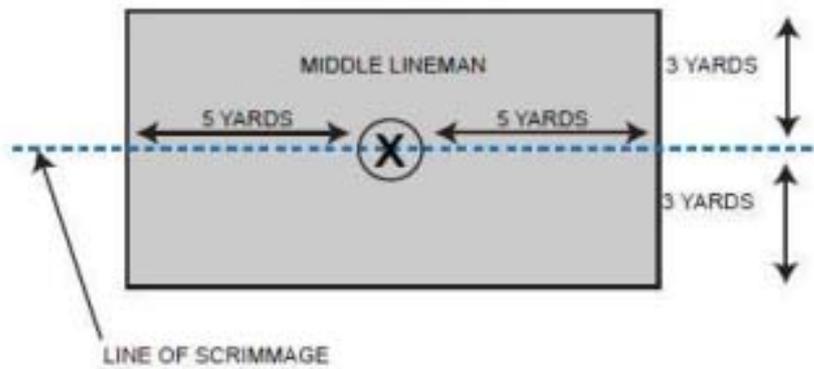


Figura 13
Low - Blocking Zone¹⁴

¹³ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

¹⁴ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

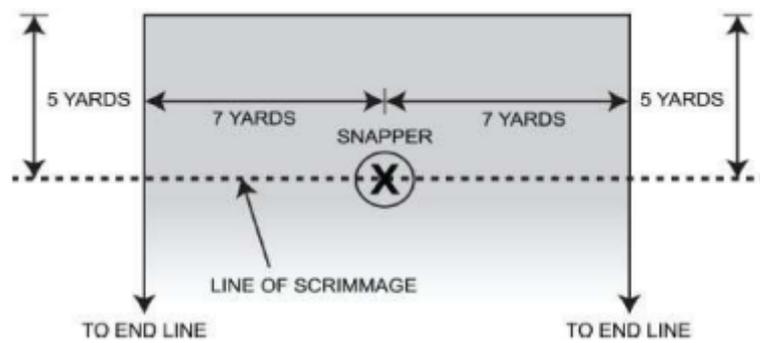


Figura 14
Tackle Box¹⁵

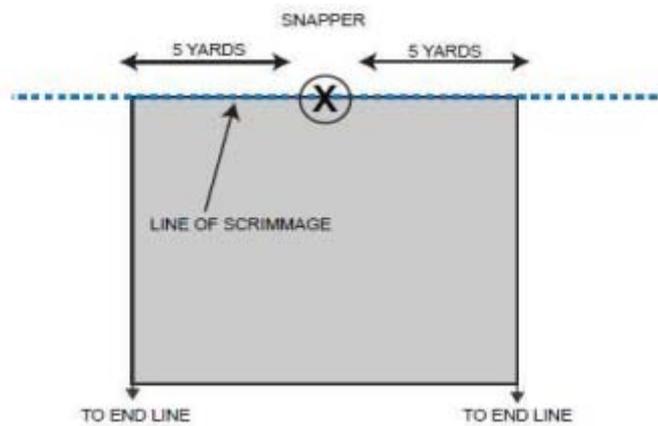
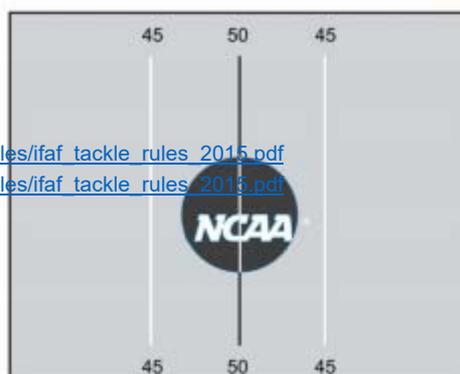


Figura 15
Proper Placement Logo¹⁶



¹⁵ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

¹⁶ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2013.pdf

Figura 16

Regla 1-2-1-f Las marcas decorativas contrastantes son permisibles dentro de las líneas laterales y entre las líneas de gol. sin embargo, las líneas de patio y las líneas laterales no deben estar ocultas.¹⁷

Derechos de Nombres Comerciales

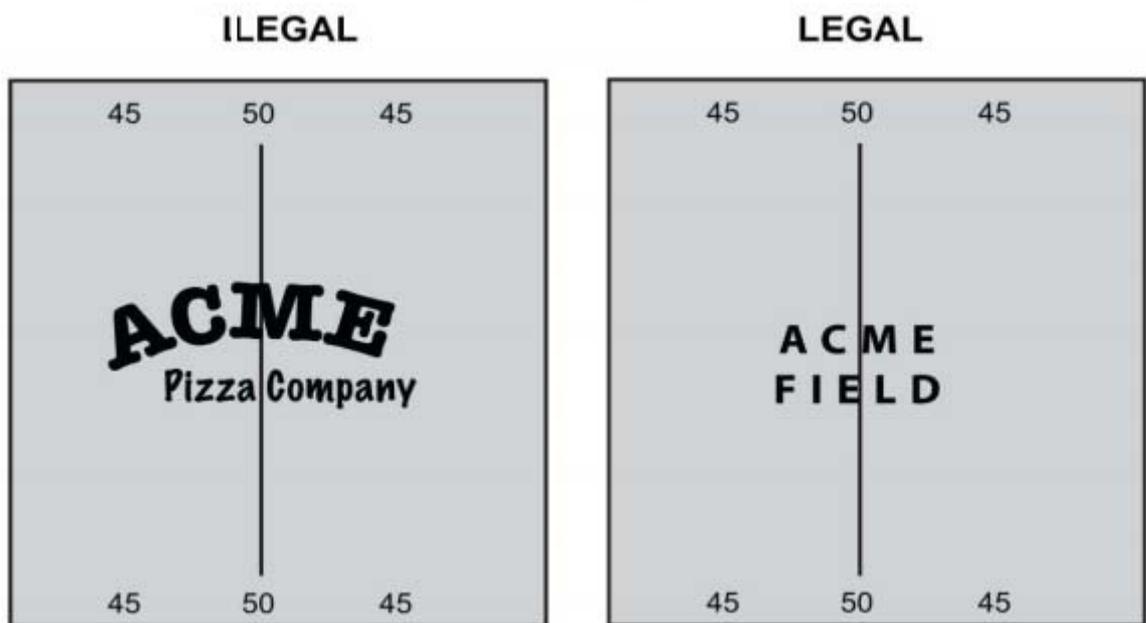


Figura 17

Regla 1 - 2 - 1 - h: la publicidad está prohibida en el campo. Excepción 3: si una entidad comercial ha buscado derechos de denominación para la instalación, se permite pintar ese nombre en el campo; sin embargo, el logotipo comercial no está permitido en el campo de juego.¹⁸

¹⁷ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

¹⁸ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

3. Zona de seguridad

ÁREA PERIMETRAL

El área de seguridad es de 3 yardas (2,75 m) fuera de las líneas laterales y las líneas finales. El área de seguridad no necesita estar marcada, pero no se puede alterar. Si dos campos están juntos, la distancia mínima debe ser 6 yardas (5,50 m).

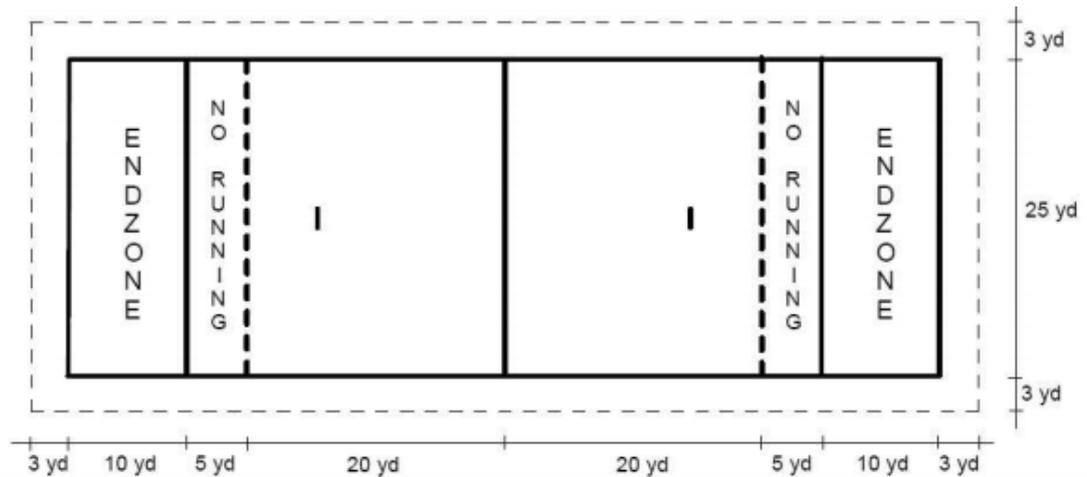


Figura 18
Área Perimetral¹⁹

4. Trazado

ÁREAS Y LÍNEAS

Todas las líneas del campo deben estar marcadas con líneas de 4 pulgadas de ancho y con material blanco no tóxico para ojos y piel. (Excepción: las líneas laterales y las líneas finales pueden exceder 4 pulgadas). Si el blanco no es adecuado, se elige otro color que contraste.

El Campo

El campo es el área dentro de la zona de seguridad y el espacio de arriba.

Campo de Juego

El campo de juego es el área dentro de las líneas laterales y las líneas finales.

Zonas Finales

Las zonas finales son las zonas de 10 yardas en ambos extremos del campo entre las líneas finales y de gol.

Zonas de no-carrera

¹⁹ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

Las zonas de no-carrera son las zonas de 5 yardas en ambos extremos del campo frente a las líneas de gol.

Líneas de Gol

Líneas de gol, una para cada equipo, se establecerán en los extremos opuestos del campo de juego. Las líneas de gol y los pilones están en la zona de anotación. Cada línea de gol es parte de un plano vertical que separa una zona final del campo de juego cuando el balón es tocado o está en posesión de un jugador, el plano se extiende más allá de las líneas laterales. La línea de gol de un equipo es la que está defendiendo.

Medio campo

A la mitad de las líneas de gol está el medio campo. La línea para obtener una nueva serie es la mitad del campo de juego.

Dentro y fuera del campo

La zona delimitada por las líneas laterales y líneas finales es dentro del campo, sus alrededores incluyendo las bandas y líneas finales están fuera del campo.

Área del Equipo

El área del equipo es detrás del área de seguridad y entre las líneas no-carrera a lo largo de la banda

C. Características de la superficie de juego

1. Materiales

En todo momento la superficie debe ser segura para jugar sobre ella. El campo debe ser cubierto de pasto artificial o natural.

No se debe usar ningún material o dispositivo para mejorar o degradar la superficie del juego u otras condiciones.

D. Equipamiento

2. Equipamiento deportivo

EL BALON

El balón debe ser de piel, nuevo o en buenas condiciones, de tamaño reglamentario, no se podrá alterar el peso y la presión. Cada equipo puede utilizar su propio balón.

Tamaños especiales

Para los partidos de mujeres se pueden utilizar balones juveniles (Ej. TDY). Para los juegos de jóvenes menores de 16, los balones deben ser juveniles (ej. TDY). Pueden no ser de piel. Para los juegos de jóvenes menores de 13, los balones deben ser "junior" (ej. TDJ). Pueden no ser de piel.

El balón debe cumplir con las siguientes especificaciones:

1. Nuevo o casi nuevo. (Una bola casi nueva es una bola que no ha sido alterada y conserva las propiedades y cualidades de una nueva pelota.)
2. Cubierta que consiste en cuatro paneles de cuero con gravilla sin corrugaciones en las costuras.
3. Un juego de ocho cordones igualmente espaciados.
4. Color bronceado natural.
5. Dos rayas blancas de 1 pulgada que están a 3 a 3¼ pulgadas del extremo de la bola y ubicadas solo en los dos paneles adyacentes a los cordones.
6. Cumple con las dimensiones máximas y mínimas y la forma indicada en el diagrama adjunto. (Excepción: la autoridad de competencia puede autorizar el uso de una pelota más pequeña para competiciones que involucran jugadores femeninos o junior).

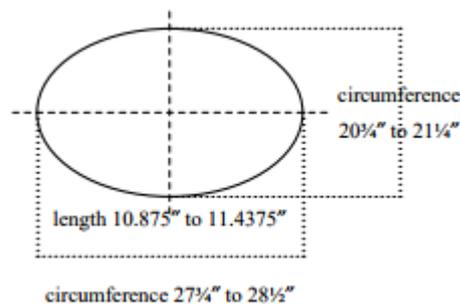


Figura 19

Diagrama que muestra la sección transversal longitudinal de la bola estándar. Máximo y mínimo Dimensiones son usadas. Este diagrama se imprime con el fin de asegurar la uniformidad en la fabricación.²⁰

7. Inflado a presión de 12½ a 13½ libras por pulgada cuadrada (psi)
8. Peso de 14 a 15 onzas
9. El balón no puede ser alterado. Esto incluye el uso de cualquier sustancia secante de bolas. Los dispositivos mecánicos de secado de bolas no están permitidos cerca de las líneas laterales o en el área del equipo.

²⁰ Tomado de http://ifaf.org/pdf/documents/rules/ifaf_tackle_rules_2015.pdf

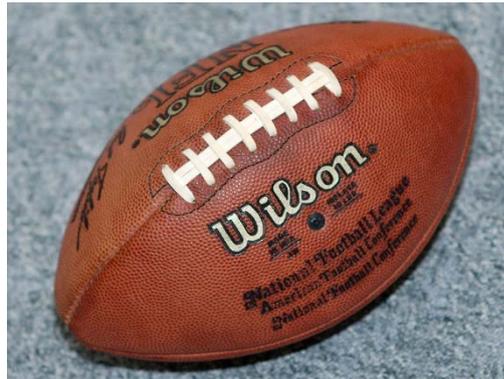


Figura 20
Balón de fútbol americano²¹

INDUMENTARIA

Un jugador usa casco, protectores, guantes, pantalón y camisa, calcetines.

Casco

Hecho de un plástico bastante duro, protege la cabeza del jugador y tiene delante de la cara una rejilla para protegerlo, pero manteniendo la visibilidad. También forma parte del equipo del jugador.

Protectores

Usan varios tipos de protectores que los protegen en múltiples sitios, desde los hombros, pecho, rodillas, cadera y muslos.

Guantes

Usan guantes especiales para Fútbol Americano, aumentando así su adherencia y ayudando a los jugadores a sostener la pelota.

Pantalones y Camisa

Estas no tienen ninguna función en específico, siendo sólo parte del uniforme, donde se hacen representar los colores y el símbolo del equipo. También aparece el número y el nombre del jugador para ser identificados.

Calcetines

Como el piso es césped, los jugadores utilizan botas con pitones para conseguir un mejor contacto con el suelo.

Equipo Obligatorio

²¹ Tomado de <https://promisglauben.de/tag/nfl>

Los jugadores de equipos contrarios deberán llevar jerseys de colores contrastantes. Si los equipos están utilizando jerseys similares, el equipo local tiene la opción de decidir cuál equipo tiene que cambiarlos.

a. Los jugadores de un equipo deberán llevar jerseys del mismo color, corte y estilo. Los jerseys deberán ser completos y estar fajados, los números serán arábigos de al menos 6 pulgadas (15 cm) de altura en la parte posterior. Todos los jugadores de un equipo deben tener diferentes números del 1 al 99.

b. Los jugadores pueden usar shorts o pantalones del mismo color, corte y estilo, sin bolsillos, botones de presión o clips. Los jugadores no pueden poner tape o asegurar sus shorts o pants para cumplir con este reglamento.

c. Cinturones ajustados con 2 banderas del estilo "pop-flags". Se debe hacer un esfuerzo por mantener una bandera en cada lado del jugador. Estas banderas deberán ser de 2 pulgadas (5 cm) x 15 pulgadas (38 cm) no se pueden alterar ni cortar. Las banderas no deben estar pegadas o modificadas y deben ser claramente visibles, cuelguen libremente y no deben estar cubiertas por el uniforme del jugador. Las banderas tienen que ser de un color diferente al color de los pants. Los jugadores, que se manipulan deliberadamente sus banderas, serán expulsados del juego.

d. Todos los jugadores deben llevar un protector bucal de un color visible y con máximo 0.5 pulgadas por fuera.

Equipo Ilegal

a. Los zapatos con tacos de más de 0,5 pulgadas (1,25 cm), puntiagudos o de cualquier material metálico.

b. Cualquier tipo de hombreras, cascos o cosas en la cabeza (gorras, capuchas, pañuelos, cintas, etc).

c. Cualquier tipo de protectores que ponen en peligro a otros jugadores (por ejemplo, rodilleras mecánicas).

d. Los lentes no médicamente prescritos y no hechos de material anti-ruptura.

e. La joyería debe ser removida o cubierta por completo.

f. Accesorios como toallas o calentadores de mano.

g. El material adhesivo, pintura, grasa o cualquier otra sustancia resbaladiza aplicada en el equipamiento, el cuerpo ropa o accesorios que afecte al balón o un oponente.

h. Todos los dispositivos electrónicos, mecánicos o de otro tipo para el propósito de comunicarse con un coach.

Certificación de Coaches

Antes del partido el head coach le dará un roster al árbitro, certificando que todos los jugadores tienen el equipo obligatorio y han sido informados de lo que constituye el equipo ilegal.

3. Consideraciones para el entrenamiento y práctica recreativa

Para el entrenamiento, para la práctica de las técnicas de juego de forma segura se requiere usar complementos que protejan a los deportistas de posibles lesiones, tales como rodilleras, coderas (opcional), muñequeras, botas específicas para fútbol americano, protector bucal, casco, en el que cada jugador, dependiendo de su posición en el campo, lleva un tipo de casco diferente según el nivel de protección y de visibilidad, las hombreras, vendas (opcional), musleras y riñoneras.

4. Recomendaciones de mantenimiento

La adecuada limpieza y almacenamiento de equipos es recomendable para mantener el equipamiento en óptimas condiciones.

E. Área de equipo y cuadro de entrenamiento

1. En cada lado del campo, un área de equipo detrás de la línea límite y entre las líneas de 25 yardas se marcarán para el uso exclusivo de sustitutos, entrenadores de atletismo y otras personas afiliadas al equipo. El frente de la casilla de entrenamiento debe estar marcado con una línea sólida seis pies fuera de la línea lateral entre las líneas de 25 yardas. El área entre la línea de entrenamiento y la línea límite entre las líneas de 25 yardas deberán contener una línea diagonal blanca o estar marcada claramente para el uso de los entrenadores. Para una marca de 4 pulgadas por 4 pulgadas es obligatorio en cada línea de la yarda de fisión extendida entre las líneas de gol como una extensión de la línea de entrenamiento para puntos de referencia de seis pies de línea a ganancia e indicador de abajo.

2. El área del equipo se limitará a los miembros del escuadrón con el uniforme completo y un máximo de 25 personas directamente involucradas en el juego. Todas las personas en el área de equipo están sujetas a las reglas y se rigen por las decisiones de los funcionarios (Regla 1-1-6). Las 25 personas que no lleven uniforme completo deberán usar credenciales especiales del área de equipo. Ninguna otra credencial es válida para el área de equipo.

3. Los entrenadores están permitidos en la casilla de entrenamiento, que es el área delimitada por la línea límite y la línea de entrenamiento entre las líneas de 25 yardas.

4. No hay personal de medios, incluidos periodistas, personal de radio y televisión, o sus equipos, deben estar en el área del equipo o en la casilla de entrenamiento, y no deben comunicarse de cualquier manera con las personas en el área del equipo o la casilla de entrenamiento.

En los estadios donde el área del equipo se extiende al área de asientos del espectador, debe haber un área de paso puesto a disposición para que los medios se muevan de un extremo del campo al otro en ambos lados del campo.

5. El personal de administración del juego por regla elimina a todas las personas sin autorizaciones.

6. La práctica de patear redes no está permitida fuera del área del equipo (Excepción: en estadios donde los recintos de juego tienen un tamaño limitado, se permiten las redes, los

titulares y los pateadores fuera del área del equipo y fuera de la línea de límite) (Regla 9-2-1-b-1)

F. Criterios de diseño para el área de espectadores

No se tienen consideraciones especiales para el diseño del área de espectadores, adicionales a las consideradas para los campos grandes.

G. Notas

1. No hay tal cosa como un campo de fútbol americano métrico. Todas las medidas están en yardas, pies y pulgadas.

1 yard = 3 feet = 36 inches = 91.44cm

1 foot = 12 inches = 30.48cm

1 inch = 2.54cm

1 yard = 36 inches (91.44cm), pero puede acortarse a no menos de 34.12 inches (86.67 cm) sólo si es necesario para caber en un campo de juego de 100 yardas más dos zonas de final de 10 yardas dentro de la superficie de juego disponible. Si la longitud del campo se reduce de esta manera, todas las otras dimensiones de campo y marcas establecidas en las reglas deben reducirse proporcionalmente.

2. Un campo de tamaño completo tiene 360 pies de largo y 160 pies de ancho, que consta de dos zonas de extremo de 10yd y Veinte segmentos de cuadrícula 5yd. Si la longitud es insuficiente, puede acortarse a 330 pies tomando dos segmentos de 5yd del centro (es decir, la línea de 45yd se convierte en la mitad del camino). Si es absolutamente necesario, se pueden guardar otros 18 pies reduciendo el tamaño de ambos extremos al mínimo permitido de 7yds. Por lo tanto, un campo legal no puede marcarse si existe menos de 104yds (312 pies) entre los Ys o Hs.

3. Tener en cuenta que el ancho del campo es significativamente menor que para deportes como el fútbol, rugby o hockey y que no se puede variar.

4. Las mediciones se realizan desde el borde interior de las líneas limítrofes. Todo el ancho de la línea de gol debe estar en la zona de anotación.

5. Las líneas de yarda se encuentran a través del campo a intervalos de 5yd entre las líneas de gol (es decir, NO en el extremo de zonas) son esenciales: se utilizan para una medición precisa de la distancia cuando la bola está avanzada.

6. Hash marks lines son de 60 pies de cada línea lateral. Cada marca hash mark debe tener 2 pies de largo (es decir, desde un punto de 60 pies desde la línea lateral hasta un punto a 58 pies de la línea lateral) a cada lado del campo. Los Hash marks NO se extienden a las zonas finales.

7. Se deben marcar líneas similares de 2 pies de largo comenzando 4 pulgadas dentro de cada línea lateral (entre el objetivo de líneas). Estos deben alinearse con las Hash marks en el medio del campo para dar una serie de puntos de referencia consistentes para alinear la pelota.
8. Deben haber números o marcas a 27 pies de cada línea lateral en cada línea de 10yd.
9. Debería haber dos casillas (adyacentes) dibujadas fuera de cada línea lateral, extendiéndose desde un punto de 25yds de cada línea de gol.
10. Fuera de las líneas laterales y líneas finales, debe haber un conjunto de líneas de límites discontinuas dibujadas, si es posible, a 12 pies del campo de juego. Esto marca el límite del campo, y los espectadores, fotógrafos, porristas, etc. deben estar fuera de él.
11. Si los espectadores no están confinados a un área en particular (por ejemplo, las gradas), entonces por razones de seguridad debe haber una cuerda o algo similar que los mantenga muy por detrás del límite de líneas.
12. Por razones de seguridad, las publicaciones de objetivos pueden no estar dentro del campo. Deben estar en las líneas finales o, en su defecto, fuera de ellos. Si las portadas no se pueden mover, la longitud del campo debe ser reducido.
13. La parte superior de la barra transversal debe estar a 10 pies del suelo. Los montantes deberían ser de 18 pies 6 pulgadas entre los interiores de los montantes. Los montantes deben tener al menos 30 pies de alto. Los postes deben estar acolchados con material elástico desde el suelo hasta una altura de al menos 6 pies.
14. Pilones flexibles de cuatro lados de 4 x 4 pulgadas con una altura total de 18 pulgadas, que pueden incluir un espacio de 2 pulgadas entre la parte inferior de la torre y el suelo, se recomiendan. Deben ser de color rojo o anaranjado y colocados en las esquinas interiores de las ocho intersecciones de las líneas laterales con las líneas de gol y final. Los pilones que marcan las intersecciones de las líneas finales y las líneas internas se deben colocar a 3 pies fuera de las líneas finales.
15. Todas las líneas de dimensión de campo deben tener 4 pulgadas de ancho con un material blanco no tóxico (Excepción: las líneas laterales y las líneas finales pueden exceder 4 pulgadas). Si el blanco no es adecuado, se elige otro color que contraste.
16. Publicidad o marcas decorativas en el campo son permitidas. En la zona de anotación, ellos no deben estar a menos de 4 pies de cualquier línea a menos que tenga un color que contraste. En el campo de juego, no deben borrar ninguna línea.