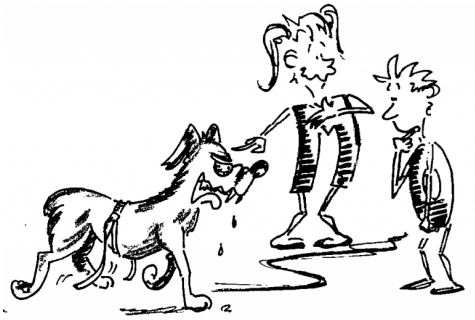
YoungstarsWiki.org

ENVIADO POR
Irmgard

ON
06/04/2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Futebol de salão



O flag football é um jogo de preparação ideal para o futebol americano

Conhecendo o Flag Football

O Flag football é um jogo preparatório ideal para o futebol americano que pode ser jogado ao ar livre com um mínimo de oito jogadores. Cada pessoa tem fitas de jogo ("bandeiras") penduradas em cada quadril.

Apanhador de cães

Como?São formadas duas equipes. Uma equipe é a dos "dog catchers", que ficam espalhados no campo confinado. A outra equipe é a dos "cães", que são deixados no campo um após o outro. Um jogador (cão) com bandeiras em ambos os lados corre pelo campo até que alguém dos "dog catchers" possa pegar uma bandeira dele. Imediatamente, o próximo cão entra em campo até que todos os cães sejam capturados. O vencedor é a equipe que, como apanhador de cães, levar menos tempo para apanhar os cães.

Variação: Game Tape Heist: Duas equipes são formadas. Ambas as equipes tentam capturar as bandeiras da outra equipe em um sinal de início. A equipe que ficar sem bandeiras é eliminada.

Para quê? Várias pessoas tentam capturar uma das duas bandeiras (fita) de uma pessoa.

Branca e preta

Como? Duas equipes se enfrentam em pares com dois metros de distância. Uma pessoa joga uma moeda de duas cores no centro do campo e diz a cor correspondente. Se a área branca estiver para cima, a equipe "Branca" deve fugir e cruzar a linha de resgate (a cerca de 15 m da linha central) o mais rápido possível. A outra equipe, a "Preta", tenta pegar uma bandeira dos adversários antes que eles cruzem a linha de resgate. Se a equipe "Preta" estiver no topo da moeda, ela correrá na outra direção. Se ambas as bandeiras forem levadas até a linha de chegada, isso resultará em um ponto. Se uma bandeira puder ser capturada, o apanhador e o corredor receberão um ponto cada. Depois disso, a posição inicial é definida novamente. Qual equipe tem mais pontos no final?

Para quê? Reatividade combinada com roubo de bandeiras.

Corrida com haste de espinhos

Como? Duas linhas são desenhadas em um prado com serragem, com 1,5 m de distância e cerca de 20 m de comprimento. Formação de duas equipes. Os jogadores de uma equipe correm um de cada vez pelo beco marcado, tentando carregar bolas de tênis de uma extremidade A para a outra extremidade B sem que suas bandeiras sejam roubadas pelos jogadores da outra equipe que se alinharam em ambos os lados do beco. Se isso acontecer, o corredor é eliminado. O jogo é disputado por tempo (por exemplo, três minutos) ou até que todos os corredores sejam eliminados. O número de bolas de tênis transportadas é então contado.

Para quê?Tirar uma bandeira das pessoas que estão correndo, para que elas sejam eliminadas.

Para roubar um presunto

Como? O mesmo número de pessoas se enfrenta a 20 metros de distância. Os grupos são numerados consecutivamente e cada um coloca o número 1 no lado esquerdo. No meio está o presunto (bandeira). O líder do jogo agora chama um número. Os jogadores chamados de cada equipe correm para o presunto (bandeira) e tentam trazer a bandeira para sua própria linha sem que a outra pessoa consiga roubar a bandeira da pessoa que a carrega. Um ponto é concedido se a bandeira puder ser levada para o outro lado da linha ou se o roubo da bandeira for bem-sucedido.

Para que serve? Para praticar medidas táticas quando for preciso pegar o objeto ou a bandeira (do oponente)

Jogando Flag Football da maneira certa

Como em todos os esportes, os jogos de equipes pequenas devem ser jogados primeiro, antes da grande final. Isso dá a todos os participantes a oportunidade de experimentar todas as posições. Além disso, a técnica de agarrar a bandeira também pode ser melhor praticada.

Jogo de equipe pequena: 43 contra 4

ComoAequipe é formada por quatro jogadores, um armador, um jogador de face-off e dois wingers. Uma infração é interrompida quando uma das bandeiras do jogador que está carregando a bola pode ser arrancada ou quando a bola cai no chão. As bandeiras não podem ser cobertas pelo jogador que está carregando a bola. O jogo é disputado sem contato físico. Formação da equipe defensiva (sem a posse da bola): Somente quando os jogadores da equipe defensiva estiverem a cinco jardas ou mais da linha de scrimmage é que eles podem atacar o criador da jogada (pegar a bandeira). Formação da equipe ofensiva (com posse de bola): O jogador de face-off está no meio da linha de face-off. Os dois jogadores alas estão à esquerda e à direita do jogador de face-off na linha de face-off. O ataque é aberto e a bola é lançada através das pernas esticadas para trás até o armador. A equipe ofensiva tem três tentativas a partir de sua própria linha de cinco jardas para mover a bola até a próxima área do meio de campo e outras três tentativas para marcar a partir do meio de campo. Se isso não for bem-sucedido, a equipe adversária recebe a bola e começa a partir de sua própria linha de cinco jardas. O criador da jogada não pode correr com a bola pela linha de scrimmage. Seis pontos são marcados se a bola for levada até a zona final ou se a bola for apanhada lá. Para que serve Aprender jogadas simples de flag football em pequenos grupos.

Jogo de equipe grande

ComoDoistimes (sete a onze pessoas por time) jogam em um campo com zonas finais de dez jardas de profundidade. O campo intermediário também é dividido em zonas de dez metros. O objetivo do jogo é ganhar ou impedir espaço. Alcançar a zona final (touchdown) resulta em seis pontos.

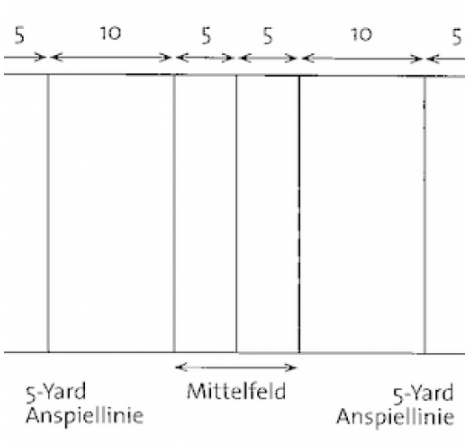
Pontos importantes: O ganho de espaço deve ser obtido por meio de corrida com a bola e passes (para trás apenas uma vez, para frente apenas uma vez ou transferências de bola). As jogadas de apoio podem incluir o bloqueio claro do portador da bola ou do arremessador. Antes de cada

tentativa, a equipe de ataque combina uma jogada em aproximadamente 30 segundos. A equipe atacante abre no meio da linha de scrimmage passando ou lançando a bola por entre as pernas para o armador na parte de trás. O armador pode levar a bola para frente sozinho ou passá-la para um colega de equipe. Uma jogada é concluída quando: (A) Um jogador da defesa arranca uma das bandeiras do jogador que está carregando a bola. (B) Quando a bola toca o chão. (C) O portador da bola cai no chão.(D) O árbitro apita, ou (E) Um touchdown é marcado.

Se o jogador que está atacando não conseguir pegar a bola, o jogo continua no local onde a bola foi pega. Se um defensor pegar a bola, ele abre a ofensa para sua equipe sem interromper o jogo. A equipe em posse da bola tem quatro tentativas para se mover dez metros com a bola. Se conseguir, terá mais quatro tentativas; se não conseguir, a bola (com a linha de scrimmage atual) vai para o time adversário. Após um touchdown, a equipe bem-sucedida chuta de sua zona final em direção aos adversários, que tentam a primeira tentativa. As faltas são penalizadas com perda de espaço ou ganho de espaço (5 a 15 jardas)

Para que serve? Para poder experimentar opções táticas em uma equipe maior.

Futebol de salão



Referência da fonte:

Conteúdo: Patrik Lehner, professor de esportes, professor da disciplina Y+S "esportes de acampamento/trekking" e palestrante no Inst. for Sport da Universidade da Basileia "mobile" BASPO, Magglingen

direitos autorais: www.mobile-sport.ch

Desenhos: Leo Kühne

YoungstarsWiki.org

Weitere Informationen

Categorias
Jogos e atividades

Tags
Futebol de salão
Futebol americano
Esportes
Jogo com bola
Preparação

Idade
Não há dados disponíveis.

Número de participantes
Não há dados disponíveis.

Bíblia
Essa informação está faltando.

Duração
Não há dados disponíveis.

Material
Ausência

Download de arquivos
Download do arquivo disponível

KI Generierter Inhalt
Conteúdo
Categorias
Tags
Idade
Número de participantes
Bíblia
Duração
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pt-br/wiki/art/futebol-de-salao