



CSI Football Americano

Regolamento Campionato: 5 - Men

CSI Football Americano

Regolamento Campionato

5 - Men



CSI Football Americano
Regolamento Campionato: 5 - Men

Sommario

Regola 01 - PRINCIPI GENERALI.....	3
Regola 02 - IL GIOCO.....	3
Regola 03 - ARBITRI.....	3
Regola 04 - IL CAMPO.....	3
Regola 05 - LINE TO GAIN.....	4
Regola 06 - LA PALLA.....	5
Regola 07 - NUMERAZIONE E FORMAZIONE.....	5
Regola 08 - SOSTITUZIONI.....	5
Regola 09 - NO RUN ZONE.....	5
Regola 10 - TEMPO DI GARA.....	5
Regola 11 - OROLOGIO DEI 30 SECONDI.....	5
Regola 12 - INIZIO DI CIASCUN TEMPO.....	5
Regola 13 - TEMPO DI GIOCO.....	6
Regola 14 - TIMEOUT.....	6
Regola 15 - MESSA IN GIOCO DELLA PALLA.....	6
Regola 16 - DOWNS.....	6
Regola 17 - BLITZ.....	7
Regola 18 - LANCIO ALL'INDIETRO E PASSAGGIO ALLA MANO.....	7
Regola 19 - AVANZARE LA PALLA.....	7
Regola 20 - FUMBLE E LANCIO ALL'INDIETRO.....	7
Regola 21 - LANCIO IN AVANTI.....	7
Regola 22 - ELEGGIBILITÀ A TOCCARE UN LANCIO IN AVANTI.....	8
Regola 23 - LANCIO INTERCETTATO.....	8
Regola 24 - SEGNATURE.....	8
Regola 25 - FALLI PERSONALI.....	9
Regola 26 - PENALITÀ.....	9
Regola 27 - APPLICAZIONE DELLE PENALITÀ.....	9
Regola 28 - FALLI A PALLA VIVA.....	9
Regola 29 - FALLI A PALLA MORTA.....	10
Regola 30 - CAMBIO DI POSSESSO.....	10
Regola 31 - METÀ DISTANZA.....	10
Regola 32 - POSIZIONAMENTO DELLA PALLA PER UNA PENALITÀ.....	10
Regola 33 - APPLICAZIONE SULLE TRASFORMAZIONI.....	10
Regola 34 - COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO.....	10
Regola 35 - ROSTERS.....	10
Regola 36 - TEMPI SUPPLEMENTARI.....	11
NOTE E RIFERIMENTI.....	11



Regola 01 - PRINCIPI GENERALI

Il football a 5 contro 5 verrà giocato secondo le norme del regolamento ufficiale NCAA in vigore per i campionati a 11 giocatori, adattato per i campionati italiani sotto la supervisione del CIA FIDAF (Commissione Italiana Arbitri FIDAF) con le variazioni che vengono definite nei successivi capitoli. Tutto quanto non espressamente indicato nel presente documento va quindi riferito al regolamento a 11 giocatori NCAA in vigore.

Regola 02 - IL GIOCO

- A. La gara sarà disputata da due squadre di 5 (cinque) giocatori in campo. Non è consentito, per infortuni durante l'incontro, schierare meno di 4 (quattro) giocatori in campo. Se ci sono meno di 4 giocatori, la partita si considera persa a tavolino (0 - 14 oppure si prende il risultato sul campo in quell'istante se è più favorevole di 0 - 14 per la squadra vincitrice) per la squadra che non è riuscita a garantire il numero minimo di giocatori in campo.
- B. Il numero massimo e minimo di giocatori in panchina sarà determinato dal comitato che organizza il campionato.

Regola 03 - ARBITRI

La partita sarà giocata sotto la supervisione di un minimo di 2 ed un massimo di 5 arbitri.

Regola 04 - IL CAMPO

Il campo deve essere un'area rettangolare delle seguenti dimensioni:

- a. Lunghezza = **70 yards** (end zone incluse)
- b. Larghezza = **30 yards**
- c. End zone: obbligatoriamente da **10 yards**

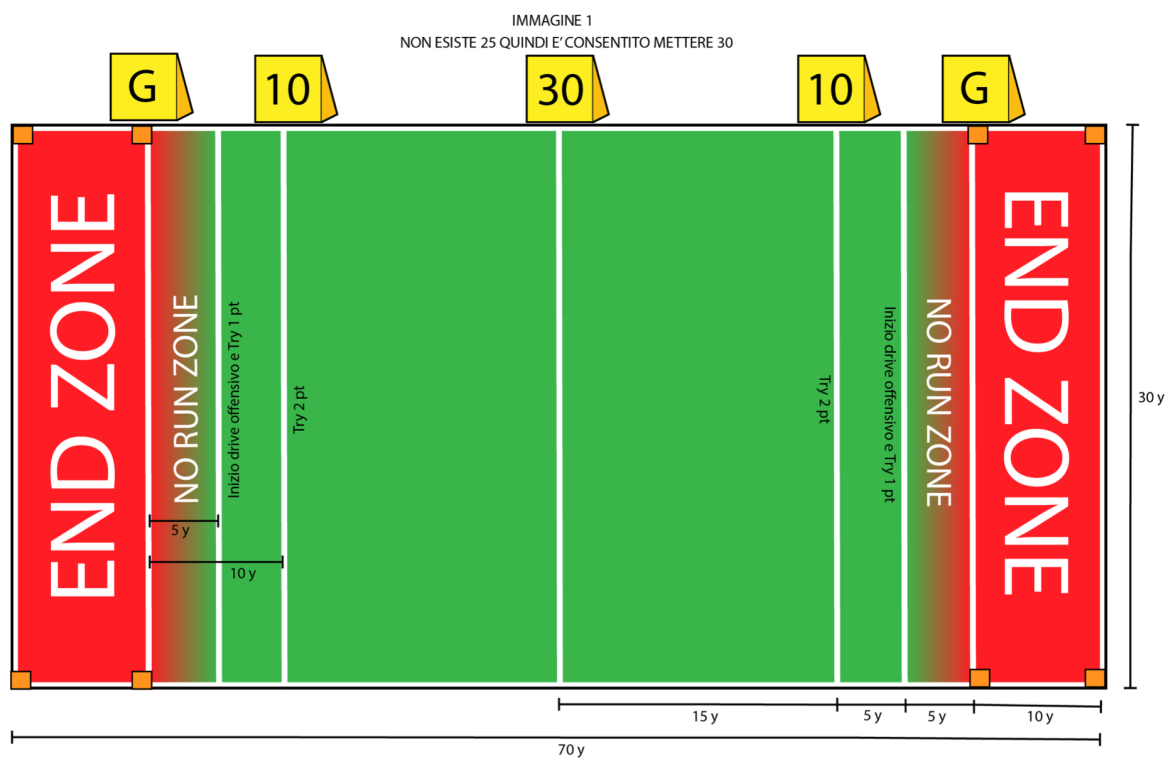
Il campo deve essere segnato con le seguenti linee e con le modalità come da immagine 1:

- a. Le goal lines
- b. Le end lines
- c. La linea di metà campo (linea delle 25 yards)
- d. Le linee delle 5 yards (inizio drive offensivo e try da 1 pt)
- e. Le linee delle 10 yards (try da 2 pt.)



CSI Football Americano

Regolamento Campionato: 5 - Men



Regola 05 - LINE TO GAIN

Non viene usata la catena per indicare il punto di partenza del drive e la line to gain, ma è obbligatorio utilizzare il box per il conteggio del down. La squadra di casa deve essere munita dell'attrezzatura necessaria indicata nell'immagine 2.

IMMAGINE 2





Regola 06 - LA PALLA

Le squadre possono giocare con palle fornite da loro stesse purché queste risultino legali (size: adult). Non sarà obbligatorio che siano di pelle.

Regola 07 - NUMERAZIONE E FORMAZIONE

- A. Nessun giocatore può indossare lo stesso numero di un altro giocatore.
- B. Le divise dei giocatori devono essere numerate da 1 a 99, ogni numero preceduto da zero (0) è illegale.
- C. Nessun giocatore può indossare lo stesso numero di un altro giocatore nello stesso down. Tutti i giocatori della squadra che attacca (squadra A) sono eleggibili a prescindere dal numero di maglia o dalla loro posizione in campo. La squadra A deve avere almeno 1 giocatore (lo snapper) legalmente posizionato sulla propria linea di scrimmage al momento dello snap ed un giocatore posizionato in modo da ricevere lo snap (alla mano o con snap lungo). Non ci sono restrizioni per le posizioni degli altri giocatori, possono quindi posizionarsi sia sulla linea di scrimmage che nel backfield, a patto che siano dietro alla propria linea di scrimmage (no encroachment).

Penalità: 5 yards dal punto precedente.

- D. Solo un giocatore può andare in motion ma non deve essere in direzione della goal line avversaria al momento dello snap.

Penalità: 5 yards dal punto precedente.

Regola 08 - SOSTITUZIONI

Le sostituzioni si possono effettuare solo a palla morta. Non esiste un numero massimo di sostituzioni.

Regola 09 - NO RUN ZONE

Le NO RUN ZONE sono delle aree profonde 5 yards poste ad entrambe le estremità del campo di gioco, immediatamente prima della goal line. Quando la palla è posizionata sulla o oltre la linea delle 5 yards verso l'end zone della squadra avversaria (NO RUN ZONE), l'attacco deve effettuare obbligatoriamente un gioco di lancio in avanti (in questa regola rientrano anche le trasformazioni da 1 punto).

Penalità: Perdita del down dal punto precedente.

Regola 10 - TEMPO DI GARA

L'orologio di gara viene gestito da uno degli arbitri o da un operatore autorizzato nel caso ci sia un orologio da stadio visibile.

Regola 11 - OROLOGIO DEI 30 SECONDI

Un arbitro della gara gestirà il cronometro dei 30 secondi che indicano il tempo che passa fra il segnale di ready to play a quando la palla viene messa in gioco.

Regola 12 - INIZIO DI CIASCUN TEMPO

- A. Ogni tempo partirà con uno snap dalla linea delle 5 yards difensive della squadra che attacca.
- B. Prima della gara il Referee effettuerà un sorteggio (coin toss) al centro del campo alla presenza di non più di quattro capitani per ciascuna squadra e di un altro arbitro. Il capitano della squadra ospite effettuerà la scelta (testa o croce).
- C. Il vincitore del sorteggio avrà la possibilità di declinare la scelta nel secondo tempo. La squadra che non



avrà il possesso di palla potrà scegliere il campo da difendere.

Regola 13 - TEMPO DI GIOCO

- A. Il tempo totale della gara (escluso tempi supplementari che durano 5 minuti) sarà di 60 minuti, divisi in due tempi da 30 minuti ognuno, con la formula: entrambi i tempi da 30' con gestione del tempo a correre.
 - a. Fuori dagli ultimi 2 minuti il tempo si fermerà solo:
 - i. in occasione di un injury timeout o da parte di una delle due squadre; ii. Il Referee potrà caricarsi un timeout nel caso ci sia un forte ritardo nel rimettere in gioco la palla o per qualsiasi altra eventualità non coperta dal regolamento;
 - b. All'interno degli ultimi due minuti il tempo sarà effettivo e gestito come da regolamento NCAA in vigore.
- B. L'intervallo fra i due tempi sarà di 15 minuti.
- C. Il tempo parte al primo snap della gara.
- D. Quando la palla muore e mancano due minuti o meno alla fine del tempo, il Referee fermerà il tempo per avvisare i coaches ed i capitani di ogni squadra. Il tempo riparte allo snap.

Regola 14 - TIMEOUT

- A. Ogni squadra ha la possibilità di chiamare due timeout per ogni tempo. Durante i tempi supplementari le squadre avranno a disposizione un solo timeout per tempo. I timeout non chiamati non possono essere riportati nel secondo tempo o in un tempo supplementare.
- B. I timeout di squadra non possono durare più di 60 secondi.

Regola 15 - MESSA IN GIOCO DELLA PALLA

La palla deve essere messa in gioco entro 30 secondi da quando viene dichiarata ready to play a meno che il tempo non venga interrotto durante questo intervallo. Se il gioco viene interrotto il cronometro dei 30 secondi verrà fatto ripartire da capo. Snappare la palla oltre i 30 secondi è un ritardo di gioco illegale.

Penalità: Fallo a palla morta. 5 yards dal punto precedente.

Regola 16 - DOWNS

- A. La squadra A ha quattro tentativi per raggiungere la metà campo. Se vi riesce guadagna una nuova serie di quattro tentativi per raggiungere la goal line segnando.
- B. All'inizio del tempo la squadra con il diritto di cominciare in attacco partirà dalla linea delle proprie 5 yards difensive.
- C. Dopo una trasformazione la squadra che ha subito il touchdown avrà il possesso sulla linea delle proprie 5 yards difensive.
- D. Dopo una safety, la squadra che ha segnato avrà il possesso sulla linea delle proprie 5 yards difensive.
- E. Dopo un touchback, la squadra che ha effettuato il touchback prende il possesso sulla linea delle proprie 5 yards difensive.
- F. Non c'è il punt. Se la squadra A non guadagna la line to gain (metà campo) o non segna dopo il quarto down la squadra B prende il possesso della palla sulle sue 5 yards a prescindere dalla posizione di campo in cui la squadra A ha giocato il quarto down.



CSI Football Americano

Regolamento Campionato: 5 - Men

Regola 17 - BLITZ

A seguire vengono fornita la definizione di blitz. I giocatori della squadra B possono superare la linea di scrimmage solo in caso di corsa o finta di corsa e **possono placcare il portatore di palla (es. QB, RB, WR ecc...)**. Solo un giocatore di difesa, può essere posto davanti allo snapper e **può superare la linea di scrimmage dopo l'effettuazione dello snap, in qualsiasi tipo di azione (sia durante un lancio, sia durante una corsa) fino al placcaggio del QB (sack) o del portatore di palla RB/WR (Tackle for loss).**

IMMAGINE 3 - ESEMPIO DE POSTO DAVANTI AL CENTRO



Spalla interna del DE in linea con la spalla esterna del C



Casco del DE in linea con il casco del C



Spalla esterna del DE in linea con la spalla interna del C

Tutti i giocatori che vogliono mettere pressione sul lanciatore ed effettuare un blitz (il blitz non va dichiarato), devono essere ad un minimo di 7 yards dalla linea di scrimmage al momento dello snap (inclusa l'end zone). Non c'è un numero massimo di giocatori che possono effettuare un blitz. Un arbitro, o un segnale visibile, segnerà le 7 yard dalla linea di scrimmage.

Penalità: Fallo a palla viva. 5 yards dal punto precedente.

Regola 18 - LANCIO ALL'INDIETRO E PASSAGGIO ALLA MANO

Prima di un cambio di possesso, il portatore di palla può lanciarla o consegnarla alla mano in qualsiasi direzione, se effettua il lancio o consegna dietro la LOS. Superata la LOS il portatore di palla potrà lanciare o consegnare la palla solo indietro.

Penalità: 5 yards dal punto precedente.

Regola 19 - AVANZARE LA PALLA

Prima di un cambio di possesso, il giocatore che riceve lo snap non può avanzare la palla oltre la neutral zone fino a che la palla non entra in possesso di un altro giocatore e gli venga successivamente restituita.

Penalità: Perdita del down al punto precedente.

Regola 20 - FUMBLE E LANCIO ALL'INDIETRO

Si mantengono le stesse indicazioni riportate nel regolamento a 11 giocatori NCAA vigente.

Regola 21 - LANCIO IN AVANTI



La squadra A può effettuare un solo lancio in avanti durante ogni down e solo prima di un cambio di possesso, a patto che il lancio venga effettuato da dietro la linea di scrimmage.

Penalità: Perdita del down al punto precedente.

Il giocatore che riceve lo snap ha 7 secondi per liberarsi del possesso della palla. La palla muore se il giocatore che riceve lo snap la tiene per più di 7 secondi. Se in dubbio non sono passati i 7 secondi (Eccezione: se per l'azione di un blitz illegale passano più di 7 secondi prima che si liberi della palla, questa muore per regolamento ma non viene assegnata nessuna penalità).

Penalità: Perdita del down al punto precedente.

Il lanciatore può legalmente lanciare via la palla per evitare di perdere yards o di commettere il fallo dei 7 secondi, purché la palla atterri o abbia la concreta possibilità di arrivare sulla o oltre la neutral zone estesa. Se la palla non raggiunge la neutral zone, affinché non ci sia penalità ci deve essere nella zona in cui arriva la palla un ricevitore eleggibile.

Penalità: Perdita del down al punto del fallo. Safety se il fallo avviene dietro alla goal line della squadra A.

Regola 22 - ELEGGIBILITÀ A TOCCARE UN LANCIO IN AVANTI

Allo snap tutti i giocatori sono eleggibili a toccare un lancio in avanti o a ricevere un passaggio alla mano in avanti (**eccezione:** chi riceve lo snap non è eleggibile a toccare un lancio in avanti fino a che la palla non è stata consegnata all'indietro ad un altro giocatore).

Regola 23 - LANCIO INTERCETTATO

Quando avviene un intercetto il possesso della palla passa alla squadra che ha intercettato e l'azione riparte da dove il giocatore è stato fermato. Se l'intercetto avviene all'interno della propria end zone, nel caso in cui il giocatore che ha effettuato l'intercetto esca dalla propria end zone e vi rientri di sua spontanea volontà e venga poi placcato all'interno della stessa, questo genera una "safety" in favore dell'altra squadra.

Se un difensore intercetta entro le sue ultime 5 yards (dentro la "no run zone") e il suo impeto lo porta dentro la propria end zone dove la palla muore, non è safety bensì touchback (regola del momentum o impeto): 1° down per squadra che ha eseguito l'intercetto che riparte in attacco dalle proprie 5 yards. A seguito di un intercetto la palla apparterrà alla squadra che ha intercettato nel punto di fine corsa.

Se l'intercetto viene riportato in end zone offensiva si otterranno 6 punti per la segnatura di un touchdown.

Regola 24 - SEGNATURE

Le possibili segnature sono le seguenti:

- a. Touchdown = **6 punti**
- b. Safety = **2 punti**
- c. Try dalle 5 yards = **1 punto**
- d. Try dalle 10 yards = **2 punti**
- e. Try trasformata dalla squadra B che difendeva = **2 punti**

In occasione delle trasformazioni da 1 punto (dalle 5 yards) non è consentito all'attacco correre con la palla, ma solo lanciare (regola della NO RUN ZONE). La difesa può effettuare il blitz. Il blitz è sempre legale a condizione che il giocatore che lo effettua sia ad almeno 7 yards dalla linea di scrimmage (in questo caso deve partire due yards dentro la propria end zone). In occasione delle trasformazioni da 2 punti (dalle 10



yards) è invece consentito all'attacco sia correre che lanciare. La difesa può effettuare il blitz (in questo caso deve partire dalla linea delle 5 yards la linea di NO RUN ZONE).

Regola 25 - FALLI PERSONALI

Nessuna persona soggetta alle regole può commettere un fallo personale prima della partita, durante la partita o negli intervalli.

- A. A. Non ci può essere nessun clipping in nessun momento (eccezione: contro il runner)
- B. Non ci può essere nessun blocco sotto la cintura in nessun momento
- C. Non ci può essere nessun blocco nella schiena in nessun momento (eccezione: contro il runner)
- D. D. Non ci può essere nessun facemask in nessun momento

Penalità: 5 yards di penalità e primo down automatico per i falli della squadra B se non in conflitto con altre regole. Falli evidenti o persistenti (flagranti) comportano l'espulsione. Si avrà una safety per i falli della squadra in attacco che avvengono dietro la propria goal line.

- E. Pass interference: regolato come da regolamento NCAA

Penalità: 15 yards di penalità e primo down automatico per i falli della squadra B.

- F. Nessun giocatore può portare un blind-side block colpendo un avversario con violenza (forcible contact). Eccezioni:

- a. Sul portatore di palla;
- b. Su un ricevitore che sta provando ad effettuare una ricezione.

Squadra B44 intercetta il lancio di A12 sulle B-20 e si appresta ad effettuare un ritorno. Durante il ritorno, a metà campo B21 si avvicina a A88 dal lato cieco e blocca A88:

- a. Con le mani tese;
- c. Con un blocco velo (screen type block);
- d. Colpendolo con violenza (forcible contact) con la spalla contro il petto di A;
- e. Colpendolo con violenza (forcible contact) con la spalla contro la testa di A. B44 ritorna fino alle B-20.

Penalità:

- a. Non c'è fallo;
- b. No c'è fallo;
- c. Fallo personale, blind-side block 10 yards di penalità dal punto del fallo; d. Fallo personale, blind side block con targeting 10 yards di penalità dal punto del fallo e B viene espulso.

Regola 26 - PENALITÀ

Tutte le penalità sono di 5 yards tranne per le penalità riportate nella regola 25 (falli personali) e potranno comportare l'assegnazione di un primo down automatico o la perdita di un down come segnalato nel presente regolamento o in quello NCAA in vigore.

Regola 27 - APPLICAZIONE DELLE PENALITÀ

Tutte le penalità possono essere declinate, eccetto quelle per falsa partenza. I giocatori espulsi devono lasciare il terreno di gioco.

Regola 28 - FALLI A PALLA VIVA



Se non diversamente specificato nelle regole, l'applicazione delle penalità per falli a palla viva prima del cambio di possesso è al punto precedente. (eccezione: roughing to the passer; se il lancio viene completato, la penalità viene applicata alla fine della corsa di A se finisce oltre la neutral zone).

Regola 29 - FALLI A PALLA MORTA

L'applicazione dei falli a palla morta è sempre dal punto successivo.

Regola 30 - CAMBIO DI POSSESSO

Il punto di applicazione per i falli a palla viva dopo un cambio di possesso è il punto del fallo.

Regola 31 - METÀ DISTANZA

Nessuna penalità può superare la metà distanza dal punto di applicazione alla goal line della squadra che ha commesso il fallo.

Regola 32 - POSIZIONAMENTO DELLA PALLA PER UNA PENALITÀ

Il posizionamento della palla sul terreno di gioco, a seguito dell'applicazione di una penalità, determina il tipo di gioco che si può effettuare.

Regola 33 - APPLICAZIONE SULLE TRASFORMAZIONI

Sulle trasformazioni: Una volta che la squadra che ha segnato il touchdown effettua la scelta di che tipo di trasformazione fare – da 1 o 2 punti – il punteggio acquisito, in caso di trasformazione riuscita, sarà sempre quello scelto a prescindere da dove la palla viene poi ricollocata a seguito di applicazione di penalità. La posizione della palla determina però il tipo di gioco che si può effettuare (corsa o lancio). Se la squadra A sceglie di andare per due punti e accetta una penalità per un fallo della squadra B che non comporta un primo down e lascia la palla dentro la NO RUN ZONE, essa non può correre la palla ma la trasformazione comporterà comunque due punti. Se la squadra A commette un fallo che comporta la perdita del down e la penalità viene accettata, la trasformazione è conclusa e qualsiasi punteggio acquisito nel down viene cancellato.

Regola 34 - COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO

- A. Non c'è spazio per nessuna tattica o blocco deliberatamente illegale o comportamenti antisportivi da parte dei giocatori o allenatori. Un giocatore o un allenatore che costantemente o in maniera plateale commettono falli personali saranno espulsi.
- B. "Linguaggio scurrile" o bestemmie (qualsiasi parola che tende a offendere, insultare minacciare un arbitro, un giocatore avversario, una squadra o gli spettatori) o qualsiasi condotta antisportiva viene fortemente scoraggiata. Gli arbitri sono i soli che possono giudicare se parole o gesti sono offensive, insultanti o minacciose.

Penalità: 10 yards dal punto successivo. Giocatori o persone in uniforme della squadra che commettono due falli per comportamento antisportivo o un fallo di condotta antisportiva flagrante saranno espulsi. Allenatori che invitano a tattiche scorrette o che violano le regole della condotta sportiva saranno espulsi. Ogni persona espulsa da una partita sarà soggetta ad un'appropriata azione disciplinare.

Ogni persona soggetta alle regole che viene espulsa non può in nessun modo partecipare al resto della gara.

Regola 35 - ROSTERS

Entrambe le squadre dovranno consegnare un roster per ogni gara a cui partecipano. Persone che sono



CSI Football Americano

Regolamento Campionato: 5 - Men

soggette alle regole e che dovrebbero essere elencate nel roster ma non lo sono saranno immediatamente espulse appena scoperte.

Penalità: Espulsione

Regola 36 - TEMPI SUPPLEMENTARI

Se il punteggio è pari alla fine dei due tempi si devono giocare i tempi supplementari. L'intervallo fra la fine dei tempi regolamentari e l'inizio dei tempi supplementari è di 5 minuti. I tempi supplementari saranno basati sulle regole dello spareggio NCAA in vigore con le seguenti modifiche:

- A. Il referee effettua il sorteggio al centro del campo in presenza di non più di quattro capitani per ciascuna squadra ed un altro arbitro. Il capitano della squadra ospite effettuerà la scelta per il coin toss. Il vincitore del sorteggio non può differire la scelta e deve scegliere fra le seguenti opzioni:
 - a. Partire in attacco o in difesa nella prima serie del primo tempo supplementare.
 - b. Quale parte del campo usare per entrambe le serie del tempo supplementare.
 - b. Il perdente del sorteggio può esercitare l'opzione rimasta nel primo tempo supplementare ed essere il primo a fare la scelta nel secondo tempo supplementare ed in tutti i tempi supplementari pari successivi.
- B. Un tempo supplementare consiste in un drive per ciascuna squadra: ogni drive partirà sulle 15 offensive e si effettuerà un normale drive 1st&goal.
- C. Ogni squadra ha 4 tentativi per segnare direttamente. La palla rimane viva dopo un cambio di possesso fino a che viene dichiarata morta e la serie finisce. La squadra A può avere una nuova serie di down solo se la squadra B commette un fallo che include il primo down automatico.
- D. I tempi supplementari finiscono quando una delle due squadre ottiene il punteggio più alto a drive pari.
- E. La squadra che segna il maggior numero di punti durante i tempi regolamentari o i tempi supplementari risulterà la vincitrice dell'incontro.

NOTE E RIFERIMENTI

NB: Per qualsiasi chiarimento è possibile contattare direttamente la commissione nazionale csi football americano all'indirizzo e-mail: ctn.footballamericano@csi-net.it.

Il seguente regolamento è stato verificato ed approvato dal gruppo di lavoro "regolamenti arbitrali csi" Andrea Visconti, Marco Ferrante, Martino Castellana.

Fonti di riferimento esterne: Regolamento Ufficiale CIFA (FIDAF e Regolamento NCAA).