

LIVRO DE REGRAS DE TEMPORADA REGULAR DE 2020

ÍNDICE

I. Regras	3
II. Terminologia	4
III. Elegibilidade	5
IV. Equipamento.....	5
V. Campo	6
VI. Elenco	6
VII. Tempo e tempos extras	7
VIII. Pontuação	8
IX. Treinadores	8
X. Bola Viva / Bola Morta	9
XI. Corrida	10
XII. Passe	11
XIII. Recepção	11
XIV. Avançando no QB	12
XV. Puxando a Flag.....	13
XVI. Formações	14
XVII. Conduta Antidesportiva.....	14
XVIII. Penalidades	15
i. Geral	
ii. Falta de Ponto Defensivo	
iii. Falta de Ponto Ofensivo	
iv. Penalizações Defensivas	
iv. Penalizações Ofensivas	

REGRAS DE FLAG DA NFL

I. Jogo

1. No início de cada jogo, os capitães de ambas as equipes se reúnem no meio do campo para lançar a moeda e determinar quem começa com a bola. A equipe visitante decide o lance.
2. O vencedor do sorteio tem a opção de ataque ou defesa. O perdedor no lançamento da moeda pode escolher a direção. A posse de bola muda para iniciar o segundo tempo para o time que começou o jogo na defesa.
3. A equipe ofensiva toma posse da bola na sua linha de 5 jardas e tem quatro (4) descidas para cruzar o meio do campo. Uma vez que cruze o meio do campo, ele tem três (3) descidas para marcar um touchdown.
4. Se o ataque falha em marcar, após cruzar o meio do campo, a bola muda de posse e a nova equipe ofensiva começa seu ataque em sua própria linha de 5 jardas.
5. Se a equipe ofensiva falhar em cruzar o meio do campo, em 3 descidas, e escolher o chute "punt" na 4ª descida, a posse da bola muda e o adversário começa sua jogada a partir de sua própria linha de 5 jardas. Se a equipe ofensiva atacar na 4ª descida e não cruzar o campo, a equipe adversária começará a sua posse neste local.
6. As equipes mudam de lado após o primeiro tempo. A posse de bola muda para a equipe que iniciou o jogo na defesa.

II. Terminologia

Linhas Limite - As linhas de perímetro externas ao redor do campo. Eles incluem as linhas laterais e as linhas de fundo da zona final.

Linhas de Scrimmage - (LOS) uma linha imaginária passando pelo ponto da bola e por toda a largura do campo.

Linha de ganho - A linha que o ataque deve passar para obter uma primeira descida ou pontuação.

Linha de corrida - Uma linha imaginária cruzando a largura do campo sete jardas (no lado defensivo) da linha de scrimmage.

Ataque - A equipe com posse de bola

Defesa - A equipe que se opõe ao ataque para evitar que ele avance com a bola.

Passador - O jogador ofensivo que lança a bola e pode ou não ser o quarterback

Corredor - O jogador de defesa designado para atacar o quarterback para impedi-lo de passar a bola puxando suas bandeiras ou bloqueando o passe.

Bola Viva - Refere-se ao período de tempo que a jogada está em ação. Geralmente usado em relação a penalidades. As penalidades de bola viva são consideradas parte da jogada e devem ser aplicadas antes que a descida seja considerada completa.

Bola Morta - Refere-se ao período de tempo imediatamente antes ou depois de uma jogada.

Apito - Som feito por um oficial usando um apito que significa o fim da jogada ou uma parada para um intervalo, meio ou fim do jogo.

Apito Inadvertido - Apito oficial executado por engano.

Charging - Um movimento ilegal do portador da bola diretamente para um jogador de defesa que estabeleceu uma posição no campo. Isso inclui abaixar a cabeça ou iniciar o contato com um ombro, antebraço ou tórax.

Proteção de Flag - Um ato ilegal do portador da bola para impedir que um defensor puxe as bandeiras do portador da bola, mantendo um braço rígido, baixando o cotovelo ou a cabeça ou bloqueando o acesso às bandeiras do corredor com uma mão, braço ou bola.

Shovel Pass - Um passe legal na frente da linha de scrimmage underhand, backhand ou empurrando a bola para frente.

Lateral - Lançamento da bola para trás ou para o lado pelo portador da bola.

Conduta Anti-Desportiva - Um comportamento ou linguagem rude, de confronto ou ofensivo

III. Equipamento

1. Os participantes devem trazer suas próprias flags oficiais e protetores bucais para o torneio.
2. Todos os jogadores devem usar flags oficiais e protetores bucais o tempo todo enquanto estiverem nos campos de jogo.
3. Os jogadores devem usar chuteiras. No entanto, travas com metal exposto nunca são permitidas e devem ser removidas.
4. Os jogadores podem colocar fita adesiva em seus antebraços, mãos e dedos. Os jogadores podem usar luvas, cotoveleiras e joelheiras. Aparelhos dentários com metais expostos não são permitidos.
5. Os jogadores devem remover todas as jóias, bonés, chapéus e acessórios. Bandanas são permitidas.
6. As camisetas dos jogadores devem ser colocadas por dentro dos shorts ou calças, se estiverem penduradas abaixo da linha da cintura.
7. Recomendamos que os jogadores usem shorts ou calças que não tenham bolsos. Se o shorts ou calça tiverem presilhas de cinto ou bolsos, estes devem ser tampados com fita adesiva. Os jogos não serão atrasados para que o jogador coloque fita adesiva nos bolsos.
8. As flags não podem ser da mesma cor que os shorts ou calças

IV. Campo

1. As dimensões do campo são 30 jardas por 70 jardas com duas endzones de 10 jardas e um meio de campo. Zonas sem corrida precedem cada linha em 5 jardas. No entanto, alguns torneios podem usar campos menores por causa do espaço de campo disponível ou para completar a programação do torneio a tempo.

2. As “zonas sem corridas” foram criadas para evitar que as equipes conduzam jogadas de corrida. Enquanto nas “zonas sem corridas” (uma zona imaginária de 5 jardas antes do meio do campo e antes da zona final), as equipes não podem correr a bola de nenhuma maneira. Todas as jogadas devem ser jogadas com passe, mesmo com handoff.

3. Pisar na linha limite é considerado fora dos limites.

4. Cada equipe ofensiva se aproxima de apenas DUAS zonas sem corrida em cada drive (uma zona a 5 jardas do meio do campo para ganhar a primeira descida e uma zona a 5 jardas da linha de gol para marcar um TD).

V. Elenco

1. Em geral, os times da casa usam camisetas de cor escura. As equipes visitantes usam camisetas de cores claras.
2. As equipes devem consistir de pelo menos cinco jogadores com um máximo de 10 jogadores.
3. As equipes devem começar os jogos com no mínimo cinco jogadores. No caso de uma lesão, uma equipe com jogadores substitutos insuficientes pode jogar com quatro jogadores no campo, mas não menos do que quatro.

VI. Tempo e Tempo Extra

1. Os jogos são disputados em um relógio contínuo de 40 minutos com duas metades de 20 minutos, a menos que uma equipe ganhe uma vantagem de 28 pontos, o que encerrará o jogo. O relógio para apenas em caso de timeouts ou lesões.
2. O intervalo é de um minuto
3. Cada vez que a bola é colocada, a equipe tem 25 segundos para fazer o snap. As equipes receberão um aviso antes que uma penalidade por atraso de jogo seja aplicada.
4. Cada equipe tem direito a três pedidos tempo de 30 segundos, por jogo.
5. Os árbitros podem parar o relógio a seu critério
6. No caso de uma lesão, o relógio irá parar e depois reiniciar quando o jogador lesionado for removido do campo.
7. Se o placar estiver empatado ao final de 40 minutos, um período de prorrogação será usado para determinar o vencedor. O formato da prorrogação é o seguinte:
 - 7.a. Um lançamento de moeda irá determinar a equipe que escolhe estar no ataque ou na defesa primeiro.
 - 7.a.1 - Se for necessária uma segunda rodada da prorrogação, o time que perdeu no sorteio

poderá escolher o ataque ou defesa para o início da segunda rodada da prorrogação. Este processo continua com as equipes alternando quem pode escolher começar no ataque ou na defesa no início de cada rodada da prorrogação.

7.a.2 - O árbitro determinará em qual lado do campo a prorrogação ocorrerá.

7.b - Cada equipe se revezará para obter uma (1) jogada da linha de 5 jardas da defesa por um ponto ou da linha de 10 jardas da defesa por dois pontos. Decidir por um ou dois pontos depende da equipe ofensiva.

Se a equipe que começou no ataque converte ou não, a equipe que começou na defesa tem a chance de ir para o ataque, para vencer ou empatar convertendo uma jogada de um ou dois pontos.

7.b.1 - Exemplo: O Time "A" começa no ataque e escolhe ir para um ponto da linha de 5 jardas e tem sucesso.

O Time "B" está então no ataque e pode escolher entre ir para um ponto da linha de 5 jardas para empatar e forçar uma segunda rodada da prorrogação ou ir para dois pontos da linha de 10 jardas para a vitória.

7.b.2 - Se a segunda equipe no ataque, em uma rodada da prorrogação, não consegue vencer ou se igualar à equipe que foi a primeira no ataque, a equipe que foi a primeira vence.

7.c. Ambas as equipes devem "ir para 2 pontos", a partir da linha de 10 jardas, ao começar a segunda rodada da prorrogação

7.d - Começando a 3ª prorrogação, cada equipe terá 1 jogada da linha de 5 jardas saindo da endzone. A equipe com mais jardas será a vencedora. A equipe com mais jardas receberá 1 ponto adicional à sua pontuação final.

7.e - Todas as regras e penalidades do período regulamentar estão em vigor.

7.f - Não há pedido de tempo

7.g - As intercepções são retornáveis em OT e valem 2 pontos

7.g.1 - Ambas as equipes devem ter posse ofensiva em OT.

(Exemplo - se a primeira posse resultar em intercepção que é devolvida, eles ainda devem fazer uma posse ofensiva)

VII. Pontuação

1 – Touchdown – 06 pontos

2 - PAT (ponto após touchdown) 1 ponto (linha de 5 jardas) ou 2 pontos (linha de 10 jardas)

NOTA: PAT de 01 ponto, somente passe; PAT de 02 pontos pode correr ou passar.

3 – Safety – 02 pontos

NOTA: Um safety ocorre quando o portador da bola é declarado “down” em sua própria

endzone. Os corredores podem ser chamados “para down” quando suas flags são puxadas por

um jogador defensivo, uma flag cai, eles saem de campo, seu joelho ou braço toca o solo, um

fumble ocorre na end zone ou se uma bola arremessada no snap cair dentro ou além

a zona final.

4. Os pontos extras retornados equivalem a 2 pontos

5. Uma equipe que marca um touchdown deve declarar se deseja tentar uma conversão de 1 ponto (da linha de 5 jardas) ou uma conversão de 2 pontos (da linha de 10 jardas). Qualquer alteração, uma vez tomada a decisão de tentar o ponto extra, requer um pedido de tempo da equipe. Uma decisão não pode ser alterada após uma penalidade.

6. Depois que uma equipe ganha por 28 pontos ou mais, o jogo termina. Uma vez que uma vantagem de 28 ou mais pontos é obtida, nenhum PAT será tentado.

7. As desistências (WO) são marcadas por 28-0 para a equipe vencedora.

8. Os coaches, árbitros e delegado devem assinar a súmula. Se um coach não assinar a súmula antes de deixar o campo, o delegado fará uma anotação na súmula e a pontuação será FINAL.

VIII. Coaches / Técnicos

1. Espera-se que os treinadores sigam as filosofias, diretrizes de treinamento e código de conduta do FLAG.

2. Apenas dois treinadores por equipe são permitidos nas laterais do campo. Todos os fotógrafos, gerentes, treinadores de posição, mães, fãs, etc. devem permanecer a um mínimo de 10 jardas fora do campo na área da end zone.

2.a – É de responsabilidade dos treinadores manter seus fãs ou torcedores nas áreas designadas.

IX. Bola Viva / Bola Morta

1. A bola está viva no momento do snap da bola e permanece viva até que o árbitro apite para que ela esteja morta.

2. O árbitro indicará a zona neutra e a linha de scrimmage

2.a - É uma falta automática de bola morta se qualquer jogador na defesa ou ataque entrar na zona neutra. Com relação à zona neutra, o árbitro pode dar a ambas as equipes uma notificação de "cortesia" da zona neutra para permitir que seus jogadores se movam para trás da linha de scrimmage.

3. Um jogador que ganha a posse de bola no ar é considerado dentro de campo desde que um pé desça no campo de jogo.

4. A defesa pode não imitar os sinais do time ofensivo tentando confundir os jogadores ofensivos, enquanto o quarterback está fazendo sinais para iniciar a jogada. Isso resultará em uma penalidade por conduta anti-desportiva.

5. As substituições podem ser feitas em qualquer bola morta.

6. Qualquer oficial pode apitar o jogo morto.

7. O jogo é considerado "morto" quando:

7.a - A bola atinge o solo.

7.a.1 - Se a bola atingir o solo como resultado de um snap ruim, a bola é então colocada onde atingiu o solo.

7.b – A flag do portador da bola é puxada

7.c - O portador da bola sai dos limites do campo

7.d - Um touchdown, PAT ou safety é marcado

7.e - O joelho ou braço do portador da bola atinge o solo.

7.f - A flag do carregador da bola cai

7.g - O recebedor pega a bola com a posse de uma ou nenhuma flag

7.h - O 7 segundos do relógio expiram

7,i - Apito inadvertido.

NOTA: Não há fumbles. A bola se torna uma bola morta.

(Se a bola for jogada para a frente, será colocada onde o portador da bola perdeu a posse)

8. Se um apito inadvertido ocorrer sem nenhum tempo restante no relógio, no intervalo ou no final do jogo, o ataque terá uma descida não cronometrada. O ataque tem duas opções:

a. Levar a bola na posição em que estava quando o apito soou e o down é anotado.

b. Repetir o down da linha de scrimmage original

9. Uma equipe pode usar um pedido de tempo para questionar a interpretação do árbitro sobre uma regra. Se a decisão do árbitro estiver correta, será cobrado um timeout da equipe. Se a regra foi interpretada incorretamente, o tempo limite não será cobrado e a decisão apropriada será aplicada.

Todos os árbitros devem concordar com qualquer chamada controversa, a fim de dar a cada equipe o benefício total de cada chamada.

X – CORRIDA

1. A bola é colocada onde ela estava quando a bandeira foi puxada.
 2. O quarterback não pode correr diretamente com a bola. O quarterback é o jogador ofensivo que recebe o snap.
 3. São permitidos somente handoffs diretos atrás da linha de scrimmage. Os handoffs podem ser à frente, atrás ou ao lado do jogador atacante, mas devem estar atrás da linha de scrimmage. O ataque pode fazer vários handoffs.
 - 3.a. A jogada “Center Sneak” não é mais permitida. O QB não tem permissão para fazer handoff para o Center no primeiro handoff da jogada.
 4. Não há nenhum tipo de lateral
 5. As “No Run Zones” estão localizadas a 5 jardas antes de cada Endzone e a 5 jardas em cada lado do meio do campo. São projetadas para evitar situações de corrida em jardas curtas. As equipes não podem correr nessas zonas se a linha subsequente é VIVA.
- Lembrete:** cada equipe ofensiva se aproxima de apenas DUAS “No Run Zones” em cada drive - uma de 5 jardas do meio do campo para ganhar a primeira descida e outra de 5 jardas da linha de gol para marcar um TD).
6. Qualquer jogador que receber um handoff pode lançar a bola por trás da linha de scrimmage.
 7. Uma vez que a bola foi entregue à frente, atrás ou ao lado do quarterback, todos os jogadores de defesa estão qualificados para correr.
 8. Os corredores não podem deixar seus pés para avançar a bola. Mergulhar, saltar ou pular para evitar o puxão da flag é considerado proteção de flag.
 9. Giros ou cortes de salto (Jump Cuts) são permitidos, mas os jogadores não podem deixar seus pés para evitar um puxão da flag.

- 9.a - Jogadores que giram fora de controle serão considerados como protegendo a flag.
10. Os corredores podem deixar seus pés se houver uma indicação clara de que o fizeram para evitar a colisão com outro jogador sem que uma penalidade de proteção de flag seja aplicada.
11. Nenhum bloqueio é permitido em nenhum momento.
12. Os jogadores ofensivos sem bola devem parar seu movimento uma vez que a bola tenha cruzado a linha de scrimmage. Sem correr com o portador da bola.
13. Bloqueio de flag - Todas as camisas devem estar por dentro do shorts antes do início da jogada. As flags devem estar nos quadris dos jogadores e livres de obstrução.
Flags deliberadamente obstruídas serão consideradas proteção de flag.

XI – PASSE

1. Todos os passes devem ser feitos atrás da linha de scrimmage, lançados para frente e recebidos além da linha de scrimmage.
- 1.a - Todos os passes que não cruzam a linha de scrimmage, sejam recebidos ou não, são passes para frente ilegais.
- 1.b - O quarterback pode jogar a bola fora para evitar um sack. O passe deve ir além da linha de scrimmage.
2. "Shovel " passes são permitidos, mas devem ser recebidos além da linha de scrimmage.
3. O quarterback tem um "relógio de passe de bola " de sete segundos. Se um passe não for lançado dentro de sete segundos, a jogada estará morta, a descida é consumada e a bola retorna à linha de scrimmage. Uma vez que a bola é entregue, a regra dos 7 segundos não estará mais em vigor.
- 3.a - Se o QB estiver na end zone no final dos 7 segundos, a bola é devolvida à linha de scrimmage (LOS).

XII – RECEPÇÃO

1. Todos os jogadores são elegíveis para receber passes (incluindo o quarterback se a bola foi entregue atrás da linha de scrimmage).
2. Apenas um jogador pode se mover por vez. Todo movimento deve ser paralelo à linha de scrimmage e nenhum movimento é permitido em direção à linha de scrimmage.
3. O jogador deve ter pelo menos um pé dentro de campo ao fazer uma recepção.
4. No caso de posse simultânea por um jogador ofensivo e defensivo, a posse é concedida ao ataque.
5. As intercepções são retornáveis em conversões após touchdowns (2 pontos).

XIII. Avançando no QB

1. Todos os jogadores que avançam no QB devem estar a um mínimo de sete jardas da linha de scrimmage quando o snap da bola é feito. Qualquer número de jogadores pode avançar no quarterback. Os jogadores que não avançarem no quarterback podem defender na linha de scrimmage.
2. Uma vez que a bola é entregue, a regra das sete jardas não está mais em vigor e todos os defensores podem ir para trás da linha de scrimmage.
3. Um marcador especial, ou o árbitro, irá designar uma linha de corrida a sete jardas da linha de scrimmage. Os jogadores de defesa devem verificar se estão na posição correta com o árbitro em cada jogada.
 - 3.a - Uma corrida legal é:
 - i. Qualquer corrida de um ponto a 7 jardas da linha de scrimmage defensiva.
 - ii. Uma corrida de qualquer lugar do campo DEPOIS da bola ter sido entregue pelo QB.
 - 3.b - Uma penalidade pode ser aplicada se:

i. O corredor deixa a linha de corrida antes que o snap cruze a linha de scrimmage antes de um handoff ou passe - corrida ilegal (5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida).

ii. Qualquer jogador de defesa cruza a linha de scrimmage antes do snap da bola - offsides (5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida).

iii. Qualquer jogador de defesa não alinhado na linha de corrida cruza a linha de scrimmage antes que a bola seja passada ou entregue - corrida ilegal (5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida).

iv. Se o ataque atrai o (s) corredor (es) para pular o marcador de sete jardas antes do snap da bola, esse (s) corredor (es) NÃO PODE(M) correr durante aquela jogada.

No entanto, qualquer outro defensor que esteja a sete jardas de distância poderá correr em seu lugar. Pular a corrida não é uma penalidade até que o corredor cruze a linha de scrimmage antes do handoff ou bola passada.

3.c - Circunstâncias especiais

i. As equipes não precisam correr para o quarterback com o relógio de sete segundos em vigor

ii. As equipes não precisam identificar seu corredor antes do jogo.

4. Os jogadores que avançam contra o quarterback podem tentar bloquear um passe; entretanto, o contato com o QB, a menos que seja determinado incidentalmente pelo árbitro, resultará em uma penalidade de agressão a ele.

5. O ataque não pode impedir o corredor de forma alguma. O corredor tem direito a um caminho livre para o quarterback, independentemente de onde eles se alinhem antes do snap. Se o "caminho ou linha" estiver ocupado por um jogador ofensivo em movimento, é responsabilidade do ataque evitar o corredor.

Qualquer interrupção no caminho do corredor e / ou contato com o corredor resultará em uma penalidade de "impedimento do corredor"

Se o jogador atacante não se mover após o snap, é responsabilidade do corredor contornar o jogador atacante e evitar o contato.

6. Um “sack” ocorre se as flags do quarterback são puxadas atrás da linha de scrimmage. A bola será colocada onde a posse da bola estava, quando a flag foi puxada.

6.a - Um “Safety” é concedido se o “sack” ocorrer na end zone do time de ataque.

XIV. Puxando a Flag

1. Um puxão legal da flag ocorre quando o portador da bola está com posse total da bola.

2. Os defensores podem mergulhar para puxar as flags, mas não podem dar tackle ou segurar o portador da bola ao puxar as flags

3. É ilegal tentar retirar ou puxar a bola do portador dela em qualquer momento

4. Se a flag de um jogador, inadvertidamente, cair durante a jogada, ele perde imediatamente a posse da bola e a jogada termina. A bola é colocada onde a bandeira caiu.

5. Um jogador defensivo não pode, intencionalmente, puxar as flags de um jogador que não esteja com a posse da bola.

6. A proteção da flag é uma tentativa do portador da bola de obstruir o acesso do defensor às flags. Seja enrijecendo o braço, baixando a cabeça, mão, braço ou ombro ou, intencionalmente, cobrindo as flags com a camisa (Jersey).

XV. Formações

1. O time de ataque deve ter, no mínimo, um jogador na linha de scrimmage (o Center) e até quatro jogadores na linha de scrimmage. O quarterback deve estar fora da linha de scrimmage.

1.a - Um jogador de cada vez pode se movimentar 1 jarda atrás e paralelo à linha de scrimmage

1.b - Nenhum movimento é permitido em direção à linha de scrimmage

2. O movimento de um jogador que está definido ou de um jogador que corre em direção à linha de scrimmage enquanto em movimento é considerado uma saída falsa.

3. O Center deve lançar a bola com um movimento rápido e contínuo entre suas pernas para um jogador no campo de trás, e a bola deve deixar completamente suas mãos.

XVI. Conduta Antidesportiva

1. Se o árbitro testemunhar quaisquer atos intencionais de tackle, cotoveladas, chutes, bloqueio ou qualquer ato antidesportivo, o jogo será interrompido e o jogador será expulso do jogo. A decisão fica a critério do árbitro. Nenhum recurso será considerado. A FALTA NÃO SERÁ TOLERADA.

2. Linguagem ofensiva ou de confronto não é permitida. Os árbitros têm o direito de determinar linguagem ofensiva. Se ocorrer linguagem ofensiva ou de confronto, o árbitro dará uma advertência. Se continuar, o jogador ou jogadores serão expulsos do jogo.

3. Os jogadores não podem abusar fisicamente ou verbalmente de qualquer oponente, técnico ou arbitragem.

4. Os portadores da bola DEVEM se esforçar para evitar defensores com uma posição estabelecida

5. Os defensores não têm permissão para correr através do portador da bola ao puxar as flags

6. Os fãs também devem aderir ao bom espírito esportivo:

6.a - Grite para torcer por seus jogadores, para o seu time e não para assediar árbitros ou outras equipes.

6.b - Mantenha os comentários claros e sem palavrões.

6.c - Elogie TODOS os jogadores, não apenas um

7. Os fãs são obrigados a manter os campos seguros e amigáveis para os jogadores

7.a - Mantenha as crianças e equipamentos como coolers, cadeiras e tendas a pelo menos 10 metros da área final do campo

7.b - Fique na área da zona final, não entre os campos

7.c - Descarte TODO o lixo em latas de lixo designadas.

8. Penalidades por conduta antidesportiva

8.a – Defesa + 10 jardas da linha de scrimmage e primeira descida automática

8.b - Ataque - 10 jardas da linha de scrimmage e perda de down

XVII. Penalidades

I – Geral

1. O árbitro marcará todas as penalidades.
2. Os árbitros determinam contato acidental que pode resultar de corrida normal da jogada.
3. Todas as penalidades serão avaliadas a partir da linha de scrimmage, exceto conforme indicado. (Faltas no local)
4. Apenas o capitão da equipe ou o técnico principal podem fazer perguntas ao árbitro sobre esclarecimento e interpretações das regras. Os jogadores não podem questionar chamadas.
5. Os jogos não podem terminar com uma penalidade defensiva, a menos que o ataque o recuse.
6. As penalidades são avaliadas como bola viva e depois bola morta. As penalidades de bola viva devem ser avaliadas antes que a jogada seja considerada completa.
7. As penalidades serão avaliadas a metade da distância até a jarda do gol, quando a jarda da penalidade for mais da metade da distância até o gol.
8. Nos últimos 2 minutos do jogo, offside / saída falsa resultarão em PERDA DE UMA DESCIDA

ii. Faltas de ponto defensivo

Interferência de passe defensivo..... Primeira descida automática
Segurada (Holding)..... +5 jardas e primeira descida automática
(Stripping)..... +10 jardas e primeira descida automática

iii. Faltas de ponto ofensivo

Screening, bloqueio ou corrida com a bola.....-10 jardas e perda de down
Charging-10 jardas e perda de down
Proteção de flag-10 jardas e perda de down

iv. Penalidades defensivas

Grosseria desnecessária defensiva.....+10 jardas e primeira descida automática
Conduta anti-desportiva defensiva.....+10 jardas e primeira descida automática
Impedimento (Offside)+5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida automática
Corrida ilegal+5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida automática
(corrida inicial de dentro da marca de 7 jardas)

Puxar a bandeira ilegalmente ..+5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida automática (antes que o recebedor tenha posse da bola)

Brutalidade contra o passador ...5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida automática

Provocação.....+5 jardas da linha de scrimmage e primeira descida automática

V. Penalidades Ofensivas

Grosseria desnecessária ofensiva-10 jardas e perda de down

Conduta antidesportiva ofensiva.....-10 jardas e perda de down

Impedimento / Saída Falsa (Offside / False Start)-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down

Passé ilegal para frente (qualquer passe recebido atrás da linha de scrimmage ou lançar um passe após cruzar a linha de scrimmage).....-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down

Interferência de passe ofensivo.....-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down

Movimento ilegal (mais de uma pessoa se movendo)-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down

Atraso de jogo-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down

Impedindo o corredor-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down

Procedimento ilegal.....-5 jardas da linha de scrimmage e perda de down