

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 美式足球

來源 民生報

日期

780104

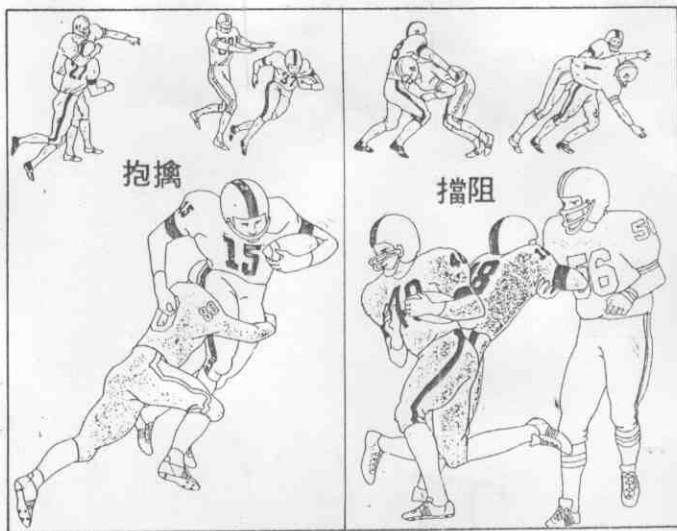
版面 五版

如何看美式足球賽

系列報導

八、阻擋與擒抱

· 陸永強 ·



● 美式足球攻守雙方從對峙線上完成發球的後傳動作後，雙方就展開激烈的肉搏戰。

攻擊的一方想要攻擊順暢，在對峙線上的幾位線衛，要負起擋人掩護的責任，讓四分衛有充裕時間傳球，而守方則千方百計要擒殺準備傳球的四分衛或持球衝刺的跑鋒。

阻擋 (Blocking) 與擒抱 (Tackling) 是肉搏戰的重要概念與規則。

阻擋主要是攻擊一方的線衛的掩護動作，但守方也同樣可以利用來牽制攻方的進攻，阻擋是一種巧妙的移位，主要是以膝蓋以上的身體部位來阻撓對手，阻擋對手時雙拳必須握緊，不可把手臂伸展開，必須彎曲手臂，但可用雙臂的正面把人推開，絕不可以用手肘頂撞對方，否則算犯規。

守方球員在阻擋時的限制，是對攻方的兩位外圍接球員，在攻方接球員未跨過對峙線時，守方可以阻擋，一旦接球員通過對峙線，則守方不可碰觸攻方接球員，如果守方犯規，則從犯規的地方重新發球，並且從第一攻 (First Down) 起算，如果是攻方球員犯規，則計算一次進攻，並罰退十五碼。

擒抱是防守一方的球員合法的用手或手臂試圖捉住攻方帶球的球員，或試圖把帶球員壓制在地上的動作，擒抱只限對帶球員，對未帶球的球員擒抱則構成犯規，由裁判決定罰五碼或十碼。擒抱的限制，主要是避免造成雙方火併武打的場面。