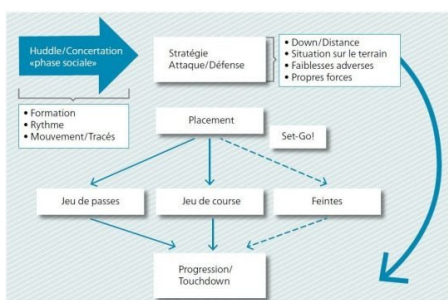


Flag football: Tactiques de base

Du jeu de passes vers l'avant aux variantes de courses, en passant par les différentes tactiques défensives: voici un aperçu des défis posés aux joueurs.

Le grand challenge tactique en attaque consiste à appliquer une des variantes discutées en groupe (huddle), celle qui correspondra le mieux à la situation. Le manque d'expérience en tant qu'équipe complique la tâche au départ. La défense utilise également ce moment pour définir sa stratégie.

L'enseignant peut introduire de petites phases de réflexion pour éclairer certaines situations et discuter en groupe si les options choisies étaient les meilleures. Le répertoire tactique s'enrichit ainsi au gré des expériences.



Ce processus se répète jusqu'à ce qu'un point soit marqué ou que le ballon change de camp. L'enseignant cible ses interventions. Il est important, par exemple, que toute l'équipe soit impliquée dans les prises de décision.

A chaque arrêt de jeu, les attaquants définissent leur prochaine action et les défenseurs leur tactique pour contrer l'avancée du ballon. Les équipes se mettent d'accord sur la stratégie qui convient à la situation

momentanée. Pour cela, les joueurs soulèvent ces questions: Quelle tentative? Position de la ligne d'engagement? Forces et faiblesses des coéquipiers et/ou des adversaires? Effet de surprise en cas de changement de stratégie? Etc.

Extrait du PEC Education physique

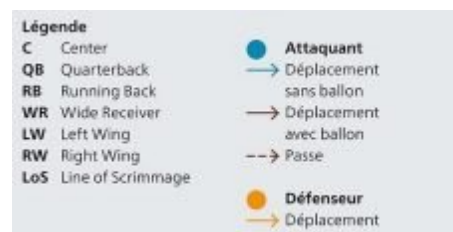
Jeu – Compétences disciplinaires: «Les personnes en formation mettent au point des concepts de jeu efficaces.»

Jeu – Compétences disciplinaires: «Les personnes en formation analysent des situations de jeu et orientent leurs actions en fonction de la perspective de réussite.»

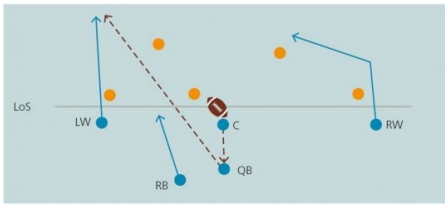
Variantes offensives

Passes vers l'avant

Une seule passe vers l'avant est autorisée par tentative (down). Après l'ouverture du jeu (passe du centre au quarterback), le ballon est lancé à un coéquipier qui a démarré derrière la ligne d'engagement. S'il rattrape le ballon, il continue vers l'avant jusqu'à ce qu'un adversaire lui arrache un flag. S'il ne réussit pas à saisir le ballon lancé par le quarterback (passe incomplète), l'action s'arrête et une nouvelle tentative commence à la ligne d'engagement précédente.



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

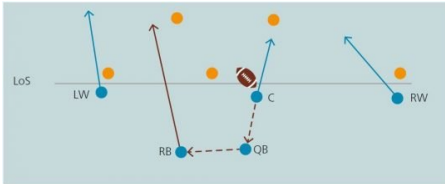


Passé en avant du quarterback au wide receiver

Au départ, l'attaque échoue souvent en raison de passes trop longues, tentantes car plus spectaculaires. Il est plus judicieux de gagner du terrain avec un plus grand nombre de passes courtes. Une fois les habiletés techniques affinées, les joueurs peuvent s'essayer à des passes plus longues.

Transmission du ballon / Course

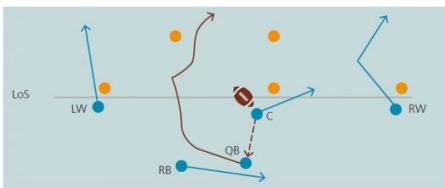
Après l'engagement du centre sur le quarterback, ce dernier passe le ballon latéralement ou vers l'arrière à un coureur (running back). Celui-ci parcourt la plus grande distance possible en direction du but.



Transmission du ballon de quarterback au running back

Course du quarterback

Selon les règles officielles du flag football, le quarterback ne peut pas passer directement la ligne d'engagement avec le ballon. Expérience faite, cette troisième variante d'attaque s'applique avantageusement à l'école. Le quarterback démarre ballon en main et court vers l'avant afin de gagner le maximum d'espace. Il est important que ses coéquipiers feignent les deux premières variantes (en simulant des changements de direction) afin que les défenseurs déflaquent le plus tard possible le quarterback.



Trajectoire du quarterback

Variantes défensives

Fondamentalement, il existe deux manières de défendre sa zone d'en-but: la défense individuelle (homme à homme) et la défense de zone.

Défense individuelle

Chaque défenseur s'occupe d'un adversaire attiré qu'il suit partout. Au départ de l'action, les défenseurs se placent face au joueur qu'ils doivent couvrir. Ce dernier ne doit pas lui passer devant. Plus le défenseur est proche de son joueur, plus il a de chances de rabattre un ballon qui lui est adressé ou même de l'intercepter. Si l'attaquant rattrape quand même le ballon, le défenseur essaie de lui arracher au plus vite le flag.

L'avantage de cette tactique réside notamment dans le fait qu'elle est facile à introduire. Si l'on applique la règle qui interdit au quarterback de courir, les défenseurs se retrouvent en surnombre, ce qui peut être exploité pour un blitz par exemple.

Le désavantage de la défense individuelle est que les défenseurs courent beaucoup. Les élèves moins armés physiquement peuvent donc vite se sentir dépassés. De plus, la vue d'ensemble du jeu n'est pas garantie étant donné que les défenseurs se focalisent sur leur joueur. D'où un risque de collisions qu'il s'agit de limiter au maximum.

Défense de zone

Les défenseurs couvrent une ou plusieurs zones définies au préalable. Chacun est responsable de «sa» zone et des receveurs qui y pénètrent. Les défenseurs attendent donc que le receveur se dirige vers eux.

Si deux receveurs entrent dans sa zone, le défenseur doit garder l'œil sur le quarterback pour «lire» son intention. Il voit ainsi à quel receveur le ballon est destiné et peut se concentrer sur ce joueur.

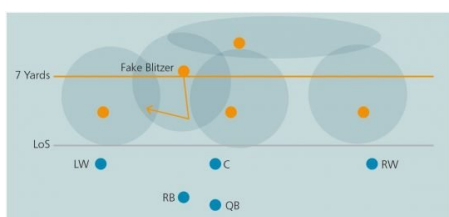
L'avantage de cette tactique est qu'elle permet aux joueurs plus faibles physiquement de s'intégrer de manière efficace dans le système de défense.

Le désavantage: son introduction est plus difficile, car la couverture du terrain dépend de plusieurs paramètres qu'il faut intégrer progressivement. Le danger de collision existe également ici au moment de la réception, puisque les deux joueurs courent en même temps vers le ballon.

Couvertures défensives

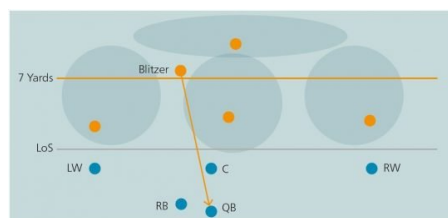
Lors d'une défense de zone, plusieurs couvertures sont possibles. Le choix est fait en fonction de la situation de jeu, de la stratégie attendue de l'adversaire et des propres forces de l'équipe. A l'école, il est conseillé d'opter pour une des deux formations défensives suivantes dans le jeu à 5 contre 5.

Dans les deux cas, les trois joueurs proches de la line of scrimmage (LoS) s'occupent des zones dans lesquelles les deux receveurs et le centre pourraient entrer. Le défenseur le plus en retrait assume, lui, la fonction de safety. La différence entre les deux couvertures réside dans le rôle du cinquième joueur: soit il court en direction du quarterback après le snap pour le gêner dans sa tentative de passe à un coéquipier (blitzer), soit il simule cette course et se réoriente en cours de jeu (fake blitzer).



Formation 3-2-0 (fake blitz)

Exemple de course: Le fake blitz s'oriente en fonction du jeu de l'attaque de l'adversaire (par ex. il empêche la percée du running back).



Formation 3-1-1 (blitzer)

Remarque: Selon le règlement, le blitz doit se trouver à sept yards (6,4m) ou plus de la line of scrimmage au moment du snap. Cette distance n'est pas mesurée à chaque fois à l'école, mais est estimée par le blitz (contrôle/coaching par l'enseignant ou un apprenant observant le jeu qui se consacre à cette tâche).

Extrait du PEC Education physique

Jeu – Compétences disciplinaires: «Les personnes en formation comprennent une approche tactique simple et peuvent la mettre en œuvre.»

Jeu – Compétences personnelles: «Les personnes en formation mettent en pratique et reconnaissent leurs propres aptitudes en matière de planification et d'organisation.»

Jeu – Compétences sociales: «Les personnes en formation se montrent tolérantes envers les joueurs qui n'ont pas les mêmes capacités.»

Source: Andrea Derungs, Urs Böller, enseignants d'éducation physique au degré secondaire II (école professionnelle)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO