

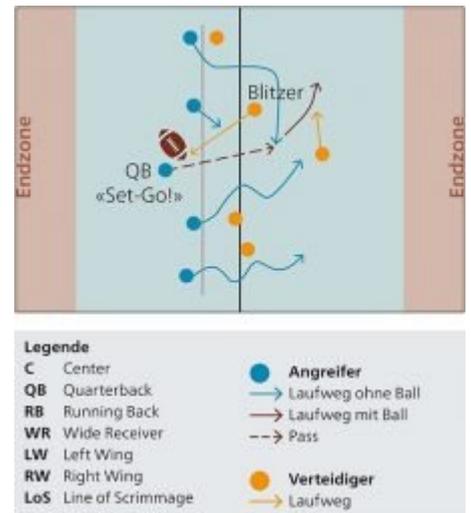
Flag Football – Der Weg zum Zielspiel: Catch-And-Run-Flag Football

Die Schülerinnen und Schüler lernen gegen Pass-Spielzüge zu verteidigen und sollen auch Flaggen ziehen.

Die Spielidee entspricht derjenigen des Quarterback-Ball. Jetzt trägt aber jeder Spieler einen Flag-Gürtel. Nach dem Fangen darf ein Spieler mit dem Ball noch solange laufen, bis ihm ein Verteidiger ein Flag vom Gürtel zieht (Tackling).

Regeln

- Der QB darf nicht über die LoS laufen, wohl aber zur Seite oder nach hinten, um in eine bessere Wurfposition zu kommen bzw. um einem blitzenden Verteidiger auszuweichen.
- «Blitz» bedeutet: Ein Verteidiger (Team B) attackiert den QB (Team A) und versucht, ihm ein Flag zu ziehen. Dazu muss er bei Spielzugbeginn mindestens 7m von der LoS entfernt sein. Die Folge eines erfolgreichen Blitzes ist das sofortige Ende des Spielzuges und ein neuer Versuch für Team A an der Stelle des Tacklings.
- Ein abgefangener Ball («Interception») bedeutet Ballbesitz für Team B. Der Verteidiger darf jetzt seinen Ball in seine Spielrichtung tragen, bis er getackelt wird. Das Team B wird zur angreifenden Mannschaft mit einem «First Down» an der Stelle des Tacklings.



Klicken zum Vergrössern.

Punkte: Fängt ein Spieler einen Pass in der generischen Endzone oder trägt ihn in diese, dann erhält sein Team einen Punkt (Touchdown).

Variation

- Bei schwächeren B sparsam mit Blitzes sein, evtl. sogar ohne Blitz spielen.

Quelle: Andrea Derungs, Sportlehrperson an der BBZ Zürich; Urs Böller, Sportlehrperson an der AGS Basel



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO