

Flag football – En route vers la forme finale: Foot ultimate forward

Dans cet exercice, les élèves apprennent à percevoir et expérimenter les différents tracés. Leur vision du jeu est développée.

Sans ceinture de flag. Les attaquants essaient, par un jeu de passes, de lancer le ballon à un coéquipier placé dans la zone d'en-but adverse.

Les passes se font uniquement vers l'avant par le joueur le plus reculé. Cela signifie que les attaquants se trouvent toujours devant le ballon. Le porteur du ballon ne peut pas courir.

Un ballon non maîtrisé qui tombe au sol (passe incomplète) passe à l'autre équipe. Un ballon rattrapé par l'équipe adverse (interception) lui revient et l'engagement se fait à cet endroit.



[Cliquez sur l'illustration pour l'agrandir.](#)

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