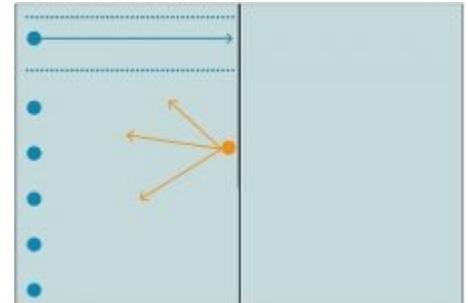


Flag football – Arracher les flags: Evasion collective

Dans cet exercice, les élèves apprennent le déflagage sur un terrain ouvert.

Les coureurs démarrent de la ligne de fond. Un chasseur est placé au milieu du terrain. Le but pour les coureurs: traverser la ligne médiane sans se faire retirer l'un des deux flags accrochés à leur ceinture. Chaque coureur déflagué devient chasseur.



Légende	
C Center	● Attaquant
QB Quarterback	→ Déplacement sans ballon
RB Running Back	→ Déplacement avec ballon
WR Wide Receiver	--> Passe
LW Left Wing	● Défenseur
RW Right Wing	→ Déplacement
LoS Line of Scrimmage	

Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Conseil pour la sécurité: Les coureurs suivent un couloir de course (env. 3-5m) pour éviter les collisions avec les camarades.

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