

Le Flag-Football



au cycle 3



Les règles du jeu

1/ Le but :

Le but du jeu est de marquer un Touch Down (essai).

Pour cela, il suffit de pénétrer dans l'en-but adverse avec le ballon. Il n'est pas nécessaire de l'aplatir comme au Rugby.

2/ La progression :

L'équipe d'attaque a 4 tentatives (downs) pour parcourir 10 Yards (9,14 m).

Si ce contrat n'est pas respecté, l'équipe adverse devient attaquante à son tour.

En fonction de la taille du terrain, la distance à parcourir peut être réduite.

Il y a changement de possession du ballon dans les cas suivants :

- Lorsqu'il y a Touch Down.
- Lorsqu'il y a interception : sur une passe avant, un joueur de défense intercepte le ballon, son équipe devient aussitôt attaquante. Le *first down* (1ère tentative) partira de l'endroit où le joueur a été arrêté.
- Lorsqu'il y a *fumble* : Lorsque la balle tombe à terre derrière la ligne de scrimmage. Elle est toujours vivante et la première équipe qui la recouvre entre en sa possession.

3/ Ballon mort, ballon vivant :

Dès qu'une action se termine, le ballon est automatiquement mort (le jeu s'arrête).

Il redevient vivant lorsqu'il est remis en jeu par le *snap* du Centre au Quarter Back.

Le ballon est déclaré mort dans les cas suivants :

- Lorsqu'il sort du terrain. L'action reprend à l'endroit de la sortie, on compte un *down* (tentative).
- Lorsque le porteur du ballon pose 3 appuis au sol ou lorsque un défenseur lui arrache un flag.
- Lorsqu'il y a *Touch Down* ou *Safety*.
- Lorsqu'une passe n'est pas réceptionnée (complétée).

4/ Les points :

- Touch Down : Un attaquant pénètre dans la *End Zone* (en-but) adverse : **6 points**.
- Safety : Déflagage du QB ou du porteur du ballon dans son en-but : **2 points**.

5/ Les contacts :

AUCUN CONTACT : Seul l'arrachage du Flag (foulard accroché à la ceinture) permet la mise hors-jeu d'un joueur.

Il est interdit d'intercepter un attaquant lorsqu'il est sorti de la free blocking zone (zone de 5 yards de part et d'autre de la ligne de scrimmage) et qu'il n'est pas porteur du ballon.

6/ Les sanctions :

Pass interference : Lorsqu'un défenseur entre en contact avec un joueur qui avait la possibilité de réceptionner la passe : 15 yards de pénalité si la faute a eu lieu 15 yards après

la ligne de scrimmage. Si elle a eu lieu avant, le down est annulé, on repart à l'endroit où a eu lieu la faute.

Faute personnelle : Acte de violence. 15 yards de pénalité, first down automatique (l'attaque repart avec 4 nouvelles tentatives) ou disqualification du joueur selon la gravité de la faute.

Holding : Il est interdit aux joueurs d'attaque de s'agripper à un défenseur, seul le block est autorisé. 10 yards de pénalité.

Intentional Grounding Pass : lancer la balle vers une zone où ne se trouve aucun receveur potentiel pour éviter un sack (placage du QB), une interception. 5 yards de pénalité.

Illegal forward Pass : Passe avant effectuée après avoir dépassé la ligne de scrimmage. 5 Yards de pénalité.

7/ La tactique :

Chaque équipe élabore un cahier de jeux dans lequel sont consignées toutes les stratégies d'attaque ou de défense.

Les stratégies d'attaque sont propres à une équipe et jalousement tenues secrètes. Elles s'orientent toutes autour de 3 axes :

- La pénétration en force dans la ligne adverse.
- La passe avant.
- Le contournement.

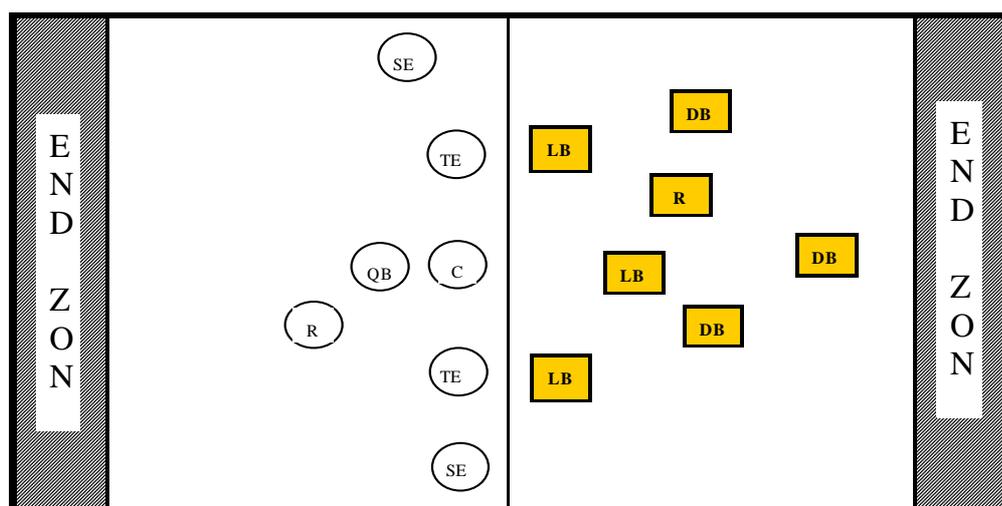
A partir de là, toutes les combinaisons sont possibles.

En défense, il n'y a pas à proprement parlé de stratégie prédéfinie puisque son action dépend du mouvement de l'attaque adverse.

Généralement, 2 types de défenses sont adoptées :

- *man to man* : Chaque défenseur marque un seul ataquant.
- *en zone* : Un défenseur prend en charge une partie du terrain et marque tout ataquant pénétrant dans sa zone.

8/ Les positions sur le terrain :



○ Equipe d'attaque :

□ Equipe de défense :

C : Centre Q B: Quater Back
TE :Tihgt End : receveur rapproché
SE: Split End : receveur éloigné

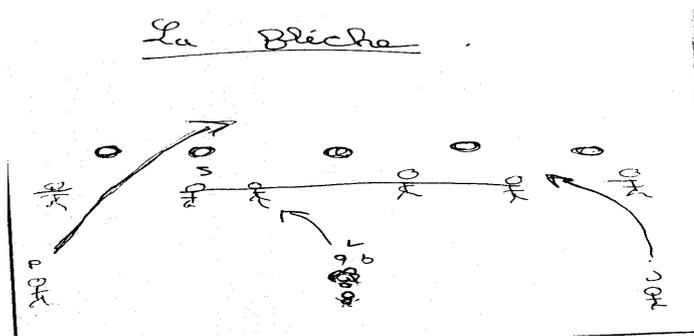
LB : Linebacker DB : Défensive Back
R : Rusher

Comment se déroule une phase de jeu ?

La tactique d'attaque est déterminée lors du Huddle, conférence entre les joueurs avant l'action.



L'équipe choisit une tactique élaborée précédemment.



Les équipes se mettent en formation en fonction de la tactique choisie.



L'action débute lorsque le Centre passe la balle au Quater Back (snap).



Le centre



le snap

Le Quarter Back fait soit une passe avant à un Split End ou à un Tight End, soit une passe arrière au Running Back. Les équiéiers jouent leur rôle pour aider le porteur du ballon et le protéger.



Passe avant



passse arrière

La défense tente d'intercepter le porteur du ballon en lui arrachant l'un de ses deux flags.



Les flags



un « déflagage »

Le lancer du ballon est assez difficile. Il faut mettre les doigts dans la corde, tout en le lançant, il faut lui imprimer un mouvement de rotation. Ainsi, le ballon part droit en tournant sur lui même ce qui lui donne une grande vitesse.



Les niveaux d'habileté en Jeux collectifs

Guide de l'enseignant T2

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
<i>Les règles du jeu</i>		
Respecte la règle dont il comprend l'utilité.	Organise ses actions en fonction de la règle.	S'approprie la règle pour un fonctionnement efficace.
<i>Respect de règles simples Appropriation du code</i>		
<i>Les actions sur l'objet</i>		
Transporte et lance des objets.	Conduit et fait rebondir le ballon en présence d'adversaires.	Passe, reçoit, conduit un ballon malgré une opposition.
<i>Peu d'actions sur l'objet Actions spécifiques plus nombreuses</i>		
<i>La coopération, l'opposition</i>		
Prend en compte des adversaires et du but à atteindre.	Prend en compte adversaires et but, partenaires et but. Prend en compte le partenaire situé dans son champ de vision pour passer et recevoir.	Utilise l'objet intentionnellement en tenant compte des adversaires, des partenaires et du but à atteindre. Anticipe sur la position de ses partenaires.
<i>Utilisation de stratégies individuelles Mise en œuvre de stratégies collectives</i>		
<i>Le statut</i>		
Assure un statut à la fois.	Se reconnaît attaquant ou défenseur.	Passe dans le jeu du statut d'attaquant à celui de défenseur. Assume le rôle d'arbitre.
<i>Rôles fixes Changement de rôles, réversibilité</i>		
<i>L'espace</i>		
Espace utilisé partiellement. Progression en grappe.	Utilisation en avant et en arrière. Progression en couloir.	Utilisation complète de l'espace.
<i>Utilisation réduite de l'espace Utilisation rationnelle et efficace</i>		

Les niveaux de coopération

	NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3
Equipe en possession du ballon.	La grappe : Rassemblement autour du ballon.	Forte densité de joueurs dans un couloir médian.	Occupation en largeur et en profondeur du terrain.
Disposition sur le terrain.	La comète : circulation du ballon d'un groupe à l'autre suivi par les joueurs.	Progression vers l'en-but adverse mais ballon souvent perdu.	L'attaque reste en possession du ballon : interceptions nombreuses. Construction de tactiques d'attaque.
Déplacement du ballon et des joueurs.	Succession d'actions individuelles. Pas de progression du ballon vers l'avant.		Coopération des joueurs en appui ou en soutien pour la progression vers l'en-but adverse du ballon.
Vitesse, rythme.	Jeu lent, bloqué.	Jeu plus rapide sans accélération intentionnelle.	Vitesse de réaction à des prises d'information fait accélérer le jeu.
Porteur du ballon.	Garde le ballon ou s'en débarrasse sans soucis de coopération. Passe sans réelle programmation.	Passes vers l'avant en choisissant : <ul style="list-style-type: none"> - le meilleur partenaire. - le plus près. - un copain. 	Joue avec tous les partenaires. Le choix de la passe s'effectue en fonction de la position du partenaire.
Partenaire.	Veut le ballon. Se déplace peu sans le ballon. Appel vocal.	Appel gestuel.	Appel visuel par déplacement. Placement, changement de rythme.
Equipe sans ballon.	Agression sur le porteur du ballon. Précipitation collective mais but personnel. Absence de marquage des adversaires non porteurs du ballon	Début d'organisation défensive. Pas de marquage systématique. Gêne du porteur du ballon.	Organisation collective de la défense. Chacun a un rôle bien précis.
Changement de statut.	L'attaquant reste attaquant, le défenseur défend. Temps de réaction lent quand on change de statut.	Changement de statut plus rapide.	Changement de statut instantané pour provoquer, s'opposer, contre-attaquer.

Les situations pédagogiques

	Gagne terrain	Les 4 buts	prise de drapeau	le bérét	gardes du corps	balle au capitaine	Ballon contact	Flag attaque	Flag contact
Passer le ballon	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Protéger le porteur du ballon	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Progresser vers l'en-but en utilisant le partenaire		<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Se déplacer pour recevoir le ballon						<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Se déplacer pour être vu du porteur du ballon						<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Choisir le partenaire le mieux placé		<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Se placer en fonction des partenaires						<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
S'adapter aux réactions des partenaires		<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Faire un projet d'action	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>				
S'engager contractuellement					<input checked="" type="checkbox"/>				
Elaborer des stratégies à plusieurs			<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>				