



DESTINATAIRE  
**Animateur**

PUBLIC  
**À partir  
de 8 ans**

THÈME  
**Jouer**

## Le flag football

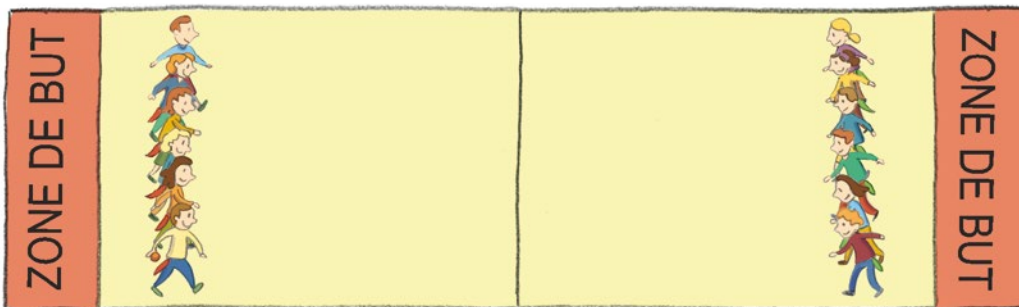
**Voici la quatrième d'une série de fiches pratiques consacrée à la mise en place de jeux sportifs originaux avec comme principal matériel, un ballon ! Ce mois-ci, découvrons le flag football.**

- **Type de jeu** : jeu sportif en équipe avec ballon.
- **Matériel** : un ballon de la taille de celui utilisé au handball ou un ballon de rugby ou de football américain. Des chasubles de deux couleurs différentes.
- **Nombre de participants** : deux équipes de 6 à 10 participants.
- **Terrain** : terrain de football ou salle de sport. La dimension varie en fonction de l'âge des participants. Compter environ 20 mètres de longueur sur 15 de largeur.
- **Durée** : le jeu continue tant qu'un nombre de points pré-défini n'est pas atteint par une des deux équipes. On peut aussi décider d'un temps de jeu fixe.

- **Atouts pédagogiques** : le flag football est un jeu sportif original dérivé du football américain évitant tout contact entre les joueurs, ce qui favorise une pratique mixte.
- Nous n'utiliserons pas dans cette fiche les règles officielles du jeu, mais des adaptations plus appropriées au public accueilli en ACM. Le maniement d'un ballon ovale n'est pas toujours aisé pour des enfants, sans compter que vous ne possédez peut être pas ce type de ballon : vous pouvez donc utiliser un ballon rond de petite taille.

### But du jeu

- Le flag football met en opposition deux équipes de 6 à 10 joueurs. Chaque joueur est muni d'un dossard qu'il place dans l'une de ses poches, de manière à ce qu'il dépasse d'environ 30 centimètres.
- Le but du jeu est d'être la première équipe à marquer 10 points ou d'avoir plus de points que l'équipe adverse à la fin du temps imparti.
- Pour marquer un point, il faut pénétrer dans la zone de but adverse avec le ballon à la main, comme au football américain. C'est un essai ou « touchdown » !



© Ghyslaine Vaysset

## Déroulement

- Le flag football est un jeu de « gagne terrain ». Quand une équipe est en possession de la balle, elle a droit à quatre tentatives pour aller marquer dans le camp adverse.
- Elle débute ses tentatives à 5 mètres de sa propre ligne de but.
- Les joueurs doivent alors être tous alignés les uns à côté des autres, les défenseurs leur font face dans une configuration similaire à 10 mètres.
- L'équipe en défense tente de stopper la progression des attaquants en interceptant la balle ou en enlevant le dossard du porteur de balle (il se fait alors « déflaguer »), ce qui remplace le placage du football américain.
- À cet instant le jeu s'arrête et l'équipe en attaque perd alors une tentative. La balle est remise en jeu par l'équipe qui attaque (s'il lui reste des tentatives) à l'endroit où le joueur s'est fait « déflaguer ».
- Les joueurs se remettent alors en configuration comme lors du lancement de jeu aux 5 mètres (expliqué ci-dessus). Pour que la remise en jeu soit effective, un joueur presse la balle au sol.
- Les attaquants courent alors en direction du camp adverse. Ils ne sont autorisés à se faire que deux passes par tentative. Après la seconde passe, le porteur de balle n'a plus d'autre choix que de tenter d'aller conclure l'action seul.
- Lorsqu'une équipe marque un point ou perd toutes ses tentatives, la balle est rendue à l'équipe adverse qui engage à 5 mètres de sa propre zone de but. Et ainsi de suite.

### Les interceptions

- Il existe deux types d'interceptions : la balle touchée par un défenseur mais qui n'est pas contrôlée et termine sa course au sol, et l'interception franche où le défenseur garde la possession de la balle.
- Dans le premier cas de figure, la balle est conservée par l'équipe en attaque mais celle-ci perd une tentative. Les attaquants remettent en jeu à l'endroit où la balle est tombée au sol.

## Pour aller plus loin...

*Si vous avez des questions ou que vous souhaitez faire part de vos expériences concernant le flag football, rendez-vous sur [www.idees-animation.fr/](http://www.idees-animation.fr/)*

- Dans le second cas, l'équipe en défense passe alors en attaque et peut jouer la contre-attaque immédiatement. Elle bénéficie à son tour de quatre tentatives pour marquer dans la zone de but adverse.

### Quelques règles supplémentaires

- Il est interdit de « déflaguer » quelqu'un qui n'a pas la balle.
- Lorsqu'un joueur est « déflagué », il doit remplacer son dossard avant de pouvoir réintégrer le jeu.
- Lors d'une remise en jeu à moins de 10 mètres de la zone adverse, l'équipe en défense se place alors sur la ligne avant de sa zone de but. Lorsque le jeu est lancé, tous les joueurs attaquants ou défenseurs peuvent pénétrer dans la zone de but.
- Lorsqu'une tentative échoue à moins de 5 mètres de la zone de but, la remise en jeu suivante s'effectue quoi qu'il en soit à 5 mètres de la zone.

### Variantes

- Le flag rugby est un dérivé du rugby sans contact qui empreinte un certain nombre de règles au flag football.
- Les différences notoires sont les suivantes :
  - il faut aplatir le ballon dans la zone de but adverse pour que l'essai soit accordé ;
  - il n'y a qu'une seule tentative par phase d'attaque : lorsqu'un joueur est « déflagué », la balle est immédiatement rendue à l'équipe adverse ;
  - les passes en avant sont interdites ;
  - le ballon de rugby est plus gros que celui utilisé au flag football. ▶