

ULTIMATE : Atelier 1

Situation 1 : Passe à 10

Dispositif : 1 frisbee, 1 zone de jeu 20X40 m pour le cycle 3 (**15X30 m pour le cycle 2**)

But : Courses, passes et réception

Consignes (règles du jeu) :

Au signal, l'équipe en possession du frisbee doit réaliser 10 passes sans que le frisbee ne tombe ou qu'il ne soit intercepté par l'équipe adverse.

Si le frisbee tombe, il passe à l'équipe adverse.

Le porteur du frisbee ne doit pas se déplacer, il peut seulement pivoter sur un pied.

L'équipe qui réussit le nombre de passes décidé marque 1 point.

Règle de défense :

Aucun contact n'est autorisé, un seul défenseur peut gêner un attaquant à moins de 3m de distance.

Le défenseur ne peut pas arracher le frisbee des mains de l'attaquant.

Si un défenseur touche le frisbee et que celui-ci tombe, il est rendu à l'équipe qui « attaque ».

Score (à inscrire sur la feuille de route des équipes) :

Equipe gagnante : 3 points

Equipe perdante : 1 point

Egalité : 2 points

Situation 2 : Match

Dispositif :

1 frisbee, 1 zone de jeu 20X40 m pour le cycle 3 (**15X30 m pour le cycle 2**)
+ zone de but à chaque extrémité de 5m

But : Pour marquer 1 point, une équipe, au moyen de passes successives, doit envoyer et attraper de volée, le frisbee dans la zone de but adverse.

Consignes (règles du jeu) :

Mise en jeu :

- *Au début de la partie :*

Par tirage au sort, on détermine l'équipe qui va posséder le frisbee.

Les deux équipes sont placées sur leur ligne de but.

L'engagement se fait obligatoirement par un lancer vers l'avant.

- *Après avoir marqué un point :*

L'équipe qui n'a pas marqué bénéficie de l'engagement.

Le joueur lanceur ne doit pas se déplacer, il peut pivoter.

Le joueur qui réceptionne le frisbee n'a droit qu'à 3 pas maximum pour s'arrêter.

Frisbee tombé :

Tout frisbee tombé change de camp.

L'équipe qui récupère le frisbee effectue la mise en jeu à l'endroit de la chute.

Interception :

- *Interception réussie :*

Le frisbee change camp et le jeu se poursuit.

- *Interception manquée :*

L'équipe attaquante garde le frisbee.

Sortie des limites latérales :

Remise en jeu par l'équipe adverse à l'endroit où le frisbee a franchi la ligne.

Sortie au-delà de la zone d'embut :

Remise en jeu par l'équipe adverse sur la ligne de but.

Frisbee non réceptionné ou manqué dans la zone d'embut :

Le point n'est pas accordé, remise en jeu par l'équipe adverse, sur la ligne de but

Règle de défense :

Aucun contact n'est autorisé, seul un défenseur peut gêner un attaquant à moins de 3m de distance.

Le défenseur ne peut pas arracher le frisbee des mains de l'attaquant.

Score : idem situation 1