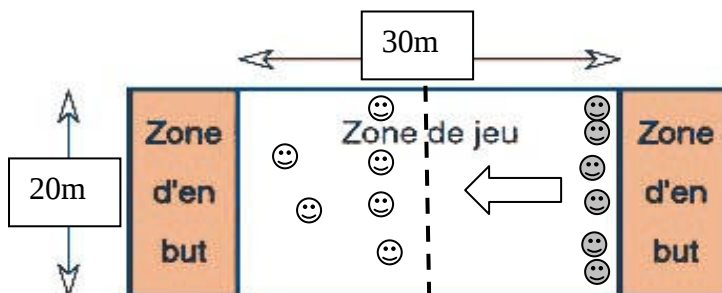


OBJECTIFS :

- Participer à un sport collectif avec un matériel nouveau
- Manipuler correctement cet engin
- S'organiser pour marquer des buts en respectant les règles
- S'organiser pour intercepter le disque

ORGANISATION :

- Deux équipes de 6 joueurs repérées (chasubles ou foulards)
- Terrain de 40 m X 20 m avec zones d'embut
- 2 ou 3 manches de 6 minutes



REGLES DU JEU :

Pendant un match d'ultimate - frisbee, deux équipes s'opposent sur un même terrain avec un disque volant appelé frisbee, pour le réceptionner dans l'en but de l'adversaire. Si le disque tombe dans le terrain après une mauvaise réception, il entre en possession du premier joueur qui le ramassera.

L'engagement ou « le pull » :

Il s'effectue en début de jeu ou après un but. Les défenseurs sont dans leur camp et les attaquants sur leur ligne d'en but (voir dessin). Les 2 capitaines lèvent la main pour indiquer que leur équipe est prête. Les attaquants commencent alors à se faire des passes pour amener le disque vers l'autre en but.

Les fautes :

- Il est **interdit de marcher ou de courir avec le disque**. Aussi, le lanceur peut **pivoter sur un pied** et doit jouer le disque avant les **dix secondes** comptées par son défenseur.
- Les contacts physiques sont **interdits**. Les fautes sont annoncées par les joueurs eux-mêmes. Nous aurons en plus un arbitre adulte sur chaque terrain pour un meilleur respect des règles.
- **Un seul défenseur** peut gêner le porteur du disque ; il le marque à **un mètre** minimum ; s'il touche le joueur ou le disque tenu, le jeu reprend 5 pas en avant.
- Lorsque deux joueurs adverses attrapent simultanément le disque, il reste aux **attaquants**.

L'équipe de défense prend possession du disque et devient équipe d'attaque lorsque :

- le disque est intercepté correctement (sans être lâché) par celle-ci sauf à la première passe de remise en jeu où l'interception est interdite
- le disque mal réceptionné touche le sol ; il est rejoué de l'endroit où il est tombé
- le disque est attrapé ou tombe en dehors du terrain ; les touches se font à l'endroit de la sortie, pour les sorties dans les en but, les défenseurs regagnent leur terrain
- le porteur du disque marche, court ou dépasse les 10 secondes pour le lancer
- le disque est passé de la main à la main
- le lanceur rattrape son propre lancer

Le but est marqué quand un partenaire attaquant réceptionne le disque dans la zone d'en-but adverse. **C'est la dernière passe qui marque le point... l'ultime passe !**