

POURQUOI PRATIQUER

L'ULTIMATE FRISBEE

ESPRIT DU JEU + AUTO-ARBITRAGE + MIXITÉ
+ COOPERATION + SANS CONTACT

La Ligue Flying-Disc Pays de la Loire vous propose de découvrir cette activité

- Encadré par des entraîneurs diplômés
- Plusieurs séances et thèmes à mettre en place
- Matériel adaptés aux capacités des élèves
- Mise à disposition d'un livret d'apprentissage de l'activité

POUR EN SAVOIR PLUS
SUR LE SPORT :



LES INTERETS PÉDAGOGIQUES

- Auto-arbitrage : favorise les échanges et la prise de parole pour exprimer son point de vue
- Coopération : elle est obligatoire, impossible de marquer un point tout seul
- Sport collectif interpénétré : on doit se démarquer pour avancer
- Frisbee : on manipule un engin inhabituel avec des trajectoires spécifiques



Mixité



Dialogue



Collectif



Esprit du Jeu

LES PRINCIPES DE JEU :

C'est un sport d'équipe d'opposition qui se joue à 5 contre 5 ou 7 contre 7. Le but est de faire progresser le disque jusqu'à la zone d'en-but adverse pour marquer un point

Le Terrain



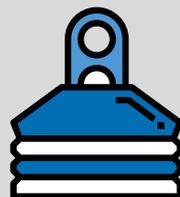
Zones d'en-but

QUELQUES RÈGLES :

- Pas de déplacements avec le disque
- Si le disque tombe l'équipe attaquante doit défendre et vice-versa
- Temps limité pour faire une passe
- Changement possible des joueurs et des joueuses à chaque point



Le matériel à disposition



Plots



Chasubles



Disques

POUR PLUS D'INFORMATIONS :



contact@flyingdisc-paysdelaloire.fr



<https://www.facebook.com/LFDPDL>



@LFDPDL



06 75 13 76 04



<https://flyingdisc-paysdelaloire.fr>

