

Zeitschrift:	Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber:	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band:	28 (1971)
Heft:	1
 Artikel:	Système de défense par zone
Autor:	Suter, H.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-997630

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Système de défense par zone

H. Suter

1. Introduction

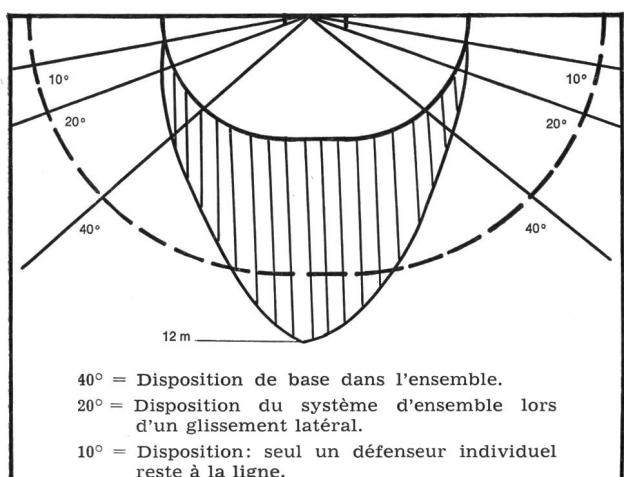
Les systèmes de jeu au handball dépendent de l'exécution et des consignes imposées à chaque joueur.

L'exécution est dictée par:

- le champ du jeu
- le joueur
- la balle

Consignes aux joueurs = défendre et attaquer.

2. Les relations avec le champ du jeu



40° = Disposition de base dans l'ensemble.

20° = Disposition du système d'ensemble lors d'un glissement latéral.

10° = Disposition: seul un défenseur individuel reste à la ligne.

Dans la zone dangereuse de tir = mouvement et activité plus intenses des défenseurs. La zone se raccourcit graduellement de 12 m jusqu'à 6 m.

Il est possible à l'intérieur de la zone de défense prévue de construire différents systèmes. La répartition des joueurs est ainsi faite, que chacun à côté de son engagement tout entier dans le système doit encore accomplir des tâches individuelles bien définies.

Pour qu'une défense par zone soit efficace, il faut qu'elle agisse comme un tout.

Et aussi:

Profondeur → par le déplacement des joueurs



Imperméabilité → à proximité de la balle.

Largeur → par un déplacement latéral.

3. Relation avec le joueur et la balle

Deux lois essentielles régissent la manière de défendre et seul un joueur peut marquer un but.

Dans cette idée, tous les mouvements et la concentration du système de défense sont dictés par les joueurs attaquants. Le défenseur surveille l'adversaire à 70 pour cent et suit la balle à 30 pour cent = marquage individuel à l'intérieur d'une zone de défense. Un but peut être marqué seulement avec le ballon. Ici la concentration et les tentatives de la défense sont de 70 pour cent sur le ballon et de 30 pour cent sur l'adversaire = contrôle visuel du joueur dans la zone de défense.

Les principes suivants sont applicables:

- Le déplacement de la balle dirige le système de défense.
- Les défenseurs ne laissent pas pénétrer la balle ou le porteur de la balle en direction du but, au-delà de la ligne des coups francs.
- Les joueurs en défense se déplacent en même temps que la balle. Ils réagissent à chaque passe et au moment où la balle va quitter la main d'un attaquant.
- Tous les défenseurs jouent le rôle du gardien et se trouvent toujours sur la trajectoire du ballon susceptible de présenter un danger.
- Abandonner les attaquants éloignés, ne les surveiller que du regard.

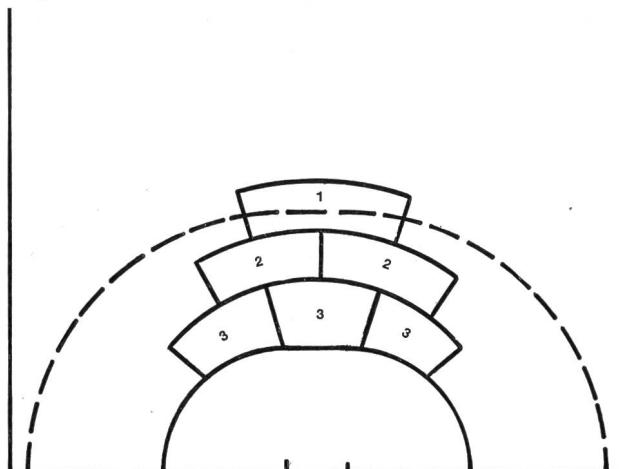
Pour des raisons de tactique, il est possible de combiner les principes énoncés et de créer ainsi différents systèmes. Le but de chaque système de défense est toujours le même: Ne recevoir aucun but.

Nous opterons soit pour la défense de zone ou individuelle selon la disposition tactique de l'adversaire. Un des systèmes de défense de zone, parmi beaucoup d'autres est

le système 3 : 2 : 1

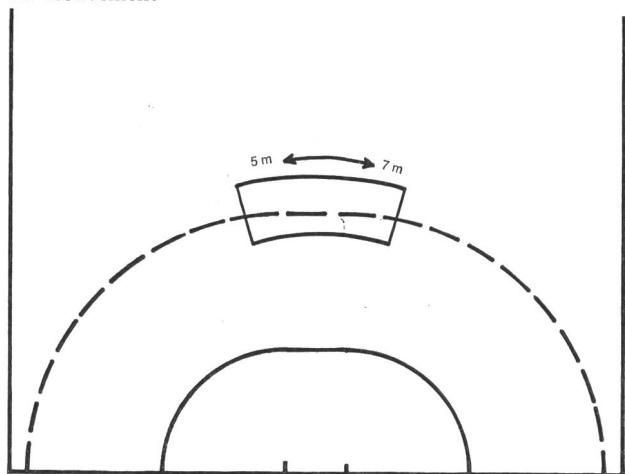
(disposition en arc de cercle)

Disposition de base

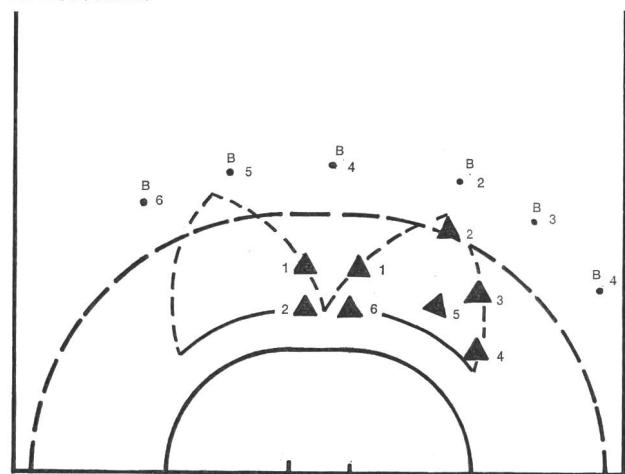


Déplacement des différents joueurs

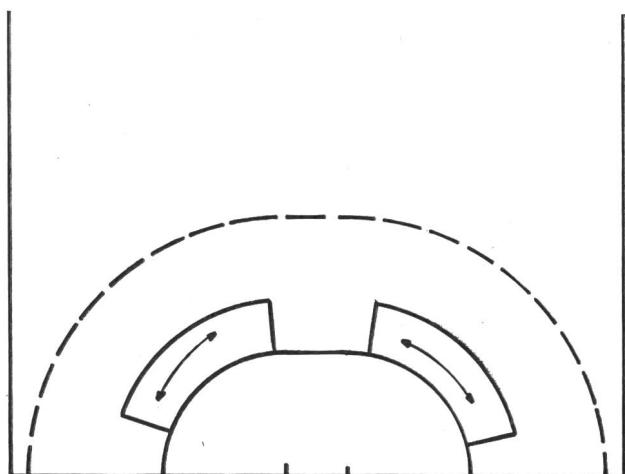
1er mouvement



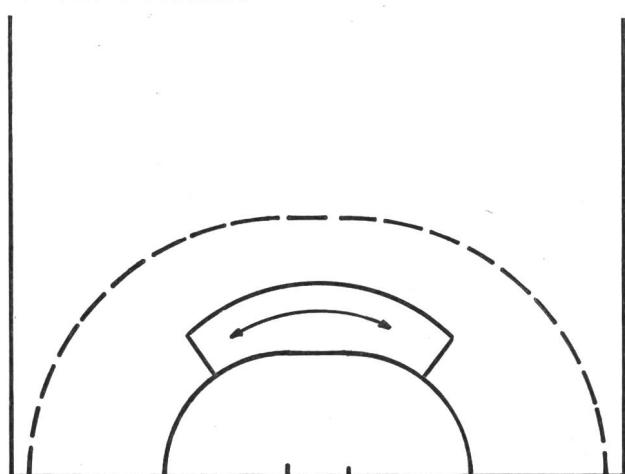
2e mouvement



3e mouvement latéral



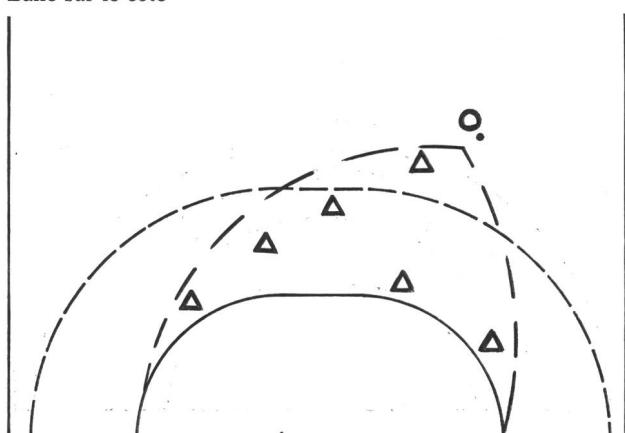
3e mouvement au milieu



Déplacement collectif lors d'une balle sur les côtés

Disposition de base

Balle sur le côté



Balle sur le côté

