

**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:** 01.05.2026

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

# Systeme de defense par zone

H. Suter

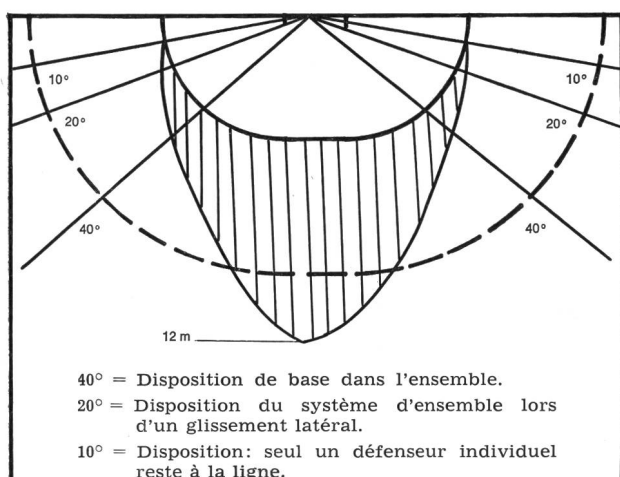
## 1. Introduction

Les systemes de jeu au handball dependent de l'execution et des consignes imposees a chaque joueur.

L'execution est dictee par: — le champ du jeu  
— le joueur  
— la balle

Consignes aux joueurs = defendre et attaquer.

## 2. Les relations avec le champ du jeu



Dans la zone dangereuse de tir = mouvement et activite plus intenses des defenseurs. La zone se raccourcit graduellement de 12 m jusqu'a 6 m.

Il est possible a l'interieur de la zone de defense prevue de construire differents systemes. La repartition des joueurs est ainsi faite, que chacun a cote de son engagement tout entier dans le systeme doit encore accomplir des taches individuelles bien definies.

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

Et aussi:

Profondeur ————— par le deplacement des joueurs



Imperméabilité ————— a proximite de la balle.

Largeur ————— par un deplacement lateral.

## 3. Relation avec le joueur et la balle

Deux lois essentielles regissent la maniere de defendre et seul un joueur peut marquer un but.

Dans cette idee, tous les mouvements et la concentration du systeme de defense sont dictes par les joueurs attaquants. Le defenseur surveille l'adversaire a 70 pour cent et suit la balle a 30 pour cent = marquage individuel a l'interieur d'une zone de defense. Un but peut etre marque seulement avec le ballon. Ici la concentration et les tentatives de la defense sont de 70 pour cent sur le ballon et de 30 pour cent sur l'adversaire = controle visuel du joueur dans la zone de defense.

Les principes suivants sont applicables:

- Le deplacement de la balle dirige le systeme de defense.
- Les defenseurs ne laissent pas penetrer la balle ou le porteur de la balle en direction du but, au-dela de la ligne des coups francs.
- Les joueurs en defense se deplacent en meme temps que la balle. Ils reagissent a chaque passe et au moment ou la balle va quitter la main d'un attaquant.
- Tous les defenseurs jouent le role du gardien et se trouvent toujours sur la trajectoire du ballon susceptible de presenter un danger.
- Abandonner les attaquants eloignes, ne les surveiller que du regard.

Pour des raisons de tactique, il est possible de combiner les principes enonces et de creer ainsi differents systemes. Le but de chaque systeme de defense est toujours le meme: Ne recevoir aucun but.

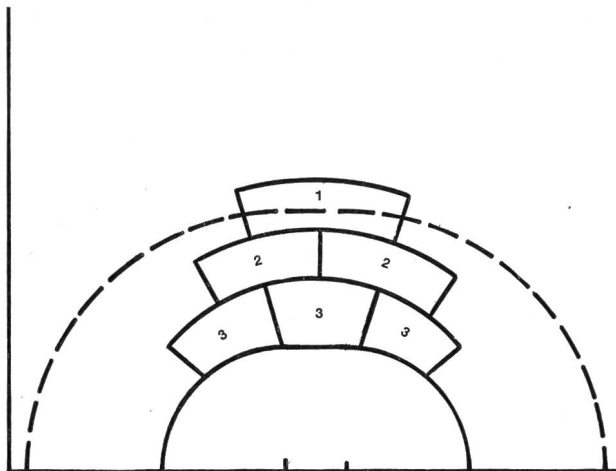
Nous opterons soit pour la defense de zone ou individuelle selon la disposition tactique de l'adversaire.

Un des systemes de defense de zone, parmi beaucoup d'autres est

### le systeme 3 : 2 : 1

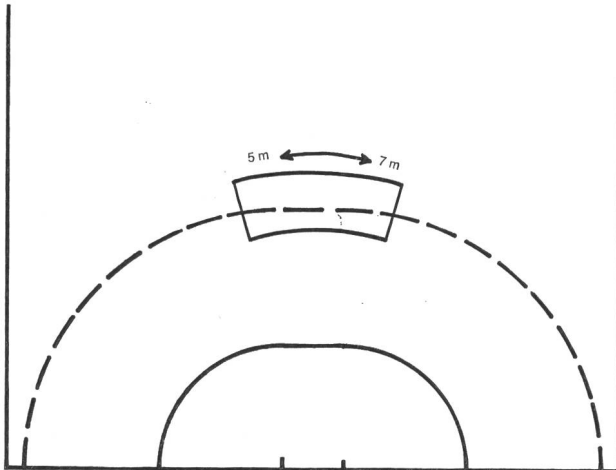
(disposition en arc de cercle)

Disposition de base

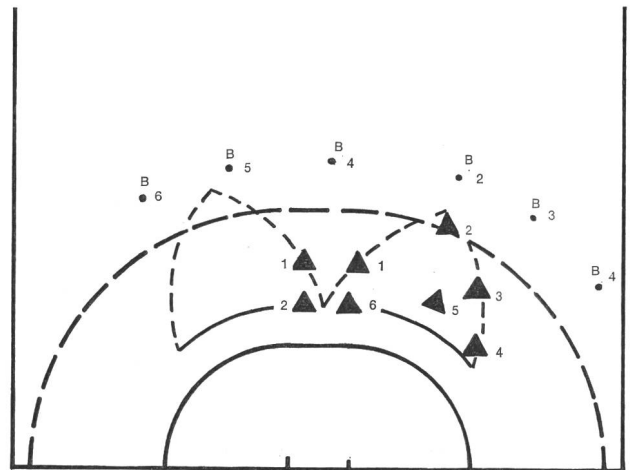


Déplacement des différents joueurs

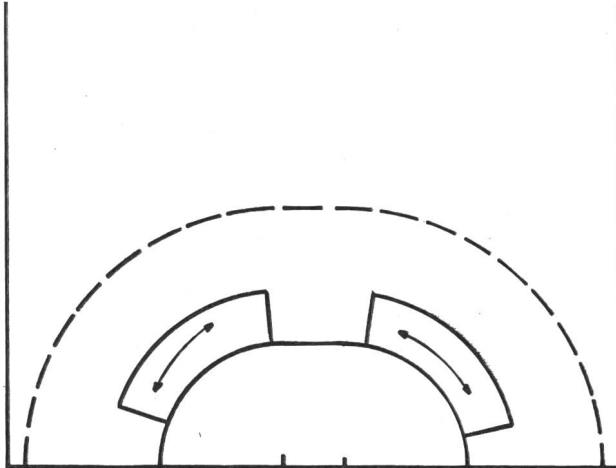
1er mouvement



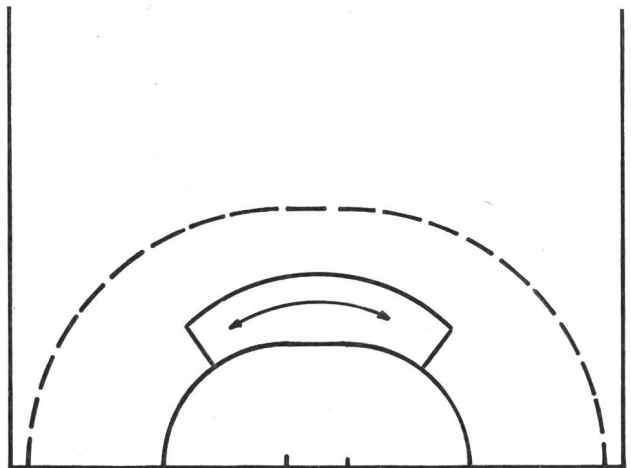
2e mouvement



3e mouvement latéral



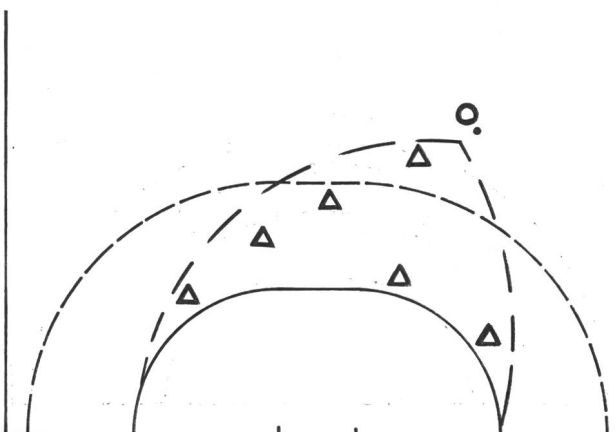
3e mouvement au milieu



Déplacement collectif lors d'une balle sur les côtés

Disposition de base

Balle sur le côté



Balle sur le côté

