

## France U17 Miércoles: — acciones a balón parado

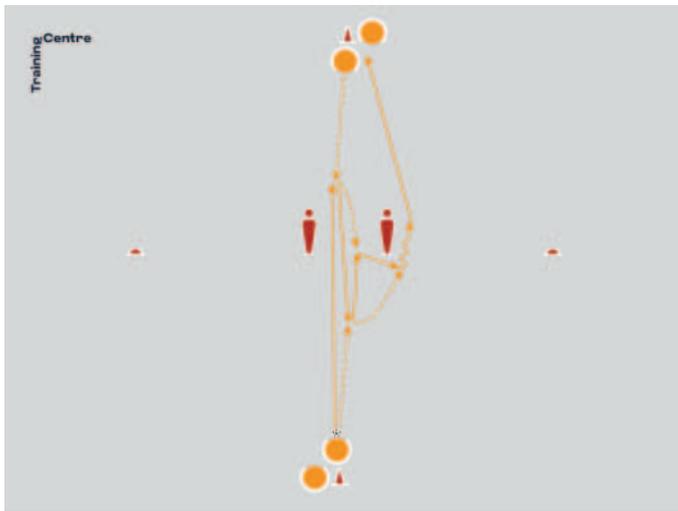
### Descripción

**Ejercicio 1:** circuito de pases en corto y en largo

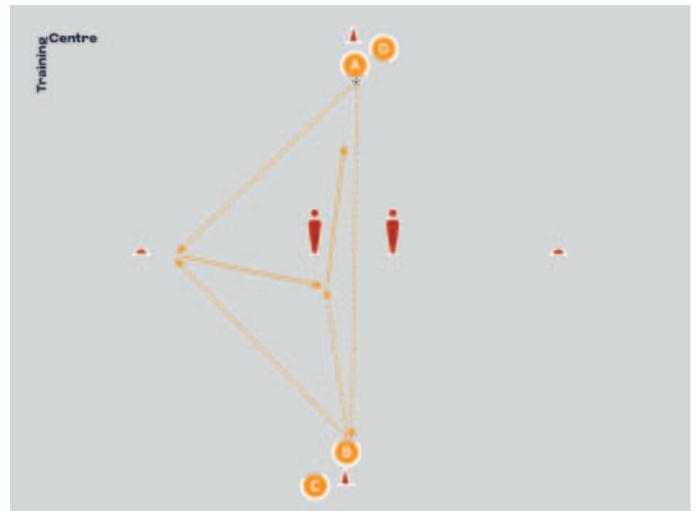
**Ejercicio 2:** acciones a balón parado

### EJERCICIO 1: CIRCUITO DE PASES EN CORTO Y EN LARGO

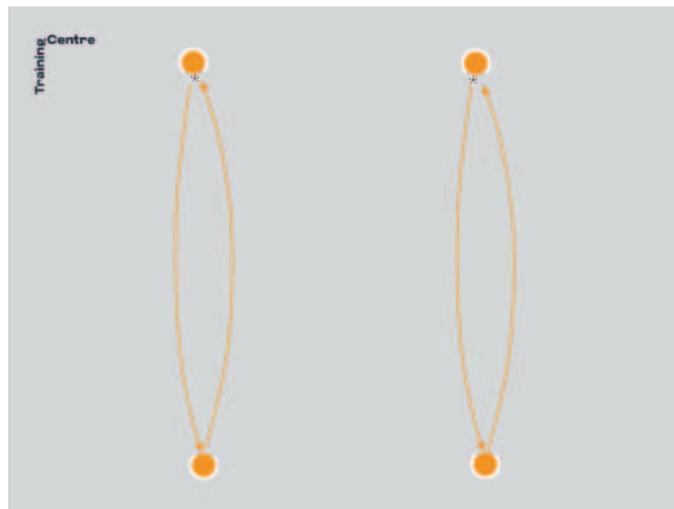
Los cuatro jugadores encargados de sacar las acciones a balón parado participan en un calentamiento técnico, a fin de prepararse para golpear la pelota durante la siguiente parte del entrenamiento. Para empezar, realizan un circuito de pases en corto basado con desmarques y devoluciones; a continuación, trabajan los pases en largo.



Secuencia básica



Variante 1: usando la amplitud



Variante 2: pases largos

### Organización

- Colocar 2 conos separados unos 20 metros entre sí a lo largo de la zona de juego, y otros 2 separados unos 10 metros a lo ancho.
- Colocar 2 maniqués a media camino entre los 2 conos situados a lo largo de la zona de juego, separados unos 4 metros entre sí.

### Explicación

- El jugador con el balón envía un pase entre los maniqués a un compañero que se acerca corriendo hacia él.
- Este segundo jugador devuelve el balón al primero y pasa entre los maniqués para jugar una pared con este último.

## Variaciones

1.ª variación:

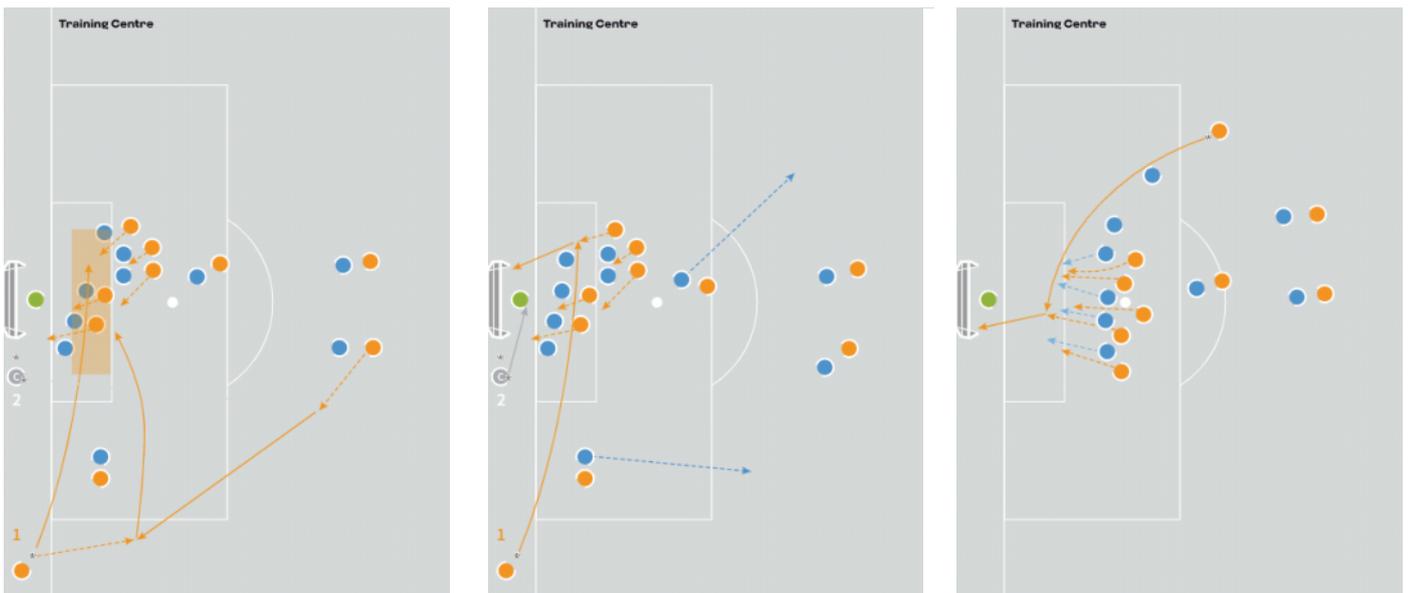
- El jugador A envía un pase entre los maniquíes al jugador B. En cuanto da el pase, el jugador A se desplaza hacia uno de los conos situados por fuera de los maniquíes.
- El jugador B devuelve el balón al jugador A, quien realiza un control orientado para situarse de cara a la portería rival.
- El jugador A envía un pase al jugador C, quien le hace llegar la pelota entre los maniquíes al jugador D.

2.ª variación:

- Los cuatro jugadores se dividen en dos parejas para trabajar los pases en largo.

## EJERCICIO 2: ACCIONES A BALÓN PARADO

Los jugadores se dividen en dos equipos, que atacarán o defenderán por turnos. El equipo azul se compone de los jugadores que saldrán de inicio en el partido del miércoles; por su parte, el equipo verde lo integran quienes saldrán de inicio el viernes en el segundo partido. Durante este ejercicio, los jugadores repiten situaciones de saques de esquina y tiros libres indirectos desde la banda, a fin de poner en práctica las variantes ofensivas y defensivas preparadas por los entrenadores.



## Organización

- El ejercicio se desarrolla en una mitad del campo.
- 2 equipos de 10 jugadores cada uno.
- 1 guardameta.

## Explicación

- El ejercicio comienza con un saque de esquina desde el lado derecho.
- Una vez efectuado el saque, da igual el resultado de la acción: un entrenador situado al lado de la portería lanzará un balón para simular una transición ofensiva. El técnico podrá optar por dar el balón al guardameta para que inicie un contraataque o lanzarlo a los defensores del equipo atacante para que pueda haber un segundo centro.

## Variación

- Efectuar un saque de esquina desde el lado izquierdo.
- Intercambiar el rol de los equipos.
- Efectuar un tiro libre indirecto desde el lado izquierdo.
- Efectuar un tiro libre indirecto desde el lado derecho.
- Intercambiar el rol de los equipos.