



**Colegio Aurora  
de Chile**  
**CORMUN RANCAGUA**

# **TALLER DE FUTBOL FEMENINO**

**PROFESOR: GASTÓN CERDA GONZÁLEZ**

**SEMANA 23**



# INTRODUCCIÓN

- **ESPERANDO A QUE SE ENCUENTREN MUY BIEN, BIENVENIDAS AL TALLER DE FUTBOL FEMENINO, EN ESTA CLASE PODRÁS REALIZAR EJERCICIOS PARA MEJORAR TU TÉCNICA .**

# MATERIALES

- **ESPACIO DESPEJADO DE AL MENOS 2 METROS CUADRADOS**
- **BALÓN**
- **CONO O BOTELLAS**



# OBJETIVO

- **MEJORAR LOS ASPECTOS BIOLÓGICOS Y FISIOLÓGICOS DE LOS ESTUDIANTES.**
- **UTILIZAR LOS ASPECTOS TÉCNICO-TÁCTICOS DEL FUTBOL EN REALIDAD DE JUEGO.**



# Actividades e instrucciones



**Estimadas niñas espero te encuentres muy bien junto a tu familia, en la siguiente clase realizara ejercicios para mejorar tu juego aéreo**

**Link de la clase: <https://www.youtube.com/watch?v=dXT4nLLL8ZY&pbjreload=101>**

# CIERRE

- **EN LA CLASE DE HOY PUDISTE TRABAJAR TU TÉCNICA DE DEFENSA SIN BALÓN.**
- **Si ya llegaste hasta acá felicidades!!!!**