



**Colegio Aurora
de Chile**
CORMUN RANCAGUA

TALLER DE FUTBOL FEMENINO

PROFESOR: GASTÓN CERDA GONZÁLEZ

SEMANA 19



INTRODUCCIÓN

- **ESPERANDO A QUE SE ENCUENTREN MUY BIEN, BIENVENIDAS AL TALLER DE FUTBOL FEMENINO, EN ESTA CLASE PODRÁS REALIZAR EJERCICIOS DE DEFENSA SIN BALÓN.**

MATERIALES

- **ESPACIO DESPEJADO DE AL MENOS 2 METROS CUADRADOS**



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 técnica de defensa.

Link de la clase: <https://www.youtube.com/watch?v=CkHFUM8U6fA>

CIERRE

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