



**Colegio Aurora
de Chile**
CORMUN RANCAGUA

TALLER DE FUTBOL FEMENINO

PROFESOR: GASTÓN CERDA GONZÁLEZ

SEMANA 22



INTRODUCCIÓN

- **ESPERANDO A QUE SE ENCUENTREN MUY BIEN, BIENVENIDAS AL TALLER DE FUTBOL FEMENINO, EN ESTA CLASE PODRÁS REALIZAR EJERCICIOS PARA TRABAJAR TU JUEGO AÉREO TANTO EN DEFENSA COMO EN ATAQUE.**

MATERIALES

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



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=RZ27mT4xM7M>

CIERRE

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