



UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE

**“SOCIALIZACIÓN Y RECREACIÓN EN ALUMNAS DE LA
ACADEMIA FEMENINA ELIZ FÚTBOL, LIMA 2022”**

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN CIENCIAS DEL DEPORTE**

PRESENTADA POR:

Bach. ROSA VARGAS REQUEJO

<https://orcid.org/0000-0002-4618-7478>

ASESOR:

Dr. RONALD JESÚS ALARCÓN ANCO

<https://orcid.org/0000-0002-7971-5302>

LIMA - PERÚ

2022

DEDICATORIA

En primer lugar, a mis padres, por su constante apoyo y fuerza para seguir adelante,

A mis hermanos por el ejemplo de vida que me brindan a diario,

A mis cuñados Rafael y Oscar por el apoyo incondicional.

A Kimberly de la Cruz por la paciencia y empuje para seguir creciendo como profesional.

También quiero dedicar este trabajo a todas las mujeres que integran *Eliz* fútbol, especialmente a Elizabeth

Contenido

RESUMEN	7
ABSTRACT	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
1.1. Realidad problemática.....	12
1.2. Delimitación del proyecto	13
1.2.1. Delimitación espacial	13
1.2.2. Delimitación social	13

1.2.3. Delimitación temporal	13
1.3. Problemas del proyecto.....	13
1.3.1. Problema general	13
1.3.2. Problemas específicos	13
1.4. Objetivos del proyecto.....	14
1.4.1. Objetivo general	14
1.4.2. Objetivos específicos	14
1.5. Justificación e importancia del proyecto.....	14
1.5.1. Justificación	14
1.5.2. Importancia	15
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	16
2.1. Antecedentes del problema.....	16
2.2. Bases teóricas.....	24
2.2.1. Recreación	25
2.2.2. Socialización	26
2.2.3. Dimensiones de la socialización:	27
2.2.4. Fútbol femenino	28
2.2.5. Historia del fútbol femenino internacional	29
2.2.6. Historia del fútbol femenino en Latinoamérica	30
CAPÍTULO III: PLANTEAMIENTO OPERACIONAL.....	32
3.1. Desarrollo de la idea central de la propuesta	32
3.2. Identificación del servicio	32
3.3. Descripción del servicio	33
CAPÍTULO IV: RESULTADOS.....	41
4.1. Competencia.....	41
4.2 Estrategias de venta.....	41
4.3. Estrategia de posicionamiento.....	41
4.4 Valores agregados.....	41
4.5 Oportunidad de crecimiento.....	42
V. CONCLUSIONES.....	43
VI RECOMENDACIONES.....	44
VII. BIBLIOGRAFÍA.....	45
VIII. ANEXOS.....	49
LA ORGANIZACIÓN DE LA EMPRESA.....	49
Razón social:.....	49
Tipo de constitución de la empresa y sus principales características.....	49
Sociedad civil.....	49

Diseño del logotipo, y eslogan.....	49
Diseño del portal web, facebook, twitter, etc.....	49
Misión.....	52
Visión	52
Organigrama.....	47
Actividad principal	53
Flujograma de la actividad principal.....	54
Fotografías del trabajo realizado en la empresa	55

RESUMEN

El fútbol ha demostrado ser un deporte de integración y que afianza los lazos comunicativos. Al ser un deporte colectivo, el fútbol permite un desarrollo interpersonal importante, tanto dentro como fuera de la cancha. A nivel mundial, es importante señalar que el fútbol femenino aún se encuentra en desventaja respecto al fútbol masculino. Este problema se agrava en países sudamericanos, en los cuales esta diferencia no solo se da en un nivel de visibilidad, sino también a nivel económico, pues existe una gran brecha salarial respecto a su contraparte masculina. En el caso del Perú, recientemente se han ido dando esfuerzos por darle mayor importancia y visibilizarían al fútbol femenino. El objetivo de la presente investigación conocer como la socialización se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia femenina *Eliz Fútbol*, Lima 2022; se realizó una propuesta acorde con un plan de entrenamiento que cumpla y mejore los requerimientos socio recreativos y fisiológicos de las alumnas. Asimismo, el proyecto de la academia fue el de crear un ambiente que sea exclusivo para mujeres, en el cual éstas se puedan desarrollar libremente. Como muestra de la investigación se toma a la academia *Eliz fútbol*, tomando en cuenta sus procesos y su inserción en un mercado aún en vías de desarrollo.

Se llegó a las conclusiones de que el fútbol no solo es importante para las personas a nivel físico, ya que previene males que nos aquejan actualmente como el sedentarismo, sino que también a nivel psicológico permite que se desarrollen aspectos como la confianza, la importancia del trabajo en equipo y la empatía por el otro.

Palabras clave: fútbol, femenino, academia, desarrollo, comunicación

ABSTRACT

Football has proven to be a sport of integration that strengthens communication ties. Being a collective sport, football allows people to have an important interpersonal development, both on and off the pitch. Globally, it is important to note that women's football is still at a disadvantage compared to men's football. This problem is aggravated in South American countries, in which this difference not only occurs at a level of visibility, but also at an economic level, since there is a large salary gap with respect to their male counterpart. In Peru, efforts have recently been made to give female football the attention it deserves. The main goal of this research is to demonstrate the importance of conditional abilities in the students of the Eliz Futbol Academy in Lima, Peru. In this way, a proposal was made in accordance with a training plan that meets and improves the physiological requirements of the students. Likewise, the academy's project was to create a safe space exclusively for women, in which they can develop freely. The sample of the investigation is Eliz Futbol academy, its processes and its insertion in a market that is still developing.

The conclusions were reached that football is not only important for people on a physical level, since it prevents ills that currently afflict us such as sedentary lifestyle, but also on a psychological level, because it allows the students to develop important aspects of daily life such as trust, the importance of teamwork and empathy for the other.

Keywords: soccer, female soccer, academy, development, communication

INTRODUCCIÓN

El fútbol es un deporte en el cual las emociones se encuentran siempre a flor de piel. No obstante, es un espacio en el cual se van formando varias desigualdades entre hombres y mujeres; a pesar de que esta situación se ha intentado cambiar en las últimas décadas. Por ejemplo, hace dos décadas, era un espacio en el cual las mujeres solo tenían lugar como espectadoras; y en el cual no solo no tenían los mismos privilegios que los hombres; sino que inclusive solo podían acceder desde una perspectiva racional —a diferencia de los hombres, a quienes se les permitía escapar de la racionalidad en estos espacios, ya que siempre se construía culturalmente la imagen de lo masculino asociada a la razón—, como periodistas o comentaristas, por ejemplo. Sin embargo, aun así, eran vistas con cierto desdén, pues se les criticaba no poder entender el fútbol, al no practicarlo. Esta situación ha ido

cambiando con el pasar de los años, no obstante, aún existe una gran brecha tanto económica, como mediática entre el fútbol masculino y el femenino.

Por otro lado, el llamado deporte rey es uno de los deportes que más dinero genera, es decir, sumas que ascienden anualmente a los cientos de millones de dólares. Es por ello que hoy en día existen muchas entidades que se encargan de elaborar programas para el desarrollo y, sobre todo, para la formación de futbolistas desde pequeños. Esto debido a que cada vez la iniciación de estos deportistas en la élite comienza a una edad más temprana. Asimismo, a la par de la formación y de la exigencia que cada vez es mayor para los deportistas, existe toda una estructura de trabajo metódico por parte de los preparadores físicos, directores técnicos y gerentes deportivos. Esta estructura está diseñado de tal manera que incluye programas de entrenamiento en relación con las capacidades físicas condicionales y coordinativas de cada deportista. A tal punto que los deportistas tienen planificado todo el día desde la nutrición, horas de descanso, tiempo de esparcimiento, entre otras. Se puede afirmar, entonces, que a nivel profesional un futbolista no tiene que preocuparse por nada más que entrenar, tener un adecuado estilo de vida y jugar. Es ahí que recaería una de las diferencias más marcadas entre el fútbol femenino y el masculino: al no ser un fútbol profesionalizado en varios países de Sudamérica, las futbolistas mujeres — a diferencia de sus pares masculinos— tienen que repartir sus actividades futbolísticas con sus actividades diarias como madres, estudiantes o amas de casa.

Por otro lado, es cierto que las actividades físico-deportivas recreativas vienen creando espacios y constituyendo acciones de socialización, ayudando a crear vínculos entre los asistentes; de manera que contribuyen, también, con el proceso de identificación entre sí, a la vez que con el entorno, brindando goce y satisfacción

individual e integral; todo ello sin importar la posición social, religión o credo. La recreación es un derecho establecido que los municipios deben cumplir mediante diferentes actividades y gestiones para sus localidades. La Ley Orgánica de Gobiernos Regionales del Perú (2002), en su Artículo 47º, inciso a), señala que, es una función específica de los gobiernos regionales “Formular, aprobar, ejecutar, evaluar y administrar las políticas regionales de educación, cultura, ciencia y tecnología, deporte y recreación de la región”. (Saldaña, 2012)

En consecuencia, el fútbol como deporte colectivo nos permite la incorporación de hábitos sociales como el respeto a las reglas, disciplina, autocontrol, trabajo en equipo, responsabilidad, etc. Además de brindarnos salud, al mejorar nuestra condición física con las distintas actividades y circuitos que se brindan en cada sesión, y siendo la población adulta en su totalidad tienen la capacidad de decisión para continuar o no con los entrenamientos, dedicando voluntariamente tiempo para sí mismas. Es por ello que el fútbol cumple con todas las características para el desarrollo social y recreativo de grandes y chicos.

Es por ello que, al ser una actividad tan importante el desarrollo personal e interpersonal resulta necesario que se democratizen no solo las oportunidades de acceder a él; sino que, también, las diferencias entre el fútbol femenino y el masculino sea cada vez menor. Es en este contexto que resulta de vital importancia la creación de academias formativas, sobre todo femeninas, para poder crear desde un nivel elemental espacios de desarrollo para las mujeres en un mundo aún muy injusto y desigual.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Realidad problemática

El deporte del fútbol practicado por hombres se verá siempre en cada esquina que se voltee a mirar sin embargo el fútbol practicado por mujeres aun no es tan común para la sociedad a pesar que ya llevamos muchos años en la lucha por la equidad deportiva, lamentablemente al día de hoy no se ha logrado una equidad como

tal. sin embargo, gracias al empuje y empoderamiento que las mujeres en la actualidad venimos desarrollando podemos decir que estamos avanzando a pasos lentos pero firmes ayudándonos unas a otras no solo dentro de la cancha si no también fuera de ella. En *Eliz* fútbol nos dimos cuenta de ello y decidimos crear espacios para estas mujeres que toman la decisión de apostar por sí mismas, divertirse, conocerse y aprender del fútbol de una manera distinta, sin presiones ni exigencias más que las de ellas mismas.

1.2. Delimitación del proyecto

1.2.1. Delimitación espacial

Para el presente proyecto el estudio se centrará en la recopilación de información de la academia de fútbol femenino *Eliz* fútbol, Lima.

1.2.2. Delimitación social

Se evaluará a las alumnas de la academia *Eliz* fútbol.

1.2.3. Delimitación temporal

El periodo que abarca el estudio tendrá como fecha el año 2022.

1.3. Problemas del proyecto

1.3.1. Problema general

¿Cómo la socialización se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia femenina *Eliz* Fútbol, Lima 2022?

1.3.2. Problemas específicos

¿Cómo la integración se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia

femenina *Eliz Fútbol*, Lima 2022?

¿Cómo la comunicación se relaciona con el fútbol la recreación en las alumnas de la academia *Eliz Fútbol*, Lima 2022?

¿Cómo la actitud se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia *Eliz Fútbol*, Lima 2022?

1.4. Objetivos del proyecto

1.4.1. Objetivo general

Conocer como la socialización se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia femenina *Eliz Fútbol*, Lima 2022.

1.4.2. Objetivos específicos

Conocer como la integración se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia femenina *Eliz Fútbol*, Lima 2022.

Conocer como la comunicación se relaciona con el fútbol y la recreación en las alumnas de la academia *Eliz Fútbol*, Lima 2022.

Conocer como la actitud se relaciona con la recreación en las alumnas de la academia *Eliz Fútbol*, Lima 2022.

1.5. Justificación e importancia del proyecto

1.5.1. Justificación

Más allá de comentarios de estereotipos de género o brechas salariales distintas entidades deportivas están de acuerdo en el beneficio para la salud y sociedad que puede brindar el fútbol en mujeres sin embargo siempre habrá quienes

no compartan las mismas ideas argumentando que las mujeres son débiles y propensas a lesiones, además que el juego es más lento por ello sería aburrido y no llenaría estadios, sin embargo todo esto daría un giro de 360° en los últimos mundiales femeninos por ejemplo el de Francia 2019 quien dio lugar a 24 selecciones nacionales.

Es por ello que en el presente proyecto queremos dar a conocer los beneficios socio recreativos que tiene el fútbol para con nuestras alumnas y así demostrar que este deporte practicado por mujeres también es rentable socialmente para nuestro país y para el mundo.

1.5.2. Importancia

La importancia de conocer como el fútbol es un medio de recreación social para las alumnas de la academia *Eliz* fútbol tiene que ver con la planificación que se desea establecer en las sesiones de entrenamiento apoyándonos de los juegos lúdicos y de cohesión de grupo para así ser la primera academia que, en vez de exigir copas o medallas de los primeros lugares, en campeonatos o encuentros deportivos exigiríamos y seríamos las principales en pedir diversión, goce, juego limpio y empatía.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes del problema

El fútbol ocupa un lugar privilegiado entre todos los deportes, al haberse convertido en uno de los más populares —si es que no el más popular— en los últimos años. Este deporte evolucionó de ser una práctica recreativa hasta convertirse en un fenómeno sociocultural, inclusive hasta político y económico. Un aspecto fundamental en este deporte lo constituye el factor comunicativo, ya que es en el campo donde simbólicamente se expresan frustraciones, miedos, conflictos e ilusiones. Además, otro aspecto importante del deporte lo constituye el factor integración, pues existe un sentido de pertenencia e identidad de ciertos grupos, el cual surge como alternativa a la cotidianidad que ofrece la rutina del día a día.

Conde (2008) señala que el fútbol es un ambiente en el cual las pasiones se encuentran a flor de piel. En este espacio, a pesar de ser un espacio primordialmente para los varones, y en el cual se ha destacado su preponderancia, los varones se pueden permitir entregarse a sus pasiones, por oposición a una visión del hombre en el cual prepondera la razón, imagen que se puede rastrear desde la Ilustración. Así, la autora señala que el fútbol constituye “un espacio de educación sentimental para los hombres”, pero la presencia de las mujeres no implica una alteración de ese espacio, ya que como espectadoras o comentaristas se introduce una línea racional en uno de los pocos espacios en que los varones se les permite otro tipo de manifestaciones. Este espacio, que permanece cerrado, ya que solo los hombres son los “únicos capaces de practicar el juego, pueden vivir la verdadera pasión”, señala Conde. No obstante, la irrupción de la mujer en este espacio se ve como un sujeto extraño y no se le permite los mismos privilegios. Es así que la autora señala que “el

saber sobre fútbol, por ejemplo, les está negado a las mujeres, ya sea en sus versiones más formalizadas (periodistas) como en las conversaciones de la vida cotidiana". Y, además, señala que muchas veces se ha invalidado la opinión de una mujer acerca del fútbol por no haberlo practicado. Por otro lado, la autora señala que la asistencia de la mujer en los estadios, siempre está vista de manera sexualizada y como objetos de belleza, enfoque se refuerza en las transmisiones televisivas.

Klein (2020) en su investigación señala que el propósito de su investigación es explorar cómo se ha manifestado de diferentes maneras el sexismo el fútbol femenino argentino; ya sea de maneras culturales, económicas o institucionales. Es así que analiza las diversas maneras en las que se ha intentado erradicar estas desigualdades en la estructura misma del fútbol, ya sea por parte de mujeres ligadas al deporte (como jugadoras y promotoras), así como también por parte de instituciones como las federaciones nacionales. La autora, además, señala que, en materia de igualdad, aún quedan muchos cambios por hacer. Por otro lado, el artículo destaca los lazos existentes entre los movimientos feministas, la identidad nacional y la política de derechos humanos con el fútbol femenino. La estrategia metodológica utiliza un enfoque cualitativo, y el tema es multidimensional. La metodología utilizada en esta encuesta es mediante la recopilación de datos y estadísticas, mediante encuestas y entrevistas a jugadoras, entrenadores, periodistas y académicos. Asimismo, en la investigación se presta especial atención al caso de tres jugadoras argentinas: Lorena Benítez, Vanina Correa y Macarena Sánchez, quienes son tres representantes del movimiento de lucha por la igualdad. Finalmente, se señala que es necesario que existan políticas de derechos humanos por parte de las federaciones de fútbol que establezcan un trato más justo y equitativo tanto para los jugadores como para las jugadoras

Alvarez (2018) señala que existen pocas investigaciones que se enfoquen en analizar la participación de las mujeres en el fútbol. Es por ello que la autora en su artículo se sirve de la escasa bibliografía local sobre el tema, es decir, acerca del fútbol femenino, Por otro lado, se señala que en el ámbito internacional sí existe una bibliografía más elaborada respecto a este tema. Así, el estudio realiza un análisis en torno a la sexualidad y la corporalidad de las deportistas, Y señala al fútbol como un espacio en el cual las jugadoras construyen su identidad. A lo largo de todo el artículo, “el fútbol femenino y las formas en que la participación de las mujeres en este deporte entra en tensión con las representaciones, prácticas y relaciones sociales dominantes de género, sexualidad y deporte”. Así, se señala que en un país como Argentina — en el cual el fútbol constituye una de las bases sobre las cuales se erige la identidad en el imaginario nacional —, el hecho de restar importancia al rol de la mujer, mediante subordinación e invisibilización, resulta en una exclusión de las mismas en una participación plena y activa en la nación. Finalmente, se señala cuán importante es que el fútbol femenino tenga un carácter contra hegemónico; sin embargo, se realiza la salvedad de si este está creando nuevos significados, pues sino se corre el riesgo de que esté reproduciendo las lógicas que operan en un deporte que está pensado por y para los hombres.

Vargas y Najjar (2020). El artículo señala que a través de los años la mujer ha sido víctima de la desigualdad y de la inequidad, hecho que ha provocado que ella no tenga mucha participación en los ámbitos políticos, sociales, económicos y deportivos. Se señala que toda esta situación ha sido legitimizada por la influencia de los medios de comunicación, y de la publicidad misma, los cuales han configurado el rol de la mujer como el de un ente pasivo que tiene que cumplir su rol como esposa y madre, dejando de lado sus propios intereses profesionales y personales. Además de ello,

habría que sumar la poca visibilidad que tienen los medios. El artículo se centra en describir cuál es la realidad sociocultural del fútbol femenino en la ciudad de Tunja, en Colombia. La investigación es de corte descriptivo, el instrumento para la recolección de resultados fue la encuesta. La población estuvo dada por jugadoras de fútbol femenino, entrenadores, y habitantes en general de la ciudad en mención. Se aplicaron 183 encuestas a través de un formulario de *Google Docs*. Se concluyó que hace falta crear y consolidar en el tiempo una institución que se dedique única y exclusivamente a la organización y dirección del fútbol femenino en Colombia y específicamente en la ciudad de Tunja, donde se ponga en relevancia el apoyo al fútbol femenino y haya una equidad en cuanto al trato y a los salarios, ya que ello posibilitaría tener mejores oportunidades, y así exista un mejor desarrollo y crecimiento del fútbol femenino. Asimismo, se señala la importancia de generar conciencia en la población respecto al desarrollo de los deportes, sin realizar alguna discriminación o exclusividad por el género, prestándole la misma importancia al fútbol femenino que al masculino. Además, es de vital importancia —señala la autora— sensibilizar a la comunidad de Tunja para poder prevenir la violencia de género en el fútbol femenino, de tal modo que se reciba la ayuda de los ministerios de Trabajo y de Deporte. Por otro lado, también resulta importante que los medio transmitan en su totalidad los partidos del torneo femenino, que se aumenten el número de torneos a disputar en el año y, sobre todo, se insta a la creación de escuelas de formación de fútbol femenino (ante la ausencia de escuelas en la ciudad de Tunja) que tenga una adecuada organización, que pueda agrupar a las mujeres en diferentes categorías y que se encamine hacia la profesionalización del deporte.

La investigación pone en relevancia todos los obstáculos que enfrentó el fútbol femenino en el Perú hasta el año 2020, entre ellos la inexistencia de un gran alcance

en los medios, que permitiría mantener una relación entre los equipos con sus respectivos hinchas. La investigación se realizó utilizando principalmente entrevistas y encuestas como el medio principal de recopilar información. Se entrevistó a 137 jugadoras de los 13 equipos de la Liga Femenina FPF 2021, así como también a diferentes personas ligadas a toda la gestión de esta institución. Entre los datos más importantes que arrojó la encuesta se aprecia que el 41% de las mujeres empezó a jugar fútbol antes de los 9 años de edad, y que el 70% de las futbolistas posee una edad promedio menor a 25 años. Por otro lado, se halló que el 82% recibe una retribución inferior a S/500; y que solo el 14% ha firmado un contrato profesional con su club actual. Poniendo en énfasis la desigualdad abismal, respecto al fútbol masculino. Además, se destaca que en el año 2021 se logró dar visibilidad a las mujeres en el fútbol femenino a nivel local (gracias a empresas que decidieron apostar por el desarrollo y promoción del fútbol femenino), ya que se logró transmitir la totalidad de los partidos de la primera edición de la Liga Femenina FPF, en un valiente intento por borrar las barreras que existen tanto dentro como fuera de la cancha. Finalmente, se concluye que el 2021 fue un año importante ya que se trazó el camino hacia la profesionalización del fútbol femenino en el Perú; con ello se espera mejorar las condiciones de las deportistas, ya sea a través de patrocinios o auspicios; y se espera lograr mayor visibilidad en los medios (tanto de la liga, de los clubes y de las mismas deportistas). Por último, se señala que la programación de un campeonato más largo, les dotará a las futbolistas una mayor cantidad de minutos, lo cual les permitirá, por una parte, un mejor estado físico; y por otro, una gran oportunidad para mostrarse profesional, deportiva y mediáticamente.

Serra (2022) comienza señalando que el 2021 fue un año histórico para el fútbol femenino en el Perú, ya que se televisaron todos los partidos de la Liga Femenina de

Fútbol. No obstante, señala varios inconvenientes que aún subsisten en el fútbol femenino peruano, como el hecho de que la tercera parte de las jugadoras del torneo no tienen un acuerdo contractual con su club. Hecho por el cual señala que es urgente la profesionalización, para que laboralmente se formalice el sector y se vele por el derecho de las futbolistas en tanto trabajadoras. Asimismo, señala que 16% de las jugadoras solo cuenta con un acuerdo verbal, y 40% con un acuerdo escrito; de aquí que solo el 14% cuente con un contrato formal. No obstante, no se precisa si es un contrato laboral, como prestación de servicios o si están inscritas como jugadoras en planilla. Otro dato preocupante es que el 82% de las jugadoras.

percibe menos de S/500 al mes, y que el 13% percibe entre S/500 y S/ 950. Y que solo el 5% percibiría más del suelo mínimo, esto es, más de S/950.

Finalmente, la autora señala que si bien es un paso importante la televisación del torneo, hay varios otros factores en los cuales falta mucho por corregir y desarrollar; sobre todo si el objetivo es que no exista inequidad en comparación con el fútbol masculino. La solución a varios de los temas contractuales y de informalidad sería una profesionalización de la liga, tema en el cual la FPF tiene que invertir mayores esfuerzos.

Flores y Amaru (2022) en su investigación señalan que en los últimos años la mujer ha tenido grandes avances por su práctica deportiva y apoyo familiar, hecho que ha facilitado que se pueda ganar un espacio en el fútbol. La investigación es de paradigma cualitativo y de diseño etnográfico. Se realizaron 31 entrevistas a dos grupos focales en los que se analiza las influencias sociales y culturales a los que se enfrenta la mujer futbolista en la liga amateur de Puno. La población estudiada en la investigación es de 41 mujeres de los equipos de fútbol femenino de la liga amateur

de Puno, durante el año 2019. Las participantes tienen una edad en el rango de 17 a 40 años (con una edad media de 23 años). El procedimiento de recogida de datos de la información fu a través de la indagación de los equipos femeninos participantes en la liga amateur de Puno, posteriormente se entrevistó a los directivos y cuerpo técnico. Como resultado se obtuvo que existen influencias socioculturales que enfrenta la mujer futbolista de esta región; y que estas están asociadas con barreras de desigualdad social, las cuales se derivan de una falta de apoyo por parte de los directivos y de los medios de comunicación. A ello se suma el haber recibido un trato machista y prejuicioso, que se deriva de estigmas por su género asociado a la actividad deportiva que realiza. No obstante, se concluye que la mujer puneña se configura como una persona con alto nivel de confianza que vive y maneja su propia vida; de aquí se destaca el papel de los padres de familia en la iniciación, permanencia y práctica en el fútbol femenino. Por otro lado, se apunta que es importante el apoyo por parte del Ministerio y de la federación, durante la etapa de maternidad y cuidado de los hijos. Asimismo, resulta importante “plantear políticas públicas de manera equitativa, eficiente para disminuir las brechas de desigualdad con respecto a los hombres”.

Aucarari y Paucar (2013) en su tesis señalan que el propósito de su investigación es el de determinar cómo influye un programa de entrenamiento técnico para el aprendizaje del pase en el fútbol en alumnas del segundo grado de secundaria de la I.E. “Mariscal Castilla” de El Tambo, Huancay. El tipo de investigación es aplicada y arribo al nivel explicativo; el método del trabajo que se aplicó fue el experimental, con diseño preexperimental. La población la constituyeron 22 alumnas del segundo grado de secundaria de la I.E. “Mariscal Castilla”. El instrumento que se utilizó fue un test de pases, para procesar la data se utilizó la estadística descriptiva e

inferencial. Finalmente se concluyó que el programa de entrenamiento técnico sí tiene una influencia mayor y significativa en cuanto al aprendizaje de los pases de fútbol.

Según Díaz y Mantilla (2008), el fútbol es un vector comunicativo y de socialización que posibilita una reconfiguración de las relaciones sociales, así como de sus diferencias; todo ello en un periodo de tiempo determinado. Es así que el fútbol, —o, concretamente, la festividad que se organiza alrededor de este— genera procesos comunicativos en los cuales se configuran identidades que se apoyan en relaciones, ya sean estas de contraposición o de afianzamiento.

Por otro lado, Soto y otros (S/A) toman el concepto de Martínez del Castillo (1985), quien define a la actividad física recreativa como “aquella condición que emana de las sensaciones de bienestar y de propia satisfacción proporcionadas por la preparación, realización y/o resultados de alguna de las variadas formas de actividad física con fines no productivos, militares, terapéuticos existentes”. Así, tomando estos conceptos expuestos de socialización y recreación podemos afirmar que el fútbol como deporte colectivo es un vehículo idóneo de socialización y recreación. No solo para los hombres, sino también para las mujeres, quienes desde hace años vienen practicando este deporte, a la par que sirve como herramienta social.

Se puede afirmar que en Latinoamérica el fútbol está menos desarrollado que en Europa; sin embargo, en algunos países se ha logrado cierto reconocimiento, por ejemplo, en Argentina se realiza el primer campeonato femenino en 1991 y en el año 1993 jugó un primer partido como selección nacional femenina. Por otro lado, en Brasil ya desde el año 1993 se dan campeonatos de primera división femenina, pero es el 2013 que se organiza y juega el campeonato brasileño de fútbol femenino.

Pese a la gran popularidad que obtuvo Brasil por su máxima representante Marta Vieira da Silva, la liga nacional de Brasil no se encuentra totalmente profesionalizada, además de la enorme diferencia salarial con los sueldos de la liga masculina.

Por otra parte, en la década de 1990 en México, también se dan las primeras consideraciones al fútbol femenino, gracias a los medios de comunicación. Se establecen campeonatos organizados por las universidades, y es finalmente en el año 2016 que se aprueba el proyecto de profesionalización de la liga femenina; sin embargo, al igual que en Argentina y Brasil, la brecha salarial también estuvo presente.

Al igual que otros países como Paraguay, Colombia o Venezuela, a Perú le aquejan los mismos problemas y trabas para poder profesionalizar la liga de fútbol femenina; sin embargo, hay que resaltar también el interés de los medios de comunicación, como Movistar Deportes, que en el año 2021 transmitió en vivo casi en su totalidad los encuentros deportivos.

2.2. Bases teóricas

Desigualdad

La desigualdad de género es un tema que está presente en los Derechos Humanos. Es así que, en 1948, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprueba la Declaración Universal de los Derechos Humanos, en la cual se reconocía y se hacía vigente la igualdad entre varones y mujeres. Más adelante, en 1979, las mismas Naciones Unidas aprobarían la “Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer”. No obstante, a pesar de que se han formulado

todos estos derechos en el papel, en la práctica aún existen diversas formas de sexismo y más aún de discriminación; es así que el fútbol, al ser un reflejo de la sociedad, es un espacio en el que aún persisten estas formas.

Alvarez (2018) señala que la inequidad no solo se da en un aspecto salarial, entre futbolistas hombres y mujeres, la cual de por sí ya es una gran e importante diferencia; sino que también las condiciones de entrenamiento del fútbol femenino resultan visiblemente en inferioridad respecto al fútbol masculino. Por ello no sorprende que “todas las asociaciones miembros dentro de la FIFA tienen una selección de varones, mientras que sólo el 73% de las 211 federaciones nacionales tienen una selección femenina activa”.

2.2.1. Recreación

De acuerdo con Benitez Gomez et al (2015) el concepto que señala Ferrater Mora (1976) acerca de la recreación es el siguiente “Un modo de hacer, una manera de vivir, una forma de ser que se apodera del ser humano, que se identifica con él, que lo realiza o que le permite un cierto grado de éxito personal que le satisface plenamente”.

Así mismo, Infante (1991), señala que la recreación comprende “todas aquellas actividades tendentes a proporcionar al individuo medios de expresión natural de profundos intereses, que buscan su espontánea satisfacción, con las características de ser constructivas de mejor uso del tiempo y recuperadoras de la vitalidad” (p. 24).

Por otro lado, tenemos a Fernández (1999), la define como “cualquier forma de actividad o experiencia en la cual el ser humano consigue auto expresarse; fortalecer su cuerpo, mente y espíritu gastados por el ritmo de la vida diaria; permitiéndole un

desarrollo integral máximo” (p. 2).

Finalmente, Torres-Guerrero y Torres Campos (2008) señalan que la recreación significa “una ruptura con la rutina desde una gama de actividades que el ser humano puede llevar a cabo en su tiempo libre”. Es decir, este concepto abarca la condición del ser humano y a sus diferentes actividades en el tiempo libre del cual dispone, sea cual fuese la naturaleza de sus distintas actividades, sociales o laborales; o también, sin importar sus diferentes necesidades biológicas.

2.2.2. Socialización

“La socialización, significa aprender a comportarse de conformidad con las expectativas sociales. El nivel de socialización se juzga objetivamente en función de la conducta del individuo, y subjetivamente según sus sentimientos y actitudes” (Lozano, 1988, p. 13).

Por otro lado, Peiro (2020) afirma que la socialización es un proceso que tiene lugar durante toda la vida de un individuo, pero que tiene, principalmente, un gran impacto en las etapas de la niñez y de la adolescencia, ya que es durante estas etapas que se desarrollan tanto las habilidades cognitivas como las físicas y las psicológicas. Estas, como bien se sabe, son las que conforman la personalidad de una persona.

Por su parte, Suria (2010) señala que la socialización es fundamental en dos aspectos del desarrollo del psicosocial del individuo: primero, porque proporciona las simientes para que el individuo participe eficazmente en el medio social; y, segundo, porque posibilita la existencia de la sociedad, ya que es través de ella que las personas adecúan su forma de actuar a la forma de actuar de los demás. Es decir, se comparten las expectativas y esquemas de lo que el individuo espera del otro, y de lo que los

demás esperan de uno mismo.

2.2.3. Dimensiones de la socialización:

2.2.3.1. Integración

Suria (2010) señala que la integración está determinada por la sensación de pertenencia respecto a una sociedad en la que se comparten normas y valores, así como también bienes y servicios. Asimismo, indica que se prevé que los individuos integrantes de dicha sociedad sean capaces de ajustarse a las normas de esta; y que, además, estos son puestos en vigilancia mediante sanciones positivas o negativas. Además, añade que estas normas se pueden clasificar entre escritas (que son explícitas) y no escritas (implícitas). Frente a estas normas establecidas, la autora señala que existen dos tipos distintos de respuestas: o bien uno se ajusta y sigue estos modelos de conducta que se han aprendido como convenientes; o bien uno se aparta de estos modelos de conducta.

Entonces, se deduce dependiendo de esta relación con las normas de ciertos grupos sociales, así como de la interacción con los individuos que conforman ciertos grupos sociales, va a depender de que exista una adecuada integración o no.

2.2.3.2. Comunicación

En cualquier empresa u organización, la comunicación posee un aspecto medular en todas las actividades de la misma. Frías (2000) señala que la comunicación representa una parte importante del trabajo mediante la cual las personas entienden el rol que desempeñan en la empresa y mediante la cual se integran en las diferentes unidades que esta conforma. Asimismo, señala que en un adecuado sistema de comunicación promueve una adecuada toma de decisiones y la

obtención de respuestas que se adapten a las necesidades de cada empresa, dependiendo de las distintas situaciones por la que esté atravesando. Por otro lado, se destaca la importancia de la comunicación como “una fuente de comprensión en la que se comparten emociones y saberes”. Es decir, que en el proceso de comunicación ocurre un intercambio de información en un complejo proceso de interacciones en el que entran a tallar pensamientos, valores e ideas de los distintos actores de dicho proceso. Finalmente, se señala que en toda empresa u organización existen diferentes tipos de comunicación: interna o externa; formal o informal; ascendente o descendente, o multidireccional.

2.2.3.3. Actitud

Ramírez (2018) señala que en el ámbito del deporte de alto rendimiento existe y es usado el concepto de “tener actitud”, y que este se define como la disposición, las ganas o el deseo de querer obtener cierto objetivo. Esas ganas o deseos, conllevan un alto nivel de atención, sumado con un trabajo o esfuerzo por llegar a obtener estos resultados individuales o grupales. Entonces, señala que la actitud no es un factor que aparezca repentinamente, sino que existen ciertos factores que potencian su aparición como son: la motivación, la confianza, el buen clima del grupo y de vestuario, los mensajes entre los compañeros y por parte del entrenador; y, finalmente, el aprender a gestionar los fallos. Esto último resulta muy importante ya que señala la inevitabilidad de cometer errores durante un encuentro deportivo. Es así que la actitud consistiría en enfocarse en el juego prestando atención al presente y no en el pasado.

2.2.4. Fútbol femenino

El fútbol como deporte rey no solo emociona a grandes y chicos del sexo

masculino, hoy en día las mujeres también nos emocionamos, apasionamos, organizamos para reunirnos y alquilar una cancha de futbol llevar un balón y pasar horas jugando con él. Es por ello que hoy en día soñamos con una liga profesional y como principal aliado tenemos muestra el interés que están tomando los medios de comunicación; sin embargo, no fue fácil avanzar hasta este punto por ello les invito a conocer un brevemente la historia del fútbol femenino.

2.2.5. Historia del fútbol femenino internacional

El primer equipo de fútbol femenino de la historia fue fundado en Inglaterra durante el año 1897. Fue fundado por British Ladies Football club, logrando unos años después la disputa del primer partido de fútbol femenino con 10.000 espectadores pese a las distintas manifestaciones poco tolerables de los medios de comunicación ya que manifestaban rechazo hacia la idea de ver a mujeres practicando un deporte de machos. Sin embargo, tras la primera guerra mundial y la suspensión del fútbol masculino y la incorporación de las mujeres al trabajo en las fábricas resurgiría el fútbol femenino con el equipo Dick, Kerr Ladies Football Club siendo el primer equipo en disputar un encuentro internacional en Francia 1920. Sin embargo, en el año 1921 prohíben el juego de fútbol a las mujeres. La década de los setenta la FIFA realiza una encuesta a distintos países sin embargo la Federación Inglesa reitera la prohibición del fútbol femenino una vez más. Es en la década de los 80 que la federación española acepta el fútbol femenino, tras ello en los noventa se da el primer mundial organizado por la FIFA que se dio en China y en el año 1996 el Comité Olímpico Internacional incorpora al fútbol femenino como deporte siendo Estados Unidos el primer equipo en proclamarse campeón. Por otro lado, Morel y Gonzalez (2019) citan a Gómez (2019), quien señala que durante el siglo XXI se inaugura la Champions Femenina, que posteriormente se denominó Liga de Campeones

Femenina de la UEFA, y que este hecho tiene una relevancia importante ya que, según el autor, desde este momento “las mujeres han tenido la oportunidad de hacer visible su capacidad para un deporte que, históricamente ha sido reservado para el colectivo masculino”.

Otro hecho que resultan importantes en la historia del fútbol femenino serían el reconocimiento en el año 2010 de la jugadora brasileña Marta Vieira da Silva como la mejor jugadora de la historia. Además de que, posteriormente recibiría el premio The Best FIFA, en el año 2018. Durante ese mismo año, otro hecho particular sería que la jugadora Ada Hegerberg, de nacionalidad noruega, sería la primera mujer en ganar el balón de oro.

2.2.6. Historia del fútbol femenino en Latinoamérica

Se puede afirmar que en Latinoamérica el fútbol se encuentra menos desarrollado que en Europa; sin embargo, en algunos países se ha logrado cierto reconocimiento. Por ejemplo, en el año de 1991, Argentina organiza el primer campeonato femenino de fútbol y, dos años más tarde, en el año 1993, jugó su primer partido como selección argentina de fútbol femenino. Por su parte, ya en Brasil desde el año 1993 tienen lugar campeonatos de primera división, pero es recién durante el año 2013 que se organiza y juega el campeonato brasileño de fútbol femenino. Pese a la gran popularidad que ganó Brasil, por su máxima representante Marta Vieira da Silva, la liga nacional de Brasil no se encuentra totalmente profesionalizada, ya que aún existe una enorme diferencia salarial entre los sueldos de las jugadoras de fútbol, con sus semejantes de la liga masculina. Por otro lado, en México también tienen lugar durante la década de 1990, las primeras consideraciones al fútbol femenino ya que, gracias a los medios de comunicación, se lograron llevar a cabo campeonatos

organizados por las universidades. Es así que, en el año 2016, se aprueba el proyecto de profesionalización de la liga femenina; no obstante, al igual que en Argentina o en Brasil, la brecha salarial también era una constante. Esta brecha económica respecto al fútbol masculino es un caso que se va a repetir en toda latinoamérica, y que se replica en países como Paraguay, Colombia, Venezuela y Perú, donde también existen diferentes trabas para profesionalizar la liga de fútbol femenino. A pesar de ello, resulta importante destacar el interés de los medios de comunicación, como Movistar Deportes, que en el año 2021 realizó las transmisiones en vivo de casi todos los partidos de la Liga de Fútbol Femenino local.

CAPÍTULO III: PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

3.1. Desarrollo de la idea central de la propuesta

El presente trabajo presenta como el deporte impulsa y ayuda en la socialización y recreación de las alumnas de la academia *Eliz Fútbol*.

3.1.1. Idea de negocio o idea de posicionamiento.

3.1.2. Justificación

La razón que conlleva al presente trabajo es conocer como la socialización y recreación que se puede dar a través del fútbol en las alumnas de la academia *Eliz Fútbol* y así realizar una propuesta acorde con un plan de entrenamiento que cumpla y mejore los requerimientos para formar personas socialmente estables y activas físicamente.

3.2. Identificación del servicio

Sesiones de actividad física grupales.

3.2.1. Servicio

3.2.2. Valores

Como valor en conjunto pretendemos resaltar y fomentar la disciplina en todas y cada una de las alumnas, ya que esto conlleva a crearles un sentido de responsabilidad y a desarrollar empatía con sus compañeras. Además, se pretende

fomentar el juego limpio en todo momento, ser perseverantes para poder superarse a sí mismas y siempre colaborar con sus compañeras mediante el trabajo en equipo.

3.3. Descripción del servicio

3.3.1. Características

La academia *Eliz* fútbol se caracteriza por realizar entrenamientos desde nivel cero; es decir, para mujeres que en alguna ocasión realizaron fútbol o simplemente les gusta el fútbol y que en su momento no pudieron practicarlo o llegar a realizarse como futbolistas: es por ello que el grupo humano es apasionado y constante. A ello se suma que los espacios que brindamos son seguros, limpios y ordenados; además de que contamos con profesionales capacitados y en constante aprendizaje. La academia *Eliz* fútbol busca que sus alumnas mejoren física y técnicamente por ello se creó la metodología PRO WOMEN que, principalmente, abarca el ABC del fútbol donde se explica mediante videos y charlas, con pizarra en mano, algunas técnicas y ejercicios a realizar durante la sesión de clase. En *Eliz* fútbol también buscamos que nuestras alumnas logren socializar y distraerse del día a día, entiéndase estos como los quehaceres del hogar o el estrés laboral.

3.3.2. Composición

Principalmente se compone de actividades físicas relacionadas al fútbol, ya sean circuitos físico técnicos o técnicos tácticos; también cabe mencionar que el 25% de nuestras sesiones de clase se componen con actividades lúdicas y juegos menores, además de videos explicativos y charlas con pizarra y gráficos teóricos, con lo cual pretendemos reforzar la práctica.

3.3.3. Utilidad

Las actividades que propone *Eliz* fútbol están orientadas al trabajo en equipo, dinámicas que son útiles para la superación personal, el desarrollo físico y técnico, el aspecto cognitivo, así como la mejora de la autoestima. Por otro lado, mediante la actividad física del fútbol logramos desarrollar aspectos importantes para la salud como la mejora del sistema inmune y una actividad constante para combatir al sedentarismo, que es un mal que aqueja a la población constantemente.

3.3.4. Valor diferenciador

La principal diferencia es que en la academia no importa si sabes o no jugar fútbol, si tienes 18 o 60 años o si tienes condiciones de ser deportista de élite o no, si eres fitness o si simplemente vas por distracción. Nosotras nos preocupamos porque las expectativas que cada una se plantee se cumplan y porque el aprendizaje sea el mejor para todas y cada una de las alumnas. Además de ello, no atamos a nuestras alumnas con pagos fijos o mensuales, nuestro método de cobro es por clase, teniendo en cuenta que solo brindamos máximo 15 cupos por sesión y los cupos se separan con anticipación realizando el depósito a una de las cuentas bancarias.

3.3.5. Presentación

El presente trabajo se presenta a través de actividades y circuitos físicos y técnicos, elaborados especialmente para la población mencionada, teniendo en cuenta la carencia de habilidades deportivas en muchas de ellas; así como también la carencia de condición física y técnica. Cabe resaltar que en nuestro proyecto las alumnas son lo más importante, es así que los docentes y colaboradores están en constante capacitación. También es importante resaltar que cada cierto tiempo invitamos a jugadoras de fútbol profesional para que comenten su experiencia

deportiva y puedan brindar una charla motivacional a las alumnas.

3.4. La propuesta

3.4.1. Propuesta del Proyecto a desarrollar o posicionar

Principalmente proponemos actividad física relacionada con el fútbol, ya que usamos como principal herramienta el balón. Dentro de ello tenemos los siguientes horarios y tipos de entrenamiento:

Propuesta de actividades

Miércoles de 9 pm a 10 pm	Zona pichanga libre
Viernes de 9 pm a 10 pm	Zona entrenamiento Cross
Sábado de 4 pm a 5 pm	Zona entrenamiento técnico - táctico
Sábado de 5 pm a 6 pm	Zona pichanga con reglas
Domingo de 7 am a 8 am	Zona pichanga libre

Elaboración propia.

3.4.2. Justificación del proyecto

Una de las principales razones por las cuales se llevó a cabo este proyecto es por la falta de espacios para jugar fútbol en un ambiente que sea solo y exclusivo entre mujeres. Es por ello que el proyecto empezó con partiditos amistosos en losas de Campo de Marte, donde poco a poco más mujeres se fueron pasando la voz y el horario y cupos ya no eran suficiente; entonces, se empezó probando con alquiler por horas en canchas de gras sintético, lo cual fue un éxito, pues permitió que, muchas mujeres se sientan más seguras y cómodas jugando en este. Es por ello es que decidimos formalizar el proyecto, ponerle un nombre, tomar riesgos y alquilar horas

de cancha con anticipación, además de buscar espacios con cochera. Otro aspecto importante fue el de los horarios, ya que la mayoría de nuestras clientes trabajaban y solo podían asistir luego de las 6:00 p.m., por lo que se eligieron horarios nocturnos para las clases.

Otra de las razones por la cual decidimos formalizar el proyecto fue por lo agradecidas que estaban las mujeres que formaban parte de la comunidad, ya que al hacer actividad física con mayor frecuencia se sentían más ligeras, más libres, así como mejor física y anímicamente.

Identificación del mercado según la propuesta

Mujeres mayores de 18 años que deseen realizar actividad física y que normalmente tengan en común el gusto por el fútbol.

3.4.3. Segmentación

3.4.3.1. Precios

Cuadro de precios

1 sesión a la semana	S/ 25.00
2 sesiones a la semana	S/ 45.00
pack 4 sesiones a la semana	S/ 75.00

Elaboración propia.

3.4.3.2. Plaza y/o distribución

Nuestra principal plaza son las mujeres mayores de 18 años que deseen hacer actividad física y jugar fútbol sin presiones. Pretendemos adquirir más sedes durante el periodo 2022 y cada año seguir desarrollándonos en diferentes distritos

de la capital.

3.4.3.3. Producto

Sesiones de entrenamiento físico, técnico, táctico y teórico de fútbol.

- ✓ Pichangas libres.
- ✓ Versus con medallas y premios
- ✓ Pichangas con reglas y guiadas con DT

3.4.3.4. Promoción

- ✓ Si la alumna paga al contado por el pack de 5 sesiones a la semana el costo será de S/ 75.00
- ✓ Si la alumna refiere o trae a una amiga a formar parte tiene una clase gratis.
- ✓ Si la alumna completa una cartilla con 10 sellos de asistencia obtiene una clase gratis.

3.4.3.5. Publicidad (afiches, publicidad, banners, trípticos y spot o video publicitario)

Toda publicidad se hace mediante redes sociales usando canva como editor de flyers.

3.4.4. Infraestructura

3.4.4.1. De la infraestructura

Contamos con 3 sedes deportivas, y cuya ubicación son: una en Jr. de la Unión, frente de los bomberos; otra en Jesús María, con espacios en Campo de Marte Jesús María; y otra en la cancha festiva, frente a la Estación España del Metropolitano.

3.4.4.2. Del diseño y flujo de servicio

Flujograma de servicio



Elaboración propia.

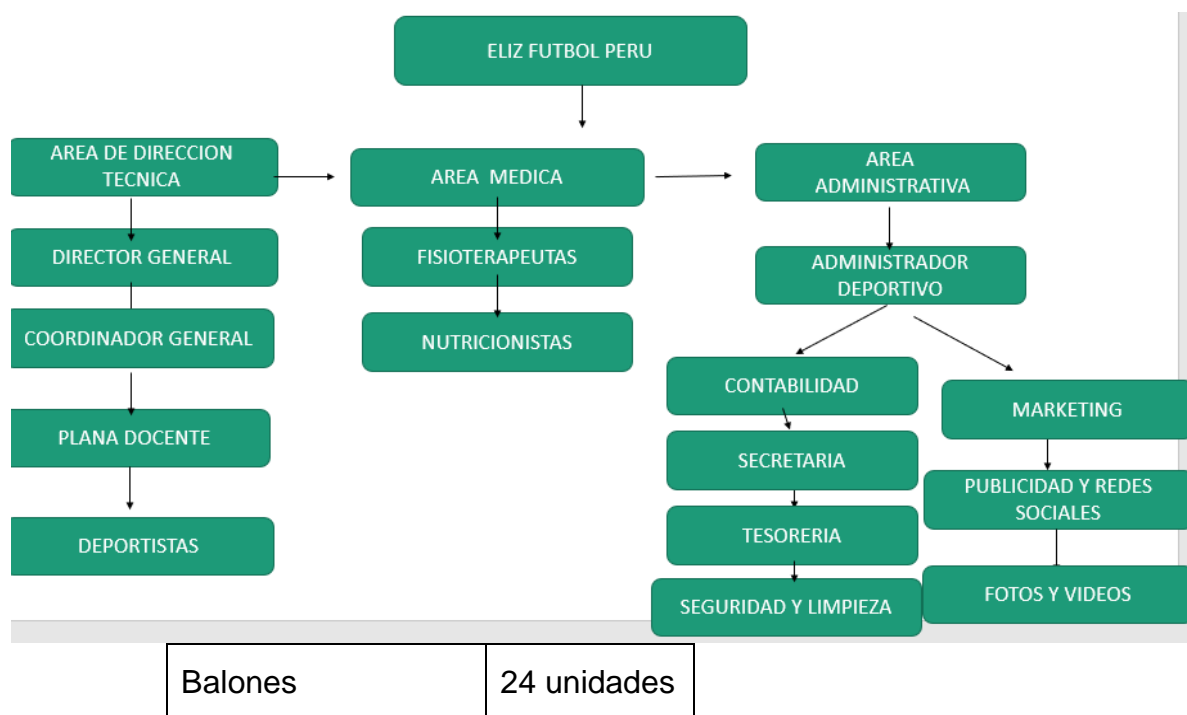
Áreas departamentales de la academia

Elaboración propia.

3.4.4.3. Del proceso de servicio

3.4.4.4. De los equipos para el servicio

Se cuenta con los siguientes materiales



Ligas de resistencia	6 unidades
Vayas	8 unidades
Steeps	4 unidades
Escalera pliométrica	2 unidades
Conos	24 unidades
Platillos	24 unidades
Bastones	6 unidades
Chalecos	4 juegos
Buzo	1 unidad
Pizarra	1 unidad

Elaboración propia.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Competencia

Como principal competencia tenemos las academias de fútbol femenino, los organizadores de campeonatos, como por ejemplo la liga F7. También se podría mencionar indirectamente a los gimnasios.

4.2 Estrategias de venta

Concretar alianzas a largo plazo con clubes y canchas deportivas para poder ofrecer precios competitivos.

Realizar campañas publicitarias a través de las redes sociales para vocear la academia y obtener más data desde el WhatsApp e Instagram.

4.3. Estrategia de posicionamiento

- Colocar el logo de Eliz fútbol en todos los eventos que se realicen para así posicionarnos en la mente del cliente.
- Hacer banners publicitarios para los campos sintéticos
- Hacer cartillas de alumnas continuas y así posicionarnos como academia que regala premios por asistencias, de tal modo que se fideliza al cliente.

4.4 Valores agregados

- Las alumnas no realizan un pago mensual por horarios fijos si no pagan por sesión así solo invierten en la sesión de clase tomada.

- Contamos con profesionales mujeres que tienen estudios en la Federación y en universidades.
- Ex jugadoras o jugadoras actuales de la liga profesional que vienen a contar su historia de formación como deportistas calificadas.
- Aceptamos alumnas de edades entre 18 y 60 años.

4.5 Oportunidad de crecimiento

- Contar con sedes en provincia.
- Crear ligas para adultas con las alumnas.
- Crear campeonatos relámpagos en provincia.
- Crear convenios en provincia para mostrar nuestro nombre.

V. CONCLUSIONES

El fútbol es capaz de unir a países y a personas de todas las razas, edades y condiciones sociales. El impacto que tiene sobre la población es tremendo y en tan solo unos minutos es capaz de hacer pasar de la tristeza a la alegría, de la desesperanza a la euforia. Este deporte tiene un lenguaje universal y transmite unos valores con los que la entidad se siente identificada: el juego limpio, el trabajo en equipo, así como la igualdad.

Entonces, si tenemos este deporte tan lindo como medio para hacer actividad física hay que aprovecharlo y es lo que en Eliz fútbol hacemos. Entonces, se busca ayudar a más mujeres a divertirse y salir de la rutina del trabajo, hogar, estudios y el estrés que estos pueden conllevar mediante sesiones de entrenamientos divertidas, lúdicas y recreativas sin dejar de lado el trabajo técnico y físico como por ejemplo el de las capacidades condicionales, dichas capacidades son fundamentales para el ser humano, si las trabajamos y logramos desarrollarlas o mejorarlas, su beneficio no solo será físico, sino también a nivel psicológico; ya que el ejercicio constante favorece a un buen desarrollo de la salud mental.

VI RECOMENDACIONES

Se recomienda el trabajo planificado y bien estructurado, creando sesiones de entrenamiento pensadas en mujeres con diferentes habilidades y carencias ya que no todas han realizado actividad física en edades tempranas es por ello que se tienen que crear ejercicios sencillos de realizar y usar muchas variantes teniendo en cuenta, peso, talla, masa muscular y en ocasiones nivel de morbilidad.

Como segunda recomendación es importante mencionar que los trabajos, ejercicios o circuitos que se realice para esta población, deberían darse de manera gradual, de lo simple a lo complejo. Otros aspectos importantes son la existencia de una competición lúdica y, sobre todo, un aspecto fundamental en la formación de nuestras alumnas como es la empatía con sus compañeras.

VII. BIBLIOGRAFÍA

Alvarado Jacqueline, C. R. (2014). *Guía didáctica para el entrenamiento de las cualidades físicas y subcualidades físico motrices (fuerza, velocidad, resistencia, agilidad y potencia) en el fútbol especializado*. Costa Rica.

Alvarez Litke, M. (2018). *Marcando la cancha: una aproximación al fútbol femenino*

desde las ciencias sociales. *Cuestiones de Sociología*, 18 e055.
<https://doi.org/10.24215/23468904e05>

Aucaruri, J. L. y Paucar, R.Y. (2013). "Programa de entrenamiento técnico para el aprendizaje del pase en el fútbol en alumnas del segundo grado de secundaria de la institución educativa "Mariscal Castilla" del Tambo Huancayo". (Tesis de grado) Universidad Nacional del Centro de Perú.

Conde, M. (2008) "El poder de la razón: Las mujeres en el fútbol". *Nueva Sociedad* 218, Noviembre – Diciembre. En <https://nuso.org/articulo/las-mujeres-en-el-futbol/>

Cruz Lopez, J. (2020). la importancia de las capacidades condicionales. *Endi el nuevo día. com*.

Flores, A y Amaru, Y. "Influencias socioculturales que enfrenta la mujer futbolista en el departamento de Puno" (2022) *Retos. nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* 43, 968-978.

Frias Azcárate, R. Una aproximación al concepto comunicación y sus consecuencias en la práctica de las instituciones. *Nómadas* 1 (2000). Universidad Complutense de Madrid.

Fundación Deporte en Igualdad, Diplomatura de Estudios en Gestión Deportiva de la PUCP (2022) *Radiografía del fútbol femenino en el Perú*.

I.E.S La Aldea de San Nicolas. (06 de Mayo de 2022). *ieslaaldea.com*. Obtenido de <https://colegio5010.com/wp-content/uploads/2018/10/DEFINICIONES-DE-CAPACIDADES-CONDICIONALES>.

Jean, T. (2018). *Las técnicas del fútbol y las capacidades físicas en seleccionados escolares de la I.E 20325 "San José de Manzanares" - Huacho 2018*. Huacho.

Klein, Adia. "El fútbol no tiene género: confrontar, desafiar y cambiar la narrativa sexista del fútbol femenino en Argentina" (2020). Independent Study Project (ISP) Collection. 3307. https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection/3307

Morales Díaz, S., Ortiz Torres, J. J., Suarez Poveda, A. F., & Tarazona Ruiz, J. S. (2015). *CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS JUGADORES DE FÚTBOL ASCUN*. Bucaramanga.

Nicolás, I. L. (viernes de Mayo de 2022). *www.ieslaaldea.com*. Obtenido de La Aldea: <https://colegio5010.com/wp-content/uploads/2018/10/DEFINICIONES-DE-CAPACIDADES-CONDICIONALES>.

para el deporte escolar con objetivos de recreación. En A. I. Hernández

Pedro, C. (2018). *CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES DE LOS ALUMNOS DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA*. ILO.

Ramiez, P. Entrenar la actitud (MARTES, 13 FEBRERO 2018). En <https://www.marca.com/blogs/entrenate-para-la-vida/2018/02/13/entrenar-la-actitud.html#:~:text=Cuando%20hablamos%20en%20el%20deporte,los%20objetivos%20individuales%20y%20grupales>.

Rodríguez, L. F. Martínez Muñoz & C. Águila (Eds.). El deporte escolar en la

Serra, M. (2022) “Los restos del fútbol femenino”. En <https://revistasudor.com/los-restos-del-futbol-femenino-peru-liga-femenina/> (20 de enero de 2022)

sociedad contemporánea. (pp. 103-118). Almería. Universidad de Almería

Steven, M. D. (2015). *Capacidades físicas de los jugadores de fútbol Ascun*. Bucaramanga.

Suria, R. (2010) Socialización y Desarrollo Social. En <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/14285/1/TEMA-2-SOCIALIZACION-Y-DESARROLLO-SOCIAL.pdf>

Torres-Guerrero, J. & Torres Campos, B. (2008). Una propuesta metodológica

Vargas Peña, M. & Nájjar Sánchez, O. (2020). “Mujer, fútbol e inequidad”. *Utopía Y Praxis Latinoamericana* 25, pp. 333-348. Recuperado a partir de <https://produccioncientificaluz.org/index.php/utopia/article/view/34524>

Zaes Pastor, F., & Gutierrez Sanchez, A. (2022). LOS CONTENIDOS DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES EN LA EDUCACIÓN FÍSICA. *Revista de investigación en educación*, 49.

VIII. ANEXOS

LA ORGANIZACIÓN DE LA EMPRESA

Razón social:

Tipo de constitución de la empresa y sus principales características

Sociedad civil

Diseño del logotipo, y eslogan



ELIZ FÚTBOL, soy mujer y juego fútbol.

Diseño del portal web, facebook, twitter, etc.

<https://elizfutbol.pe/>

Eliz Fútbol
ELIZ FÚTBOL

Creemos un mundo mejor a través del fútbol ⚽

INICIO QUIENES SOMOS ¿QUÉ OFRECEMOS? TESTIMONIOS CONTACTO

Fútbol Femenino en Perú

28 de Mayo de 2021

Adidas Fútbol Femenino en Perú ahora en tiendas 2021

Hoy fui a una tienda comercial en Lima-Perú y vi algo maravilloso una publicidad de jugadoras...

Seguir Leyendo

<https://instagram.com/elizfutbol.pe?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



elizfutbol.pe

Enviar mensaje

Seguir



2,309 publicaciones

1,808 seguidores

429 seguidos

futbolfemeninoperu

Comunidad

Somos mujeres 🧑🏻 y creamos + espacios para otras 🌐 www.elizfutbol.pe

100%Adultas PE

Lic. entrenadorasPE

Desde nivel 0

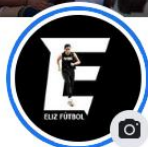
988884161

Abónatete

elizfutbol.pe



Editar



Fútbol Femenino Adultas Perú

@futfemperu · Entrenamiento físico en grupo

Editar "Ir al grupo"

Inicio Tienda Grupos Eventos Más

Promocionar



<https://www.facebook.com/futfemperu/>

Misión

Principalmente promover el gusto por la actividad física mediante el fútbol ofreciendo servicios de calidad con docentes en constante capacitación a ello se le suma el interés por mejorar la calidad de vida a través del juego y ejercicio físico. Además, pretendemos mejorar los hábitos de vida sedentaria en nuestras alumnas.

Visión

- Liderar en los entrenamientos de actividad física en mujeres.
- Innovar en metodologías y métodos de entrenamiento.
- Liderar en el ámbito de entrenamiento de fútbol para mujeres adultas.

- Crear espacios completos para entrenamientos con la mayor seguridad posible.

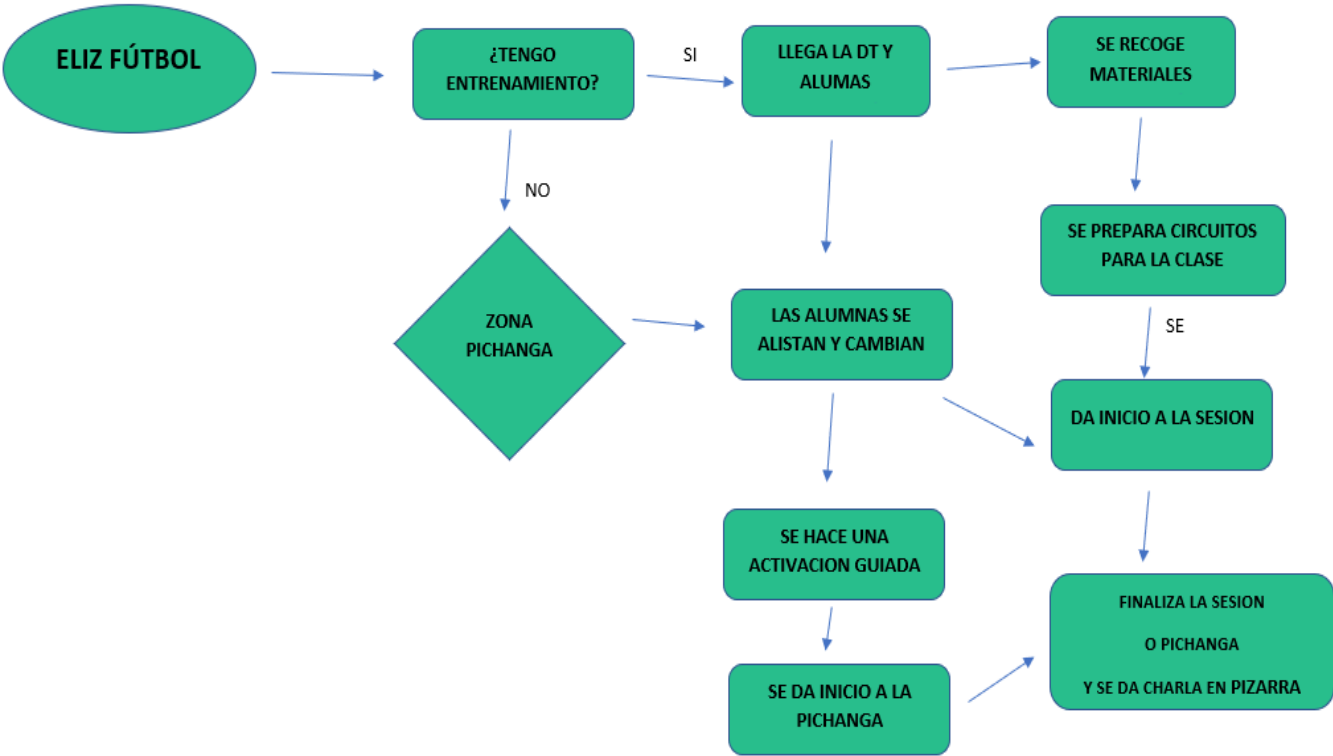
Organigrama

Actividad principal

entrenamientos y zona pichanga

Flujograma de la actividad principal

Elaboración propia.



Fotografías del trabajo realizado en la empresa



SÁBADO 23 Abril

ENTRENAMIENTO+ PARTIDO

4 A 6PM

WWW.ELIZFUTBOL.PE

APRENDE A JUGAR DESDE 0

988884161

Sábado

FÚTBOL

DESDE NIVEL 0

4 a 6pm

988884161

- ✓ PAGA X SESIÓN
- ✓ TRAINING + PARTIDO
- ✓ ESTACIONAMIENTO
- ✓ 100 % ADULTAS

Organizado por :

3 cupos

YO APRENDO



*Elaboración propia.
Elaboración propia.*

Elaboración propia.



Elaboración propia.



Elaboración propia.

Elaboración propia.

