

# A GAMIFICAÇÃO EM AMBIENTE DE ACADEMIA

XXXVIII Encontro de Iniciação Científica

Monaliza Barroso dos Reis, Marcos Paulo Alves Santana, José Jardier Teixeira Oliveira,  
Marcos Teodorico Pinheiro de Almeida

O trabalho aqui apresentado é um relato de experiência que visa mostrar a dificuldade de adesão e aderência às aulas de funcional na academia. O objetivo da intervenção foi de torna as aulas de funcional na academia mais lúdica, divertida e inclusiva. O estudo teve como o propósito de analisar e trabalhar outros aspectos além da pratica de exercício físico, observou-se também, que a inclusão de um elemento novo, o boardgame, traz consigo inúmeras possibilidades de pratica deixando a aula sempre dinâmica e mantendo a essência do termo brincar em qualquer situação seja em uma academia que já possui seu modelo estabelecido que atividade, como em um ambiente empresarial. Foi aplicado um formulário do google para coletar sugestões sobre as aulas e também foi solicitado o preenchimento do PARQ, para serem consideradas particularidades e especificidades físicas de cada aluna. Aula funcional foi dividida em blocos de exercício, todas as atividades foram cronometradas e ocorreram simultaneamente a aula funcional e o jogo. Na hora de jogo a turma foi dividida em equipes, e executado o jogo de tabuleiro. Algumas conclusões parciais da experiência: i) que é necessária inovação e ferramentas auxiliares para a conquista aderência a modalidade em questão; ii) O uso de jogos de tabuleiro foi uma experiência marcante, pois trouxe memórias, risadas e descontração, sendo estimulado a frequência dos alunos; iii) Com a gamificação no ambiente de academias, podemos ser capazes de desenvolver as interações sociais entre funcionários e clientes; iv) A atividade lúdica pode ser aplicada em qualquer das modalidades ofertadas dentro da academia; v) Aumentou significativamente a aderência e permanência a prática de atividade física. Concluímos que o uso de jogos vai promover uma transformação nos padrões de serviço e convivência que beneficiam tanto os colaboradores da empresa, os consumidores e principalmente a própria empresa.

Palavras-chave: Funcional. Exercício físico. Gamificação. Academia.