

INCENTIVO NAS ACADEMIAS COM A TECNOLOGIA



Instituto Federal de São Paulo – Campus
Guarulhos

Letícia Policarpo Pereira, Sabrina Ramos de
Oliveira, Vitória Cristina Vicente da Silva

lpolicarpopereira@gmail.com,
sabrina.o@aluno.ifsp.edu.br,
vitoria.cris2004@gmail.com

Plano de Pesquisa

O projeto de pesquisa é um instrumento de pesquisa que auxilia o pesquisador na estruturação do seu projeto, é nele, que indicamos o tema, se a pesquisa será em equipe e quem serão os orientadores, apresentam as hipóteses ou as questões de pesquisa, identificam os objetivos gerais e específicos da pesquisa, apresentam como pretendem estudar e comprovar suas teorias, apresentam as primeiras fontes bibliográficas e um cronograma das principais atividades do projeto.

1. Dados dos Autores:

Autor 1	Letícia Policarpo Pereira		
e-mail	lpolicarpopereira@gmail.com	Contato	(11) 96337-2806
Autor 2	Sabrina Ramos de Oliveira		
e-mail	sabrina.o@aluno.ifsp.edu.br	Contato	(11) 91097-3595
Autor 3	Vitória Cristina Vicente da Silva		
e-mail	vitoria.cris2004@gmail.com	Contato	(11) 94179-1626

2. Dados dos Orientadores:

Orientador 1	Robson Ferreira Lopes
Orientador 2	
Orientador 3	

3. Dados do projeto

Qual o tema da pesquisa?

Incentivo nas academias com a tecnologia

Questão ou problema identificado

Em busca de um melhor resultado no seus treinos, seja por estética ou por saúde, os alunos iniciantes das academias não conseguem durar mais de 3 meses nos seus treinos propostos, pois a desmotivação na hora de realizar os exercícios ou até mesmo na hora de conhecer os

equipamentos, atrapalha no rendimento do treino e nos resultados. Portanto o projeto promove um incentivo para essas causas apresentadas.

Hipótese ou questão de pesquisa

A busca por espaços que proporcionam a melhoria da saúde física e um corpo esteticamente bonito tem aumentado a partir do século XX. Porém nem todas as academias proporcionam a preocupação e os atendimentos adequados para seus frequentadores (SENA, 2015). Machado (2008), acredita que os cuidados de um profissional de academia precisam oferecer um bom atendimento, apresentando paciência, bom humor e atenção para os alunos, já que segundo Andrade (2011) 68% das pessoas apresentam desmotivação quando há falta de atenção dos professores.

Objetivos

Com o objetivo de facilitar a vida dos alunos das academias de musculação e ginástica, nosso projeto visa um aplicativo que irá contemplar funções para auxiliar um melhor desempenho nos exercícios físicos direcionados ao aluno que adquirir o aplicativo, tais como: ter um espaço inserir seu treino realizado pelo profissional e modificar o momento que for necessário, vídeos/animações explicativos para o uso de cada equipamento inserido do seu treino, além de lembretes especificamente montados e direcionados ao aluno enquanto treina, melhorando a motivação e o conforto na hora de alcançar seus objetivos nesses espaços.

Descrição detalhada dos materiais e métodos (Procedimentos) que serão utilizados no desenvolvimento do projeto.

De acordo com a matéria de Thamires Andrade (2011), do Uol Ciência e Saúde, do total de entrevistados, “68% afirmam que parte da desmotivação nas academias ocorre por falta de atenção dos professores no espaço em que estão matriculados”. Então, o projeto pretende atuar nesse sentido, ajudar as pessoas a desenvolverem seus exercícios, contribuir para o bem-estar e diminuição de possíveis dores decorrentes da realização de exercícios inadequados, por meio de diferentes funções, que também prevê a contribuição do profissional de Educação Física.

Para a contribuição do projeto foram feitas pesquisas sobre artigos que auxiliaram na montagem do objetivo geral. Segundo Kotler (1995 apud PINHEIRO; ALMEIDA, 2011, p. 1 afirma que “é necessário que o serviço prestado seja de qualidade para que os clientes consigam alcançar os objetivos que os fizeram buscar a academia e a atividade física”. Por isso foi discutida a criação de um site específico para facilitar a vida do público-alvo que frequenta as academias, prevendo sempre a contribuição de um profissional de Educação Física.

Referências Bibliográficas para o Projeto. (Pelo menos duas)

ANDRADE, Thamires. Vergonha físico e falta de atenção dos professores são principais motivos de desistências em academias. Notícias Uol, 2011. Disponível em: <<https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2011/09/24/vergonha-do-fisico-e-falta-de-atencao-dos-professores-sao-principais-motivos-de-desistencias-em-academias.htm>> Acesso em: 21 de out. de 2021

KOTLER, Philip; ARMSTRONG, Gary. Princípios de Marketing. Rio de Janeiro: Editora LTC, 1998.

MACHADO, Paula Ferreira. Identificação de competências profissionais relevantes em empresas de fitness. 2008. 58 f. Monografia - Curso de Psicologia, Centro Universitário de Brasília, 2008.

4. Cronograma

Mês	Agosto				Setembro				Outubro			
Principais atividades	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
Integração dos dados		X										
Ajustes do relatório final				X								
Inscrição de Eventos					X							
Início do desenvolvimento back-end									X			
Finalização do projeto e desenvolvimento back-end												X

Observações:

Este documento deve ser submetido em PDF no ato da inscrição.

Resumo

A necessidade da tecnologia está cada vez mais presente em nossas vidas, em diversos aspectos, e podemos nos apoiar nela para muitas funções, como a melhoria do nosso bem-estar e da nossa saúde, relacionando essa tecnologia com os espaços das academias de ginástica/musculação, por exemplo. Neste caso, a tecnologia pode funcionar como um recurso a mais para facilitar e inspirar as pessoas a se dedicarem aos exercícios e/ou superarem possíveis obstáculos relativos à prática de atividades físicas. Queremos trazer o melhor serviço para os clientes das academias, por isso, o nosso projeto tem como objetivo facilitar a vida desse público-alvo e atingir o máximo de conforto dentro desses espaços. Nossa ideia com a tecnologia nas academias, é contribuir com um aplicativo de maneira específica para cada aluno, facilitando e motivando sua rotina na academia. O aplicativo/site irá contemplar funções que irão auxiliar para um melhor desempenho nos exercícios físicos direcionados ao aluno que adquirir o aplicativo, tais como: ter um espaço inserir seu treino realizado pelo

profissional e modificar o momento que for necessário, vídeos/animações explicativos para o uso de cada equipamento inserido do seu treino, além de lembretes especificamente montados e direcionados ao aluno enquanto treina. Além de pesquisa bibliográfica, o projeto também contará com um formulário dinâmico, para avaliar as situações problemas diretamente com os usuários que irão utilizar o aplicativo, tendo como objetivo compreender melhor as dificuldades de acesso e de prática com atividades físicas, contribuindo para a construção do aplicativo de forma exclusiva, tendo a tecnologia como principal recurso para lidar com esses problemas. De modo geral, esse projeto visa aumentar a confiança das pessoas, incentivar os alunos desmotivados a se sentirem à vontade nas academias e colaborar para uma rotina mais leve e saudável.

Coordenação FECEG.