



GAMIFIT 2.0: Gamificación para incentivar la actividad física en población universitaria

DESCRIPCIÓN GENERAL DEL PROYECTO

GAMIFIT UPSA 2.0 surge para dar respuesta a las necesidades actuales que demanda la comunidad universitaria de la Universidad Pontificia de Salamanca sobre la práctica de actividad física y deportiva. Para ello, se presenta una aplicación web intuitiva y cómoda, que permite practicar actividad física de forma sistemática y regular, a través de una metodología activa pedagógica conocida como gamificación, considerada como una estrategia didáctica novedosa, a la par que motivante, que emplea diferentes elementos para incentivar la práctica de actividad y ejercicio físico de forma habitual con el propósito de fomentar hábitos de vida saludables y deportivos, logrando una mejora en la calidad de vida y bienestar de la población universitaria.

De este modo, el usuario podrá introducirse en una narrativa llamativa e innovadora denominada “El metro de Salamanca”. Dicha temática será esgrimida como hilo conductor de la aplicación captando la atención del beneficiario a través de diferentes retos semanales de forma individual o colectiva, utilizando la ciudad de Salamanca como recurso principal. Dichos desafíos tendrán que superarse siguiendo tres líneas de trabajo bien diferenciadas a lo largo de un mapa interactivo. La primera de ellas se encuentra orientada al desarrollo de la condición física. La segunda, persigue la mejora de las habilidades y destrezas motrices, y la última trata de poner en práctica diferentes juegos alternativos y deportes. Cabe mencionar que, para superar cada vía, el usuario deberá alcanzar diferentes estaciones que le permitan conseguir el final de la misma y así completarla. Una vez terminada, se otorgará una insignia y puntuación que determinarán la posición en la clasificación final.

OBJETIVOS

El objetivo principal del proyecto es presentar una aplicación web, mediante la que se pretende:

- Mejorar los niveles de salud y conocimiento deportivo en la población universitaria y concienciar sobre los múltiples beneficios que ofrece la práctica de actividad física diaria y hábitos de vida saludables para aumentar la calidad de vida y bienestar del usuario.
- Fomentar la práctica continuada de ejercicio físico y crear un alto grado de adherencia hacia la práctica de actividades físico-deportivas entre los miembros de la comunidad universitaria empleando la gamificación como una estrategia didáctica motivante, lúdica e innovadora, utilizando la ciudad de Salamanca como elemento vertebrador.

RESULTADOS OBTENIDOS

- Creación de una aplicación web totalmente innovadora con la que pretende cambiar la predisposición de la población universitaria con respecto a la práctica de actividad física y deporte a través de la gamificación como recurso principal.
- Ofrece la promoción de hábitos saludables para la mejora de la salud y calidad de vida de la población universitaria, donde la socialización entre se convierte en un elemento enriquecedor a nivel cultural y emocional.

MIEMBROS DEL GRUPO

Juan Manuel Castro Carracedo - jmcastroca@upsa.es

Salvador Pérez Muñoz - sperezmu@upsa.es

Paula Teresa Morales Campo - ptmoralesca.mag@upsa.es

INVESTIGADOR PRINCIPAL

Alberto Rodríguez Cayetano - arodriguezca@upsa.es