

The background features a dark blue gradient with technical diagrams. On the left, a large circular scale with numerical markings from 150 to 260 is visible. To the right, there are several circular diagrams with arrows indicating clockwise or counter-clockwise rotation, resembling mechanical or scientific schematics.

# ELABORAÇÃO DE PROJETO DE PESQUISA

MARIA DE FÁTIMA M. MARTINS  
VPEIC/FIOCRUZ

Rio de Janeiro, 29 de Outubro de 2018

# O QUE É PESQUISA?

É procurar respostas para inquietações, ou para um problema.

Atividade básica das ciências na sua indagação e descoberta da realidade. É uma atitude e uma prática de constante busca que define um processo intrinsecamente inacabado e permanente (MINAYO, 1993).

É um processo formal e sistemático de desenvolvimento do método científico (GIL, 1999).



# Percepção de adultos mais velhos quanto à participação em programa de exercício físico com *exergames*: estudo qualitativo

## Resumo

Os *exergames*, videogames ativos, necessitam do movimento corporal e vêm sendo utilizados como alternativa para aumentar o nível de atividade física de pessoas de diferentes faixas etárias. Este estudo qualitativo investigou a percepção de adultos mais velhos quanto à prática de *exergames*. O grupo focal (GF) foi conduzido após 12 semanas da realização de um programa de exercícios físicos com *exergames* (50 min., 3 dias/semana), utilizando jogos eletrônicos que simulam atividades esportivas (*Xbox 360 Kinect Sports™*). Participaram do GF 14 pessoas (55 a 77 anos). Um moderador treinado conduziu o GF, sendo as sessões gravadas em áudio e transcritas, posteriormente, para análise. A técnica de análise de conteúdo foi realizada utilizando o *software* ATLAS.ti®. Os participantes relataram benefícios psicológicos (autoestima, concentração, humor, raciocínio, memória e bem estar), físicos (agilidade e condições físicas) e de interação social (troca de experiências, amizade e competitividade). Quanto às experiências vivenciadas pelo grupo, a inovação, a ludicidade e o estímulo visual foram citados como características dos jogos. A percepção de benefícios com a prática de *exergames* facilita a adesão ao exercício e aumenta a motivação dos participantes.

Pesquisa qualitativa; Atividade física; Terapia de exposição à realidade virtual

# O QUE É UM PROJETO?

A elaboração de qualquer projeto depende de 2 fatores fundamentais:

- Construir uma imagem mental de uma situação futura;
- Conceber um plano de ação a ser executado em um tempo determinado que vai permitir sua realização.

# A ELABORAÇÃO DO PROJETO DE PESQUISA EXIGE DO PESQUISADOR A RESPOSTA A QUATRO PERGUNTAS:

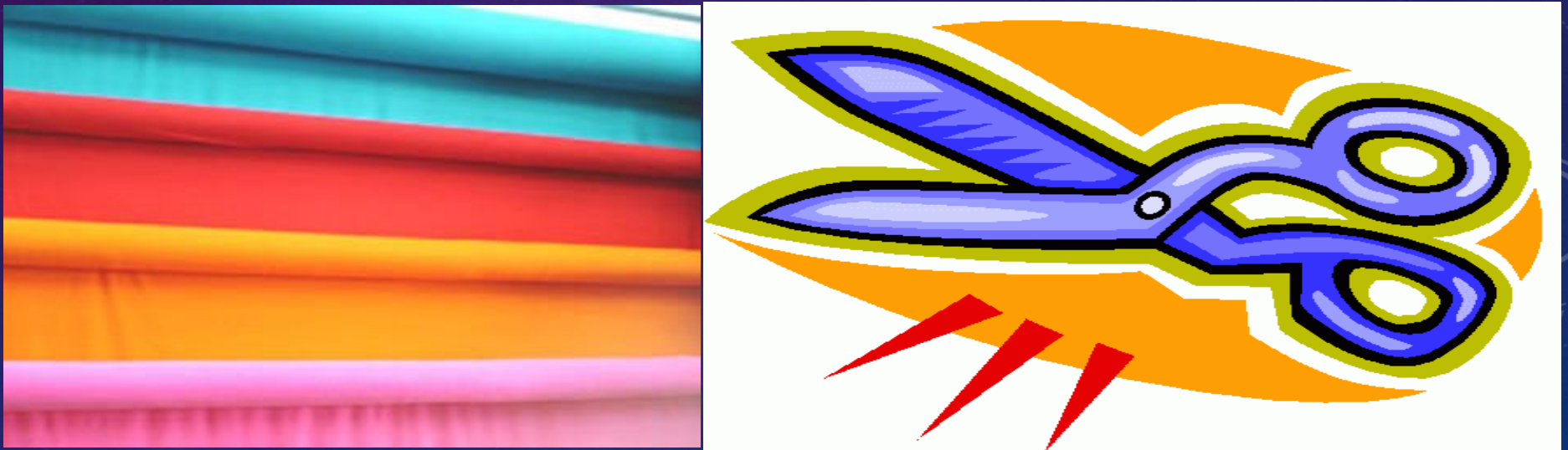
- O que fazer? Tema/problema da pesquisa
- Porque fazer? Justificativa teórico-metodológica
- Para que fazer? Objetivos da pesquisa
- Como fazer? Procedimentos/caminhos da pesquisa.

# DELINEANDO O TEMA/PROBLEMA DA PESQUISA

## O QUE PESQUISAR?

O tema é o assunto sobre o qual se deseja investigar. Nessa fase, o tema é amplo e deve ser recortado.

Geralmente o problema deriva do tema, ou seja, é o recorte do tema.



# DELINEANDO O TEMA/PROBLEMA DA PESQUISA

Um problema de pesquisa é objeto de discussão em qualquer domínio do conhecimento científico.

O problema pode ser formulado como pergunta, porque facilita sua identificação por parte de quem consulta o projeto ou relatório de pesquisa.



O problema deve ser claro e preciso

Também pode ser apresentado como afirmação.

# TÓPICOS BÁSICOS PARA ELABORAÇÃO DE UM PROJETO DE PESQUISA

## INTRODUÇÃO (tema e problema)

O tema é o assunto geral sobre o qual se pretende investigar. É uma primeira delimitação dentro de uma área de pesquisa, de um campo de conhecimento.

Explicitar o problema é uma questão básica da investigação, pois pressupõe reflexão, amadurecimento do tema pela LEITURA ou pela EXPERIÊNCIA, troca de ideias com pares. Com a problematização, aparecem polemicas que envolvem o tema e/ou problema.

O problema é uma pergunta ou questão específica que se pretende investigar. Supõe uma delimitação maior do que o tema. Ao problematizar a questão, cabe perguntar que outros aspectos da realidade se relacionam com o problema.



# JUSTIFICATIVA (POR QUÊ?)

- A justificativa consiste em uma exposição sucinta, porém completa, das razões de ordem teórica e dos motivos de ordem prática que tornam importante a realização da pesquisa.
- Como o próprio nome indica, é o convencimento de que o trabalho de **pesquisa** é fundamental de ser efetivado.
- A **Justificativa** exalta a importância do **tema** a ser estudado.

# OBJETIVOS (PARA QUE?)

**Atenção! Os objetivos devem ser sempre expressos em verbos de ação.**

Objeto [do latim objectu] - Tudo o que é percebível por qualquer dos sentidos humanos.

O objetivo intrínseco de uma pesquisa é responder analiticamente a questão ou ao problema central que foi enunciado e problematizado.

Eles são importantes porque sintetizam a discussão anterior e dão mais clareza e visibilidade ao que se pretende conhecer com a pesquisa.

A definição dos **Objetivos** determina o que o pesquisador quer atingir com a realização do **trabalho de pesquisa**.

Uma dica para se definir os **Objetivos** é iniciá-los com o verbo no infinitivo: **esclarecer..., definir..., procurar...; permitir..., demonstrar ...** etc.

# OBJETIVOS (PARA QUE?)

## GERAL

Mostrar uma visão global do assunto a ser pesquisado.

## ESPECÍFICOS

Mostrar uma visão específica do assunto, ou seja, seu ponto central.

# OBJETIVOS

## EXEMPLOS APLICÁVEIS A OBJETIVOS:

### **a) Quando a pesquisa tem o objetivo de conhecer:**

- Apontar, citar, classificar, conhecer, definir, descrever, identificar, reconhecer, relatar.

### **b) Quando a pesquisa tem o objetivo de compreender:**

- Compreender, concluir, deduzir, demonstrar, determinar, diferenciar, discutir, interpretar, localizar, reafirmar.

### **c) Quando a pesquisa tem o objetivo de aplicar:**

- Desenvolver, empregar, estruturar, operar, organizar, praticar, selecionar, traçar, otimizar, melhorar.

# OBJETIVOS

## d) Quando a pesquisa tem o objetivo de analisar:

- Comparar, criticar, debater, diferenciar, discriminar, examinar, investigar, provar, ensaiar, medir, testar, monitorar, experimentar.

## e) quando a pesquisa tem o objetivo de sintetizar:

- Compor, construir, documentar, especificar, esquematizar, formular, produzir, propor, reunir, sintetizar.

## f) quando a pesquisa tem o objetivo de avaliar:

- Argumentar, avaliar, contrastar, decidir, escolher, estimar, julgar, medir, selecionar.

# REFERÊNCIAL TEÓRICO

Este tópico é o mais crucial na construção de um objeto de pesquisa. O referencial começa com as LEITURAS para a problematização, mas ganha peso à medida que vai permitindo passar de uma proposta de pesquisa, para um projeto com todas as etapas de elaboração.

# METODOLOGIA DA PESQUISA

Informa os meios empregados na coleta dos dados para posterior apresentação destes na pesquisa, ou seja, estabelece o procedimento do pesquisador para o levantamento de informações.

# METODOLOGIA DA PESQUISA

Deve ser entendida no seu sentido próprio de método, de caminho para alcançar determinado objetivo, o que implica uma concepção da realidade ou do fragmento de realidade escolhido como objeto de estudo.

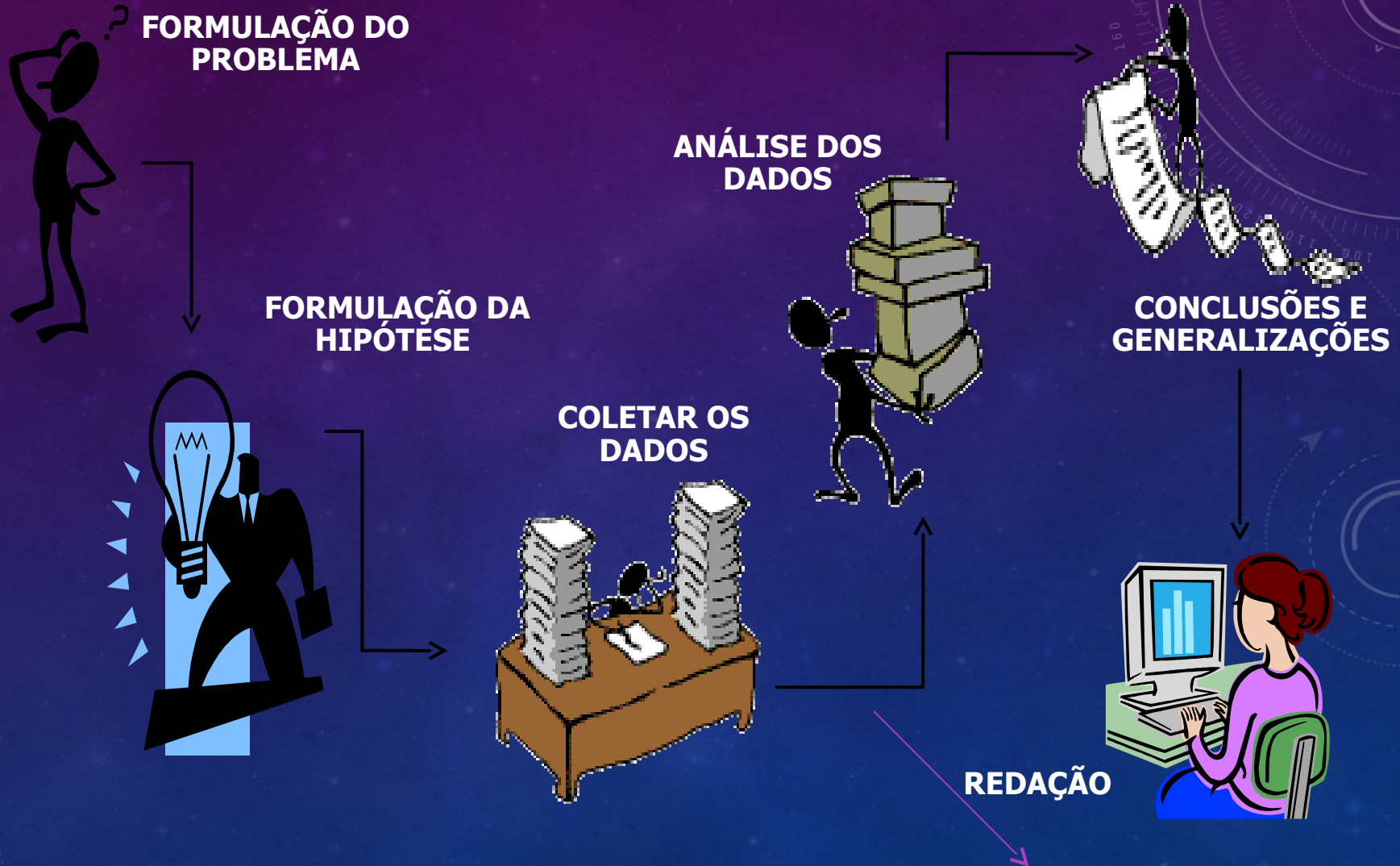
Enfim, deve descrever de forma detalhada como se pretende atingir o objetivo proposto. A metodologia pode ser organizada na forma de tópico, como por exemplo:

## **População e amostra**

- Incluir a descrição das características da população e da amostra.
- O processo de seleção dos sujeitos.
- O tamanho da amostra e como foi estabelecido.



# FASES DO PROCESSO METODOLÓGICO

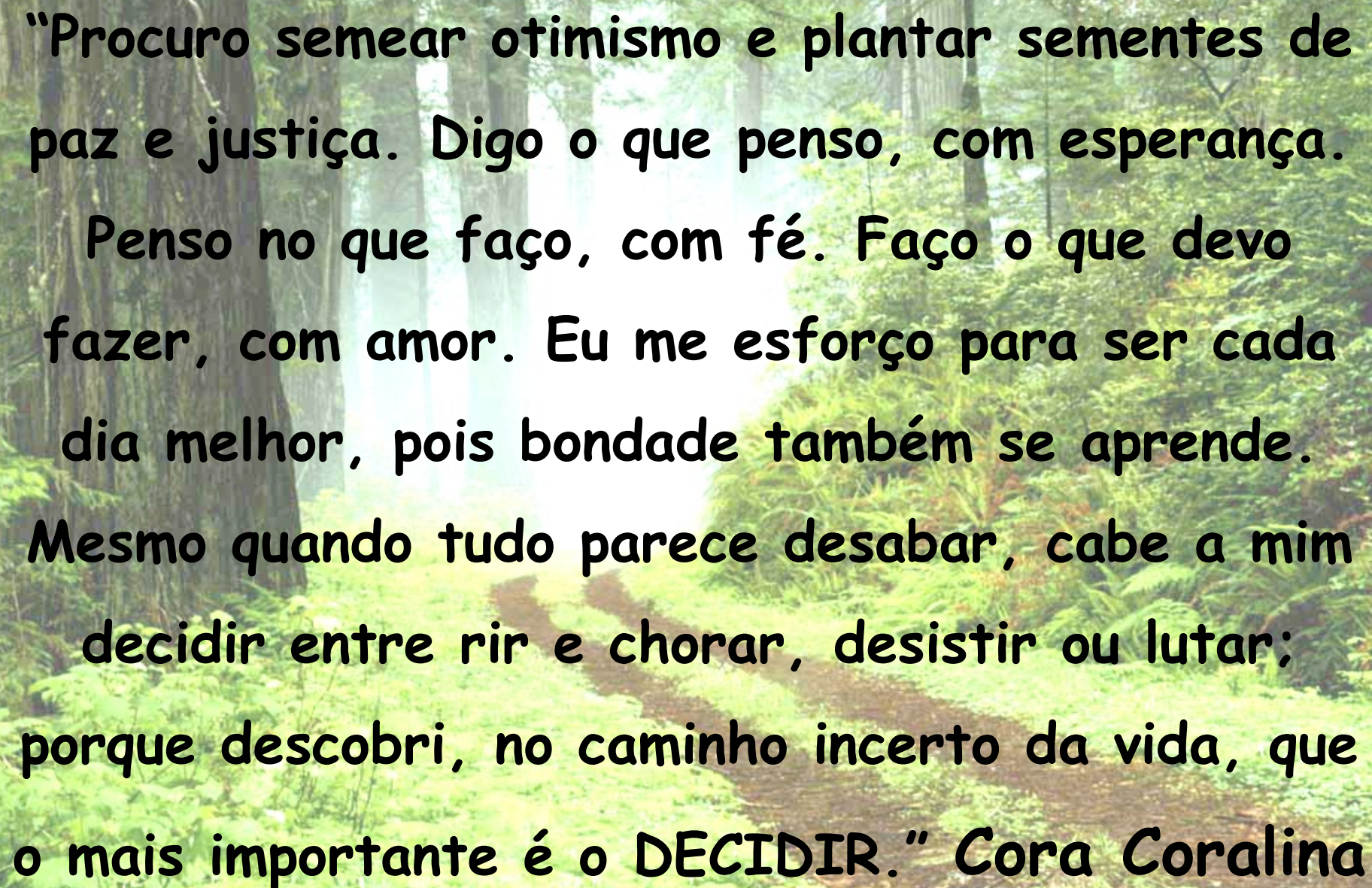


# CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

<b>Período</b> <b>Atividades</b>	<b>Meses</b>	<b>Meses</b>	<b>Meses</b>
Levantamento			
Seleção de leituras			
Elaboração de instrumentos			
Aplicação			
Tabulação			
Redação			
Revisão geral			

# REFERÊNCIAS

Relacionar todas as fontes já consultadas para a elaboração do projeto, podendo ser: livros, revistas, jornais, boletins, ensaios, entrevistas, questionários, fontes de internet e outros elementos.



**"Procuro semear otimismo e plantar sementes de paz e justiça. Digo o que penso, com esperança. Penso no que faço, com fé. Faço o que devo fazer, com amor. Eu me esforço para ser cada dia melhor, pois bondade também se aprende. Mesmo quando tudo parece desabar, cabe a mim decidir entre rir e chorar, desistir ou lutar; porque descobri, no caminho incerto da vida, que o mais importante é o DECIDIR." Cora Coralina**