The background features a dark blue gradient with technical diagrams. On the left, a large circular scale with tick marks and numbers (160, 170, 180, 190, 200, 210, 220, 230, 240, 250, 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:

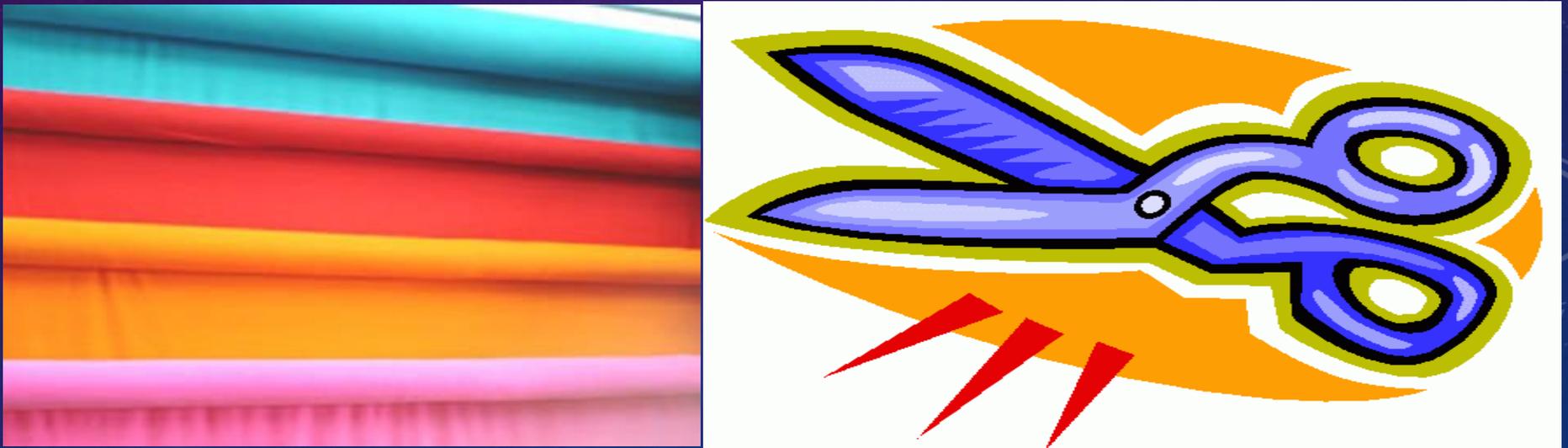
- O que fazer? Tema/problema da pesquisa
- Porque fazer? Justificativa teórico-metodológica
- Para que fazer? Objetivos da pesquisa
- Como fazer? Procedimentos/caminhos da pesquisa.

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.

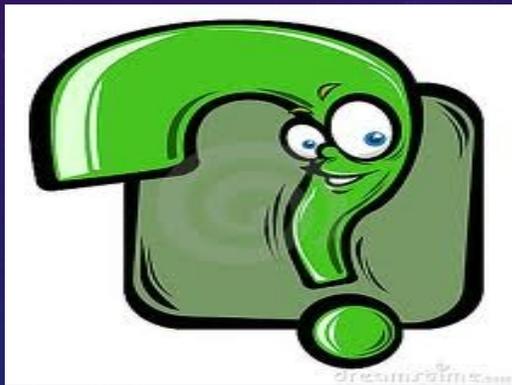
Geralmente o problema deriva do tema, ou seja, é o recorte do tema.



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

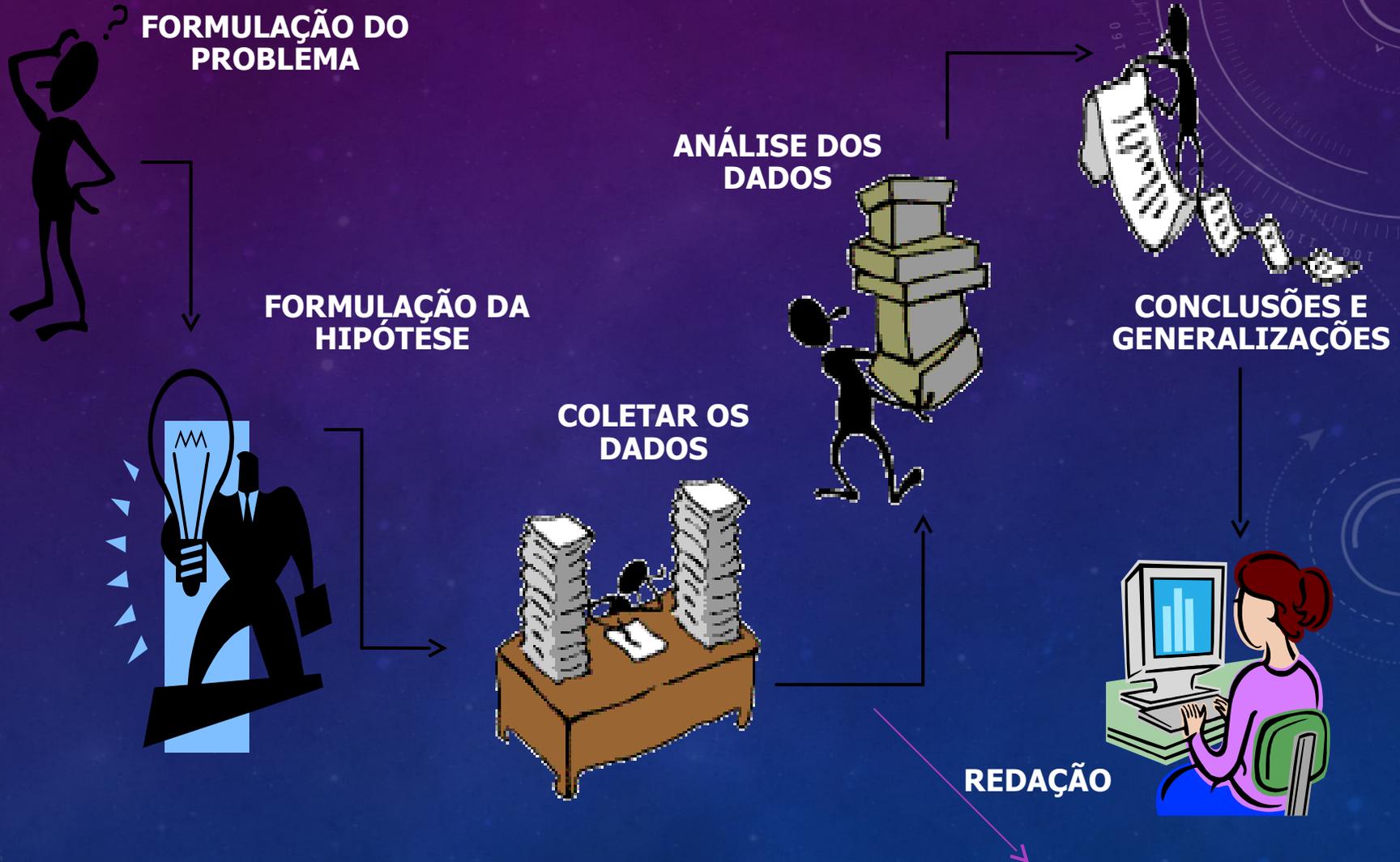
Deve ser entendida no seu sentido próprio de método, de caminho para alcançar determinado objetivo, o que implica uma concepção da realidade ou do fragmento de realidade escolhido como objeto de estudo.

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

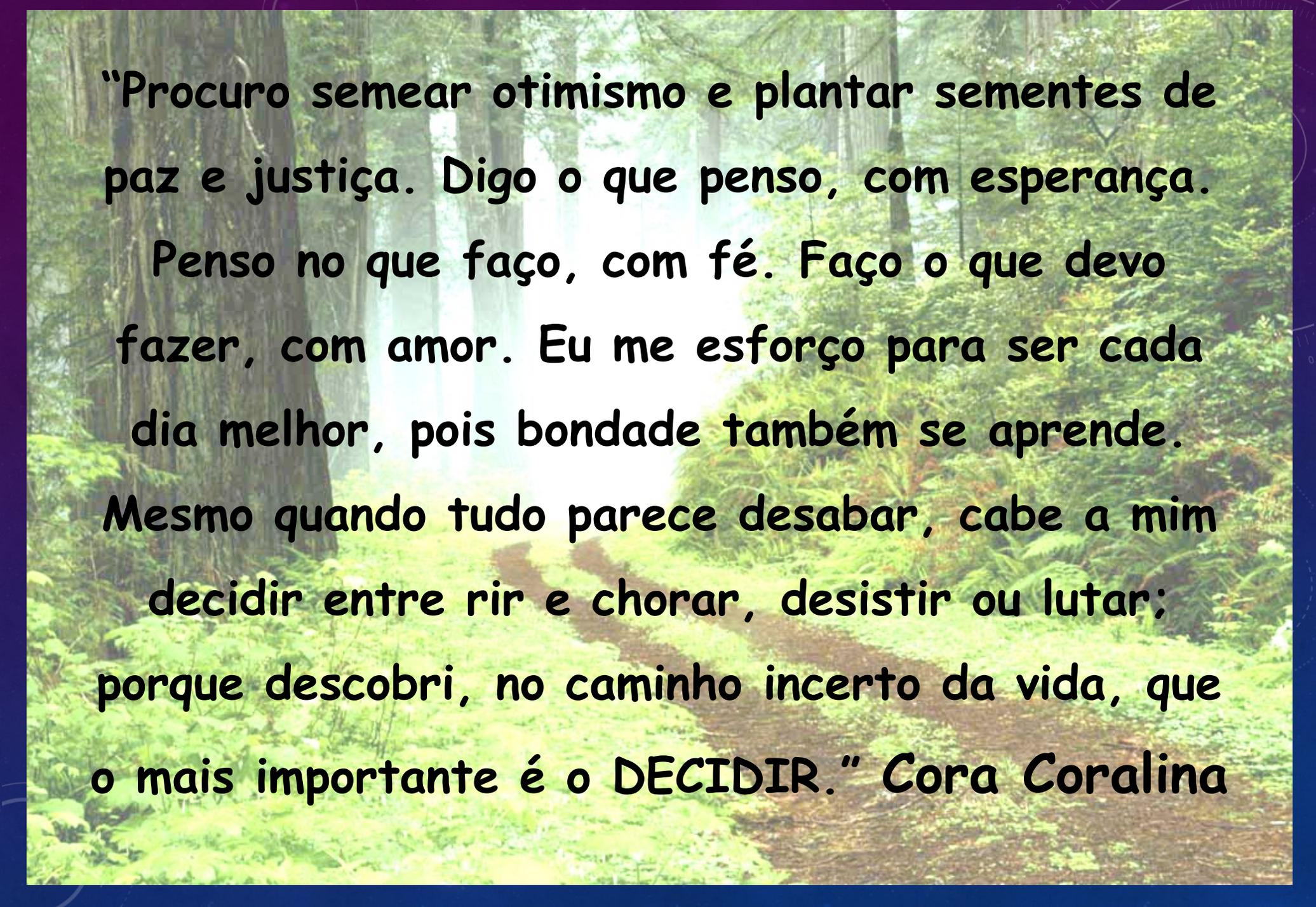


CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

Período Atividades	Meses	Meses	Meses
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.

A lush green forest with a dirt path leading through tall trees and dense foliage. The scene is bright and vibrant, with sunlight filtering through the canopy. The text is overlaid on the image in a bold, black, sans-serif font.

"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