



DEPARTAMENTO
DE DESPORTO
INSTITUTO POLITÉCNICO
DE BRAGANÇA

Redacção dos trabalho laboratoriais

Formato

- Folhas A4 brancas
- Margens 3cm x 3cm
- Fonte 12 Arial (cor preta)
- Páginas numeradas no canto inferior direito, a partir da 2ª página
- Texto justificado à esquerda e direita
- Título de capítulos – justif. à esquerda e em negrito
- Parágrafo: 1,5



Capa

- Título do trabalho: indicativo do tema e apelativo
- Instituição onde foi realizado (ESE-IPB)
- Local (cidade) e data de entrega (mês e ano)
- Nome do(s) Autor(es): primeiro e último nome(s)
 - ordem alfabética do sobrenome *ou*
 - ordem de empenho na elaboração



Problema

Coloca uma determinada questão no âmbito da área científica onde se realiza o trabalho laboratorial

Remete para o objectivo do estudo

P.e.,

Será que existem diferenças significativas na cinemática do MS ao efectuar o passe a Andebol com o segmento dominante e o segmento não dominante?



Objectivo

Define precisamente o objectivo geral do trabalho

P.e.,

Foi objectivo comparar a cinemática do MS ao efectuar o passe a Andebol com o segmento dominante e o segmento não dominante.



Descrição exaustiva dos procedimentos metodológicos, a fim de permitir a replicação do trabalho pelos pares

-Inclui sub-capítulos:

- amostra
- protocolo
- recolha dados
- procedimentos estatísticos



Descrição das características da amostra do estudo

- Número de sujeitos (masculino, feminino, total)
- Idade
- Características antropométricas
- Outras características pertinentes
- Indicar claramente que se seguiu as regras do código ético (opcional)
- Manter a confidencialidade dos sujeitos da amostra



Descrição das tarefas realizadas pelos sujeitos

- Descrever exhaustivamente a tarefa realizada
- Número total de repetições
- Intervalos de recuperação
- Justificar as opções atrás descritas



Descrição dos equipamentos utilizados e variáveis analisadas

- Equipamentos utilizados: *hardware e software* (modelo, empresa, cidade, país)
- Procedimentos metodológicos (validados)
- Variáveis analisadas e procedimentos para cálculo (U.S.I.)
- Justificar as opções atrás descritas



Descrição dos procedimentos estatísticos adotados

- Análise exploratória dos dados
- Estatísticas descritivas
- Estatísticas inferenciais
- Nível de significância



Metodologia - citações

- Fluctuating velocity while swimming as compared to swimming with constant velocity leads to an increase in the amount of work done by the swimmer (Nigg, 1983).
- Since then, several studies have been published about this topic (Pendergast et al., 1978; Nomura, 1983; Costill et al., 1985; Montpetit et al., 1988; van Handel et al., 1988; Vilas-Boas and Santos, 1994; Vilas-Boas, 1996).
- Holmér (1974) was one of the pioneers in the study of the energetic swimming cost at different velocities.
- (...) as it was previously observed by Keskinen and Komi (1993).



... recolha
dados



Resultados

Apresenta os principais resultados obtidos.

- Apresentar todos os resultados nas U.S.I. e notação científica
- Colocar em tabela e/ou figura os principais resultados
- Texto a remeter para todas as tabelas e/ou figuras.
- Descrever em texto apenas os resultados mais importantes
- 1º surge o texto, depois a iconografia remetida por este



Resultados

- Sequência dos resultados deve ser a mesma da apresentação das variáveis no capítulo “métodos”

- Figuras:

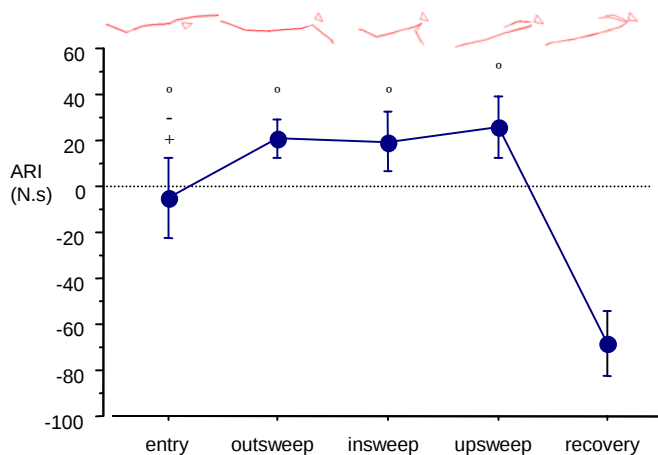


Figure 1. Comparison of the intra-cyclic variation of the average resultant impulse (ARI) using non-inspiratory technique.

- Tabelas:

Table 3. Individual regression equations (Eq) and correlation coefficients (r) between the mean velocity (V) and the stroke frequency (SF), the stroke length (SL) and the stroke index (SI).

SF (y) vs V (x)		
Sw #1	Eq	$Y = -0.165 + 0.63x$
	r	$r = 0.97, p = 0.03$
Sw #2	Eq	$Y = -0.272 + 0.782x$
	r	$r = 0.99, p < 0.01$
Sw #3	Eq	$Y = 0.387 + 0.23x$
	r	$r = 0.92, p = 0.03$
Sw #4	Eq	$Y = 0.262 + 285x$
	r	$r = 0.87, p = 0.03$
Mean r		$0.94 \pm$
sd		0.05



Conclusões

Sintetiza as principais conclusões do estudo

- Indica as principais conclusões do estudo
- Apresentar as implicações práticas e/ou recomendações para técnicos de desporto e praticantes
- Evitar especulações não suportadas pelos resultados obtidos



Referências bibliográficas

Elenca as referências dos trabalhos citados ao longo do texto

- Apenas indicar trabalhos citados no texto
- Numerados por ordem alfabética do sobrenome
- Limite máximo de 40 citações
- Privilegiar:
 - jornais com elevado factor de impacto
 - autores de referência
 - trabalhos recentes



Referências bibliográficas

Artigo científico

Barbosa T, Keskinen K, Fernandes R, Colaço P, Lima A, Vilas-Boas JP (2005). Energy cost and intracyclic variation of the velocity of the centre of mass in butterfly stroke. Eur J Appl Physiol. 93: 519-523.

Livro

Winter D (1990). Biomechanic and motor control of human movement. John Wiley and sons, Chichester.

Capítulo de livro

Barbosa T, Santos Silva JV, Sousa F, Vilas-Boas, JP (2002). Measurement of butterfly average resultant impulse per phase. In: Gianikellis K (ed). Proceeding of the XXth International Symposium on Biomechanics in Sports. pp. 35-38. Universidad de Extremadura, Cáceres.

Tese

Tourny C (1992). Analyse des parametres biomecaniques du nageur de brasse de haut niveau. PhD Thesis. University of Montpellier, Montpellier.

