



## **Plano de Atividades do NIDEF – 2018/2020**

O Núcleo de Investigação em Desporto e Exercício Físico é uma estrutura de caráter permanente e de natureza interdisciplinar. Pertence ao Departamento de Desporto do Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, adiante designado por ISCE Douro, que visa a promoção da investigação científica e a intervenção técnica e pedagógica nas ciências do desporto.

O NIDEF é uma estrutura organizadora, promotora e de coordenação e apoio aos projetos de investigação e de intervenção técnica e pedagógica. Os projetos são conduzidos por docentes e investigadores do ISCE Douro, com abertura à participação de estudantes e outros investigadores de instituições de ensino superior que se venham a associar.

O NIDEF assegura o desenvolvimento de atividades de I&D, privilegiando a ligação ao território de inserção do ISCE Douro. Promove, essencialmente na sua localização, a profissionalização baseada na prática e resultados das obtidos nas atividades de I&D, tal como se espera de uma instituição de ensino superior politécnico.

São objetivos gerais do NIDEF: i) Promover a produção e partilha de conhecimento científico e técnico das ciências do desporto; ii) Responder a solicitações de caráter científico, técnico e pedagógico, das mais diversas entidades que de alguma forma, se enquadrem no domínio das ciências do desporto e iii) Publicar ou fazer publicar documentos de natureza científica, técnica e pedagógica no domínio das ciências do desporto. As áreas prioritárias de investigação e intervenção são as do Treino Desportivo e Exercício e Saúde.

### **Constituição do NIDEF**

Atualmente são membros do NIDEF, docentes e alunos do Departamento de Desporto do ISCE Douro.

#### Coordenador:

Pedro Forte, Professor Doutor (ISCE Douro)

### Professores Integrados

Maria Emília Alves, Professora Doutora (ISCE Douro)

Pedro Flores, Mestre Especialista (ISCE Douro)

Carlos Alberto Moreira, Mestrando (ISCE Douro)

Carlos Soares, Mestre (ISCE Douro)

### Professores Colaboradores:

Duarte Nuno Carneiro, Mestre (ISCE Douro)

Jorge Alves, Licenciado (ISCE Douro)

## **Projetos de Investigação:**

Encontram-se em desenvolvimento os seguintes projetos:

### **Projeto 1 – *Estudo da Postura Corporal em crianças em idade escolar***

Investigadores responsáveis: Prof.ª Doutora Emília Alves & Mestre Duarte Nuno Carneiro

Investigador Colaborador: Dr. Jorge Alves

Objetivo: O objetivo deste estudo é avaliar a prevalência de alterações posturais em crianças em idade escolar. O método de avaliação com recurso ao scan visual foi validado para a identificação de escolioses e outras assimetrias corporais. A avaliação e o controlo de assimetrias posturais podem indicar um melhor estado de saúde.

### **Projeto 2 – *Estudo do efeito do exercício físico em Crianças com Défices Psicomotores***

Investigadores responsáveis: Mestre Pedro Flores & Mestrando Carlos Alberto Moreira

Objetivo: O objetivo deste estudo é avaliar o efeito do exercício físico em crianças com défices psicomotores. As melhorias deverão estar associadas a um maior e melhor controlo motor bem como à melhoria cognitiva.

### **Projeto 3 – *Os efeitos de um programa de treino multicomponente na composição corporal, aptidão funcional e postura corporal em idosos***

Investigadores responsáveis: Prof. Doutor Pedro Forte & Prof.ª Doutora Emília Alves

Alunos Investigadores: Joel Dias & Carlos Teixeira

**Objetivo:** O objetivo deste estudo é avaliar o efeito de um programa de treino multicomponente na composição corporal, aptidão funcional e postura corporal em idosos. Os efeitos dos programas de treino multicomponentes na composição corporal dos idosos ainda se mostram controversos. No que diz respeito à aptidão física, este tipo de treino influencia positivamente a qualidade de vida dos idosos. Na literatura poucos estudos avaliaram os efeitos de um programa de treino multicomponente na postura corporal e conseqüentemente no equilíbrio.

**Projeto 4 – *Análise aerodinâmica com recurso à dinâmica computacional de fluidos. Estudos hidro e aerodinâmicos em diferentes modalidades desportivas***

**Investigadores responsáveis:** Prof. Doutor Pedro Forte & Mestre Carlos Soares

**Objetivo:** A dinâmica computacional de fluidos é uma técnica de análise de escoamento de fluidos em torno de um corpo/objeto. Com recursos a esta técnica torna-se possível avaliar e estimar as forças resistivas (aerodinâmicas e hidrodinâmicas) em diferentes modalidades. Com este projeto pretende-se estudar as forças resistivas em modalidades como ciclismo, natação, provas de velocidade em cadeiras de rodas ou outras.

**Projeto 5 – *Estudo dos padrões comportamentais relacionados com a atividade física de jovens adultos que frequentam uma instituição de ensino superior***

**Investigadores responsáveis:** Prof. Doutor Pedro Forte & Mestre Pedro Flores

**Aluno Investigador:** Cláudia Sousa

**Objetivo:** A análise dos padrões comportamentais relacionados com a atividade física permite-nos obter informações acerca dos hábitos e estilos de vida saudáveis. Em Portugal, os níveis de atividade física mostram-se baixo, aumentando a preocupação com a saúde pública. Desta forma, o conhecimento dos padrões comportamentais permite a elaboração de um projeto de atividade física e/ou desportiva para a promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis em jovens estudantes do ensino superior.

**Projeto 6 – *Estudo do desempenho e da performance individual e coletiva em jovens jogadores de futebol***

**Investigadores responsáveis:** Mestrando Carlos Moreira & Prof. Doutor Pedro Forte.

**Aluno Investigador:** Rui de Matos

Objetivo: A quantificação da performance individual e coletiva dos jovens jogadores de futebol mostra-se uma dificuldade na modalidade. Vários estudos têm sido feitos com a preocupação da avaliação da dimensão tática, ou avaliação da performance física dos jogadores. Este projeto pretende avaliar, assente em macroprincípios do ensino do futebol a tomada de decisão, a eficácia motora e a perceção do conhecimento tático em crianças e jovens futebolistas.

Penafiel, 24 de setembro de 2018

O Coordenador do NIDEF – ISCE Douro

Pedro Forte, Prof. Doutor