

## PLANO DE EXPOSIÇÃO

Este trabalho encontra-se organizado em cinco capítulos:

**Capítulo I – Introdução:** neste capítulo procuramos enquadrar o objecto do nosso estudo através da apresentação do problema, o objectivo do nosso estudo, qual a sua pertinência e quais as hipóteses.

**Capítulo II – Revisão da Literatura:** para a realização deste capítulo, utilizámos como fontes bibliográficas algumas obras de autores de referência, artigos publicados em algumas revistas, estudos apresentados em congressos de natação e artigos publicados na internet. Após esta pesquisa, procurámos fazer uma síntese das opiniões dos principais autores.

**Capítulo III – Metodologia:** neste capítulo, procuramos explicar detalhadamente, como era constituída a nossa amostra, como foi realizada a recolha de dados para a realização do estudo e o modo como foram analisados esses dados.

**Capítulo IV – Apresentação e Discussão dos Resultados:** neste capítulo utilizando diversas tabelas, foram apresentados os principais resultados obtidos durante o nosso estudo. Por norma, após a tabela de apresentação de resultados, seguia-se uma pequena análise dos resultados obtidos, assim como uma pequena discussão na tentativa de compreender, os resultados obtidos.

**Capítulo V – Conclusões e Recomendações,** e é composto pelas conclusões do nosso trabalho e de algumas recomendações que nos pareceram pertinentes, após a realização deste estudo.