

ESCALAS/CUESTIONARIOS utilizados en el programa ACTIVE VALUES

PLOC: The Perceived Locus of Causality. Motivación académica

- Escala de Motivación Académica (EME): Para medir la motivación académica del estudiante se emplea de forma adaptada la versión traducida y validada al español (Moreno-Murcia et al., 2009) de la Perceived Locus of Causality (PLOC) Scale (Goudas et al., 1994), adaptada a su vez de la Self-Regulation Questionnaire of Ryan and Conell (1989). El instrumento está formado por 20 ítems, precedidos por la frase “Participo en esta clase...” y distribuidos en cinco subescalas cinco con cuatro ítems: desmotivación (e.g. “Pero no se realmente por qué”), regulación externa (e.g. “Porque tendré problemas si no lo hago”), regulación introyectada (e.g. “Porque quiero que el profesor/a piense que soy un/a buen/a estudiante”), regulación identificada (e.g. “Porque quiero aprender cosas nuevas”) y motivación intrínseca (e.g. “Porque las clases son divertidas”), Las respuestas se puntúan de acuerdo a una escala tipo Likert de siete puntos, desde 1 (Totalmente en desacuerdo) hasta 7 (Totalmente de acuerdo).

- Amotivacion: 5-10-15-20
- R. externa: 4-9-14-19
- R. introyectada: 3-8-13-18
- R. identificada: 2-7-12-17
- M. Intrínseca: 1-6-11-16

Para evaluar la motivación autodeterminada se utiliza el índice de autodeterminación (IAD) que se ha mostrado como válido y fiable en diferentes trabajos (Trigueros et al., 2018; Young-Jones et al., 2015) y se calcula con la siguiente fórmula: $2 \times M. \text{ Intrínseca} + M. \text{ Identificada} - (M. \text{ Externa} + M. \text{ Introyectada}) / 2 - (2 \times \text{desmotivación})$ (Vallerand, 1997).

Moreno, J. A., González-Cutre, D., & Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: The Perceived Locus of Causality (PLOC) Scale. *The Spanish Journal of Psychology*, 12, 327-337.

Goudas, M., Biddle, S. J. H., & Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 453-463.

Ryan, R. M., & Conell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for action in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761

Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., León-Estrada, I., González-Bernal, J., & González-Santos, J. (2018). Influencia del docente de Educación Física sobre la motivación, la vergüenza y la intención de ser físicamente activo en la adolescencia. *Revista de Psicodidáctica*.

Young-Jones, A., Fursa, S., Byrket, J. S., y Sly, J. S. (2015). Bullying affects more than feelings: the long-term implications of victimization on academic motivation in higher education. *Social Psychology of Education*, 18(1), 185-200.

Las siguientes preguntas buscan ver los **motivos que tienes para participar en clase**. Contesta con **sinceridad** siguiendo la escala que te presentamos a continuación:

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo (neutro)	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

Participo en clase...	1	2	3	4	5	6	7
1. Porque las clases son divertidas.							
2. Porque quiero aprender cosas nuevas.							
3. Porque quiero que el profesor/a piense que soy un/a buen/a estudiante.							
4. Porque tendré problemas si no lo hago.							
5. Pero no se realmente por qué.							
6. Porque disfruto aprendiendo nuevas cosas.							
7. Porque es importante para mí hacerlo bien en clase.							
8. Porque me sentiría mal conmigo mismo si no lo hiciera.							
9. Porque eso es lo que se supone que debo hacer.							
10. Pero no comprendo por qué debemos tener clase.							
11. Porque las clases son estimulantes.							
12. Porque quiero mejorar como estudiante.							
13. Porque quiero que los/as otros/as compañeros piensen que soy buen estudiante.							
14. Para que el/la profesor/a no me grite.							
15. Pero realmente siento que estoy perdiendo mi tiempo en el colegio/instituto.							
16. Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevos conocimientos.							
17. Porque puedo aprender conocimientos que podría usar en diferentes áreas de mi vida.							
18. Porque me preocupa cuando no lo hago.							
19. Porque esa es la norma.							
20. Pero no puedo comprender lo que estoy sacando de las clases.							

PSRQ: Responsabilidad

Cuestionario para el análisis de los niveles de responsabilidad personal y social (PSRQ): Adaptado al contexto escolar por Li et al. (2008) y al castellano por Escartí et al. (2011), con una escala tipo likert de con un valor mínimo de 1 y máximo de 5 y un total de 14 ítems. Todas las cuestiones venían bajo la premisa de “*En mis clases ...*”, un ejemplo de ítem sería “*Respeto a los demás*”.

Muestra valores adecuados de fiabilidad (Escartí, Gutiérrez y Pascual, 2011).

- RP. Social: 1-2-3-4-5-6-7
- RP. Personal: 8-9-10-11-12-13-14

Escartí, A., Gutiérrez, M., & Pascual, C. (2011). Propiedades psicométricas de la versión española del "Cuestionario de responsabilidad personal y social" en contextos de educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 0119-130.

Li, W., Wright, P., Rukavina, P. B., & Pickering, M. (2008). Measuring students' perceptions of personal and social responsibility and the relationship to intrinsic motivation in urban physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 27(2), 167-178

Lo normal es comportarse unas veces bien y otras mal. Nos interesa saber **cómo te comportas normalmente durante las clases**. No hay respuestas correctas o incorrectas. Por favor, responde siguiendo la siguiente escala:

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6

	1	2	3	4	5	6
1. Respeto a los demás.						
2. Respeto a mi profesor.						
3. Ayudo a otros.						
4. Animo a los demás.						
5. Soy amable con los demás.						
6. Controlo mi temperamento.						
7. Colaboro con los demás.						
8. Participo en todas las actividades.						
9. Me esfuerzo.						
10. Me propongo metas.						
11. Trato de esforzarme, aunque no me guste la tarea.						
12. Quiero mejorar.						
13. Me esfuerzo mucho.						
14. No me propongo ninguna meta.						

PNSE: Necesidades psicológicas básicas

Cuestionario para el análisis de las necesidades psicológicas básicas (PNSE): Validado al contexto español y al contexto educativo por Moreno et al. (2008), con una escala tipo likert de con un valor mínimo de 1 y máximo de 5 y un total de 12 items. Todas las cuestiones venían bajo la premisa de “En mis clases...”, un ejemplo de ítem sería “Realizo los ejercicios eficazmente”. Dentro de este constructo psicológico, se elabora el conocido como “Índice de mediadores psicológicos” (Bartholomew et al., 2010) donde se analiza el conjunto de las tres necesidades psicológicas básicas como un factor único (IMP).

- Autonomía: 1-4-7-10
- Competencia: 2-5-8-11
- Relación: 3-6-9-12

Moreno, J. A., González-Cutre, D., Chillón, M., & Parra, N. (2008). Adaptación a la Educación Física de la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología*, 25, 295-303.

Bartholomew, K., Ntoumanis, N., & Thogersen, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(2), 193-216

Moreno, J. A., González-Cutre, D., Chillón, M., & Parra, N. (2008). Adaptación a la educación física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 295-303.

Las siguientes preguntas hacen referencia a **cómo te sientes en las clases**. Contesta siguiendo la escala siguiente:

Totalmente en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Neutro	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

En mis clases...	1	2	3	4	5
1. Las actividades que realizo se ajustan a mis intereses.					
2. Siento que he tenido una gran progresión con respecto al objetivo final que me he propuesto.					
3. Me siento muy cómodo/a cuando hago actividades de clase con los demás compañeros/as.					
4. La forma de realizar las actividades coincide perfectamente con la forma en que yo quiero hacerlos.					
5. Realizo las actividades de clase eficazmente.					
6. Me relaciono de forma muy amistosa con el resto de mis compañeros/as.					
7. La forma de realizar las actividades de clase responde a mis deseos.					
8. Las actividades de clase son algo que hago muy bien.					
9. Siento que me puedo comunicar abiertamente con mis compañeros/as.					
10. Tengo la oportunidad de elegir como realizar las actividades de clase.					
11. Pienso que puedo cumplir con las exigencias de la clase.					
12. Me siento muy cómodo con los compañeros/as de clase.					

Escala para valorar el clima social de aula

Cuestionario clima social de aula: diseñado y elaborado por Pérez et al. (2007). Se compone de 15 ítems con una escala tipo Likert de 1 (muy en desacuerdo) a 4 (muy de acuerdo), divididos en cuatro subescalas: interés (e.g. Los profesores se interesan personalmente por cada uno de nosotros), satisfacción (Los alumnos estamos contentos con el grupo clase), relación (e.g. La relación entre los profesores y los alumnos es cordial) y comunicación (e.g. En esta clase los alumnos tenemos muy buena comunicación con los profesores). Todas componen el clima social de aula.

- Interés: 1-2
- Satisfacción: 3-4-5-6
- Relación: 7-8-9-10
- Comunicación: 11-12-13-14-15

Pérez, A., Ramos, G., & López, E. (2009). Diseño y análisis de una escala para la valoración de la variable clima social aula en alumnos de Educación Primaria y Secundaria. *Revista de Educación*, 350, 221-252.

Las siguientes preguntas hacen referencia al **clima social del aula en tus clases**. Contesta siguiendo la escala siguiente:

Nunca	A veces	Bastantes veces	Siempre
1	2	3	4

Indica ahora tu grado de acuerdo o desacuerdo con las afirmaciones que vienen a continuación.

	1	2	3	4
1. Los profesores se interesan personalmente por cada uno de nosotros.				
2. Los profesores muestran respeto por nuestros sentimientos.				
3. Los alumnos estamos contentos con el grupo/clase.				
4. Los alumnos nos sentimos orgullosos de esta clase.				
5. Los profesores se sienten orgullosos de esta clase.				
6. Creo que mi clase es un lugar agradable (me gusta estar en mi clase).				
7. La relación entre los profesores y los alumnos es cordial.				
8. Las relaciones entre nosotros y los profesores son agradables.				
9. En esta clase, los alumnos nos llevamos muy bien.				
10. Los alumnos colaboramos muy bien entre nosotros.				
11. En esta clase los alumnos tenemos muy buena comunicación con los profesores.				
12. En esta clase los alumnos tenemos muy buena comunicación entre nosotros.				
13. En esta clase se propician debates.				
14. Hay una buena comunicación entre nuestros profesores.				
15. Los profesores escuchan a los alumnos sin interrumpir.				

MIFA: intención de ser físicamente activo

Cuestionario MIFA: se utiliza la versión adaptada y traducida al español (Moreno, Moreno, & Cervelló, 2007) de la Intention to be Physically Active Scale (IPAS) de Hein et al. (2004). La escala está encabezada por la sentencia «Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...». La escala está compuesta por cinco ítems para medir la intención de ser físicamente activo (e.g. «Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre»). Las respuestas corresponden a una escala tipo Likert que oscila de 1 (Totalmente en desacuerdo) a 5 (Totalmente de acuerdo).

Moreno, J. A., Moreno, R., & Cervelló, E. (2013). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud, 17*(2), 261-267.

Hein, V., Müür, M., & Koka, A. (2004). Intention to be physically active after school graduation and its relationship to three types of intrinsic motivation. *European Physical Education Review, 10*(1), 5-19. doi: 10.1177/1356336X04040618

Las siguientes preguntas hacen referencia a **tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva**. Contesta siguiendo la escala siguiente:

En mis clases...	1	2	3	4	5
1. Me interesa el desarrollo de mi forma física.					
2. Al margen de las clases de Educación Física, me gusta practicar deporte.					
3. Después de terminar mis estudios, quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento.					
4. Después de terminar mis estudios, me gustaría mantenerme físicamente activo/a.					
5. Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre.					