

### Anexo. Cuestionario de metas de logro 3x2 en Educación Física (CML 3x2-EF)

Las siguientes frases representan tipos de metas que puedes tener o no en clase de Educación Física. Por favor, contesta con sinceridad rodeando con un círculo el número que más se acerque a tu opinión. Estas son las respuestas posibles:



En mis clases de Educación Física mi meta es...

- |   |   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar correctamente muchos ejercicios y habilidades</li> <li>2. Evitar hacer mal las tareas de clase</li> <li>3. Realizar los ejercicios mejor de lo que lo hago habitualmente</li> <li>4. Evitar hacer las habilidades peor de como las hago habitualmente</li> <li>5. Superar a los otros estudiantes en la realización a las tareas y habilidades</li> <li>6. Evitar hacer peor los ejercicios y las tareas que los otros estudiantes</li> <li>7. Hacer bien muchas habilidades y ejercicios</li> <li>8. Evitar realizar inadecuadamente las tareas propuestas por el profesor</li> <li>9. Hacer los ejercicios mejor en relación a como lo he hecho en el pasado</li> <li>10. Evitar hacer las habilidades peor en comparación con mi nivel habitual</li> <li>11. Hacer las tareas y las habilidades mejor en comparación con los demás</li> <li>12. Evitar hacer peor las tareas y ejercicios que los demás</li> <li>13. Ejecutar correctamente muchas habilidades y ejercicios</li> <li>14. Evitar ejecutar mal las tareas de esta asignatura</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>15. Hacer mejor los ejercicios de como lo suelo hacer</li> <li>16. Evitar hacer las habilidades peor en comparación a como lo hago normalmente</li> <li>17. Hacer las tareas y habilidades mejor que mis compañeros</li> <li>18. Evitar rendir peor que mis compañeros en las tareas y ejercicios</li> <li>19. Ejecutar bien muchos ejercicios y habilidades</li> <li>20. Evitar hacer mal las tareas de esta asignatura</li> <li>21. Ejecutar mejor los ejercicios de como lo suelo hacer</li> <li>22. Evitar realizar las habilidades peor en comparación a como lo suelo hacer</li> <li>23. Ejecutar las tareas y habilidades mejor que los demás</li> <li>24. Evitar realizar peor las tareas y ejercicios que mis compañeros</li> </ol> |
|---|---|

#### Tipos de metas:

Aproximación-tarea: 1, 7, 13, 19

Evitación-tarea: 2, 8, 14, 20

Aproximación-yo: 3, 9, 15, 21

Evitación-yo: 4, 10, 16, 22

Aproximación-otro: 5, 11, 17, 23

Evitación-otro: 6, 12, 18, 24