

ANEXO 1: ENCUESTA

Estimados alumnos:

Los datos recogidos de la presente encuesta anónima y confidencial sobre la práctica de actividad física, serán utilizados para la realización del Trabajo Fin de Grado en Educación primaria de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza ¡Gracias por tu colaboración!

Por favor, contesta con sinceridad a cada una de las preguntas **marcando con una cruz** en la casilla correspondiente o escribiendo el dato que se solicita.

1. ¿Eres un niño o una niña?

Niño

Niña

¿Cuántos años tienes? : _____

¿A qué clase vas? : _____

2. Fuera del horario escolar y en tu tiempo libre: ¿Cuántas veces por semana participas en deportes (como mínimo durante 20 minutos)?

Una vez a la semana

2-3 veces por semana

4-6 veces por semana

Todos los días

3. ¿Participas en competiciones deportivas (por ejemplo, atletismo, fútbol, baloncesto...?)

No, nunca he participado

Antes si, pero ahora no participo

Si, participo a nivel Inter-escolar

Si, participo a nivel comarcal o provincial

Si, participo a nivel nacional o internacional

4. Tienes facilidad para hacer amigos y relacionarme con los demás

Siempre

Casi siempre

Casi nunca

Nunca

5. ¿Cómo sueles practicar deporte?

- Solo/a
- Con otros
- Algunas veces solo/a y otras con otros
- Practicas deporte con tus amigos/as

6. Si practicas algún deporte, ¿A qué edad empezaste? Si ya no lo practicas, ¿a qué edad lo dejaste?

- Comencé a competir en ____ a los ____ años y lo dejé a los ____ años
- Comencé a competir en ____ a los ____ años y lo dejé a los ____ años
- Comencé a competir en ____ a los ____ años y lo dejé a los ____ años

7. Elige el punto de escala que mejor te describa. Por ejemplo, si eres más rubia/o que morena/o, pon una X como en el ejemplo

<i>¿Cómo soy?</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	
<i>Soy rubio/a</i>				<i>x</i>		<i>Soy moren/a</i>
Tengo buenas facultades deportivas						No tengo buenas facultades deportivas
Soy flexible						No soy flexible
No me canso fácilmente						Me canso fácilmente
Soy rápido/a						No soy rápido/a
Soy demasiado alto/a						No soy demasiado alto/a
Soy fuerte						No soy fuerte
Soy demasiado delgado/a						No soy demasiado delgado/a
Estoy satisfecho/a con mi aspecto						No estoy satisfecho/a con mi aspecto

8. ¿Qué piensas respecto a tu salud? Y ¿Por qué lo piensas?

- Me encuentro muy sano

- Me encuentro bastante sano
 No me encuentro muy sano

Porque... _____

9. ¿Cuánto tiempo pasas con tus amigos/as fuera de las horas de clase?

- Ningún día de la semana
 Una vez por semana o menos
 2-3 días por semana
 4-6 días por semana
 Todos los días incluso fines de semana

10. Esta pregunta se refiere a lo que sientes cuando participas en actividades deportivas.

Lee atentamente las siguientes afirmaciones y señala aquellas que te describen mejor cuando tienes éxito en el deporte

1= Totalmente de acuerdo, 2= De acuerdo, 3= En desacuerdo, 4= Totalmente en desacuerdo

Creo que tengo éxito en el deporte cuando:

	1	2	3	4
Soy el/la único/a que puede realizar una habilidad o jugar bien				
Aprendo una habilidad nueva y me motiva a practicar más				
Puedo hacerlo mejor que mis amigos/as				
Los otros/as no pueden hacerlo tan bien como yo				
Aprendo algo que es divertido de hacer				
Otros/as entorpecen el juego y yo no				
Aprendo una tarea nueva esforzándome				
Yo trabajo y me esfuerzo mucho				
Yo soy el/la que mas puntúa o el/la que gana				
Soy el/la mejor				
Aprender una actividad me hace sentir realmente bien				

Lo hago lo mejor que puedo

--	--	--	--	--

11. ¿Prefieres el deporte individual o colectivo? ¿Por qué?

12. Te resulta fácil ¿ponerte en el lugar del otro?, ¿entender lo que está sintiendo?

Si

No

13. A continuación aparecen diversas razones para realizar actividades deportivas. Marca con una x la casilla con la que te identifiques

1= Muy importante, 2= Importante, 3= Poco importante, 4= Muy poco importante

<i>Participo en actividades deportivas porque...</i>	1	2	3	4
Van mis amigos/as				
De mayor quiero ser deportista				
Conozco a gente nueva				
Me beneficia				
Disfruto con la competición				
Quiero estar en forma				
Me relaja				
Disfruto haciendo ejercicio				
Seré popular				
Es emocionante				
Me hace guapo/a				
Puedo hacer amigos/as				
Me da la oportunidad de expresarme como soy				

14. Creo que mis compañeros obtendrán mejores resultados que yo en cualquier examen o

control (Marca con una x)

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo

15. Siento miedo de obtener una baja calificación (Marca con una x)

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo

¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!