

**DESEÑO E VALIDACIÓN DUN CUESTIONARIO PARA A
ANÁLISE DAS CONCEPCIÓNS DO ALUMNADO DA
EDUCACIÓN SECUNDARIA SOBRE O SIGNIFICADO DE
EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDADE**

**DISEÑO Y VALIDACIÓN DE UN CUESTIONARIO PARA EL
ANÁLISIS DE LAS CONCEPCIONES DEL ALUMNADO DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA SOBRE EL SIGNIFICADO DE
EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD**

**DESIGN AND VALIDATION OF A QUESTIONNAIRE FOR THE
ANALYSIS OF THE CONCEPTIONS OF THE STUDENT OF
SECONDARY EDUCATION ON THE MEANING OF QUALITY
PHYSICAL EDUCATION**

Titor: Miguel Ángel González Valeiro

**Traballo Fin de Mestrado
2019/20**

Iván Fontela García

DNI: 45908321-E

**Mestrado Universitario de Investigación na Actividade Física,
Deporte e Saúde (Interuniversitario)**

Índice dos Contidos

1. Introducción.....	10
2. Marco Teórico	12
2.1. Concepto de Educación Física de Calidade	12
2.2. Características que compoñen o concepto de Educación Física de Calidade	14
2.2.1. <i>Que é un bo profesor/a de Educación Física?</i>	<i>14</i>
2.2.2. <i>Que é un alumno/a ben educado/a fisicamente?</i>	<i>16</i>
2.2.3. <i>Cales son as finalidades da Educación Física</i>	<i>17</i>
3. Marco Metodolóxico	20
3.1. Obxectivos	20
3.2. Poboación	20
3.3. Instrumento	21
3.3.1. <i>Obxectivos dun cuestionario</i>	<i>21</i>
3.3.2. <i>Vantaxes dun cuestionario</i>	<i>22</i>
3.3.3. <i>Limitacións do cuestionario</i>	<i>23</i>
3.3.4. <i>Proceso de elaboración do cuestionario</i>	<i>24</i>
4. Resultados	27
4.1. Elaboración do cuestionario	27
4.1.1. <i>1ª Versión do cuestionario</i>	<i>27</i>
4.1.2. <i>2ª Versión do cuestionario</i>	<i>28</i>
4.1.3. <i>3ª Versión do cuestionario</i>	<i>29</i>
4.2. Validación da comprensión.....	35
4.3. Validación del construto e fiabilidade (Estudio piloto).....	36
5. Discusión	37
6. Conclusión.....	42
7. Limitacións do estudio e perspectivas de futuro	43
8. Bibliografía.....	44

9. Anexos	49
9.1. Anexo 1. Primeira Versión do Cuestionario	49
9.1.1. <i>Bloque 0. Caracterización.....</i>	49
9.1.2. <i>Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?.....</i>	50
9.1.3. <i>Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?</i>	51
9.1.4. <i>Bloque 3. Finalidades da Educación Física</i>	52
9.2. Anexo 2. Segunda Versión do Cuestionario	53
9.2.1. <i>Bloque 0. Caracterización.....</i>	53
9.2.2. <i>Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?.....</i>	57
9.2.3. <i>Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?</i>	58
9.2.4. <i>Bloque 3. Finalidades da Educación Física</i>	59
9.3. Anexo 3. Terceira Versión do Cuestionario	60
9.3.1. <i>Bloque 0. Caracterización.....</i>	60
9.3.2. <i>Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?.....</i>	67
9.3.3. <i>Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?</i>	68
9.3.4. <i>Bloque 3. Finalidades da Educación Física</i>	69
9.4. Anexo 4. Cuestionario para validación Online	70
9.4.1. <i>Bloque 0. Caracterización.....</i>	70
9.4.2. <i>Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?.....</i>	78
9.4.3. <i>Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?</i>	79
9.4.4. <i>Bloque 3. Finalidades da Educación Física</i>	80

Índice de Táboas

Táboa 1. Estrutura do cuestionario (1ª versión)	28
Táboa 2. Estrutura do cuestionario (2ª versión)	29
Táboa 3. Estrutura do cuestionario (3ª versión)	30
Táboa 4. Participantes en el proceso seguido para la validación de expertos (Método DELPHI).....	30
Táboa 5. Estrutura do bloque 0 (Caracterización).....	31
Táboa 6. Estrutura do bloque 1 (Que é un/ha bo/a profesor/a de EF?)	32
Táboa 7. Estrutura do bloque 2 (Que é un/ha alumno/a ben educado fisicamente?)	33
Táboa 8. Estrutura do bloque 3 (Cales son as finalidades da EF?)	34
Táboa 9. Bloque 0 (Primeira versión)	49
Táboa 10. Bloque 1 (Primeira versión)	50
Táboa 11. Bloque 2 (Primeira versión)	51
Táboa 12. Bloque 3 (Primeira versión)	52
Táboa 13. Bloque 0 - Caracterización (Segunda versión).....	53
Táboa 14. Bloque 0 - Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión) ..	53
Táboa 15. Bloque 0 - profesión dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión) .	53
Táboa 16. Bloque 0 - Exemplo para saber cubrir ó cuestionario (Segunda versión)	54
Táboa 17. Bloque 0 – Que días da semana vas camiñar? Canto tempo camiñas cada un dos días? (Segunda versión)	54

Táboa 18. Bloque 0 - A hora do recreo do instituto/escola, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Segunda versión).....	55
Táboa 19. Despois do instituto/escola ou no fin de semana, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Segunda versión)	55
Táboa 20. Bloque 0 - Que días tiveches clase de EF no instituto/escola? (Segunda versión)	55
Táboa 21. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares? (Segunda versión).....	56
Táboa 22. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Segunda versión)	56
Táboa 23. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares? (Segunda versión).....	56
Táboa 24. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Segunda versión)	56
Táboa 25. Bloque 1 (Segunda versión)	57
Táboa 26. Bloque 2 (Segunda versión)	58
Táboa 27. Bloque 3 (Segunda versión)	59
Táboa 28. Bloque 0 - Caracterización (Terceira versión)	60
Táboa 29. Bloque 0 - Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión) ..	61
Táboa 30. Bloque 0 - profesión dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión) .	61
Táboa 31. Bloque 0 - Exemplo para saber cubrir ó cuestionario (Terceira versión).....	61
Táboa 32. Bloque 0 – Que días da semana vas camiñar? Canto tempo camiñas cada un dos días? (Terceira versión).....	62
Táboa 33. Bloque 0 - A hora do recreo do instituto/escola, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Terceira versión)	62

Táboa 34. Despois do instituto/escola ou no fin de semana, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Terceira versión).....	63
Táboa 35. Bloque 0 - Que días tiveches clase de EF no instituto/escola? (Terceira versión)	63
Táboa 36. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares? (Terceira versión)	63
Táboa 37. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Terceira versión)	63
Táboa 38. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares? (Terceira versión)	64
Táboa 39. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Terceira versión)	64
Táboa 40. Bloque 0 - Canto tempo soles ver a TV/vídeo/DVD ó día? (Terceira versión)	65
Táboa 41. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o ordenador (para navegar por Internet, chatear, practicar xogos interactivos, etc.) ó día? (Terceira versión)	65
Táboa 42. Bloque 0 - Canto tempo soles usar videoxogos ó día? (Terceira versión)	65
Táboa 43. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o móbil ó día? (Terceira versión)	66
Táboa 44. Bloque 1 (Terceira versión).....	67
Táboa 45. Bloque 2 (Terceira versión).....	68
Táboa 46. Bloque 3 (Terceira versión).....	69
Táboa 47. Bloque 0 - Caracterización (Versión Online).....	71
Táboa 48. Bloque 0 - Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Versión Online)....	71
Táboa 49. Bloque 0 - profesión dos teus pais/nais ou titores legais (Versión Online)...	71
Táboa 50. Bloque 0 - Entendes as preguntas? (Versión Online).....	71

Táboa 51. Bloque 0 - Exemplo para saber cubrir ó cuestionario (Versión Online)	72
Táboa 52. Bloque 0 – Que días da semana vas camiñar? Canto tempo camiñas cada un dos días? (Versión Online)	72
Táboa 53. Bloque 0 - A hora do recreo do instituto/escola, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Versión Online).....	73
Táboa 54. Despois do instituto/escola ou no fin de semana, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Versión Online)	73
Táboa 55. Bloque 0 - Que días tiveches clase de EF no instituto/escola? (Versión Online)	73
Táboa 56. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares? (Versión Online).....	74
Táboa 57. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Versión Online) .	74
Táboa 58. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares? (Versión Online).....	75
Táboa 59. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Versión Online) .	75
Táboa 60. Bloque 0 - Canto tempo soles ver a TV/vídeo/DVD ó día? (Versión Online)	76
Táboa 61. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o ordenador (para navegar por Internet, chatear, practicar xogos interactivos, etc.) ó día? (Versión Online).....	76
Táboa 62. Bloque 0 - Canto tempo soles usar videoxogos ó día? (Versión Online).....	76
Táboa 63. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o móbil ó día? (Versión Online).....	77
Táboa 64. Bloque 1 (Versión Online)	78
Táboa 65. Bloque 2 (Versión Online)	79
Táboa 66. Bloque 3 (Versión Online)	80

Índice de Ilustracións

<i>Ilustración 1. Fases do Método Delphi (Giraldo, 2013).....</i>	<i>26</i>
<i>Ilustración 2. Bloque 0 - Tipoloxía corporal muller</i>	<i>60</i>
<i>Ilustración 3. Bloque 0 - Tipoloxía corporal home</i>	<i>60</i>
<i>Ilustración 4. Bloque 0 - Tipoloxía corporal muller</i>	<i>71</i>
<i>Ilustración 5. Bloque 0 - Tipoloxía corporal home</i>	<i>71</i>

Lista de Abreviaturas

- **AF** *Actividade Física*
- **AF-D** *Actividade Físico - Deportiva*
- **CCAFD** *Ciencias da Actividade Física e o Deporte*
- **CF** *Condición Física*
- **EE** *Educación Especial*
- **EF** *Educación Física*
- **EFC** *Educación Física de Calidade*
- **ESO** *Educación Secundaria Obrigatoria*
- **ExF** *Exercicio Físico*
- **FPEFC** *Formación de Profesores de Educación Física de calidades*
- **TFM** *Traballo Fin de Mestrado*
- **UDC** *Universidade da Coruña*
- **UVIGO** *Universidade de Vigo*

1. Introducción

O presente documento, trátase de un Traballo Fin de Mestrado (TFM), e que pertence o Mestrado Universitario de Investigación na Actividade Física, Deporte e Saúde (Interuniversitario), da Universidade da Coruña (UDC).

Nel, creouse un cuestionario, o cal está destinado ó alumnado da Educación Secundaria Obrigatoria (ESO), co fin de analizar a concepción que teñen sobre o significado da educación física de calidade.

Este cuestionario que se pretende validar, xurdiu doutro cuestionario denominado “Socialización Profesional en EF”, aplicado a nivel internacional por un conxunto de grupos de investigación no que se encontra un da UDC denominado Grupo de Investigación en Educación, Saúde e Actividade Física: Estudos de Xénero, o cal se lles aplicou ó profesorado de EF, formadores de docentes e estudantes de EF en formación inicial. En este caso, céntrome en 3 aspectos, os cales son:

- Caracterización do alumnado, atendendo especialmente ós seus hábitos de práctica de AF.
- Concepcións sobre o que é un bo docente de EF e un/unha alumno/a ben educado/a fisicamente..
- Percepción sobre as finalidades e obxectivos da EF.

A orixe deste cuestionario, é mellorar a calidade tanto das competencias docentes como das súas clases, debido a importancia que ten a EF na sociedade actual. Como é ben sabido, o exercicio físico (ExF) xunto coa alimentación, son os responsables de mellorar a calidade de vida de todas as persoas, influíndo en aspectos sociais, psicolóxicos, na

condición física (CF), así como nun gran número de enfermidades (terapia ou co-axudante) e noutros aspectos de gran interese.

Por todo isto, preténdese traballar dende a base, co fin de consolidar a práctica de actividade física (AF) na idade adulta, aproveitándose de ditos beneficios. Para conseguir este obxectivo, necesítase que a EF sexa de calidade, loitando contra o sedentarismo e concienciando a poboación dos riscos que se corren por mor de non practicar AF saudable e de calidade.

En definitiva, preténdese mellorar o estilo de vida do noso alumnado, é dicir, mellorar o conxunto de patróns que caracterizan a maneira xeral de vivir dun individuo ou grupo e que lle de anos a vida e vida ós anos (Mendoza, 1994), . Co cal, se a EF é de calidade, o alumnado seguirá practicando AF ó longo da súa vida, conseguindo un estilo de vida saudable e activo, que lle dará anos a vida e vida ós anos.

2. Marco Teórico

Dentro de este apartado, por un lado, vaíse a explicar o concepto de Educación Física de Calidade (EFC) e as súas características.

2.1. Concepto de Educación Física de Calidade

En primeiro lugar, defínese este concepto, apoiándose en (McLennan & Thompson, 2015) nun documento que ten por título “*Educación Física de Calidade: Guía para los responsables políticos*” e entende a EFC como aquela que “*brinda distintas oportunidades para adquirir estas aptitudes, características de cidadáns con confianza en si mesmos e socialmente responsables*”(p. 14). Co cal, non se trata so de facer suar o alumnado en 50 minutos, senón que con leva a algo máis que iso.

Por outro lado, neste mesmo documento, danse unha serie de indicadores referencia co fin de conseguir unha EFC:

- **Cumprir as necesidades básicas:** *política, recursos humanos, recursos, capacitación, promoción e seguimento e avaliación.*
- **Proporcionar unha EFC:** *currículo, enlaces transversais/externos, estudantes, avaliación e investigación.*
- **Garantir a Formación de Profesores de Educación Física de calidades (FPEFC):** *perfil profesional, coñecementos, aptitudes para a docencia, práctica docente, cualificación do curso e seguimento e avaliación.*

Co fin de entender un pouco máis a importancia que ten a EFC na vida de calquera persoa, aportase a seguinte cita da Carta Internacional da EF e o Deporte da UNESCO, (UNESCO, 1978), a cal afirma que:

“Todo ser humano ten o dereito fundamental de acceder a EF e o deporte, que son indispensables para o pleno desenvolvemento da súa personalidade. O dereito a desenvolver as facultades físicas, intelectuais e morais por medio de la EF e o deporte deberá garantirse tanto dentro do marco do sistema educativo como nos demais aspectos da vida social.” (p. 2)

Polo tanto, para poder conseguir unha EFC, o docente debe de facer a súa labor de forma eficaz, a través dos coñecementos, valores e habilidades debeu de ir adquirindo na súa formación e que son propios para o seu posto de traballo. Para elo, Wiegand, Bulger & Mohr (2004) resaltaron as seguintes características que deben de ter os programas de formación inicial de calidade:

- Valorar o coñecemento de materias complementarias, coa presenza de profesorado cualificado que se encargue de delimitar o seu contido ó estritamente relevante.
- Articular correctamente o currículo, implicando a docentes de educación xeral con outros propios da rama, e orientando a formación cara a un equilibrio entre o que a EF podería ser e a realidade existente.
- Mellorar o coñecemento pedagóxico do contido, organizando o mesmo de forma secuencial acordo a evolución do alumnado.
- Boas prácticas de campo, sendo necesaria a participación da escola, contando con unha supervisión conxunta de formadores de formadores e profesionais do sector que garantisen o bo facer do futuro aspirante.

De todas estas ideas, pódese extraer a conclusión que para conseguir acercarnos á ideas de EFC, debemos consensuar tres aspectos fundamentais, partindo das preguntas abertas do cuestionario de *“Socialización Profesional en Educación Física. Un estudio*

sobre as concepcións da actividade profesional en formadores de profesores, profesores e estudantes de Educación Física”, que son os seguintes:

- 1º. Que é un bo docente de EF.
- 2º. Cales son os obxectivos e finalidades da EF e cal é o produto que queremos conseguir, que é o terceiro punto.
- 3º. Que é un alumno/a ben educado/a fisicamente.

2.2. Características que compoñen o concepto de Educación Física de Calidade

Presentamos a continuación a xustificación de cada un de estes aspectos menciñados:

2.2.1. Que é un bo profesor/a de Educación Física?

Atendendo ós estudos do grupo de investigación da UDC anteriormente menciñados, Grupo de Investigación en Educación, Saúde e Actividade Física: Estudos de Xénero, detéctanse diferentes categorías do que representa ser un bo docente de EF (Villaverde, 2019), as cales son:

- 1º. *Capacidade científica*
- 2º. *Capacidade pedagóxica*
 - a. *Planificación*
 - b. *Intervención*
 - c. *Avaliación.*
- 3º. *Actitude profesional*
- 4º. *Trazos da personalidade*

5°. *Efectos do proceso*

6°. *Efectos do produto*

a. *Xerais*

b. *Específicos*

c. *Aptitude física*

7°. *Orientacións filosóficas*

Como é ben sabido, todos/as os nenos/as, teñen unha gran interese pola actividade física en xeral, por elo, o profesorado ten que ser capaz de manter ese interese ó mesmo tempo que mellora as súas capacidades físicas. Ademais, débenlle axudar a entender para que sirva a AF é por que é necesario facela, conseguindo mellorar a súa competencia motriz.

Seguindo as palabras de (Villarreal & Bruna, 2017) os docentes de EF deben desenvolver competencias de carácter interpersonal, intrapersonal, pedagóxico-didáctica, de xestión e organización e investigación, é dicir, non solo se trata de ensinar unhas actividades, senón que vai máis alá. Nesta mesma liña, encontramos a (Bernardes & Ferro, 2016), os cales reportan que o rol do docente valorado polos alumnos involucran características persoais e coñecementos técnicos, pedagóxicos e curriculares para ensinar habilidades deportivas e xerar interese polo exercicio.

Por último, en canto a este bloque, vamos a engadir cales son os 3 factores que debe de reunir un docente de EF segundo (Samaniego, 2005):

- Un alto nivel de competencia metodolóxica baseada nun coñecemento do contido e da súa didáctica.
- Unhas calidades e capacidades de autoanálise que lle permitan unha mellora baseada na acción docente contextualizada.

- Unha capacidade para comprender as conexións entre a ensinanza con significados que transcendan os límites del aula.

2.2.2. Que é un alumno/a ben educado/a fisicamente?

No citado grupo, tras a análise dos resultados do estudio (Villaverde, 2019), obtívose en este aspecto as seguintes categorías:

- *Competencia motriz xeral.*
- *Aptitude/capacidade física.*
- *Estilo de vida activo/hábitos de vida saudable.*
- *Coñecemento.*
- *Competencia persoal.*
- *Aptitudes/gusto.*

Segundo a (Couturier, Chepko, & Hot, 2013), para que un alumno se considere ben educado fisicamente, ten que cumprir cos 5 estándares, que son os seguintes:

- **Estándar 1.** O individuo educado fisicamente demostra competencia nunha variedade de habilidades motrices e patróns de movemento.
- **Estándar 2.** O individuo educado fisicamente aplica coñecementos de conceptos, principios, estratexias e tácticas relacionadas co movemento e o desempeño.
- **Estándar 3.** O individuo educado fisicamente demostra os coñecementos e as habilidades para alcanzar e manter un nivel de actividade física e de forma física que aumenta a saúde.

- **Estándar 4.** O individuo educado fisicamente presenta un comportamento persoal e social responsable que respecta a si mesmo e aos demais.
- **Estándar 5.** O individuo educado fisicamente reconece o valor da actividade física para a saúde, goce, desafío, auto-expresión e / ou interacción social.

Por outro lado, temos a definición de Pascual (1999), sobre o que é unha persoa ben educada desde a EF:

É aquela que a través das oportunidades, experiencias e tarefas específicas e non específicas que lle brinda esta área de coñecemento perfeccionou as súas capacidades cognitivas, motrices, sociais, afectivas, etc. para comprender e actuar no mundo social e natural, contribuíndo así á consecución dunha sociedade humana.

2.2.3. Cales son as finalidades da Educación Física

Encóntrase dividido en 6 categorías, que son as seguintes:

- *Fins educativos xerais.*
- *Fomentar o gusto polas actividades físicas.*
- *Promover aprendizaxes deportivos ou relacionados coa condición física/saúde.*
- *Promover estilos de vida activos.*
- *Promoción da aptitude física*
- *Promover a catarses.*

Para a (Couturier et al., 2013), “o obxectivo da EF é desenrolar persoas educadas fisicamente que teñan coñecemento, as habilidades e a confianza para desfrutar de unha vida de actividade física saudable” (p.1).

Ponce (2006), ó igual que Martín (2009), mencionado por (López, 2016) mencionan cales son as finalidades ou obxectivos da EF dentro do marco escolar, destacando os seguintes:

- Desenvolvemento de aptitudes físicas.
- Utilización do tempo libre construtivamente.
- Desenvolvemento das persoas con sentido moral.
- Hábitos de vida saudable.
- Desenvolvemento de habilidades motrices.

Seguindo un pouco na mesma liña, Huyke (1979) mencionado por (López, 2016) *“a EF ten como propósito desenvolver individuos que sexan persoas educadas fisicamente, que posúan as destrezas, os coñecementos e as actitudes necesarias para moverse nunha variedade de formas” (p. 4)*

Para conseguir estas finalidades coa EF, os docentes deben de impartir clases con calidade, e para iso deben de seguirse as premisas de (Carreiro da Costa, 2009):

- A acción coordinada e colaborativa entre os/as profesores/as.
- O compromiso compartido entre /as profesores/as sobre o que é importante ensinar e sobre a mellor maneira de organizar o aprendizaxe.
- Facer a toma de decisións (de planificación, interacción pedagóxica e de avaliación) en función do impacto que terá o aprendizaxe.
- Proporcionar o tempo de aprendizaxe suficiente e efectivo.
- Garantir a continuidade no aprendizaxe, non soamente a continuidade durante o desenvolvemento do ano escolar (articulación horizontal), senón tamén unha

continuidade vertical, isto é, unha articulación entre niveis e anos de escolaridade.

- Atender as percepcións persoais dos/as alumnos/as con realce especial na actitude cara a EF, percepción de competencia e orientación de meta con relación á práctica de actividades físicas.
- A valoración do rol da investigación e a reflexión na mellora continua da ensinanza e o aprendizaxe.

3. Marco Metodolóxico

A confección deste apartado, ten como finalidade describir cal foi o proceso de elaboración e validación deste documento.

3.1. Obxectivos

O obxectivo principal de este cuestionario:

Construír un instrumento que nos permita coñecer o que pensan os adolescentes unha vez finalizada a etapa escolar obrigatoria, con respecto a que é un bo docente, as finalidades da EF e que é un/unha alumno/a ben educado/a fisicamente.

Obtendo estes datos, obteremos unha información valiosa que nos permitirá reorientar a EF, fomentando a práctica de actividade física saudable con vistas a mellorar a calidade de vida, loitando contra o sedentarismo e a aparición de enfermidades.

3.2. Poboación

En canto ó perfil do alumnado ó que vai dirixido este cuestionario, dicir que se escolleu ó alumnado de 4º ESO, da Comunidade Autónoma de Galicia. O motivo principal é saber con que idea terminan a etapa obrigatoria. Ó ser un curso finalista, suponse que deben de ter máis claras as concepcións que neste cuestionario se preguntan.

3.3. Instrumento

Para esta investigación, vaíse a utilizar como instrumento, un cuestionario. Antes de explicar como será dito cuestionario, vaíse a definir este concepto seguindo a (Fàbregues, Meneses, & Rodríguez, 2016) :

“É a ferramenta que permite ó científico social expor un conxunto de preguntas para recoller información estruturada sobre unha mostra de persoas, empregando o tratamento cuantitativo e agregado das respostas para descubrir a poboación a que pertencen e/ou contrastar estatisticamente algunhas relacións entre medidas do seu interese”. (p. 9).

Outra definición que se aporta, sobre este mesmo concepto, é a de (García, 2002) *“é un sistema de preguntas ordenadas con coherencia , con sentido lóxico e psicolóxico, expresado con linguaxe sinxela e clara”* (p. 29).

De aí que o cuestionario, sexa unha técnica ou instrumento empregado na metodoloxía de enquisas, seguindo uns pasos organizados en canto ó seu deseño, administración e recollida dos datos obtidos. Polo tanto, permite recoller a información a partir das fontes primarias, que neste caso son os adolescentes de 4º ESO. A continuación, preséntanse os motivos polos cales se escolleu esta ferramenta para a recollida de datos, e dicir, os obxectivos, vantaxes e limitacións do mesmo.

3.3.1. Obxectivos dun cuestionario

Segundo (García, 2002), os obxectivos, vantaxes e limitacións que poden presentar os cuestionarios son os seguintes:

- Traducir a preguntas o problema.

- Crear instrumento que permita o rexistro veraz e fiable das respostas.
- Conformer unha ferramenta que reflexe o mellor posible a posición dos suxeitos, con pouca distorsión.
- Obter información pertinente ó propósito da investigación.
- Executar o proceso de investigación.
- Motivar e xerar cooperación entre enquisador e enquisado.
- Propiciar calidade na información obtida.
- Xerar datos propios para o cálculo das condicións dunha poboación.

3.3.2. Vantaxes dun cuestionario

Por un lado, menciónanse as vantaxes que presenta para o investigador/enquisador; e por outro lado, aquelas que presentan para o enquisado, neste caso o alumnado de 4º E.S.O segundo (García, 2002):

Para o investigador

- Non require un entrevistador cualificado para a súa aplicación.
- Permite abarcar unha maior área xeográfica.
- Uniformidade entre diferentes aplicacións. Aforro de tempo e persoal na súa aplicación.
- Permite a participación de un maior número de suxeitos.
- No contamina ó enquisado coa acción do enquisador.
- Permite comparar resultados.

Para o enquisado

- Ten un uso anónimo e privado.
- É voluntario. Permite reconsiderar respostas.

- Ten momento e tempo adecuado para responder.
- Para responder recorre os seus arquivos e documentos.

3.3.3. Limitacións do cuestionario

Ó igual que as vantaxes, tamén se dividen as limitacións, tanto para o investigador como para o enquisado segundo (García, 2002):

Para o investigador

- Dificil deseño e elaboración.
- Menos profundidade que a entrevista.
- No hai devolución do 100% dos cuestionarios.
- Dificil de determinar o erro estadístico.
- Terminadas as conclusións, poden chegar máis respostas.
- Respostas ilexítimas a preguntas abertas.
- Non se pode ponderar a calidade e honestidade nas respostas.
- Tenden a ser inmediatas as respostas.

Para o enquisado

- A enquisa ten a importancia que para el teña.
- Require do enquisador en casos de baixa escolaridade e problemas visuais.
- En caso de dúbidas, non se pode axudar.
- Contestase en base a súa interpretación.
- Procura respostas aceptables socialmente.
- Inflúese pola estrutura e calidade do cuestionario.
- Contexto intervén nas súas respostas.

3.3.4. Proceso de elaboración do cuestionario

3.3.4.1. Primeira versión

Esta 1ª versión, fíxose tendo en conta a experiencia no sector, entre os titores do TFM, membros do grupo de Investigación e os alumnos do TFM que fixeron as prácticas do Mestrado no seo devandito grupo.

3.3.4.2. Segunda versión

Esta foi revisada por un grupo de discusión, formado por todos os membros do grupo de investigación que traballaron no proxecto internacional (5 profesores da universidade e 4 doutorados).

3.3.4.3. Terceira versión

Por último, esta versión, envíase a un grupo de expertos para poder así validar o cuestionario, co fin de pasalo ó alumnado previsto e obter datos fiables, seguindo o establecido no Método Delphi.

3.4.Método DELPHI: validación do instrumento

En primeiro lugar, vamos definir o que é o método Delphi, e para elo, apórtase a definición de Giraldo (2013), *“método que pretende a estruturación dun proceso de comunicación con expertos para a identificación e a converxencia de factores de cambio claves para a construción cualitativa de escenarios probables, posibles e desexables”*(p.4).

Outra definición que aporta Reguant Álvarez & Torrado Fonseca (2016), *“é unha técnica de obtención de información, baseada na consulta a expertos dunha área, co fin de obter a opinión de consenso máis fiable do grupo consultado”* (p. 88).

O obxectivo de utilizar este método, segundo Varela-Ruiz, Díaz-Bravo, & García-Durán (2012), “*é obter o grao de consenso ou acordo dos especialistas sobre o problema plantexado, utilizando os resultados de investigacións anteriores, en lugar de deixar a decisión a un só profesional*” (p.92). Por iso, para a elaboración deste cuestionario, fixemos 3 versións oficiais:

Seguindo as palabras de Varela-Ruiz et al. (2012), existen 3 técnicas diferente de método Delphi segundo a maneira de aplicalo:

- **Delphi convencional:** Componse da realización de un cuestionario inicial, o cal se lle envía a un grupo de expertos, dando lugar a un segundo cuestionario. Posteriormente, refinanse os cuestionarios e as súas propostas para poder medir a exactitude e o soporte dos participantes.
- **Delphi de tempo real:** é unha variante máis corta, onde o proceso se leva a cabo nunha reunión para resumir as respostas de forma inmediata.
- **Delphi político:** neste caso, non é un grupo o que toma a decisión, senón que un grupo de expertos presentan todas as opcións posibles ante un problema con probas, en lugar de ter un grupo que tome as decisións.

Polo tanto, despois de ver estes tres tipos de métodos, para a validación de este cuestionario, utilizarase o primeiro método, o convencional, que ten as seguintes etapas, tal e como podemos ver na seguinte ilustración:



Ilustración 1. Fases do Método Delphi (Giraldo, 2013)

4. Resultados

A preparación deste capítulo ten como propósito expor a evolución da elaboración do cuestionario, o cal ten a súa orixe baseándose noutro cuestionario, que se divide en 3 bloques, como se mencionou anteriormente.

4.1. Elaboración do cuestionario

A elaboración deste cuestionario, pasou por 3 fases, que foron dando lugar a diferentes versións que nos podemos encontrar nos **Anexos**.

4.1.1. 1ª Versión do cuestionario

O cuestionario encóntrase organizado en base a un total de 4 bloques de cuestións (**Anexo 1. Primeira Versión do Cuestionario**), e que foi elaborado polos directores deste TFM e os dous alumnos que ían desenvolvelo. Nos últimos 3 bloques, avaliábase pola Escala de Likert, na que tiñan que seleccionar a importancia do 1 ó 7.

<p><u>BLOQUE 0:</u> Caracterización</p>	<p><u>14 cuestións relativas a:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Xénero. • Idade. • Datos antropométricos: <i>peso, altura e perímetro de cintura.</i> • Tipo de centro: <i>público, concertado, privado.</i> • Calcificacións obtidas na materia EF. • Gusto cara a actividade física • Percepción sobre a actividade que realiza. • Práctica de actividade física: <i>formal, no formal e informal.</i> 	<p>Os ítems 1 a 4, correspóndense con datos de caracterización habituais en cuestionarios; e dos ítems 5 ó 14 co cuestionario de Socialización profesional en EF</p>
<p><u>BLOQUE 1:</u> Que é un/ha bo/boa profesor/a de EF</p>	<p><i>17 ítems (Seleccionar do 1 ó 7 a importancia que ten cada un dos ítems)</i></p>	<p>Estes ítems correspóndense coa categorización obtida</p>

<u>BLOQUE 2:</u> Que é un/ha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?	16 ítems (<i>Seleccionar do 1 ó 7 a importancia que ten cada un dos ítems</i>)	dos estudos previos realizados a nivel internacional polo Grupo de Investigación sobre Educación, saúde y AF: Estudos de Xénero da UDC
<u>BLOQUE 3:</u> Finalidades da EF	10 ítem (<i>Seleccionar do 1 ó 7 a importancia que ten cada un dos ítems</i>)	

Táboa 1. Estrutura do cuestionario (1ª versión)

4.1.2. 2ª Versión do cuestionario

Esta 1ª versión, foi revisada polo grupo de investigación (*Educación, Saúde e Actividade Física: Estudos de Xénero da Universidade da Coruña*) e unha das modificacións foi substituír o sistema de valoración. Cambiouse a Escala de Likert, por unha valoración na cal deben de escoller os 5 ítems máis importantes e 5 menos importantes. A intención de este cambio e non correr o risco de que todas fosen elixidas como moi importantes, co cal non habería discriminación. O cuestionario queda configurado da seguinte forma (**Anexo 2. Segunda Versión do Cuestionario**).

<u>BLOQUE 0:</u> Caracterización	<u>17 cuestións relativas a:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Xénero. • Idade. • Datos antropométricos: <i>peso, altura e perímetro de cintura.</i> • Tipo de centro: <i>público, concertado, privado.</i> • Calcificacións obtidas na materia EF. • Gusto cara a actividade física • Percepción sobre a actividade que realiza. • Práctica de actividade física: <i>formal, no formal e informal.</i> 	Os ítems 12 a 16 , correspóndense cun cuestionario xa validado (PAU7S) pola Fundación Gasol nun estudio realizado a nivel nacional.
<u>BLOQUE 1:</u>	10 ítems (<i>Escoller os 5 máis importantes os 5 menos importantes</i>)	Estes ítems correspóndense coa

Que é un/ha bo/boa profesor/a de EF		categorización obtida dos estudos previos realizados a nivel internacional polo Grupo de Investigación sobre Educación, Saúde y AF: Estudos de Xénero da UDC
<u>BLOQUE 2:</u> Que é un/ha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?	<i>10 ítems (Escoller os 5 máis importes os 5 menos importantes)</i>	
<u>BLOQUE 3:</u> Finalidades da EF	<i>12 ítems (Escoller os 5 máis importes os 5 menos importantes)</i>	

Táboa 2. Estrutura do cuestionario (2ª versión)

4.1.3. 3ª Versión do cuestionario

Por último, unha vez recibidas as consideracións dos expertos, xorde a 3ª e última versión deste cuestionario, coa seguinte estrutura (**Anexo 3. Terceira Versión do Cuestionario**).

<u>BLOQUE 0:</u> Caracterización	<u>20 cuestións relativas a:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Xénero. • Idade. • Datos antropométricos: <i>peso, altura e perímetro de cintura.</i> • Tipo de centro: <i>público, concertado, privado.</i> • Calcificacións obtidas na materia EF. • Gusto cara a actividade física • Percepción sobre a actividade que realiza. • Estatus socioeconómico. • Práctica de actividade física: <i>formal, no formal e informal.</i> • Tempo sentado e/ou dedicado a pantallas. 	Ítems 11 a 16, correspóndense cun cuestionario xa validado (PAU7S) pola Fundación Gasol nun estudo realizado a nivel nacional. Ítems 17 a 20, recóllense do Cuestionario Hábitos Saudables Nenos/as e Adolescentes da Fundación Gasol empregado para o Estudo PASOS a nivel nacional.
<u>BLOQUE 1:</u> Que é un/ha bo/boa profesor/a de EF	<i>10 ítems (Escoller os 5 máis importes os 5 menos importantes)</i>	Estes ítems correspóndense coa categorización obtida

BLOQUE 2: Que é un/ha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?	10 ítems (<i>Escoller os 5 máis importantes os 5 menos importantes</i>)	dos estudos previos realizados a nivel internacional polo Grupo de Investigación sobre Educación, Saúde y AF: Estudios de Xénero da UDC
BLOQUE 3: Finalidades da EF	10 ítems (<i>Escoller os 5 máis importantes os 5 menos importantes</i>)	

Táboa 3. Estrutura do cuestionario (3ª versión)

Como se pode observar na seguinte táboa, temos o número total de expertos e os diferentes perfís de cada un deles, estando todos eles relacionados coa actividade física e coa EF, contando con unha gran experiencia.

Expertos invitados	Perfiles	Respostas
5 expertos na docencia da EF escolar	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Doutores en EF</i> - <i>Participantes en proxectos de investigación</i> - <i>Con máis de 10 anos de docencia en ensinanza secundaria</i> 	4
7 expertos en Formación de Docentes de EF	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Doutores en EF</i> - <i>Participantes no proxecto de investigación internacional sobre “Socialización Profesional na Educación Física. Un Estudio sobre as concepcións da actividade profesional en Formadores de Profesores, Profesores y Estudiantes de Educación Física “</i> - <i>Máis de 10 anos de experiencia na universidade.</i> 	6

Táboa 4. Participantes en el proceso seguido para la validación de expertos (Método DELPHI)

A estrutura definitiva do cuestionario, tras a evolución ata pasar pola validación de expertos (Método DELPHI) é a seguinte, a cal se presenta en 4 táboas (unha por cada un dos bloques):

BLOQUE 0: Caracterización		
<u>Ítem Cuestionario</u>	<u>Descrición do Ítem</u>	<u>Orixe do Ítem</u>
Ítem 1	<i>Xénero</i>	Datos de caracterización habituais en cuestionarios. (Ítems 8: Proven do estudio de Brandl-Bredenbeck, Brettschneider, Keßler & Stefani (2010)).
Ítem 2	<i>Idade</i>	
Ítem 3	<i>Tipo de centro: público, concertado, privado</i>	
Ítem 4	<i>Calcificacións obtidas en la materia EF</i>	
Ítem 5	<i>Gusto cara a actividade física</i>	
Ítem 6-8	<i>Percepcións sobre si se considera activo, saudable e identidade corporal</i>	
Ítem 9-10	<i>Estatus socioeconómico</i>	
Ítem 11-16	<i>Práctica de actividade física: formal, no formal e informal</i>	Extráense do cuestionario xa validado (PAU7S) pola Fundación Gasol para o Estudio PASOS a nivel nacional.
Ítem 17-20	<i>Tempo sentado e/ou dedicado a pantallas</i>	Recóllense do Cuestionario Hábitos Saudables Nenos/as e Adolescentes da Fundación Gasol utilizado para o Estudio PASOS a nivel nacional.

Táboa 5. Estrutura do bloque 0 (Caracterización)

BLOQUE 1: Que é un/ha bo/a profesor/a de EF?		
<u>Ítem Cuestionario</u>	<u>Descrición do Ítem</u>	<u>Categoría do ítem</u>
Ítem 1	<i>Coñecemento do profesorado e interese por actualizarse no seu ámbito</i>	Capacidade científica
Ítem 2	<i>Habilidades de planificación</i>	Capacidade pedagóxica (planificación, intervención e avaliación)
Ítem 3	<i>Habilidades de intervención</i>	
Ítem 4	<i>Habilidades de avaliación</i>	
Ítem 5	<i>Bo desempeño laboral, involucrándose ó máximo nas súas funcións</i>	
Ítem 6	<i>Cualificativos que definen a forma de ser e intervención do docente</i>	Actitude profesional
Ítem 7		Trazos da personalidade
Ítem 8	<i>Efectos xerais educativos</i>	Efectos do produto
Ítem 9	<i>Efectos sobre unha aprendizaxe específica</i>	
Ítem 10	<i>Promoción de valores do profesorado</i>	Orientacións filosóficas

Táboa 6. Estrutura do bloque 1 (Que é un/ha bo/a profesor/a de EF?)

BLOQUE 2: Que é un/ha alumno/a ben educado fisicamente?		
<u>Ítem Cuestionario</u>	<u>Descrición do Ítem</u>	<u>Categoría do ítem</u>
Ítem 1	<i>Competencia deportiva</i>	Competencia motriz xeral
Ítem 2	<i>Competencia en actividade física</i>	
Ítem 3	<i>Capacidade física deportiva</i>	Aptitude/Capacidade Física
Ítem 4	<i>Aptitude física saúde</i>	
Ítem 5	<i>Manter unha vida relacionada coas actividades físico-deportivas, cunha correcta nutrición ou con conductas que se afasten do sedentarismo</i>	Estilo de vida activo/ Hábitos de vida saudable
Ítem 6	<i>Coñecemento relacionado co deporte</i>	Coñecemento
Ítem 7	<i>Coñecemento relacionado coa aptitude física</i>	
Ítem 8	<i>Coñecemento de si mesmo</i>	
Ítem 9	<i>Valores que as actividades físico-deportivas aportan a vida presente e futura do alumnado</i>	Competencia persoal
Ítem 10	<i>Indiquen que os alumnos fisicamente alfabetizados son aqueles que desfrutan das actividades físico-deportivas</i>	Aptitudes/Gusto

Táboa 7. Estrutura do bloque 2 (Que é un/ha alumno/a ben educado fisicamente?)

BLOQUE 3: Cales son as finalidades da EF?		
<u>Ítem Cuestionario</u>	<u>Descrición do Ítem</u>	<u>Categoría do ítem</u>
Ítem 1	<i>Formación integral do individuo a través da EF</i>	Fines educativos xerais
Ítem 2		
Ítem 3	<i>Aprendizaxes relacionados con modalidades deportivas concretas (bádminton, balonmán,...) ou coa adquisición de hábitos de AF ou ExF que redunden nunha mellora da saúde e/ou condición física</i>	Promover aprendizaxes deportivos ou relacionados coa condición física/saúde
Ítem 4		
Ítem 5	<i>Adquisición de hábitos relacionados cunha alimentación saudable e práctica de AF nun contexto de saúde e o benestar</i>	Promover estilos de vida activos
Ítem 6		
Ítem 7	<i>Valoración e/ou promoción das capacidades físicas do individuo (máis rápido, máis forte,...)</i>	Promoción da aptitude física
Ítem 8		
Ítem 9	<i>Uso da materia de EF como vía de escape ás tensións provocadas polo resto das sinaturas do currículo escolar</i>	Promover a catarses
Ítem 10		

Táboa 8. Estrutura do bloque 3 (Cales son as finalidades da EF?)

4.2. Validación da comprensión

Para a validación do vocabulario e o tempo que se tarda en contestar, pásase o cuestionario ó alumnado de 3º ESO, co fin de garantir que o comprende, xa que se supón que se os de este o curso o entenden, os de 4º ESO non deberían de ter ningún problema. Para pasar estes cuestionarios a 3º ESO, tívose que facer vía online, debido a situación na que nos vimos envoltos. Para iso, puxémonos en contacto con dous centros co fin de que lles facilitasen os cuestionarios ó seu alumnado a través da plataforma que utilizan habitualmente.

Os datos que extraíamos, serviríanos para tomar as últimas decisións e ver que cambios son necesarios facer, en caso de que xurdan dúbidas ó respecto, antes de comezar a aplicalo nun estudio piloto. Este, permitiríanos facer as probas estatísticas para comprobar a fiabilidade interna.

Para concluír, podemos afirmar que a maioría dos estudantes entenderon cada un dos ítems e preguntas do cuestionario. A pesar diso, podemos destacar algunha que outra observación, como por exemplo:

- Alumno/a que non entendeu que era un exemplo e pensou que tiña que cubri-lo.
- Alumno/a que na observación puxo o que pensaba que se refería, e explicouno ben, co cal entendeuno a pesar da dúbida. (ítem 1 do bloque 1)
- Alumno/a que nos tres últimos bloques, en observacións, ía xustificando por que era un ítem máis importante ou menos, a pesar de que non era iso exactamente o que se pedía.
- Algún alumno/a, facía aclaracións de por que escollía esa resposta, no apartad de observacións.

4.3. Validación do construto e fiabilidade (Estudio piloto)

Para a validación do construto e da fiabilidade, vanse consultar varias fontes de información, púidose comprobar que non hai unha resposta unívoca, pero si que se recomenda que os participantes sexan entre 200 e 300. Neste caso, considerando o número de preguntas do cuestionario, colleremos a 280 participantes, podendo ser unha cifra axeitada, tocando a 5 participantes por cada un dos ítems (Carretero-Dios & Pérez, 2005).

5. Discusión

Ó longo de este apartado, vanse comparar diferentes cuestións relacionadas con este estudio. Por un lado, discutirase o formato do cuestionario así como o seu proceso de validación; e por outro lado, a forma de valorar e avaliar cada un dos tres bloques que forman este cuestionario.

Para comezar, vamos a recordar o obxectivo principal de este estudo, o cal é:

Construír un instrumento que nos permita coñecer o que pensan os adolescentes unha vez finalizada a etapa escolar obrigatoria, con respecto a que é un bo docente, as finalidades da EF e que é un/unha alumno/a ben educado/a fisicamente.

En canto a construción de este cuestionario, optouse por dividilo en 4 bloques, sendo os seguintes:

- **Bloque 0:** *Caracterización*
- **Bloque 1:** *Que é un/ha bo/boa profesor/a de EF*
- **Bloque 2:** *Que é un/ha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?*
- **Bloque 3:** *Finalidades da EF*

Neste caso, os pasos que se levaron a cabo para facer o cuestionario, son os mesmo que propón (Fernández, 2007), seguindo a seguinte secuencia:

1º. Descripción da información que se necesita saber.

Neste caso refírese a saber que información se necesita para a elaboración de este estudo; e por outro lado, saber con claridade a que público vai orientado, que neste caso é o alumnado de 4ºESO, tal e como se explicou anteriormente.

2º. Redactar as preguntas e escoller o tipo de pregunta.

Como se acaba de menciñar, o cuestionario está composto de 4 bloques, no cal o primeiro deles permite coñecer as características de cada suxeito, co fin de describir ó grupo de persoas que contestaron o cuestionario. Neste mesmo punto, determínase o tipo de preguntas, as cales podían ser abertas ou cerradas segundo (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 1997), pero que neste caso, polo enfoque que se lle decidiu dar a esta investigación, decidiuse facer preguntas cerradas, xa que o obxecto de estudo é moi claro e preciso.

Non se descarta, facer nunha segunda fase unha entrevista con preguntas abertas, co fin de poder afondar un pouco máis, aínda que presenta unha desvantaxe tal e como afirma (Hernández Sampieri et al., 1997), que é a dificultade para codificalas, clasificalas e preparalas para o seu análise, así como un maior esforzo e tempo.

3º. Redactar un texto introdutorio e unhas instrucións para poder responder correctamente cada uns dos ítems.

En esta breve introdución, tal e como afirma (Fernández, 2007), explícaselle o anonimato e a confidencialidade das respostas. Neste caso os cuestionarios xa non levan

o nome nin ningún dato que poida identificar ó alumnos/a. Por outro lado, este mesmo texto, explica como deben de cubrir cada un dos bloques que forma dito cuestionario.

4º. Deseñar o aspecto formal do cuestionario.

Por último, unha vez que se teñen as preguntas, séguense as suxestións de (Fernández, 2007) en canto a presentación, lonxitude, o orde das preguntas e o formato das preguntas e das respostas.

En canto ós pasos que se seguiron para a súa elaboración, e que se acaban de menciñar, tamén están recollidas por (García, 2002) de forma máis pormenorizada, pero que veñen a ser os mesmo que se levaron a cabo.

Por outro lado, temos o proceso de validación, que como xa se menciñou no apartado correspondente, existen 3 tipos de validación, decantándose neste caso polo Delphi convencional, debido a que conta con unha estrutura secuencial que o fai un proceso completo e que indaga, obtén, conclúe e da un resultado do tema proposto neste estudio (Varela-Ruiz et al., 2012). Decidiuse facer esta técnica de validación por as vantaxes que aporta (Reguant Álvarez & Torrado Fonseca, 2016): proceso iterativo, anonimato, feedback controlado e resposta estatística do grupo.

Agora, vamos a discutir a forma de valorar cada un dos bloques, en comparación a outros estudos similares. En canto o Bloque 1 (Que é un bo docente de EF), podemos ver no estudo de (Reyno , Abarzúa, Acevedo, Paz, Pérez y Ugalde, 2013) que todas as que se menciñan son utilizadas neste estudo, e que para eles as características de un docente veñen marcadas pola capacidade pedagóxica, actitude profesional, trazos da personalidade e orientación filosófica.

En la investigación de (Gutiérrez Sanmartín, Pilsa-Doménech, & Torres-Benet, 2007), preguntáseles a 788 estudantes de entre 13 e 16 anos (337 alumnos e 451 alumnas de Valencia), cales deberían de ser as 3 características máis importantes dun docente de EF. Como resultado, obtiveron as máis elixidas foron: ser simpático/a, atractivo/a e competente (que explique de forma correcta). Se o comparamos co cuestionario elaborado, a opción de simpático podemos relacionala coa de divertido e a opción de ser bo docente tamén aparece reflexada. Sen embargo, a opción de atractivo, non se recolleu neste cuestionario.

En canto ó segundo bloque, que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente, (Sallis & McKenzie, 1991) declararon que estar fisicamente activo involucra ter habilidades sociais, cognitivas e físicas, e logrando outras a través do movemento. Nesta mesma liña, podemos encontrar que (NASPE, 2004) afirma que la alfabetización física está vinculada a adquisición de coñecementos, habilidades e actitudes que farán que os mozos novos sexan persoas fisicamente educadas. Neste caso, estas habilidades aparecen reflexadas nos 10 ítems de forma máis pormenorizada, como por exemplo, competencia deportiva, aptitude física ou coñecemento deportivo ou de si mesmo, entre outras.

E por último, vamos a comparar o último bloque, as finalidades da EF, para (Crum, 2012) un programa de EF demostra calidade no momento que contribúa:

1. Desenvolvemento dunha identidade de movemento persoal.
2. Aprendizaxe afectivo sobre o movemento, exercicio ou deporte.
3. Aprendizaxe tecnomotor.
4. Aprendizaxe socio motor.
5. Aprendizaxe cognitivo-reflexivo sobre o movemento, exercicio ou deporte.

6. Enriquecemento da vida escolar.

Se comparamos estes 6 puntos, co cuestionario, podemos observar que dunha forma ou outra, todos aparecen reflexados nun dos 10 ítems que forman este bloque.

Por outro lado, o estudo que levaron a cabo (Gaviria Cortes & Castejón Oliva, 2016) que tiña como obxectivo comprender os valores que xera a EF nos estudantes de secundaria, obtiveron que o compañeirismo e a cooperación son os máis importantes na práctica, os cales tamén se preguntan no primeiro ítem do cuestionario.

Para acabar, nas entrevistas que se levaron a cabo a 14 docentes de 7 países diferentes, co fin de saber a opinión sobre a finalidade/s da EF nas escolas, (McEvoy, Heikinaro-Johansson, & MacPhail, 2017), obtiveron como resultado que existe un consenso no obxectivo principal da EF, o cal é a preparación dos suxeitos activos para levar a cabo un estilo de vida saudable o largo da vida. A pesar disto, mencionan outras finalidades dependendo do orixe do docente. Este obxectivo principal, aparece reflexado en 4 ítems, debido a gran importancia que se lle dou a promoción de estilos de vida activos.

6. Conclusión

Debido a situación que vivimos nestes últimos meses, por causa do COVID-19, os cuestionarios pasáronse ó alumnado vía online (correos electrónicos, plataformas, enlaces, etc.), o número de respostas non foron tantas como se poderían conseguir se se puidese ir en persoa ó centro para que o cumprimentasen:

- O cuestionario que foi deseñado para a analizar as concepcións do alumnado da ESO sobre o significado de EFC, pode ser utilizado neste ámbito, xa que cumpre con todos os requisitos do deseño e construción dun cuestionario, a expensas de realizar o último paso de validación de construto e fiabilidade interna.
- Despois das respostas recibidas por parte do alumnado de dous centros diferentes, todos aqueles que responderon, non tiveron maiores dificultades a hora de sinalar ou responder cada un dos ítems, sacando algúns casos moi puntuais.

7. Limitacións do estudo e perspectivas de futuro

A hora de facer este instrumento para coñecer a caracterización do alumnado de 4ºESO, atendendo especialmente ós seus hábitos de práctica de AF, así como a concepción sobre o que é un bo docente de EF e un/unha alumno/a ben educado/a fisicamente, a percepción sobre as finalidades e obxectivos da EF, encontráronse algunhas limitacións.

Todas as limitacións que se encontraron e que máis afectou a elaboración de este estudo foi o coñecido COVID-19 (Coronavirus). Ó implantarse un estado de alarma, non se puideron levar os cuestionarios ós centros para poder validar o vocabulario tendo que facelo de forma online, puiden producirse sesgos na información ó non poder explicarlle en persoa o cuestionario ó alumnado, tendo que facelo un docente propio do centro a través da plataforma online que utilice. Por outro lado, tamén dificultou as reunións co titor, a pesar de poder facelas vía online, aínda que fósamos capaces de resolver todas as dúbidas.

En canto as perspectivas de futuro, si que se poden engadir un par de suxestións:

- 1º. Poderíase facer un estudo piloto, sempre que os datos obtidos fosen positivos, pero con unha mostra da moito maior, co fin de ver se se obteñen os mesmos resultados.
- 2º. Para poder profundar nos resultados obtidos, a maneira sería a través de entrevistas cualitativas persoais con preguntas abertas, xa que o cuestionario se elaborou con preguntas pechadas, o cal podería ser unha limitación, pero que para este estudo necesitouse que así fose pola falta de tempo para poder analizar os datos.

8. Bibliografía

- Bernardes, P., & Ferro, E. (2016). O perfil do professor de Educação Física na perspectiva dos alunos em formação inicial. *Agora Para La Educación Física y El Deporte*, 18(2), 151–166. Retrieved from http://agora-revista.blogs.uva.es/files/2016/08/agora_18_2d_bernardes_et_ferro.pdf
- Brandl-Bredenbeck, H. P., Brettschneider, W.-D., Keßler, C. & Stefani, M. (2010). *Kinder heute – Bewegungsmuffel, Fastfoodjunkies, Medienfreaks – eine Lebensstilanalyse*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Carreiro da Costa, F. (2009). La Enseñanza de la Educación Física ante la Implantación del Espacio Europeo de Educación Superior. *Educación Física y Deporte*, 25(2). Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/28307841_La_Ensenanza_de_la_Educacion_Fisica_ante_la_Implantacion_del_Espacio_Europeo_de_Educacion_Superior
- Carretero-Dios, H., & Pérez, C. (2005). Normas para el desarrollo y revisión de estudios instrumentales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(3), 521–551. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/26420318_Normas_para_el_desarrollo_y_revision_de_estudios_instrumentales
- Couturier, L., Chepko, S., & Hot, S. (2013). Grade-Level Outcomes for K-12 Physical Education. *SHAPE America*, 1–45. Retrieved from <https://mail.google.com/mail/u/0/?shva=1%5Cnpapers2://publication/uuid/E0F4A523-8C71-4B94-BE90-A771AA949C0E>

- Crum, B. (2012). La crisis de identidad de la Educación Física: Diagnóstico y explicación. *Educación Física y Ciencia*, (14), 61–72. Retrieved from http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5667/pr.5667.pdf
- Fàbregues, J., Meneses, J., & Rodríguez, M. H. (2016). El Cuestionario. In *Construcción de instrumentos para la investigación en las ciencias sociales y del comportamiento* (2nd ed.). Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/296934760_El_cuestionario
- Fernández, L. (2007). ¿Cómo se elabora un cuestionario? *Bulletí LaRecerca*, (2002), 1–9. [https://doi.org/ISSN: 1886-1964](https://doi.org/ISSN:1886-1964)
- García, F. (2002). El cuestionario. Recomendaciones metodológicas para el diseño de cuestionario. In *Limusa Noriega Editores* (Primera Ed). Retrieved from https://books.google.es/books?id=-JPW5SWuWOUc&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Gaviria Cortes, D. F., & Castejón Oliva, F. J. (2016). Desarrollo de valores y actitudes a través de la clase de educación física. *Movimento*, 22(1), 251–262.
- Giraldo, O. G. (2013). Guía ejecutiva para el diseño y aplicación del método Delphi en la Prospectiva Laboral Cualitativa. *ResearchGate*, 0–28. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3439.4004>
- Gutiérrez Sanmartín, M., Pilsa-Doménech, C., & Torres-Benet, E. (2007). Perfil de la educación física y sus profesores desde el punto de vista de los alumnos. (Physical education and their teachers' profile from the pupils' viewpoint). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*, 3(8), 39–52.

<https://doi.org/10.5232/ricyde2007.00804>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (1997).

Metodología dela investigación (Primera Ed). Retrieved from

<https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la->

[Investigaci3n_Sampieri.pdf](https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci3n_Sampieri.pdf)

López, A. (2016). *Exploración de la perspectiva profesional sobre un paradigma*

ecológico para la educación física en puerto rico: un estudio cualitativo.

Universidad Metropolitana.

McEvoy, E., Heikinaro-Johansson, P., & MacPhail, A. (2017). Physical education teacher

educators' views regarding the purpose(s) of school physical education. *Sport,*

Education and Society, 22(7), 812–824.

<https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1075971>

McLennan, N., & Thompson, J. (2015). *Educación física de calidad. Guía para los*

responsables políticos. Retrieved from [http://unescoittralee.com/wp-](http://unescoittralee.com/wp-content/uploads/2017/11/QPE-for-policy-makers-Spanish.pdf)

[content/uploads/2017/11/QPE-for-policy-makers-Spanish.pdf](http://unescoittralee.com/wp-content/uploads/2017/11/QPE-for-policy-makers-Spanish.pdf)

NASPE (2004). *Moving into the Future: National Standards for Physical Education* (2nd

ed). Reston, VA: Author.

Reguant Álvarez, M., & Torrado Fonseca, M. (2016). El método Delphi. *REIRE. Revista*

d’Innovació i Recerca En Educació, 9(1), 87–102.

<https://doi.org/10.1344/reire2016.9.1916>

Reyno, A., Abarzúa, I., Acevedo, M., Paz, M., Pérez, C. y Ugalde, J. (2013).

Características que debe tener un profesor de Educación Física. *EFDeportes.com*,

Revista Digital, Buenos Aires, N° 183. Retrieved from <https://www.efdeportes.com/efd183/caracteristicas-que-debe-tener-un-profesor-de-educacion-fisica.htm>

Sallis, J. F., & McKenzie, T. L. (1991). Physical Education's role in Public Health. *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation And Dance*, 62(2), 124–137. Retrieved from <https://kopernio.com/viewer?doi=10.1080%2F02701367.1991.10608701&token=WzExNzk0OTEsIjEwLjEwODAvMDI3MDEzNjcuMTk5MS4xMDYwODcwMSJd.ylhAwU76XNEhsczPs021CRZWqbM>

Samaniego, V. P. (2005). The profile of the teaching of Physical Education in the European framework. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 8(1), 1–4. Retrieved from <https://bit.ly/2IWBL2V>

UNESCO. (1978). *Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte*. 1–7. Retrieved from <http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002164/216489s.pdf>

Varela-ruiz, M., Díaz-bravo, L., & García-durán, R. (2012). Descripción y usos del método Delphi en investigaciones del área de la salud. *Investigación En Educación Médica*, 1(2), 90–95. Retrieved from http://riem.facmed.unam.mx/sites/all/archivos/V1Num02/07_MI_DESCRIPCION_Y_USOS.PDF

Villarroel, V. A., & Bruna, D. V. (2017). Competencias Pedagógicas que Caracterizan a un Docente Universitario de Excelencia: Un Estudio de Caso que Incorpora la Perspectiva de Docentes y Estudiantes. *Formacion Universitaria*, 10(4), 75–96. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062017000400008>

Villaverde, E. J. (2019). *Concepción del buen docente desde la perspectiva de los participantes en el proceso de formación del profesorado de Educación Física (Tesis Doctoral)*. Retrieved from <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/24419>

Wiegand, R.L., Bulger, S.M. y Mohr, D.J. (2004). Curricular issues in physical education teacher education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 75(8), 47-55.
doi:10.1080/07303084.2004.10607289

9. Anexos

9.1. Anexo 1. Primeira Versión do Cuestionario

9.1.1. Bloque 0. Caracterización

<u>Caracterización</u>								
1	<i>Sexo</i>	Masculino			Feminino			
2	<i>Idade</i>							
3	<i>Tipo de centro no que estudas</i>	Público		Concertado		Privado		
4	<i>Nº de docentes de EF dende primaria</i>	1	2	3	4 ou máis			
5	<i>Gústache realizar actividade física?</i>	1	2	3	4	5	6	7
6	<i>¿Cantos días practicas AF pola túa conta a semana?</i>	1	2	3	4	5	6	7
7	<i>Deses días que realizas AF, cantos son adestrando nun Club/Equipo?</i>	1	2	3	4	5	6	7
8	<i>Nivel de intensidade da práctica anterior</i>	1	2	3	4	5	6	7
9	<i>Deses días que realizas AF, cantos son coa túa familia?</i>	1	2	3	4	5	6	7
10	<i>Nivel de intensidade da práctica anterior</i>	1	2	3	4	5	6	7
11	<i>Deses días que realizas AF, cantos son cos teus amigos no tempo libre?</i>	1	2	3	4	5	6	7
12	<i>Nivel de intensidade da práctica anterior</i>	1	2	3	4	5	6	7
13	<i>Soles practicar AF nos recreos</i>	SÍ			NON			
14	<i>Nivel de intensidade da práctica anterior</i>	1	2	3	4	5	6	7

Táboa 9. Bloque 0 (Primeira versión)

9.1.2. Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?

Que é un bo profesor/a?								
(Sinala en que grao estas de acordo coa afirmación 1= NADA; 7= MOITO)								
1	<i>Un bo profesor/a é aquel que domina a materia de EF e todos sos seus contidos</i>	1	2	3	4	5	6	7
2	<i>Un bo profesor/a ten que estudar de vez en cando sobre os contidos da materia que imparte en EF</i>	1	2	3	4	5	6	7
3	<i>Un bo profesor/a ten que buscar información e ler para actualizar os seus coñecementos (buscar novos xogos, tarefas, etc.)</i>	1	2	3	4	5	6	7
4	<i>Un bo profesor/a debe preparar as clases que imparte antes de impartilas</i>	1	2	3	4	5	6	7
5	<i>Un bo profesor/a corrixe e motiva os estudantes durante a realización das tarefas/exercicios</i>	1	2	3	4	5	6	7
6	<i>Un bo docente avalía en base os resultados obtidos nas probas e tendo en conta a evolución e implicación de cada estudante durante o curso</i>	1	2	3	4	5	6	7
7	<i>Un bo docente participar nas clases de EF cos seus alumnos/as</i>	1	2	3	4	5	6	7
8	<i>Un bo profesor/a adapta as sesións planificadas en base as necesidades de cada estudante</i>	1	2	3	4	5	6	7
9	<i>Un bo docente leva a cabo na aula tarefas novidosas (excursións, actividades fora do centro, etc.)</i>	1	2	3	4	5	6	7
10	<i>Un bo docente é aquel que é capaz de crear un bo clima emocional nas súas clases</i>	1	2	3	4	5	6	7
11	<i>Un bo profesor/a sabe resolver os conflitos entre alumnos/as a través do diálogo</i>	1	2	3	4	5	6	7
12	<i>As clases dun bo profesor/a son amenas e divertidas a vez que aprendes facendo</i>	1	2	3	4	5	6	7
13	<i>As clases dun bo profesor/a axudan a transmitir valores, aprender técnicas deportivas e a mellorar a condición física</i>	1	2	3	4	5	6	7
14	<i>Un bo profesor/a é aquel que anima ó alumno/a a practicar actividade física no seu tempo libre</i>	1	2	3	4	5	6	7
15	<i>Un bo docente encárgase de que os seus alumnos/as alcancen aprendizaxes concretos (coñecemento sobre condición física, habilidades deportivas...etc.)</i>	1	2	3	4	5	6	7
16	<i>Un bo profesor/a consegue que os seus alumnos/as melloren as súas destrezas físicas e motoras</i>	1	2	3	4	5	6	7
17	<i>Un bo docente é aquel que trata a todo o mundo por igual, respectando as diferenzas, fomentando o compañeirismo e o traballo en grupo</i>	1	2	3	4	5	6	7

Táboa 10. Bloque 1 (Primeira versión)

9.1.3. Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?

¿Que é un bo alumno adestrado fisicamente? (Sinala en que grao estas de acordo coa afirmación 1= NADA; 7= MOITO)								
1	<i>Aquel que ten un nivel bo de forza, resistencia, coordinación, axilidades, etc.</i>	1	2	3	4	5	6	7
2	<i>É capaz de practicar moitos deportes con fluidez</i>	1	2	3	4	5	6	7
3	<i>Realiza AF diaria de forma autónoma</i>	1	2	3	4	5	6	7
4	<i>É capaz de facer varios exercicios de forma enlazada ou de correr 5km sen esgotarse en exceso</i>	1	2	3	4	5	6	7
5	<i>É capaz de realizar de forma satisfactoria unha entrada a canastra, un saque en voleibol, etc.</i>	1	2	3	4	5	6	7
6	<i>É capaz de practicar de forma satisfactoria 1 deporte ou varios</i>	1	2	3	4	5	6	7
7	<i>Mantén unha postura correcta na práctica do exercicio</i>	1	2	3	4	5	6	7
8	<i>Ten bos hábitos de vida saudables (práctica actividade físico-deportiva regular, dieta equilibrada, etc.)</i>	1	2	3	4	5	6	7
9	<i>Coñece os beneficios da práctica de actividade físico-deportiva</i>	1	2	3	4	5	6	7
10	<i>Coñece en profundidade un só deporte</i>	1	2	3	4	5	6	7
11	<i>Coñece varios deportes</i>	1	2	3	4	5	6	7
12	<i>Coñece e diferencias as diferentes capacidades físicas básicas</i>	1	2	3	4	5	6	7
13	<i>Coñece os seus límites na práctica deportiva e traballa para melloralos</i>	1	2	3	4	5	6	7
14	<i>Utiliza o deporte para mellorar a súa calidade de vida, aproveitando os beneficios da práctica físico-deportiva</i>	1	2	3	4	5	6	7
15	<i>Cando práctica deporte, respecta as normas de xogo, ós seus compañeiros/as e adversarios, fomenta o xogo limpo, etc.</i>	1	2	3	4	5	6	7
16	<i>Realiza actividade físico-deportiva para a súa satisfacción persoal</i>	1	2	3	4	5	6	7

Táboa 11. Bloque 2 (Primeira versión)

9.1.4. Bloque 3. Finalidades da Educación Física

Finalidades da Educación Física (EF)								
(Sinala en que grao estas de acordo coa afirmación 1= NADA; 7= MOITO)								
1	<i>Debe axudar a adquisición de valores a través da EF</i>	1	2	3	4	5	6	7
2	<i>Debe axudar a adquisición de coñecementos deportivos</i>	1	2	3	4	5	6	7
3	<i>As clases deben de fomentar o aumento da práctica físico-deportiva do alumnado</i>	1	2	3	4	5	6	7
4	<i>Durante a materia, hai que practicar diferentes modalidades físico-deportivas</i>	1	2	3	4	5	6	7
5	<i>Debe axudar a adquisición de coñecementos relacionados cos hábitos saudables (alimentación, hixiene postural, etc.)</i>	1	2	3	4	5	6	7
6	<i>Debe de dar as ferramentas necesarias para saber como mellorar a condición física</i>	1	2	3	4	5	6	7
7	<i>Ensina a traballar as diferentes Capacidades Físicas Básicas (forza, resistencia, velocidade e flexibilidade) e dar as ferramentas necesarias para organizar o seu propio adestramento</i>	1	2	3	4	5	6	7
8	<i>Utiliza a Actividade Físico-Deportiva como medio de relaxación ou liberación de tensións provocadas polo estudo (exames, traballos, etc.)</i>	1	2	3	4	5	6	7
9	<i>Promove a adquisición e perfeccionamento das técnicas deportivas</i>	1	2	3	4	5	6	7
10	<i>Desempeñar diferentes papeis nas actividades deportivas (arbitro/a, adestrador/a, xogador/a</i>	1	2	3	4	5	6	7

Táboa 12. Bloque 3 (Primeira versión)

9.2. Anexo 2. Segunda Versión do Cuestionario

9.2.1. Bloque 0. Caracterización

<u>Caracterización</u>		
1. Sexo (masculino ou feminino)		
2. Data nacemento (por exemplo 18/10/2006)		
3. Peso (por exemplo 58 kg)		
4. Altura (por exemplo 165 cm)		
5. Perímetro cintura		
6. Tipo de centro no que estudas (público, concertado, privado)		
7. Cualificacións que obtiveches neste curso académico na materia de Educación Física (suspenso, aprobado, notable, sobresaintente)	1 ^a avaliación	2 ^a avaliación
8. Gústache realizar actividade física? (si ou non)		
9. Considérase unha persoa fisicamente activa? (si ou non)		

Táboa 13. Bloque 0 - Caracterización (Segunda versión)

10. Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Sinala a resposta con unha cruz)

	Pai o titor/a legal	Nai o titor/a legal
Sen estudos		
Primarios		
Secundarios/Bacharelato		
Formación Profesional		
Universitarios		
Doutorado		

Táboa 14. Bloque 0 - Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión)

11. Escribe cal é la profesión dos teus pais/nais ou titores legais:

Pai o titor/a legal	
Nai o titor/a legal	

Táboa 15. Bloque 0 - profesión dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión)

ANTES DE INCIAR A SIGUIENTE PARTE DO CUESTIONARIO FÍXATE NESTE EXEMPLO. Pensa no que fas na semana normal (sinalando cunha cruz o que se corresponde), fíxate que sinalas unha cruz en cada un dos días. É importante que non deixes ningún día sen cubrir.

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 16. Bloque 0 - Exemplo para saber cubrir ó cuestionario (Segunda versión)

12. Que días da semana vas a camiñar? (Para ir ó instituto/escola pola mañá, pola tarde despois do instituto/escola, fins de semana, excursión camiñando). E máis ou menos, canto tempo camiñas cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade							
Menos de 30 min							
Entre 30 min - 1h							
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 17. Bloque 0 – Que días da semana vas camiñar? Canto tempo camiñas cada un dos días? (Segunda versión)

13. A hora do recreo do instituto/escola (patio media mañá, o patio mediodía) que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (deportes, pilla, saltar a corda,...). E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade							
Menos de 30 min							
Entre 30 min - 1h							
Entre 1 h- 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 18. Bloque 0 - A hora do recreo do instituto/escola, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Segunda versión)

14. Despois do instituto/escola ou no fin de semana (no teu tempo libre) que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar (pilla, saltar a la corda, bicicleta, patinar)? E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade							
Menos de 30 min							
Entre 30 min - 1h							
Entre 1 h- 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 19. Despois do instituto/escola ou no fin de semana, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Segunda versión)

15. Que días tiveches clase de Educación Física no instituto/escola?

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo

Táboa 20. Bloque 0 - Que días tiveches clase de EF no instituto/escola? (Segunda versión)

16. Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares (Fútbol, baloncesto, balonmán, hóckey, waterpolo,...)? Pensa nos adestramentos e nos partidos. E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada uno dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade							
Menos de 30 min							
Entre 30 min - 1h							
Entre 1 h- 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 21. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares? (Segunda versión)

Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (por exemplo, waterpolo)

Si	
Non	

Táboa 22. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Segunda versión)

17. Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares (Atletismo, ximnasia, danza-ballet, judo-karate-Taekwondo, patinaxe, natación,...)? Pensa nos adestramentos e nos partidos. E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade							
Menos de 30 min							
Entre 30 min - 1h							
Entre 1 h- 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 23. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares? (Segunda versión)

Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (por exemplo, natación)

Si	
Non	

Táboa 24. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Segunda versión)

9.2.2. Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?

Sinala cunha (X) as 5 que che parecen máis importantes e as 5 que menos		Mais importantes	Menos importantes
1	É aquel que domina a materia (busca información, estudia e actualiza os seus coñecementos) sobre EF e todos os seus contidos. (Capacidade científica)		
2	É aquel que prepara as clases que imparte y las adapta a los niveles e intereses del alumnado. (Capacidade pedagóxica: Planificación)		
3	É aquel que corrixe e motiva os estudantes durante a realización das tarefas/exercicios. (Capacidade pedagóxica: Intervención)		
4	É aquel que avalía en base os resultados obtidos nas probas e tendo en conta a evolución e implicación de cada estudante durante o curso. (Capacidade pedagóxica: Avaliación)		
5	É aquel que participa nas clases de EF co seu alumnado e leva a cabo tarefas novidosas dentro ou fora da aula. (Actitude profesional)		
6	É aquel que é capaz de crear un bo ambiente e sabe resolver os conflitos que xorden nas súas clases (Trazos da personalidade)		
7	É aquel que as súas clases son amenas e divertidas a vez que aprendes facendo. (Efectos del proceso)		
8	É aquel que anima ó alumnado practicar actividade física no seu tempo libre. (Efectos del produto xerais educativos)		
9	É aquel que procura que o alumnado acade os aprendizaxes específicos da EF. (Efectos del produto sobre un aprendizaxe específico)		
10	É aquel que trata a todo o mundo por igual (respectando as diferenzas) e fomenta o compañeirismo e o traballo en grupo. (Orientacións filosóficas)		

Táboa 25. Bloque 1 (Segunda versión)

9.2.3. Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?

Sinala cunha (X) as 5 que che parecen máis importantes e as 5 que menos		Mais importantes	Menos importantes
1	E aquel que é capaz de xogar con habilidade a un ou a varios deportes. (Competencia deportiva)		
2	E aquel que realiza AF diaria de forma autónoma. (Competencia en actividade física)		
3	É aquel que ten un nivel bo de forza, resistencia, coordinación, axilidade, etc. para a practica de un ou varios deportes. (Capacidade física deportiva)		
4	É aquel que mantén unha correcta postura na practica do exercicio e utilízao para melloral a súa calidade de vida. (Aptitude física saúde)		
5	É aquel que ten bos hábitos de vida saudables (práctica actividade físico-deportiva regular, dieta equilibrada, etc.). (Estilo de vida activo)		
6	É aquel que coñece as técnicas ou habilidades específicas de un ou varios deportes. (Coñecemento deportivo)		
7	É aquel que coñece e diferencia as capacidades físicas. (Coñecemento relacionado coa aptitude física)		
8	É aquel que coñece os seus límites na práctica deportiva e traballa para melloralos. (Coñecemento de si mesmo)		
9	É aquel que cando práctica deporte, respecta as normas de xogo, ós seus compañeiros/as e adversarios, fomenta o xogo limpo, etc. (Competencia persoal)		
10	É aquel que realiza actividade físico-deportiva para a súa satisfacción persoal. (Aptitudes/Gusto)		

Táboa 26. Bloque 2 (Segunda versión)

9.2.4. Bloque 3. Finalidades da Educación Física

Sinala cunha (X) as 5 que che parecen máis importantes e as 5 que menos		Mais importantes	Menos importantes
1	Axuda a adquisición de valores tanto relacionados co deporte como para a vida en xeral. (Fins educativos xerais)		
2	Axuda a adquisición de cultura deportiva. (Fins educativos xerais)		
3	Fomenta o aumento da práctica físico-deportiva do alumnado, tanto na escola como fóra dela (ocio). (Fomentar el gusto por las actividades físicas)		
4	Permite practicar diferentes modalidades físico-deportivas que sexan do gusto do alumnado. (Fomentar el gusto polas actividades físicas)		
5	Promove a adquisición e perfeccionamento das habilidades deportivas. (Promoción de aprendizaxes deportivos)		
6	Axuda a adquirir aprendizaxes relacionados con la adquisición de hábitos de AF saudable. (Promoción de aprendizaxes relacionados coa condición física/saúde)		
7	Axuda a adquirir coñecementos relacionados cos hábitos saudables (alimentación, hixiene postural, tempo de AF diaria recomendado, etc.). (Promover estilos de vida activos)		
8	Fomenta la realización de la práctica de actividade física como hábito en la vida cotiá do seu alumnado. (Promover estilos de vida activos)		
9	Ensina as ferramentas necesarias para saber e ser capaces de mellorar as capacidades físicas (Promoción da aptitude física)		
10	Fomenta a aplicación a vida cotiá do alumnado dos coñecementos sobre como mellorar as capacidades físicas (Promoción da aptitude física)		
11	Utiliza a Actividade Físico-Deportiva como medio de relaxación ou liberación de tensións. (Promover la catarses)		
12	Plánteas as súas clases para que o alumnado se divirta e o pase ben. (Promover la catarses)		

Táboa 27. Bloque 3 (Segunda versión)

9.3. Anexo 3. Terceira Versión do Cuestionario

9.3.1. Bloque 0. Caracterización

1. Sexo	Masculino	Feminino	Outros
2. Fecha de nacemento (por exemplo 18/10/2006)			
3. Tipo de centro no que estudas	Público	Privado/concertado	
4. Calcificacións que obtiveches neste curso académico na materia de Educación Física (suspenso, aprobado, notable, sobresáinte)	1ª avaliación	2ª avaliación	
5. Gústache realizar actividade físico deportiva? (si/no)			
6. Considérase unha persoa fisicamente activa? (si/no)			
7. Que pensas do tu estado de saúde?	Non teño boa saúde	Teño unha saúde normal	Teño boa saúde
8. Eu, fisicamente son parecido a (rodea a figura coa que te identificas)			

Táboa 28. Bloque 0 - Caracterización (Terceira versión)

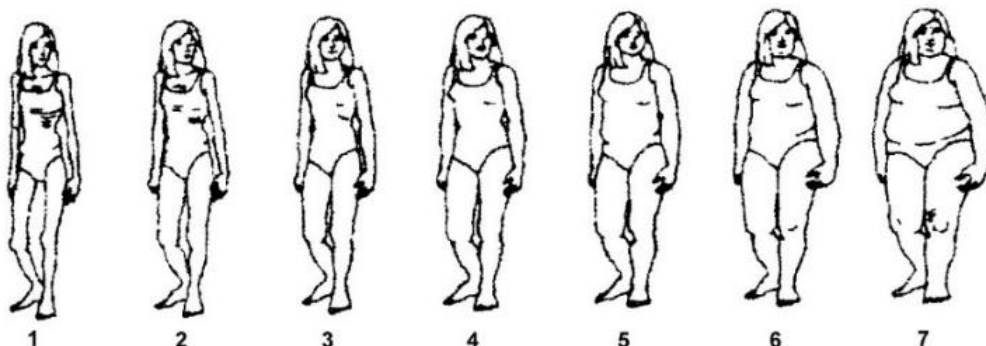


Ilustración 2. Bloque 0 - Tipoloxía corporal muller

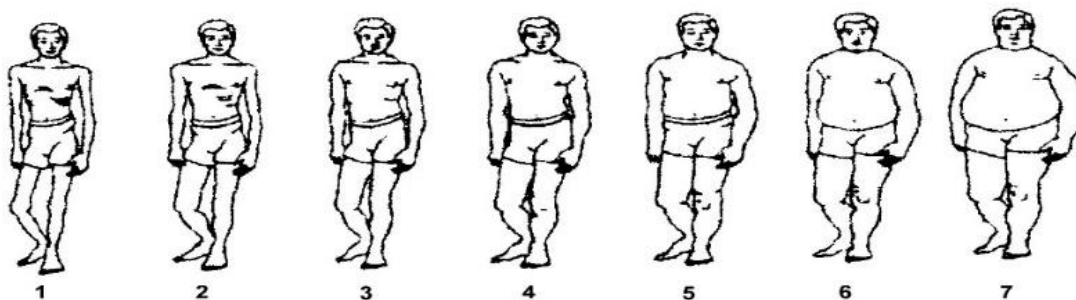


Ilustración 3. Bloque 0 - Tipoloxía corporal home

9. Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Sinala a resposta con unha cruz)

	Pai o titor/a legal	Nai o titor/a legal
Sen estudos		
Primarios		
Secundarios/Bacharelato		
Formación Profesional		
Universitarios		
Doutorado		

Táboa 29. Bloque 0 - Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión)

10. Escribe cal é la profesión dos teus pais/nais ou titores legais:

Pai o titor/a legal	
Nai o titor/a legal	

Táboa 30. Bloque 0 - profesión dos teus pais/nais ou titores legais (Terceira versión)

ANTES DE INCIAR A SIGUIENTE PARTE DO CUESTIONARIO FÍXATE NESTE EXEMPLO. Pensa no que fas na semana normal (sinalando cunha cruz o que se corresponde), fíxate que sinalas unha cruz en cada un dos días. É importante que non deixes ningún día sen cubrir.

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 31. Bloque 0 - Exemplo para saber cubrir ó cuestionario (Terceira versión)

11. Que días da semana vas a camiñar? (Para ir ó instituto/escola pola mañá, pola tarde despois do instituto/escola, fins de semana, excursión camiñando). E máis ou menos, canto tempo camiñas cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 32. Bloque 0 – Que días da semana vas camiñar? Canto tempo camiñas cada un dos días? (Terceira versión)

12. A hora do recreo do instituto/escola (patio media mañá, o patio mediodía) que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (deportes, pilla, saltar a corda,...). E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 33. Bloque 0 - A hora do recreo do instituto/escola, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Terceira versión)

13. Despois do instituto/escola ou no fin de semana (no teu tempo libre) que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar (pilla, saltar a la corda, bicicleta, patinar)? E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	X		X		X		X
Menos de 30 min				X			
Entre 30 min - 1h		X				X	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 34. Despois do instituto/escola ou no fin de semana, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Terceira versión)

14. Que días tiveches clase de Educación Física no instituto/escola?

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo

Táboa 35. Bloque 0 - Que días tiveches clase de EF no instituto/escola? (Terceira versión)

15. Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares (Fútbol, baloncesto, balonmán, hóckey, waterpolo,...)? Pensa nos adestramentos e nos partidos. E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada uno dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	X		X		X		X
Menos de 30 min				X			
Entre 30 min - 1h		X				X	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 36. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares? (Terceira versión)

Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (por exemplo, waterpolo)

Si	
Non	

Táboa 37. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Terceira versión)

16. Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares (Atletismo, ximnasia, danza-ballet, judo-karate-Taekwondo, patinaxe, natación,...)? Pensa nos adestramentos e nos partidos. E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	X		X		X		X
Menos de 30 min				X			
Entre 30 min - 1h		X				X	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							

Táboa 38. Bloque 0 - *Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares? (Terceira versión)*

Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (por exemplo, natación)

Si	
Non	

Táboa 39. Bloque 0 - *Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Terceira versión)*

PENSA AGORA, no tempo aproximado que lle dedicas a cada unha das seguintes actividades. Pensa nun día habitual de entre semana e o fin de semana

17. Canto tempo soles ver a televisión/vídeo/DVD ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						

Táboa 40. Bloque 0 - Canto tempo soles ver a TV/vídeo/DVD ó día? (Terceira versión)

18. Canto tempo soles usar o ordenador (para navegar por Internet, chatear, practicar xogos interactivos, etc.) ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						

Táboa 41. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o ordenador (para navegar por Internet, chatear, practicar xogos interactivos, etc.) ó día? (Terceira versión)

19. Canto tempo soles usar videoxogos (portátil ou para usar co televisor) ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						

Táboa 42. Bloque 0 - Canto tempo soles usar videoxogos ó día? (Terceira versión)

20. Canto tempo soles usar o teléfono móbil ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						

Táboa 43. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o móbil ó día? (Terceira versión)

9.3.2. Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?

Encontraraste 10 afirmacións, leas con calma e sinala cales son as 5 que che parecen máis importantes e cales das outras 5 che parecen menos importantes. Non debes deixar ningunha afirmación sen sinalar.

Sinala cunha (X) as 5 que che parecen máis importantes e as 5 que menos		Máis importantes	Menos importantes
1	É aquel que domina a materia (busca información, estuda e actualiza os seus coñecementos) sobre a EF e todos os seus contidos. (Capacidade científica)		
2	É aquel que prepara as clases que imparte e adáptaa os niveles e intereses do alumnado. (Capacidade pedagóxica: Planificación)		
3	É aquel que utiliza variedade de tarefas, organiza ben o grupo, aproveita o tempo, corrixe e motiva os estudantes durante a realización das tarefas/exercicios. (Capacidade pedagóxica: Intervención)		
4	É aquel que avalía en base os resultados obtidos e tendo en conta a evolución e implicación de cada estudante durante o curso. (Capacidade pedagóxica: Avaliación)		
5	É aquel que se implica nas clases de EF co seu alumnado e leva a cabo tarefas novidasas dentro ou fora da aula, creando bo ambiente e resolvendo os conflitos que xorden na aula. (Actitude profesional)		
6	É aquel que é divertido e co cal se pode falar de calquera tema que nos xurda na clase ou fora dela. (Trazos da personalidade)		
7	É aquel que as súas clases son amenas e divertidas á vez que aprendes facendo. (Efectos do proceso)		
8	É aquel que anima o alumnado a practicar actividade física no tempo libre. (Efectos do produto xenerais educativos)		
9	É aquel que intenta que o alumnado alcance os aprendizaxes específicos da EF. (Efectos do produto sobre un aprendizaxe específico)		
10	É aquel que respectando as diferencias, fomenta o compañeirismo e o traballo en grupo e fai pensar o alumno/a sobre a utilidade da actividade físico-deportiva. (Orientacións filosóficas)		

Táboa 44. Bloque 1 (Terceira versión)

9.3.3. Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?

A continuación atoparás 10 afirmacións, leas con calma e sinala cales son as 5 que che parecen mais importantes e cales as outras 5 que che parecen menos importantes. Non debes deixar ningunha afirmación sen sinalar.

Sinala cunha aspa (X) as 5 que che parecen mais importantes e as 5 que menos importantes		Mais importantes	Menos importantes
1	É aquel que es capaz de xogar con habilidade a un ou varios deportes. (Competencia deportiva)		
2	É aquel que é capaz de realizar actividade físico-deportiva diaria de forma autónoma. (Competencia en actividade física)		
3	É aquel que ten un bo nivel de forza, resistencia, velocidade, coordinación, axilidade, etc. Para a práctica de actividade físico-deportiva. (Capacidade física deportiva)		
4	É aquel que mantén unha correcta postura na práctica de exercicio e o emprega para mellorar a súa calidade de vida. (Aptitude física saúde)		
5	É aquel que ten bos hábitos de vida saudables (practica actividade físico-deportiva regular, dieta equilibrada e respecta as horas de sono). (Estilo de vida activo)		
6	É aquel que coñece as técnicas ou habilidades específicas de un ou varios deportes. (Coñecemento deportivo)		
7	É aquel que coñece e diferencia as capacidades físicas. (Coñecemento relacionado coa aptitude física)		
8	É aquel que coñece as súas posibilidades e limitacións na práctica de actividades físico-deportivas e traballa para melloralas. (Coñecemento de si mesmo)		
9	É aquel que cando practica deporte, respecta as normas de xogo, aos seus compañeiros/as e adversarios e fomenta o xogo limpo. (Competencia persoal)		
10	É aquel que realiza actividade físico-deportiva para a súa satisfacción persoal. (Aptitudes/Gustos)		

Táboa 45. Bloque 2 (Terceira versión)

9.3.4. Bloque 3. Finalidades da Educación Física

A continuación atoparás 10 afirmacións, leas con calma e sinala cales son as 5 que che parecen mais importantes e cales as outras 5 que che parecen menos importantes. Non debes deixar ningunha afirmación sen sinalar.

Sinala cunha aspa (X) as 5 que che parecen mais importantes e as 5 que menos		Mais importantes	Menos importantes
1	Axudar á adquisición de valores tanto relacionados coa actividade físico-deportiva como para a vida en xeral. (Fins educativos xerais)		
2	Axuda á adquisición de coñecementos, comportamentos, normas e formas de actuar necesarias para o bo funcionamento do noso corpo máis de actuar no ámbito físico-deportivo. (Fins educativos xerais)		
3	Permite practicar ao alumnado diferentes actividades físico-deportivas promovendo a adquisición e perfeccionamento das habilidades necesarias. (Promoción de aprendizaxes)		
4	Fomenta a adquisición de aprendizaxes relacionados cos hábitos de AF saudable ao longo da vida. (Promoción de aprendizaxes)		
5	Axuda a adquirir coñecementos relacionados cos hábitos saudables (alimentación, hixiene postural, tempo de AF diaria recomendado, etc.). (Promover estilos de vida activos)		
6	Fomenta a realización de práctica de Actividade físico-deportiva como hábito na vida cotiá do seu alumnado. (Promover estilos de vida activos)		
7	Ensina as ferramentas necesarias para saber e ser capaces de mellorar, autonomamente, as capacidades físicas. (Promoción da aptitude física)		
8	Fomenta a aplicación á vida cotiá do alumnado dos coñecementos sobre como mellorar as capacidades físicas (Promoción da aptitude física)		
9	Utiliza a Actividade Físico-Deportiva como medio de relaxación ou liberación de tensións. (Promover a catarse)		
10	Facilita a diversión, o adersamento e o desfrute. (Promover a catarse)		

Táboa 46. Bloque 3 (Terceira versión)

9.4. Anexo 4. Cuestionario para validación Online

9.4.1. Bloque 0. Caracterización

Responde a estas preguntas coa máxima sinceridade. Como podes ver, o cuestionario é completamente anónimo e non usaremos os datos para ningún tipo de investigación. Si necesitamos, que ademais de cubri-lo, nos contes todas as cousas do cuestionario que non entendes, para que o poidamos mellorar e aplicalo nun futuro estudo, para iso incluímos en algunhas preguntas un apartado de “Entendes a pregunta”.

Para nós, é moi importante coñecer a opinión do alumnado para poder adoptar as medidas para mellorar a formación dos futuros profesores.

Moitas grazas pola túa colaboración

1. Sexo	Masculino	Feminino	Outros
2. Fecha de nacemento (por exemplo 18/10/2006)			
3. Tipo de centro no que estudas	Público	Privado	Concertado
4. Calcificacións que obtiveches neste curso académico na materia de Educación Física (suspenso, aprobado, notable, sobresáinte)	1ª avaliación		2ª avaliación
5. Gústache realizar actividade físico deportiva? (si/no)	Si		Non
6. Considérase unha persoa fisicamente activa? (si/no)	Si		Non
7. Que pensas do tu estado de saúde?	Non teño boa saúde	Teño unha saúde normal	Teño boa saúde

8. Eu, fisicamente parézome a (rodea a figura coa que te identificas)

Táboa 47. Bloque 0 - Caracterización (Versión Online)

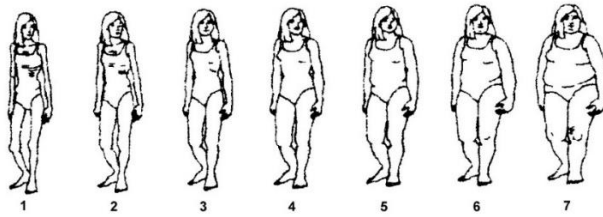


Ilustración 4. Bloque 0 - Tipoloxía corporal muller

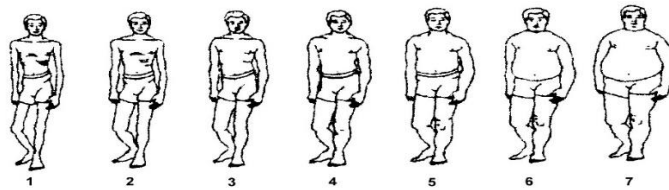


Ilustración 5. Bloque 0 - Tipoloxía corporal home

9. Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Sinala a resposta con unha cruz)

	Pai o titor/a legal	Nai o titor/a legal
Sen estudos		
Primarios		
Secundarios/Bacharelato		
Formación Profesional		
Universitarios		
Doutorado		

Táboa 48. Bloque 0 - Estudos dos teus pais/nais ou titores legais (Versión Online)

10. Escribe cal é la profesión dos teus pais/nais ou titores legais:

Pai o titor/a legal	
Nai o titor/a legal	

Táboa 49. Bloque 0 - profesión dos teus pais/nais ou titores legais (Versión Online)

Entendes as preguntas da 1 a 10			Observacións: Si contestas non. Que é o que non entendiches?
	Si	Non	

Táboa 50. Bloque 0 - Entendes as preguntas? (Versión Online)

ANTES DE INCIAR A SIGUIENTE PARTE DO CUESTIONARIO FÍXATE NESTE EXEMPLO. Pensa no que fas na semana normal (sinalando cunha cruz o que se corresponde), fíxate que sinalas unha cruz en cada un dos días. É importante que non deixes ningún día sen cubrir.

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							
Entendes a pregunta	Si		Non		Observacións: Si contestas non. Que é o que non entendiches?		

Táboa 51. Bloque 0 - Exemplo para saber cubrir ó cuestionario (Versión Online)

11. Que días da semana vas a camiñar? (Para ir ó instituto/escola pola mañá, pola tarde despois do instituto/escola, fins de semana, excursión camiñando). E máis ou menos, canto tempo camiñas cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							
Entendes a pregunta	Si		Non		Observacións:		

Táboa 52. Bloque 0 – Que días da semana vas camiñar? Canto tempo camiñas cada un dos días? (Versión Online)

12. A hora do recreo do instituto/escola (patio media mañá, o patio mediodía) que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (deportes, pilla, saltar a corda,...). E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							
Entendes a pregunta	Si		Non		Observacións:		

Táboa 53. Bloque 0 - A hora do recreo do instituto/escola, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Versión Online)

13. Despois do instituto/escola ou no fin de semana (no teu tempo libre) que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar (pilla, saltar a la corda, bicicleta, patinar)? E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							
Entendes a pregunta	Si		Non		Observacións:		

Táboa 54. Despois do instituto/escola ou no fin de semana, que días xogaches a xogos que impliquen movemento, correr ou saltar? (Versión Online)

14. Que días tiveches clase de Educación Física no instituto/escola?

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo

Táboa 55. Bloque 0 - Que días tiveches clase de EF no instituto/escola? (Versión Online)

15. Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares (Fútbol, baloncesto, balonmán, hóckey, waterpolo,...)? Pensa nos adestramentos e nos partidos. E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada uno dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	X		X		X		X
Menos de 30 min				X			
Entre 30 min - 1h		X				X	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							
Entendes a pregunta		Si	Non	Observacións:			

Táboa 56. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes de equipo nun club ou en actividades extraescolares? (Versión Online)

Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (por exemplo, waterpolo)

Si	
Non	

Táboa 57. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Versión Online)

16. Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares (Atletismo, ximnasia, danza-ballet, judo-karate-Taekwondo, patinaxe, natación,...)? Pensa nos adestramentos e nos partidos. E máis ou menos, canto tempo lle dedicaches cada un dos días?

	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	Sábado	Domingo
0 min. Non fixen esa actividade	x		x		x		x
Menos de 30 min				x			
Entre 30 min - 1h		x				x	
Entre 1 h - 1h30min							
Máis de 1 h 30min							
Entendes a pregunta	Si		Non	Observacións:			

Táboa 58. Bloque 0 - Que días xogaches a deportes individuais nun club ou en actividades extraescolares? (Versión Online)

Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (por exemplo, natación)

Si	
Non	

Táboa 59. Bloque 0 - Algún destes deportes fixéchelos na piscina? (Versión Online)

PENSA AGORA, no tempo aproximado que lle dedicas a cada unha das seguintes actividades. Pensa nun día habitual de entre semana e o fin de semana

17. Canto tempo soles ver a televisión/vídeo/DVD ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						
Entendes a pregunta	Si	Non	Observacións:			

Táboa 60. Bloque 0 - Canto tempo soles ver a TV/vídeo/DVD ó día? (Versión Online)

18. Canto tempo soles usar o ordenador (para navegar por Internet, chatear, practicar xogos interactivos, etc.) ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						
Entendes a pregunta	Si	Non	Observacións:			

Táboa 61. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o ordenador (para navegar por Internet, chatear, practicar xogos interactivos, etc.) ó día? (Versión Online)

19. Canto tempo soles usar videoxogos (portátil ou para usar co televisor) ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						
Entendes a pregunta	Si	Non	Observacións:			

Táboa 62. Bloque 0 - Canto tempo soles usar videoxogos ó día? (Versión Online)

20. Canto tempo soles usar o teléfono móbil ó día?

	Nada en absoluto	Entre 0-30min/día	Entre 30-60min/día	Entre 1-2h /día	Entre 2-3h/día	+ de 3h/día
Entre semana						
Sábado/ domingo						
Entendes a pregunta	Si	Non	Observacións:			

Táboa 63. Bloque 0 - Canto tempo soles usar o móbil ó día? (Versión Online)

9.4.2. Bloque 1. Que é un/unha bo/a profesor/a de Educación Física?

Encontraraste 10 afirmacións, leas con calma e sinala cales son as 5 que che parecen máis importantes e cales das outras 5 che parecen menos importantes. Non debes deixar ningunha afirmación sen sinalar.

Sinala cunha (X) as 5 que che parecen máis importantes e as 5 que menos		Máis importantes	Menos importantes	Entendiches a pregunta?		Observacións
				Si	Non	
1	É aquel que domina a materia (busca información, estuda e actualiza os seus coñecementos) sobre a EF e todos os seus contidos.			Si	Non	
2	É aquel que prepara as clases que imparte e adáptaa os niveles e intereses do alumnado.			Si	Non	
3	É aquel que utiliza variedade de tarefas, organiza ben o grupo, aproveita o tempo, corrixe e motiva os estudantes durante a realización das tarefas/exercicios.			Si	Non	
4	É aquel que avalía en base os resultados obtidos e tendo en conta a evolución e implicación de cada estudante durante o curso.			Si	Non	
5	É aquel que se implica nas clases de EF co seu alumnado e leva a cabo tarefas novidosas dentro ou fora da aula, creando bo ambiente e resolvendo os conflitos que xorden na aula.			Si	Non	
6	É aquel que é divertido e co cal se pode falar de calquera tema que nos xurda na clase ou fora dela.			Si	Non	
7	É aquel que as súas clases son amenas e divertidas á vez que aprendes facendo.			Si	Non	
8	É aquel que anima ó alumnado a practicar actividade física no tempo libre.			Si	Non	
9	É aquel que intenta que o alumnado alcance os aprendizaxes específicos da EF.			Si	Non	
10	É aquel que respectando as diferencias, fomenta o compañeirismo e o traballo en grupo e fai pensar ó alumno/a sobre a utilidade da actividade físico-deportiva.			Si	Non	

Táboa 64. Bloque 1 (Versión Online)

9.4.3. Bloque 2. Que é un/unha bo/a alumno/a educado/a fisicamente?

A continuación atoparás 10 afirmacións, leas con calma e sinala cales son as 5 que che parecen mais importantes e cales as outras 5 que che parecen menos importantes. Non debes deixar ningunha afirmación sen sinalar.

Sinala cunha aspa (X) as 5 que che parecen mais importantes e as 5 que menos importantes		Mais importantes	Menos importantes	Entendiches a pregunta?		Observacións
				Si	Non	
1	É aquel que es capaz de xogar con habilidade a un ou varios deportes.			Si	Non	
2	É aquel que é capaz de realizar actividade físico-deportiva diaria de forma autónoma.			Si	Non	
3	É aquel que ten un bo nivel de forza, resistencia, velocidade, coordinación, axilidade, etc. Para a práctica de actividade físico-deportiva.			Si	Non	
4	É aquel que mantén unha correcta postura na práctica de exercicio e o emprega para mellorar a súa calidade de vida.			Si	Non	
5	É aquel que ten bos hábitos de vida saudables (practica actividade físico-deportiva regular, dieta equilibrada e respecta as horas de sono).			Si	Non	
6	É aquel que coñece as técnicas ou habilidades específicas de un ou varios deportes.			Si	Non	
7	É aquel que coñece e diferencia as capacidades físicas.			Si	Non	
8	É aquel que coñece as súas posibilidades e limitacións na práctica de actividades físico-deportivas e traballa para melloralas.			Si	Non	
9	É aquel que cando practica deporte, respecta as normas de xogo, aos seus compañeiros/as e adversarios e fomenta o xogo limpo.			Si	Non	
10	É aquel que realiza actividade físico-deportiva para a súa satisfacción persoal.			Si	Non	

Táboa 65. Bloque 2 (Versión Online)

9.4.4. Bloque 3. Finalidades da Educación Física

A continuación atoparás 10 afirmacións, leas con calma e sinala cales son as 5 que che parecen mais importantes e cales as outras 5 que che parecen menos importantes. Non debes deixar ningunha afirmación sen sinalar.

Sinala cunha aspa (X) as 5 que che parecen mais importantes e as 5 que menos		Mais importantes	Menos importantes	Entendiches a pregunta?		Observacións
				Si	Non	
1	Axudar á adquisición de valores tanto relacionados coa actividade físico-deportiva como para a vida en xeral.			Si	Non	
2	Axuda á adquisición de coñecementos, comportamentos, normas e formas de actuar necesarias para o bo funcionamento do noso corpo máis de actuar no ámbito físico-deportivo.			Si	Non	
3	Permite practicar ao alumnado diferentes actividades físico-deportivas promovendo a adquisición e perfeccionamento das habilidades necesarias.			Si	Non	
4	Fomenta a adquisición de aprendizaxes relacionados cos hábitos de AF saudable ao longo da vida.			Si	Non	
5	Axuda a adquirir coñecementos relacionados cos hábitos saudables (alimentación, hixiene postural, tempo de AF diaria recomendado, etc.).			Si	Non	
6	Fomenta a realización de práctica de Actividade físico-deportiva como hábito na vida cotiá do seu alumnado.			Si	Non	
7	Ensina as ferramentas necesarias para saber e ser capaces de mellorar, autonomamente, as capacidades físicas.			Si	Non	
8	Fomenta a aplicación á vida cotiá do alumnado dos coñecementos sobre como mellorar as capacidades físicas.			Si	Non	
9	Utiliza a Actividade Físico-Deportiva como medio de relaxación ou liberación de tensións.			Si	Non	
10	Facilita a diversión, o adestramento e o desfrute.			Si	Non	

Táboa 66. Bloque 3 (Versión Online)