

Escala de Autoconcepto físico (PSPP) Fox y Corbin (1989)

	Totalmente en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo
Quando realizo actividad física...				
1. Soy muy bueno/a en casi todos los deportes	1	2	3	4
2. Siempre mantengo una excelente condición y forma física	1	2	3	4
3. Comparado con la mayoría, mi cuerpo no es tan atractivo	1	2	3	4
4. Comparado con la mayoría de la gente de mi mismo sexo, creo que me falta fuerza física	1	2	3	4
5. Me siento muy orgulloso/a de lo que soy y de lo que puedo hacer físicamente	1	2	3	4
6. Creo que no estoy entre los/as más capaces cuando se trata de habilidad deportiva	1	2	3	4
7. Siempre me organizo para poder hacer ejercicio físico intenso de forma regular y continuada	1	2	3	4
8. Tengo dificultad para mantener un cuerpo atractivo	1	2	3	4
9. Mis músculos son tan fuertes como los de la mayoría de las personas de mi mismo sexo	1	2	3	4
10. Siempre estoy satisfecho/a de cómo soy físicamente	1	2	3	4
11. No me siento seguro/a cuando se trata de participar en actividades deportivas	1	2	3	4
12. Siempre mantengo un alto nivel de resistencia y forma física	1	2	3	4
13. Me siento avergonzado/a de mi cuerpo cuando se trata de llevar poca ropa	1	2	3	4
14. Cuando se trata de situaciones que requieren fuerza, soy el primero/a en ofrecerme	1	2	3	4
15. Cuando se trata del aspecto físico, no siento mucha confianza en mi mismo	1	2	3	4
16. Considero que siempre soy de los/as mejores cuando se trata de participar en actividades deportivas	1	2	3	4
17. Suelo encontrarme un poco incómodo/a en lugares donde se practica ejercicio físico y deporte	1	2	3	4
18. Pienso que a menudo se me admira porque mi físico o mi tipo de figura se considera atractiva	1	2	3	4
19. Tengo poca confianza cuando se trata de mi fuerza física	1	2	3	4
20. Siempre tengo un sentimiento verdaderamente positivo de mi aspecto físico	1	2	3	4
21. Suelo estar entre los/as más rápidos/as cuando se trata de aprender nuevas habilidades deportivas	1	2	3	4
22. Me siento muy confiado/a para practicar de forma continuada y para mantener mi condición física	1	2	3	4
23. Creo que, comparado/a con la mayoría, mi cuerpo no parece estar en la mejor forma	1	2	3	4
24. Creo que, comparado/a con la mayoría, soy muy fuerte y tengo mis músculos bien desarrollados	1	2	3	4
25. Desearía tener más respeto hacia mi "yo" físico	1	2	3	4
26. Cuando surge la oportunidad, siempre soy de los/as primeros/as para participar en deportes.	1	2	3	4
27. Creo que, comparado con la mayoría, mi nivel de condición física no es tan alto	1	2	3	4
28. No me siento seguro/a sobre la apariencia de mi cuerpo	1	2	3	4
29. Creo que no soy tan bueno/a como la mayoría cuando se trata de situaciones que requieren fuerza	1	2	3	4
30. Me siento muy satisfecho/a tal y como soy físicamente	1	2	3	4

Condición física: 2, 5, 7, 12, 22, 27(-)

Apariencia: 3(-), 8(-), 10, 13(-), 18, 20, 25(-), 28(-), 30

Competencia percibida: 1, 16, 21, 26

Fuerza: 4(-), 9, 14, 23(-), 24, 29(-)

Autoestima: 6(-), 11(-), 15(-), 17(-), 19(-)

Moreno, J. A. and Cervelló, E. (2005). Physical self-perception in spanish adolescents: effects of gender and involent in physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.