

**Escala de medida de las orientaciones de metas en el ejercicio (GOES) Kilpatrick, Bartholomew, y Riemer (2003).**

|   | Totalmente en desacuerdo | Algo en desacuerdo | Neutro | Algo de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|---|--------------------------|--------------------|--------|-----------------|-----------------------|
| <b>Siento más éxito al realizar ejercicio cuando...</b> |                          |                    |        |                 |                       |
| Aprendo cosas y eso me hace querer participar más       | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Puedo hacerlo mejor que mis amigos                      | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Otros no pueden hacerlo tan bien como yo                | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Aprendo algo nuevo a base de practicarlo intensamente   | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Algo que aprendo me hace querer ir y participar más     | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Soy el mejor  | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Una habilidad que aprendo me hace sentir realmente bien | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Soy el único que puede realizarlo a una gran intensidad | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Estoy aprendiendo y divirtiéndome                       | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |
| Otros no lo realizan tan bien como yo                   | 1                        | 2                  | 3      | 4               | 5                     |

**Orientación tarea:** 1, 4, 5, 7 y 9

**Orientación ego:** 2, 3, 6, 8 y 10

Moreno, J. A., López, M., Martínez Galindo, C. M., Alonso, N., y González-Cutre, D. (2007). Validación preliminar de la escala de percepción del clima motivacional de los iguales (CMI) y la escala de las orientaciones de meta en el ejercicio (GOES) con practicantes españoles de actividades físico-deportivas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(2), 13-28.