|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Beden Eğitimi için Başarı Duyguları Ölçeği (BE-BDÖ)** | **Tamamen Katılmıyorum** | **Katılmıyorum** | **Kararsızım** | **Katılıyorum** | **Tamamen Katılıyorum** |
| **GURUR** | **1** | Beden eğitimi dersine ayak uydurabildiğim için gurur duyuyorum. |  |  |  |  |  |
| **2** | Beden eğitimi derslerine katılmaktan gurur duyuyorum. |  |  |  |  |  |
| **3** | Beden eğitimi ile ilgili bildiklerim için gurur duyabileceğimi düşünüyorum. |  |  |  |  |  |
| **4** | Beden eğitimi derslerindeki başarılarımdan duyduğum gurur beni derse katılımım için motive ediyor. |  |  |  |  |  |
| **EĞLENCE / ZEVK** | **5** | Beden eğitimi derslerinin heyecan verici olması beni derse katılmaya motive ediyor. |  |  |  |  |  |
| **6** | Beden eğitimi derslerine katılmaktan zevk alıyorum. |  |  |  |  |  |
| **7** | Beden eğitimi derslerinde olmak ve öğretmenin önerilerini yerine getirmek beni heyecanlandırıyor. |  |  |  |  |  |
| **8** | Beden eğitimi derslerinin faydasını gördüğüm için derse katılmaktan/gitmekten mutluyum. |  |  |  |  |  |
| **ÖFKE** | **9** | Beden eğitimi dersi esnasında öfkemin arttığını hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| **10** | Sinirli olduğum için beden eğitimi derslerinde huzursuz oluyorum. |  |  |  |  |  |
| **11** | Beden eğitimi dersinde öğrenmek zorunda olduğum gereksiz şeyleri düşünmek beni sinirlendiriyor. |  |  |  |  |  |
| **12** | Beden eğitimi dersinden çıktığımda sinirli oluyorum. |  |  |  |  |  |
| **KAYGI** | **13** | Beden eğitimi dersinde yapmam gereken şeylerin çok zor olabileceği beni endişelendiriyor. |  |  |  |  |  |
| **14** | Beden eğitimi dersinde kendimi gergin hissediyorum. |  |  |  |  |  |
| **15** | Beden eğitimi dersinde yanlış birey söylemekten/yapmaktan korkarım ve hiçbir şey söylememeyi/yapmamayı tercih ederim. |  |  |  |  |  |
| **16** | Beden eğitimi dersinde anlamadığım bir şey olursa kalbim hızla çarpar. |  |  |  |  |  |
| **UMUTSUZLUK** | **17** | Beden eğitimi dersine hazırlanmak anlamsız çünkü zaten bu derste kötüyüm. |  |  |  |  |  |
| **18** | Beden eğitimi dersine girmeden önce bile dersi doğru anlamayacağımı/yapamayacağımı biliyorum. |  |  |  |  |  |
| **19** | Egzersizleri doğru yapmak imkânsız olduğu için beden eğitimi dersine gitmemeyi tercih ediyorum. |  |  |  |  |  |
| **20** | Beden eğitimi dersindeki etkinlikleri etkili bir şekilde yapma konusundaki tüm umudumu kaybettim. |  |  |  |  |  |
| **SIKKINLIK** | **21** | Beden eğitimi dersi çok sıkıcı olduğu için dersten çıkmak istiyorum. |  |  |  |  |  |
| **22** | Beden eğitimi dersi esnasında sıkılıyorum. |  |  |  |  |  |
| **23** | Beden eğitimi dersi beni bunaltıyor.  |  |  |  |  |  |
| **24** | Beden eğitimi dersini oldukça sıkıcı buluyorum. |  |  |  |  |  |