

Escala de Autoeficácia no Voleibol de Base (VSES-B)

Nome: _____ Sexo: () Fem () Masc

Data de nascimento: ____/____/____ Posição: _____ Nº da camisa: _____

Tempo de prática (meses, anos): _____ Tempo na equipe: _____

Escolaridade: () Ensino fundamental () Ensino médio () Ensino superior incompleto
() Ensino superior completo

Considere o nível de jogo em que sua equipe compete. Indique o quanto você, em geral, acredita na sua habilidade individual, para realizar, com efetividade, cada habilidade durante as partidas.

Crença na MINHA HABILIDADE para realizar com êxito cada ação de jogo durante as partidas.

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
Nada						Moderadamente				Completamente

Q1. Chamar a responsabilidade do ataque para decidir o jogo. _____ %

Q2. Tomar decisões rápidas para definir uma estratégia de ação. _____ %

Q3. Ser capaz de orientar a sua equipe e comandar o fundo de quadra. _____ %

Q4. Ter capacidade de leitura de fundo de quadra. _____ %

Q5. Salvar uma bola largada. _____ %

Q6. Conseguir adaptar seu nível de concentração em diferentes momentos do jogo. _____ %

Q7. Controlar-se emocionalmente para lidar com a pressão e tomar decisões rápidas. _____ %

Q8. Recuperar-se rapidamente de um erro (não dar bola para o erro). _____ %

Q9. Controlar seus pensamentos, concentrando-se na próxima jogada. _____ %

Q10. Ter paciência para lidar com diferentes momentos do jogo. _____ %

Q11. Fazer um ponto difícil. _____ %

Q12. Ser capaz de decidir o jogo. _____ %

Q13. Demonstrar coragem para se posicionar e defender. _____ %

Q14. Ser corajoso para executar ações necessárias ao jogo. _____ %