

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

أولاً : التوصيف الاحصائي لمتغيرات البحث

جدول رقم (١٨)

التوصيف الاحصائي لبيانات عينة البحث في الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي
والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص

(ن = ٥٠)

الدلالات الإحصائية للتوصيف							الدلالات الإحصائية	
المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	معامل التفرطح	معامل الالتواء	
الاتزان الإنفعالي	٦٥,٩٦	٦٥,٥	٤٠	٨٢	٩,٠٢	٠,٦٣	٠,٤٥	الاتزان الإنفعالي (كحالة)
	٧٣,٧٤	٧٥	٤٥	٨٨	١٠,٧٣	٠,٣٨	٠,٦٤	الاتزان الإنفعالي (كسمة)
الاتزان الحركي	٦٠,٩٤	٦٢	٤٩	٦٩	٥,٢٥	٠,٣٩	٠,٦٣	اختبار العلامات (درجة)
	٢٦,٠٥	٢٦	١٢	٣٦	٥,٧٢	٠,٧٣	٠,١١	اختبار الخطوط المتوازية (سم)
	٧٢,٤٦	٧٣	٦٢	٨١	٤,٨٨	١,٠٤	٠,٠٦	اختبار باس المعدل (درجة)
المستوى الرقمي	٣٢,٧٩	٣٢,١٣	٢٢,٣٧	٤٩,٣٢	٦,١٢	٠,٢٦	٠,٣٦	مسافة رمى القرص (متر)

يتضح من جدول (١٨) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث في الاتزان الإنفعالي و الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠,٦٤ إلى ٠,٣٦) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الإعتدالية، حيث أن قيم معامل الالتواء الإعتدالية تتراوح ما بين ± ٣ . وتقترب جداً من الصفر كما بلغ معامل التفرطح ما بين (-١,٠٤ إلى ٠,٦٣) وهذا يعني إن تذبذب المنحنى الإعتدالي يعتبر مقبولاً وفي المتوسط وليس متذبذباً لأعلى وللأسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث في الاتزان الإنفعالي و الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص.

ثانيا: معاملات الارتباط (العلاقة) بين الاتزان الإنفعالي كسمة وحالة والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص

جدول رقم (١٩)
معامل الارتباط بين الاتزان الإنفعالي والمستوى الرقمي
لمسابقة قذف القرص
ن = ٥٠

معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المستوى الرقمي	
			الاتزان الإنفعالي	
**٠,٦٧١	٧٥	٧٣,٧٤	الاتزان الإنفعالي (كسمة)	الاتزان الإنفعالي
**٠,٧١٦	٥٦,٥	٦٥,٩٦	الاتزان الإنفعالي (حالة)	

* معنوى عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٧٣ ** معنوى عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٣٢٥

يتضح من جدول (١٩) والخاص بمعامل الارتباط بين الاتزان الإنفعالي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص . انه يوجد ارتباط موجب معنوى بين الاتزان الإنفعالي (حالة وسمة) وبين المستوى الرقمي (متر) بلغت ما بين (٠,٦٧١ الى ٠,٧١٦) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠١ مما يؤكد إن هناك علاقة حقيقية بين الاتزان الإنفعالي بشقيه الحالة والسمة وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص ، وهذا يعني ان الاتزان الإنفعالي له تأثير كبير على المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص للاعب لصالح اللاعبين المتزئين انفعالياً.

وللتعرف على مدى مساهمة الاتزان الإنفعالي فى المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص قام الباحث بإجراء الانحدار البسيط والمتعدد كما هو واضح من الجداول التالية:

أ- مدى مساهمة الاتزان الانفعالي (كحالة) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص

جدول (٢٠)

دلالات معادلة الانحدار البسيط للاتزان الانفعالي (كحالة) في المستوى الرقمي
لمسابقة قذف القرص
(ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ الاتزان الإنفعالي
٠,٠٦٨	٥٠,٥٢٣	٧,١٠٨	٠,٤٨٦	٥١,٢٦٦	٠,٥١٣	٠,٧١٦	الاتزان الإنفعالي (كحالة)
٠,٧٥٣							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية الاتزان الإنفعالي (كحالة).

المستوى الرقمي (متر) = ٠,٧٥٣ + (الاتزان الإنفعالي (كحالة) × ٠,٤٨٦).

يتضح من جدول (٢٠) والخاص بدلالات الانحدار البسيط للاتزان الانفعالي (كحالة) في المستوى الرقمي (متر) أن:

الاتزان الإنفعالي (كحالة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٥١,٢٦٦%.

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

ب- الاتزان الإنفعالي (كسمة)

جدول رقم (٢١)

دلالات معادلة الانحدار البسيط للاتزان الإنفعالي (كسمة)
في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص

(ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ الاتزان الإنفعالي
٠,٠٦١	٣٩,٣٥٩	٦,٢٧٤	٠,٣٨٣	٤٥,٠٢٤	٠,٤٥٠	٠,٦٧١	الاتزان الإنفعالي (كسمة)
٤,٥٦٢							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية الاتزان الإنفعالي (كسمة) (كحالة)

مسافة قذف القرص (متر) = ٤,٥٦٢ + (الاتزان الإنفعالي (كسمة) × ٠,٣٨٣)

يتضح من جدول (٢١) والخاص بدلالات الانحدار البسيط للاتزان الإنفعالي (كسمة) في مسافة قذف القرص (متر) أن:

الاتزان الإنفعالي (كسمة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٤٥,٠٢٤%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

ج- الاتزان الإنفعالي (حالة وكسمة)

جدول رقم (٢٢)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للاتزان الإنفعالي (كحالة وكسمة) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ الاتزان الإنفعالي
٠,٠٦٠	٥٠,٥٢٣	٥,٩٩٩	٠,٣٦١	٥١,٢٨٠	٠,٥١٣	٠,٧١٦	الاتزان الإنفعالي (كحالة)
٠,٠٥١	٥٢,٠٢٠	٥,١٥٦	٠,٢٦١	٣١,٥٢١	٠,٨٢٨	٠,٩١٠	الاتزان الإنفعالي (كسمة)
١٠,٣٠٠-							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية الاتزان الإنفعالي (كحالة وكسمة)

المستوى الرقمي (متر) = ١٠,٣٠٠ + (الاتزان الإنفعالي (كحالة) × ٠,٣٦١) + (الاتزان الإنفعالي (كسمة) × ٠,٢٦١)

يتضح من جدول (٢٢) والخاص بدلالات الانحدار البسيط للاتزان الإنفعالي (كحالة وكسمة) في مسابقة قذف القرص (متر) أن :

- الاتزان الإنفعالي (كحالة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٥١,٢٨٠ %

- الاتزان الإنفعالي (كسمة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٣١,٥٢١ %

- والاتزان الإنفعالي بصفة عامة يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٨٠,٨٢ %

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ .

ثالثاً: معاملات الارتباط (العلاقة) بين الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص

جدول رقم (٢٣)

معامل الارتباط بين الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسافة رمى القرص ن = ٥٠

المستوى الرقمي	الاتزان الحركي	مسافة قذف القرص (متر)
الاتزان الحركي	اختبار العلامات (درجة)	**٠,٤٢٠
	اختبار الخطوط المتوازية (سم)	**٠,٥٠٩-
	اختبار باس المعدل (درجة)	**٠,٥٥٩

* معنوى عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٢٧٣

** معنوى عند مستوى ٠,٠١ = ٠,٣٢٥

يتضح من جدول (٢٣) والخاص بمعامل الارتباط بين اختبارات الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص . انه يوجد ارتباط موجب معنوى بين اختبارات الاتزان الحركي وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بلغت ٠,٤٢٠ و ٠,٥٥٩ للاختبارات - اختبار العلامات (درجة) و اختبار باس المعدل (درجة) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠١ مما يؤكد ان هناك علاقة موجبة حقيقية بين هذين الاختبارين وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص وهذا يعني انه كلما زادت قيم هذين الاختبارين كلما كان المستوى الرقمي للاعب افضل في مسابقة قذف القرص .

كما يوجد ارتباط سالب معنوي بين اختبار الخطوط المتوازية (سم) وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بلغت ٠,٥٠٩- وهذه القيمة معنوية عند مستوى ٠,٠١ مما يؤكد ان هناك علاقة عكسية حقيقية بين هذا الاختبار وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص وهذا يعني انه كلما زادت قيم هذا الاختبار كلما انخفض المستوى الرقمي للاعب والعكس .

وللتعرف على مدى مساهمة الاتزان الحركي فى المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص قام الباحث بإجراء الانحدار البسيط والمتعدد كما هو واضح من الجداول التالية:

أ- اختبار العلامات (درجة)

جدول (٢٤)

دلالات معادلة الانحدار البسيط للاتزان الحركي (اختبار العلامات (درجة)) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (ن = ٥٠)

دلالات التنبؤ	معامل الارتباط المتعدد R	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	النسبة المئوية للمساهمة	معامل الانحدار الجزئي	قيمة t للإضافة	قيمة F	الخطأ المعياري
الاتزان الحركي	٠,٤٢٠	٠,١٧٦	١٧,٦٤٠	٠,٤٨٩	٣,٢٠٣	١٠,٢٥٦	٠,١٥٣
اختبار العلامات (درجة)							
قيمة القاطع	٢,٩٩٩						

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية اختبار العلامات (درجة)

المستوى الرقمي (متر) = ٢,٩٩٩ + (اختبار العلامات (درجة) × ٠,٤٨٩)

يتضح من جدول (٢٤) والخاص بدلالات الانحدار البسيط لاختبار العلامات (درجة) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) أن:

- اختبار العلامات (درجة) يسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بنسبة ١٧,٦٤٠%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ .

ب- اختبار الخطوط المتوازية (سم)

جدول رقم (٢٥)

دلالات معادلة الانحدار البسيط للاتزان الحركي (اختبار الخطوط المتوازية (سم)) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ
٠,١٣٣	١٦,٨٢٢	٤,١٠١	٠,٥٤٥-	٢٥,٩٠٨	٠,٢٥٩	٠,٥٠٩	الاتزان الحركي
٤٦,٩٩٥							اختبار الخطوط المتوازية (سم)
							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية اختبار الخطوط المتوازية (سم)

المستوى الرقمي (متر) = ٤٦,٩٩٥ + (اختبار الخطوط المتوازية (سم) × ٠,٥٤٥-)

يتضح من جدول (٢٥) والخاص بدلالات الانحدار البسيط لاختبار الخطوط المتوازية (سم) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) أن:

- اختبار الخطوط المتوازية (سم) يسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بنسبة ٩٠٨,٢٥%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ .

ج- اختبار باس المعدل (درجة)

جدول رقم (٢٦)

دلالات معادلة الانحدار البسيط الاتزان الحركي (اختبار باس المعدل (درجة)) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ الاتزان الحركي
٠,١٥٠	٢١,٧٦٢	٤,٦٦٥	٠,٧٠٠	٣١,٢٤٨	٠,٣١٢	٠,٥٥٩	اختبار باس المعدل (درجة)
١٧,٩٥٤-							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية اختبار باس المعدل (درجة)

المستوى الرقمي (متر) = ١٧,٩٥٤- + (اختبار باس المعدل (درجة) × ٠,٧٠٠)

يتضح من جدول (٢٦) والخاص بدلالات الانحدار البسيط لاختبار باس المعدل (درجة) في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) أن:

- اختبار باس المعدل (درجة) يسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بنسبة ٣١,٢٤٨%

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ .

د- الاتزان الحركي بصفة عامة

جدول (٢٧)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (Stepwise) للاتزان الحركي في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ الاتزان الحركي
٠,١٣٧	٢١,٧٦٢	٤,٢٧٠	٠,٥٨٦	٣١,١٩٥	٠,٣١٢	٠,٥٥٩	اختبار باس المعدل (درجة)
٠,١١٧	٢٠,٥٤٦	٣,٦٨٩	٠,٤٣٢-	١٩,٦٤٠	٠,٥٠٨	٠,٧١٣	اختبار الخطوط المتوازية (سم)
١,٦٠٧							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية الاتزان الحركي.

المستوى الرقمي (متر) = ١,٦٠٧ + (اختبار باس المعدل (درجة) × ٠,٥٨٦) + (اختبار الخطوط المتوازية (سم) × ٠,٤٣٢-).

يتضح من جدول (٢٧) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد للاتزان الحركي في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) أن:

- اختبار باس المعدل (درجة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٣١,١٩٥%.

- اختبار الخطوط المتوازية (سم) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ١٩,٦٤٠%.

- والتوازن الحركي بصفة عامة يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة ٨,٥٠%.

كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

رابعاً: مدى مساهمة الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص

جدول (٢٨)

دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للاتزان الانفعالي والاتزان الحركي في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (ن = ٥٠)

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الانحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	المساهمة الكلية للمتغيرات R2	معامل الارتباط المتعدد R	دلالات التنبؤ المتغيرات
٠,٠٧٠	٥٠,٥٢٣	٣,٥٣٤	٠,٢٤٧	٥١,٢٨٠	٠,٥١٣	٠,٧١٦	الاتزان الإنفعالي (كحالة)
٠,٠٤٨	٥٢,٠٢٠	٥,٧٧٤	٠,٢٧٦	٢٠,٩٦٢	٠,٧٢٢	٠,٨٥٠	الاتزان الإنفعالي (كسمة)
٠,٠٢٠	٤٢,٠٢٩	٢,٧٤٨	٠,٣٣٠	١٥,٣٦٣	٠,٨٧٦	٠,٩٣٦	اختبار باس المعدل (درجة)
٢٧,٧٧٥-							قيمة القاطع

* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص (متر) بمعلومية بعض متغيرات الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي

المستوى الرقمي (متر) = $27,775 - (\text{الاتزان الإنفعالي (كحالة)} \times 0,247) + (\text{الاتزان الإنفعالي (كسمة)} \times 0,276) + (\text{اختبار باس المعدل (درجة)} \times 0,330)$

يتضح من جدول (٢٨) والخاص بدلالات الانحدار البسيط للاتزان الانفعالي والاتزان الحركي في مسابقة قذف القرص (متر) أن :

- الاتزان الإنفعالي (كحالة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة 280,51%
 - الاتزان الإنفعالي (كسمة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة 962,20%
 - اختبار باس المعدل (درجة) يسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة 363,15%
 - متغيرات الاتزان الإنفعالي و الاتزان الحركي بصفة عامة تسهم في المستوى الرقمي (متر) بنسبة 6,87%
- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالمستوى الرقمي (متر) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

مناقشة النتائج

أكدت نتائج الدراسة الحالية صحة الفروض التي وضعت مسبقاً ، حيث يتضح من الجدول رقم (١٨) ان القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث في كل من الاتزان الإنفعالي كسمة وكحالة والاتزان الحركي والإنجاز الرقمي لمسابقة قذف القرص ، وفيما يلي مناقشة لفروض البحث على ضوء ما توصل اليه الباحث من نتائج.

مناقشة الفرض الأول

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الإنفعالي (كسمة وكحالة) والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص.

من خلال الجدول رقم (١٩) يتبين لنا وجود علاقة معنوية إرتباطية موجبة بين كل من الاتزان الإنفعالي بشقيه (حالة وسمة) وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص وهذا يعني إن اللاعب الذي يتميز بآتزان إنفعالي عالي وله القدرة على السيطرة على إنفعالاته يمكن ان يحصل على مستويات رقمية عالية وبالعكس ، فاللاعب الذي يتميز بعدم القدرة في السيطرة على إنفعالاته يكون مستواه الرقمي منخفض .

وتتفق هذه النتيجة مع ما جاءت به نتيجة دراسة سميرة أحمد الدريدي (١٩٨٩) في تأثير الاتزان الإنفعالي بمستوى أداء بعض مسابقات الميدان والمضمار ، كما وتتفق ودراسة ريسان خربيط مجيد (٢٠٠١) بوجود علاقة طردية بين الاتزان الإنفعالي ومستوى أداء المهارات الأساسية ، كذلك تتفق مع ما جاءت به دراسة صريح عبد الكريم الفضلي (٢٠٠١) بوجود علاقة طردية بين الاتزان الإنفعالي ومستوى أداء المهارات الأساسية لركض الموانع .

فالفرد عندما يتعرض لموقف ضاغط فإن استجابته تكون عبارة عن سلوك داخلي للدفاع ضد الإثارة الإنفعالية والتوتر والقلق، ومع إستمرار تعرضه لمثل هذه الظروف تستمر إستجابته هذه فيما يسمى بمرحلة الإنذار ، وبعدها يدخل الفرد في مرحلة المقاومة ويحاول فيها إدارة مواجهة وإعادة تخزين للطاقة المفقودة والوصول الى حالة الاتزان النفسي من خلال تكتيكات معينة تعرف بعمليات مواجهة وتحمل الضغوط ، فإذا كانت هذه العمليات غير ملائمة تصبح المقاومة غير فعالة ويصل الفرد الى مرحلة الإنهاك ، وبمرور الوقت يصل الفرد الى ما يسمى بالإحترق النفسي . **عبد الستار ابراهيم (١٩٩٨ : ٩١)**

والنشاط الرياضي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالإنفعالات المتعددة ، كما يتميز بقوة جاذبيته الإنفعالية مما يشكل الأساس للتأثير الهام الإيجابي على شخصية الفرد . فالخبرات الإنفعالية في النشاط الرياضي عبارة عن إنفعالات سارة أو إنفعالات غير سارة وتؤثر بصورة إيجابية أو سلبية على العمليات البيولوجية والنواحي السلوكية للفرد . **محمد حسن علاوي (١٩٩٤ : ٢٥٤)** ومن هنا فإن للإنفعال دور إيجابي هام يجعل الفرد في حالة إستعداديه تمكنه من إستخدام طاقته لأقصى درجة وذلك لإمكان تحقيق عوامل تكيف الفرد مع بيئته . **سعد جلال ، محمد حسن علاوي (١٩٧٨ : ١٩٨)** وعلى الرغم من إن مشاعر الفرد لا يمكن ملاحظتها مباشرة، إلا إنه من الممكن أن نستدل من سلوكه الظاهر ومن حديثه عن مشاعره وإستبطانه. لأنه من الممكن أن ننظر إلى الإنفعال بوصفه خبرة شعورية. **محمود الزياوي (١٩٧٣ : ٣٣٨)**

وهنا تبرز أهمية الاتزان الإنفعالي في المجال الرياضي ، فالشخص الصحيح نفسياً و يمتلك آتزاناً إنفعالياً هو الذي يتمكن من السيطرة على إنفعالاته والتعبير عنها حسب ما تقتضيه الضرورة وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الإنفعالات ويدخل في ذلك عدم اللجوء إلى كبت هذه الإنفعالات أو إخفائها أو الخجل منها من ناحية أو الخضوع لها تماماً بالمبالغة في إظهارها من ناحية أخرى، و ذلك من شأنه مساعدة الفرد على المواجهة الواعية لظروف الحياة فلا يضطرب أو ينهار للضغوط أو الصعوبات التي تواجهه . **مصطفى خليل الشرقاوي (١٩٨٣ : ٤٠-٣٩)**

وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار اليه **صريح عبد الكريم الفضلي (٢٠٠١)** بأن الاتزان الإنفعالي مطلب هام في المجال الرياضي التنافسي وخاصة في الفعاليات التي تكون فيها طبيعة الأداء ضمن مجال أو مساحات ضيقة وأمام جمهور ، فضلاً عن تنوع المواقف النفسية والمهارية والخطئية . (٢٠٠١ : ٧٩) فالمنافسات الرياضية تتميز بحضور هذه الإنفعالات سواء السارة منها أو الحزينة إذ يشير احمد أمين فوزي إلى إن المنافسات الرياضية تتميز عن كثير من مواقف الحياة بحضور مشاهدين ومتابعين للسلوك الحركي، وهؤلاء المشاهدين حتى إذا كانوا مؤازرين ومشجعين فإن وجودهم يؤثر بالسلب أو بالإيجاب على أداء اللاعبين . **احمد أمين فوزي (٢٠٠٣ : ٢١٢)**

والمنافسة الرياضية ترتبط بكثير من المواقف الإنفعالية متباينة الشدة والتي تصحبها بعض التغيرات الفسيولوجية ، واللاعب الذي يتصف بالاتزان الإنفعالي إنما يقوم بتفسير وترجمة أعراض الإستثارة على إنها رد فعل طبيعي وتوقع لضغط المنافسة وبالعكس ، فإذا ما فسر اللاعب هذه الأعراض على إنها مخاوف فإن ذلك يؤدي الى ارتفاع درجة الإستثارة ويؤثر سلبياً على الأداء في مواجهة المنافسة . **دعاء شوقي محمد (٢٠٠١: ٣٢)**

و اللاعب الذي يتميز بالاتزان الإنفعالي يمكن أن يتفوق في النشاط الرياضي الذي يمارسه **محمد حسن علاوي نصر الدين رضوان (١٩٨٩: ١٦٤)** . حيث يتميز ذوو الطاقة الإنفعالية الكبيرة بقوة الإنفعال وعنفه، وعدم القدرة على السيطرة عليه، فتبدو عليهم علامات القلق وعدم الثبات والإستقرار . وعلى النقيض من ذلك فإن من قلت طاقتهم الإنفعالية يوصفون بالبلادة المزاجية والخمول والبرود الإنفعالي، وبين هذين الشقين يوجد فريق ثالث يتميز بالإستقرار والاتزان الإنفعالي ، وهؤلاء يسهل عليهم التكيف مع البيئة الخارجية بدون عنف أو صراع . **كامل محمد عويضة (١٩٩٦: ٢٥)**

ولكون النشاط الرياضي يسخر بأنواع متعددة من الخبرات الإنفعالية التي تتميز بقوتها التي تؤثر تأثيراً واضحاً على سلوك الفرد ، فلا بد أن يمتلك الفرد الرياضي القدرة على التحكم في إنفعالاته وإخضاعها لسيطرته كما إن ديناميكية الحالات الإنفعالية أثناء المباريات التي تتميز بالتغيير الدائم السريع من إنفعال معين لإنفعال آخر مغاير من أهم العوامل التي تؤثر بصورة واضحة على المستويات التي يظهرها الفرد في المنافسة الرياضية فقد تحول الفوز إلى الهزيمة والنجاح الى فشل والعكس صحيح . **محمد حسن علاوي (١٩٩١: ٢٥٦)**

لذلك يمتلك اللاعب المتزن انفعالياً قدر كبير من شعور الثقة العالية بالنفس ، فالرياضيين ذوي الثقة بالنفس يعرفون إن النجاح والفشل هما جزءاً من الرياضة ، ويتعاملون معها بقدر كبير من الواقعية ، والرياضيين الذين تعوزهم الثقة بالنفس يخافون من الفشل بدرجة كبيرة مبالغ فيها لدرجة إنهم يسهل خوفهم ويصبحون أسرى لتصوراتهم السلبية ويسلكون من منطلق الهزيمة والفشل وليس من النجاح وتحقيق الفوز على المنافس ويتوقعون الفشل الذي يقودهم الى الفشل الحقيقي ، على عكس الرياضيين ذوي الثقة العالية بالنفس الذين يكون لديهم قدرة على تعويض الفشل بالنجاح والشعور بالنجاح قبل تحقيقه . **اسامة راتب (١٩٩٧: ٣٣٨-٣٣٩)** ومحصلة ما مر سلفاً ، إن الاتزان الإنفعالي يعد من المتغيرات المهمة في مسابقة قذف القرص وله تأثير بالغ على مستوى إنجاز اللاعب الرقمي في هذه المسابقة ، لذلك تثبت صحة الفرض الأول للبحث وهو وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الإنفعالي كسمة وكحالة وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص .

كما وتبين الجداول (٢٠) و (٢١) و (٢٢) مدى مساهمة الاتزان الإنفعالي بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص ، ويمكننا التعرف على النسبة المئوية لمدى مساهمة الاتزان الإنفعالي كسمة وكحالة كل على حدة في الإنجاز الرقمي ، ومدى إسهام الاتزان الإنفعالي بصفة عامة على ذلك الإنجاز ، من خلال عدة معادلات تنبؤية تعطيناً رقماً تنبؤياً للمستوى الرقمي بدلالة الاتزان الإنفعالي للاعب .

فمن خلال الجدول رقم (٢٢) يتبين لنا :

- إن الاتزان الإنفعالي كحالة يسهم في المستوى الرقمي بنسبة ٢٨٠,٥١ %
- إن الاتزان الإنفعالي كسمة يسهم في المستوى الرقمي بنسبة ٥٢١,٣١ %
- إن الاتزان الإنفعالي بصفة عامة يسهم في المستوى الرقمي بنسبة ٨,٨٢ %

ويرجع الباحث الفرق في النسبة المئوية لمدى إسهام الاتزان الإنفعالي كسمة وكحالة في المستوى الرقمي الى ظروف المنافسة وما تتضمنه من انفعالات عالية تعطينا مؤشراً تنبؤياً اعلى في حالة الاتزان الإنفعالي كحالة مما هو عليه في الاتزان الإنفعالي كسمة .

فالمنافسة الرياضية تعد مصدراً خصباً للعديد من المواقف الانفعالية المتعددة والمتغيرة نظراً لارتباطها بتعدد مواقف خبرات النجاح والفشل وتعدد مواقف الفوز او التعادل او الهزيمة من لحظة لأخرى في غضون المنافسة الرياضية الواحدة او من خلال المنافسات الرياضية المتعددة . **أسامة كامل راتب (٢٠٠٠: ١٩٦)** كما ويشير محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد اسماعيل الى انه من بين مصادر الضغوط النفسية التي تواجه اللاعبين الضغوط الناتجة من الجو المحيط بالمنافسة والضغوط الفسيولوجية والضغوط الاجتماعية ، كما ان المنافسة تلعب دوراً هاماً في زيادة مستوى الضغوط وتمثل مصدراً للقلق والتوتر . **محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد اسماعيل (٢٠٠٢: ٥٠، ١٩٢)** لذلك تتميز المنافسة بأنها مليئة بأنواع عديدة من الانفعالات اذا ما قارناها بالظروف الاعتيادية أثناء التدريب . لهذا

تعطينا معدلات تنبؤية عالية و اكثر مصداقية ونسبة مئوية اعلى اذا ما قورنت بالظروف الاعتيادية ، كما ان النسبة المئوية العالية لمدى اسهام الاتزان الانفعالي بصفة عامة في التنبؤ بالمستوى الرقمي كانت احدى نتائج الجدول رقم (٢٢) حيث تبين بأنه يسهم بنسبة ٨٢.٨% وهي قيمة تنبؤية عالية تشير الى مدى التأثير الكبير لهذا المتغير على مستوى اللاعب الرقمي في مسابقة قذف القرص .

مناقشة الفرض الثاني :

هناك علاقة ذات دالة إحصائية بين الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص.

من خلال الجدول رقم (٢٣) يتبين وجود ارتباط موجب معنوي بين اختبارات الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص حيث بلغت ٠,٤٢٠ و ٠,٥٥٩ لكل من اختبار العلامات واختبار باس المعدل وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠١ مما يؤكد وجود علاقة موجبة بين هذين الاختبارين وبين المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص وهذا يعني وبموجب تعليمات الاختبارين كلما زادت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب في هذين الاختبارين كلما دلت على ان اتزانه الحركي عالي وبالتالي مستواه الرقمي عالي .

فيما يظهر ذات الجدول وجود علاقة ارتباطية سالبة معنوية بين اختبار الخطوط المتوازية والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص ، وبالرجوع الى تعليمات هذا الاختبار يتبين لنا ان اللاعب يتصف بالاتزان الحركي كلما قلت المسافة التي يحصل عليها في هذا الاختبار وهذا يعني ان اللاعب الذي يحصل على مسافة قليلة فيه دل على ان اتزانه الحركي عالي وبالتالي مستواه الرقمي عالي .

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى ان اللاعب الذي يتميز بمهارة الاتزان الحركي له القدرة على اظهار استجابات حركية مناسبة لطبيعة الأداء ، فاللاعب الذي يمتلك هذه المهارة تكون مستوياته الرقمية عالية .

وتتفق هذه النتيجة و نتائج العديد من الدراسات السابقة ، فهي تتفق وما توصلت اليه دراسة فايضة بسيوني ، نبيلة ابو رواش (١٩٩١) من ان الاتزان يسهم في الارتقاء بمستوى الاداء المهاري والرقمي في مسابقات الرمي ، كما وتتفق ونتيجة دراسة اميرة عبد الواحد منير (١٩٩٨) من ان التوازن يؤثر بالأداء الحركي في رياضة الجمناستك الايقاعي ، كذلك تتفق هذه النتيجة مع ما جاءت به دراسة صريح عبد الكريم الفضلي ، رحاب عباس (٢٠٠٢) من ان الاتزان الحركي يؤثر على القدرة العضلية ومستوى اداء المهارات الاساسية للوثب العالي ، كما وتتفق مع دراسة طالب حسين حمزة واخرون (٢٠١١) من ان مهارات الجمناز تحتاج الى الاتزان الحركي حتى يكون الاداء وفق الاسلوب المطلوب .

لذلك يعتبر الاتزان الحركي مكون هام في اداء المهارات الحركية الاساسية كالوقوف والمشي والجري والرمي، وهو مكون رئيسي في معظم الأنشطة التي تتطلب الوقوف او الحركة فوق حيز ضيق . **ليلي السيد عرفات (٢٠٠١):** (٤٣١) كما ان المستوى المتقدم في نمو التوازن يتيح للفرد امكانية سرعة اتقان النواحي الفنية لأنواع الحركات الرياضية وتأديتها بسهولة وعلى مستوى عالي من الاداء الفني . **احمد محمد خاطر (١٩٧٩: ١٥٥)**

فمسابقة قذف القرص هي إحدى مسابقات الميدان المعقدة نتيجة تناوب الحركات الدورانية المتتالية مما تؤثر هذه الحركات على اتزان الجسم. **اوليغ كولودي وآخرون (١٩٨٦: ٣١٢)** ، **زكي محمد درويش-عادل محمود عبد الحافظ (١٩٩٤: ١٣٤)**.

وهنا يجد اللاعبون أنفسهم ملزمين في نهاية حركاتهم بالتخلص من الأداة خلال دائرة الرمي وعليهم بعد هذه المرحلة الأخيرة المتابعة بنقل أجسامهم مع المحافظة على اتزانها على قدم الارتكاز حتى لا يفقدوا قانونية الأداء . **موسى فهمي إبراهيم (١٩٧١: ١١١)** ، **خير الدين علي عويس و محمد كامل عفيفي (١٩٨٣: ١٥١)** ، **زكي محمد درويش-عادل محمود عبد الحافظ (١٩٩٤: ٢٧)**

كذلك تتفق هذه النتيجة مع ما يذكره **سليمان حسن ، زكي درويش ، احمد محمود الخادم (1983)** من أنه يتوقف نجاح الحركة من حيث الشكل والمقدار (الكيف والكم) على مدى الترابط بين المراحل التي يمر فيها الجسم وأجزائه المشتركة في الحركة، والظاهرة التي يحكم أن تكون دالة على مدى دقة هذا الترابط هو ما نلاحظه من الفروق بين مسافة الرمي من الثبات والدوران (1983: 219) .

لذلك جاءت النتيجة منسجمة مع ما جاء به اساتذة التدريب الرياضي ، فاللاعب الذي يتميز بمهارة الاتزان الحركي له القدرة على السيطرة على العضلات العاملة أثناء عملية قذف القرص وبالتالي يحكم السيطرة على اجزاء جسمه لا سيما عند تخلصه من اداة الرمي من اجل الحفاظ على قانونية الاداء وبالتالي تكون الرمية مثالية من ناحية التكنيك ومثالية من ناحية التحصيل المتمثل المستوى الرقمي العالي .

ومن هنا جاءت هذه النتيجة متفقة وما جاء به البحث في فرضه الثاني وهو وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الاتزان الحركي والمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص .

ومن خلال الجداول (٢٤) و (٢٥) و (٢٦) توصل الباحث الى معادلات تنبؤية بمعلومية الاختبارات كل على حدة لمدى مساهمة اختبارات الاتزان الحركي في التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص ، فيما يبين الجدول رقم (٢٧) مدى مساهمة الاتزان الحركي بصفة عامة بمعلومية اختبارات الاتزان الحركي مجمعة في التنبؤ بالمستوى الرقمي للاعب مسابقة قذف القرص . حيث تبين ان :

- ان اختبار العلامات يسهم في التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٦٤٠,١٧ % ، وهذا ما يبينه الجدول رقم (٢٤).
- ان اختبار الخطوط المتوازية يسهم في التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٩٠٨,٢٥ % ، وهذا ما يبينه الجدول رقم (٢٥).
- ان اختبار باس المعدل يسهم في التنبؤ بالمستوى الرقمي بنسبة ٣١٠,٢٤٨ % ، وهذا ما يبينه الجدول رقم (٢٦).

وبذلك فان النسبة المئوية لاختبار باس المعدل واختبار الخطوط المتوازية اعطينا اعلى نسبة مئوية تنبؤية قياساً باختبار العلامات ، وبإدخال البيانات الخاصة بكل من اختبار باس المعدل واختبار الخطوط المتوازية في الجدول رقم (٢٧) والذي يمثل دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للتوازن الحركي في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص يمكن الحصول على معادلة تنبؤية بالمستوى الرقمي بمعلومية الاتزان الحركي اذ ان الاتزان الحركي بصفة عامة يسهم في التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٥٠,٨ %.

مناقشة الفرض الثالث:

هناك علاقة بين الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي في التنبؤ بالمستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص.

من خلال جدول دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) للاتزان الانفعالي والاتزان الحركي في الانجاز الرقمي لمسابقة قذف القرص في الجدول رقم (٢٨) يتضح ان معادلة التنبؤ بمسافة قذف القرص بمعلومية الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي هي :

$$\text{مسافة قذف القرص} = ٢٧,٧٧٥ + (\text{التوازن الانفعالي كحالة} \times ٠,٢٤٧) + (\text{الاتزان الإنفعالي كسمة} \times ٠,٢٧٦) + (\text{اختبار باس المعدل} \times ٠,٣٣٠)$$

كما ويتضح من ذات الجدول ان :

- الاتزان الإنفعالي كحالة يسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٢٨٠,٥١ %.
- الاتزان الإنفعالي كسمة يسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٩٦٢,٢٠ %.
- اختبار باس المعدل يسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٣٦٣,١٥ %.
- متغيرات الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي بصفة عامة تسهم في المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص بنسبة ٦,٨٧ %.

وهذه النتيجة تكشف عن مدى العلاقة الوثيقة التي تربط الاتزان الإنفعالي بكل من الاتزان الحركي والمستوى الرقمي ، ومفاد ذلك اذا ما امتلك اللاعب اتران انفعالي عالي واتزان حركي عالي يكون مستواه الرقمي في هذه المسابقة عالي وبالعكس.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة سميرة احمد الدرديري (1989) من وجود علاقة طردية بين كل من الاتزان الإنفعالي والحركي والتفوق في بعض مسابقات الميدان ، كما وتتفق مع دراسة ريسان خربيط مجيد (2001) بوجود علاقة طردية بين الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي ومستوى اداء بعض المهارات الحركية . كذلك تتفق مع نتائج دراسة صريح عبد الكريم الفضلي (2001) بوجود علاقة طردية بين الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي ومستوى اداء ركض الموانع .

حيث تلعب الإنفعالات المختلفة دوراً بالغ الأثر في حياة الفرد ، إذ ترتبط بدوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة المتعددة التي يمارسها ، فلا يوجد على الإطلاق أنواع من التعلم أو العمل أو اللعب أو النشاط المبدع الخلاق دون أن يصطبغ باللون الإنفعالي المميز له . وغالباً ما تصطبغ الحالات الإنفعالية في أثناء سير المنافسات الرياضية بحالات الإستنارة القوية التي يطلق عليها مصطلح التهيج الإنفعالي الرياضي والتي يشعر فيها الفرد الرياضي بزيادة هائلة في قدراته وطاقاته . **سعد جلال ، محمد حسن علاوي (1978: 192، 203)**

والإنفعال يتصل بالسلوك ، وهو حالة نفسية قبل أن يكون إستجابة أو فعلاً ، ولما كان هو الصلة بين التنبيه والاستجابة فإنه يتصل بالنواحي المعرفية والإدراكية في التنبيه ، والجوانب الحركية السلوكية في الاستجابة . **كمال دسوقي (١٩٧٤ : ٢٠٧)** والضغط هو فرض حالة من التوتر على شخص ما ، وكلاً من العوامل البدنية والنفسية قد تكون ضاغطة في حالة امتداد الضغط واستمراره يؤدي الى سوء الحالة النفسية ، فالقلق حينما يتمكن من الرياضي ، يفقده الاحساس بالسيطرة على سلوكه الحركي وخاصة أثناء المنافسات ، لذا يمكن ان تتحول نتيجة المباراة في غير صالحه وخاصة في الأنشطة الفردية التي تتأثر نتيجتها بحالة اللاعب النفسية . **مصطفى حسن باهي ، مختار امين عبد الغني، مجدي حسن يوسف (٢٠٠٥ : ١٣٦ ، ١٣٨)**

والشبه كبير بين نوعي الطاقة البدنية والنفسية ، وما دام الرياضي يحتاج الى تدريب معين لأجهزة الجسم العضلية والفسولوجية حتى يتكيف مع جسمه ، ومن ثم زيادة طاقته البدنية ، فان الطاقة النفسية تكون في افضل حالاتها من خلال التمرين الذهني ، واكتساب الافكار الواقعية البناءة المرتبطة بالاداء . فالطاقة البدنية تؤثر في الطاقة النفسية ، باعتبار أن لياقة الجسم تعتبر جزءاً هاماً من الصحة العقلية ، وان التعب الجسمي قد يوهن من عزيمة الجسم لتحقيق المكسب ، ومن ناحية اخرى فان الطاقة النفسية تؤثر بدورها في الطاقة البدنية ، فالذهن عندما يكون يقظاً أو هادئاً فان ذلك ينعكس على أعضاء الجسم . **اسامة كامل راتب (٢٠٠٧ : ١٢٥)**

كما أن الطاقة البدنية تؤثر في الطاقة النفسية ومن ناحية أخرى فإن الطاقة النفسية تؤثر بدورها في الطاقة البدنية ، فتأثير الطاقة البدنية في الطاقة النفسية يمكن أن يتخذ الشكل الايجابي أو السلبي ، ويتوقف ذلك على طبيعة الإنفعالات ومصدر الطاقة ، فان الإثارة والسعادة مصدران للطاقة الايجابية أما القلق والغضب فإنهما مصدران للطاقة السلبية . ولذلك ، فإن نجاح عملية التدريب لا تتحقق من خلال اكتساب الرياضي القدرة على السيطرة والتحكم في تنظيم طاقته البدنية فحسب ، وإنما من خلال السيطرة والتحكم في طاقته النفسية ، لذا فان الطاقة النفسية تحتاج الى توجيه لأنها لا يمكن أن تكون بناءة أو هدامة ، إيجابية أو سلبية ويتحقق ذلك من خلال مساعدة الرياضيين على توجيه طاقاتهم النفسية وتعليمهم التركيز على واجباتهم الحركية والأداء وتجنب تشتيت الانتباه في أشياء غير مرتبطة بالأداء الذي يقومون به ، وعليه فإن الخطوة الأساسية التي يجب أن يبدأ بها الرياضيين لتحقيق السيطرة على طاقاتهم النفسية هي المزيد من الوعي الذاتي ، وذلك بمعرفة المزيد من العلاقة بين الجانب العقلي والجسمي وكيف يستجيب كل منهما في المواقف الرياضية المختلفة . **أسامة كامل راتب (١٩٩٢ : ١٢٥ ، ١٢٦)** فاللاعب الذي يحصل على درجة مرتفعة من سمة الاتزان الانفعالي يتميز بقدرة كبيرة من الاستقرار والهدوء والواقعية ، و لا ينفعل أو يستثار بسهولة ولديه قدرة متميزة على عدم إظهار أو إخفاء مشاعره ، ومع ذلك فإن أدائه عادة لا يتأثر بمشاعره وانفعالاته ، وهذا النوع من الرياضيين لا يحدث أن يصاب باكتئاب أو يحدث له حالة إحباط عندما يرتكب خطأ أو يفقد الفوز في المنافسة . **محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٧ : ٢٨)**

وهذا يبين مدى الترابط والتكامل بين الاتزان الإنفعالي والاتزان الحركي في تأثيرهما على المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص . وبهذه النتيجة تثبت صحة الفرض الثالث من هذا البحث .