

" اثر استراتيجية الاصابع الخمسة في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة للطلاب "**م.م. أحمد حسن غضيب^١****موسى فاضل عبد^٢****جامعة كربلاء/ قسم النشاطات الطلابية****جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة****حسين فلاح حسن^٣****م.م. علي ناصر جاسم^٤****جامعة كربلاء/ قسم النشاطات الطلابية****جامعة أهل البيت (ع) / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة****مستخلص البحث باللغة العربية**

هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على تأثير استراتيجية الاصابع الخمسة في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة للطلاب، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي، واشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة كربلاء للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦)، حيث بلغ (١٦٣) طالباً، اما عينة البحث فقد بلغت (٤٠) طالباً اذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم تقسيمهم الى مجموعتين بواقع (٢٠) طالباً لكل مجموعة، وتم معالجة البيانات احصائياً للمتغيرات المبحوثة باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS).

الكلمات المفتاحية: استراتيجية الاصابع الخمسة، الارسال، الكرة الطائرة، الطلاب.

Abstract**The Effect of the Five Fingers Strategy on Learning the Volleyball Serve Skill Among Students****By****Assist. Lect. Ahmed Hassan Ghudayib¹****University of Karbala – Student Activities Department****Musa Fadhil Abd²****University of Karbala / College of Physical Education and Sports Sciences****Hussein Falah Hassan³****University of Karbala – Student Activities Department**

Assist. Lect. Ali Nasser Jassim⁴

Ahl Al-Bayt University (PBUH) – College of Physical Education and Sports Sciences

The present study aimed to identify the effect of the Five Fingers Strategy on learning the volleyball serve skill among students. The researchers employed an experimental approach using a design of two equivalent groups (control and experimental) with pre- and post-tests. The research population consisted of second-year students from the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Karbala for the academic year (2025–2026), totaling 163 students. The research sample included 40 students, who were selected randomly and divided into two groups, with 20 students in each group.

Data related to the studied variables were statistically processed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

Keywords: Five Fingers Strategy, Serve, Volleyball, Students.

١ - التعريف بالبحث

١-١ المقدمة البحث وأهميته:

يشهد العالم الحالي الكثير من الثورات العلمية والمعلوماتية والذي انعكس على محور التعليم، الامر الذي ادى بدوره لاستمرار محاولات الباحثين والمختصين بالعملية التعليمية للبحث والتقصي عن افضل وانسب الاستراتيجيات التدريسية الحديثة في المجال الرياضي، من اجل اصال مفردات المنهاج للمتعلمين وتمكينهم للحصول على الخبرات المعرفية المناسبة في المواقف التعليمية.

وتعد استراتيجية الاصابع الخمسة احدى استراتيجيات التعلم النشط الحديثة تهدف الى تحقيق نمو يصل اليه كل متعلم لكل جانب من جوانب النمو (العقلية، والنفسية، والاجتماعية، والجسمية)، الطريق الذي يساعد المتعلم على تحقيق الاهداف التعليمية، وتعطي للمتعلم دوراً اساسياً في تنظيم العملية التعليمية وتطويرها ويكون المتعلم فعالاً ومشاركاً، والانتقال بالمدرس من ملقن للمعلومات الى ميسر ومخطط وموجهاً للتعليم والعملية التعليمية. لذا لم تعد وظيفة المدرس مقتصرة على تقديم المعلومات، وانما اصبح له اثراً مهماً في تنظيم الخبرات التعليمية وتوجيه المتعلمين، فالمدرس هو القدوة الذي يحتذي به المتعلمين لما يتمتع به من خبرات عالية بمجال اختصاصه، لذا على استغلال طرائق ملائمة للموضوع الذي يقوم بتدريسه، وخصائص المتعلمين الذي يدرسه وميولهم وقدراتهم، وتدريبهم على التفكير والابداع والعمل الجماعي.

وتعد مهارة الارسال احدى المهارات الاساسية بالكرة الطائرة من المواد المنهجية التي تدرس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ولتعلم هذه المهارة المهمة والتي تعد الخطوة الاولى للارتقاء للوصول الى مستوى عال من الاتقان. لابد من استخدام استراتيجية تركز على تفاعل المتعلمين لتنمية معرفتهم وتساعدتهم للوصول الى افضل النتائج، ونجد ان استراتيجية الاصابع الخمسة تساهم في تحقيق الاهداف التعليمية وتوفير الوقت والجهد في المواقف التعليمية الصعبة، والمهارات التي تتطلب دقة في تنفيذها.

وتكمن اهمية الدراسة على تحفيز المعرفة للمتعلمين المخزونة لديهم، والتعرف عليها وتفعيلها في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة وتطويرها، من خلال الانتقال بالمتعلم من المرحلة التي هو عليها الى الحالة الجديدة المستهدفة وفق استراتيجية الاصابع الخمسة المستخدمة.

١-٢ مشكلة البحث:

ان التدريس الفعال يعتمد على ما يقدمه المدرس في العملية التعليمية من اجل احداث تغيير في سلوك المتعلمين مستخدماً خبراته وكل التقنيات والادوات العلمية، التي تمكن المتعلمين من استخدام المهارات والمعارف ويطورها في معالجة مشكلة ما او حلها، وان استراتيجية الاصابع الخمسة من الاستراتيجيات التي تهدف الى تنمية تفكير المتعلم، لأنها تتطلب تدريب بدني وذهني، والتي تجعل المتعلم اكثر قدرة على الحوار والمناقشة فيما بينهم ويث روح التعاون خلال الاداء. و يرى الباحث ان بحثه هذا محاولة تجريبية قد يكون ذا جدوى وفاعلية في زيادة مستوى اداء المتعلمين، لذا يمكن بلورة المشكلة بالإجابة على التساؤل الآتي:

- ما اثر تدريس مهارة الارسال باستراتيجية الاصابع الخمسة لطلاب المرحلة الثانية بالكرة الطائرة؟

١-٣ اهداف البحث:

- التعرف على تأثير استراتيجية الاصابع الخمسة في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة لعينة البحث.

١-٤ فرضا البحث:

- ١- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) للاختبارات القبلية والبعدية لتأثير استراتيجية الاصابع الخمسة في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة لعينة البحث ولصالح الاختبار البعدي.
- ٢- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البعدية لتأثير استراتيجية الاصابع الخمسة في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة لعينة البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦).

١-٥-٢ المجال الزمني: المدة من (٢٠٢٥/٩/٢١) ولغاية (٢٠٢٥/١٠/٢٦).

١-٥-٣ المجال المكاني: ملعب كرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء.

١-٦ تعريف المصطلحات:

استراتيجية الاصابع الخمسة: بأنها استراتيجية تعمل على مساعدة المتعلمين على اكتساب مهارات منها مهارة الاستماع والتلخيص والتنبؤ وتكوين اسئلة من خلال توظيف ادوات الاستفهام الخمسة الاساسية (متى، ماذا، لماذا، كيف، من) وذلك لغرض تحقيق اهداف تعليمية معينة. (جودت سعادة، ٢٠٠٨: ٣٥٤).

٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

٢-١ منهج البحث:

تم اعتماد المنهج التجريبي وتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبار القبلي والبعدي، كونه المنهج المناسب لطبيعة البحث الحالي.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦) والبالغ عددهم (١٦٣) طالباً، وتم اختيار عينه البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث الأصلي وبأسلوب القرعة، تمثلت بطلاب الشعبة (A) و (C) والبالغ عددهم (٥٤) طالباً، وتم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين، وبواقع (٢٠) طالب لكل مجموعة.

٣-٢ ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات

٢-٣-١ ادوات البحث: ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة، جهاز حاسوب نوع DELL، بوسترات تعليمية، افلام تعليمية، اشربة لاصقة، بلكات ملونة، ساعة توقيت، جهاز قياس الطول والوزن.

٢-٣-٢ وسائل جمع المعلومات: المصادر والمراجع العربية والاجنبية، الاختبارات والقياس، المقابلات الشخصية، واستمارات تقييم الاداء الفني للمهارة.

٢-٤ القياسات المستخدمة في البحث:

٢-٤-١ تحديد الاختبار المستخدم في البحث: اعتمد الباحث على اختبار تقييم الاداء الفني (التكنيك) لمهارة الارسال، وهو كالآتي:

- اختبار الاداء الفني (التكنيك) لمهارة الارسال المواجه من الاعلى (الدليمي، وآخرون، ٢٠١٥: ٨٥-٨٦)

٢-٤-١-١ التجربة الاستطلاعية للمهارة:

اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء الموافق ٢٣ / ٩ / ٢٠٢٥ على ملعب الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء على عينة تكونت من (١٠) طلاب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ومن خارج عينة البحث الرئيسية وهدفت التجربة الاستطلاعية الى ما يأتي:

- التعرف على الوقت المستغرق عند اداء المهارة.

- التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستعملة في الاختبار ومدى ملائمتها للمختبرين.

٢-٥ اجراءات البحث الميدانية:

٢-٥-١ القياس القبلي: تم اجراء الاختبار القبلي لعينة البحث بعد اعطاء وحدة تعريفية، عن كيفية اداء المهارة، ثم تم التطبيق وذلك في يوم الخميس الموافق ٢٥ / ٩ / ٢٠٢٥ على ملعب الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء، وتم تثبيت نفس الظروف لتطبيقها في الاختبارات البعدية.

٢-٥-٢ اجراءات التجربة الرئيسية: تم اجراء التجربة الرئيسية في الفصل الدراسي الاول لمدة (٣) اسابيع وبواقع (٢) وحدة تعليمية في الاسبوع، ومدة الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة للفترة من (٢٠٢٥ / ٩ / ٣٠) ولغاية (١٠ / ١٦ / ٢٠٢٥).

٢-٥-٣ القياس البعدي: تم اجراء الاختبارات البعدية لعينه البحث في المهارة قيد الدراسة، وذلك في يوم الثلاثاء الموافق ٢١ / ١٠ / ٢٠٢٥، وعلى ملعب الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء، وقد راعى الباحث الظروف المتعلقة بالاختبارات القبلية من ناحية (الزمان، المكان، والادوات المستعملة، وطريقة التنفيذ).

٢-٦ الوسائل الاحصائية:

لأجل الحصول على نتائج دقيقة للدراسة الحالية، لجأ الباحث الى استخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS).

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٣-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعتي البحث:

٣-١-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

جدول (١) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات القبلية والبعدي لمهارة الارسال للمجموعة التجريبية

المتغيرات	الاختبار	س-	ع	ف-	قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
مهارة الارسال من الاعلى	القبلي	٧,٦٠	٢,٣١٩	٧,٦٠٠-	٧,٦٦٨	٠,٠٠٠	معنوي
	البعدي	١٥,٢٠	١,٣١٧				

٣-١-٢ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة:

جدول (٢) يبين الوسط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة T المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات القبلية والبعدي لمهارة الارسال للمجموعة الضابطة

المتغيرات	الاختبار	س-	ع	ف-	قيمة T المحسوبة	Sig	الدلالة
مهارة الارسال من الاعلى	القبلي	٧,٨٠	٢,٨٦	٣,٥٠٠	٣,٥٧	٠,٠٠٦	معنوي
	البعدي	١١,٣٠	١,٠٥				

٣-٢ عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث:

٣-٢-١ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

جدول (٣) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T المحسوبة ومستوى المعنوية ونوع الدلالة الاحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	الاختبار	س -	ع	قيمة T المحسوبة	Sig	نوع الدلالة
دقة اداء الارسال	التجريبية	١٥,٢٠	١,٣١	٧,٢٩٨	٠,٠٠٠	معنوي
	الضابطة	١١,٣٠	١,٠٥			

اظهرت النتائج من خلال بيانات الجداول علاه وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليه والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة، فضلا عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بنتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث، وهذا يؤكد على ان التعلم لمجموعتي البحث لمهارة الارسال بالكرة الطائرة يدل على الدور الفاعل والايجابي لاستخدام استراتيجيه الاصابع الخمسة والآلية المتبعة من قبل مدرس المادة، اما سبب تفوق المجموعة التجريبية التي استعملت استراتيجيه الاصابع الخمسة، يعود الى ان هذه الاستراتيجية تسمح للمتعلمين القيام بأنفسهم بالمشاركة والتفاعل النشط ومناقشة كل ما يدور حول المهارة المتعلمة، مما يعزز عملية التعلم ويجعلها عملية ناجحة. (سهيل محسن، وهذام جليل، ٢٠١٦: ١٠٢). كما ويرجح الباحث ان التطور الذي حصل في الاختبار البعدي لدى متعلمين المجموعة التجريبية كان من خلال تدريسهم الجانب التعليمي، وان لاستخدام الاستراتيجية ساهم بشكل كبير في رفع مستوى الاداء في الاختبارات البعدية، من خلال التحفيز والتغذية الراجعة والتقويم؛ وايضاً زيادة دافعية المتعلمين لتلقي المعلومات والمشاركة من خلال التساؤلات والمناقشة والتفكير، مما زاد لديهم العمليات العقلية وتحولها الى مهارات عملية، ان استراتيجية الاصابع الخمسة هي احدى استراتيجيات التعلم النشط والتي تهدف الى تفعيل دور المتعلم في العملية التعليمية وتحوله من متلقن الى عنصراً فعال ومحوراً أساسياً للعملية التعليمية، ويتم التعلم من خلال اعتماد المتعلمين على ذاته في الحصول على المعلومات (ايمان سمير، ٢٠٢٠: ٧٦). فضلاً عن مشاركة الافكار ما بين المتعلمين وكل هذا يرسخ عندهم المهارة كنوع من المعالجة او التغذية الراجعة. (بوشنتوف عبد الحفيظ، وآخرون، ٢٠١٩: ٣٥٣) (سوزان سليم، وايد صالح، ٢٠٢٠: ٢٥٩). واذاف (Lindsay) ان استراتيجية الاصابع الخمسة تساد على اكساب المتعلمين عدة مهارات مثل (الاستماع، التنبؤ، التخليص) والعديد من المهارات العقلية، وبناء تساؤلات من خلال توظيف ادوات الاستفهام الخمسة الاساسية (متى، ماذا، لماذا، كيف، من) ويمكن اضافة أين عند الحاجة من اجل تحقيق اهداف تعليمية محددة. (Lindsay lessard 2018:). ويرجح الباحث ان سبب تفوق المجموعة التجريبية يعود الى ان تحديد الاهداف التعليمية للوحدة التعليمية، وتقسيم المتعلمين الى مجموعات تعاونية صغيرة ومراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين قد ساعد في التعلم بشكل كبير.

٤ - الاستنتاجات والتوصيات

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- ان لاستخدام استراتيجية الاصابع الخمسة تأثيراً ايجابياً في تعلم مهارة الارسال بالكرة الطائرة لدى افراد المجموعة التجريبية.
- ٢- ان استعمال استراتيجية الاصابع الخمسة زادت من دافعية المتعلمين لتلقي المعلومات والمشاركة، والتفكير والعمليات العقلية بشكل ايجابي.

٣- ان لاستخدام استراتيجية الاصابع الخمسة اكثر فعالية من آليه التدريس المتبعة من قبل المدرس في مستوى الاداء المهاري بالكرة الطائرة.

٤-٢ التوصيات:

١- ضرورة استخدام وتفعيل استراتيجية الاصابع الخمسة لما لها دور ايجابي وفعال وجعل المتعلمين المحور الاساسي في العملية التعليمية.

٢- اجراء دراسات مشابهة في استخدام استراتيجية الاصابع الخمسة او استراتيجية مماثله في تعلم المهارات الاساسية في الالعاب الجماعية الاخرى (كرة السلة، كرة اليد، كرة القدم).

٣- نشر الوعي بأهمية الاستراتيجية الاصابع الخمسة، وممارستها في جميع النشاطات الرياضية سواء في المدارس او الجامعة.

المراجع:

- ❖ ايمان سمير (٢٠٢٠): فاعلية استراتيجية توليفة قائمة على استراتيجيتي الاصابع الخمسة والرؤوس المرقمة لتنمية التحصيل والفهم العميق والاتجاه نحو العمل الجماعي في الرياضيات لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي. مجلة البحث العلمي في التربية. العدد (٢١). كلية البنات للآداب والعلوم.
- ❖ بوشنتوف عبد الحفيظ، كرامة احمد ولوح هاشم (٢٠١٩): اثر استخدام التعليم الالكتروني في تعلم المهارات الاساسية لكرة السلة للمستوى اولي متوسط ١١-١٢سنة. الجزائر. جامعة ابن باديس مستغانم. المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية. المجلد (١٦). العدد (٢).
- ❖ جودت سعادة (٢٠٠٨): التعلم النشط بين النظرية والممارسة. دار الشروق للنشر والتوزيع. عمان.
- ❖ سهيل محسن كاظم، وهام جليل عباس (٢٠١٦): اثر استراتيجيتي اشارات المرور والاصابع الخمسة في التحصيل والاحتفاظ بمادة التاريخ لدى طالبات الصف الاول المتوسط. مجلة بحوث في مجالات التربية النوعية. المجلد. العدد (٣).
- ❖ سوزان سليم داود، وايد صالحي سلمان (٢٠٢٠): تأثير استخدام استراتيجية الاصابع الخمسة في تعلم سلسلة حركية على جهاز عارضة التوازن في الجمناستيك الفني للنساء. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية. المجلد (١٧). العدد (١).
- ❖ ناهدة عبد زيد الدليمي، وآخرون (٢٠١٥): الكرة الطائرة الحديثة ومتطلباتها التخصصية. ط١. دار الكتب العلمية. بيروت.
- ❖ هايدي محمد علاء الدين الكفراوي (٢٠٢٣): فاعلية استخدام استراتيجية الاصابع الخمسة على تعلم مهاراتي التمرير من (اعلى - اسفل) في الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس. مجلة الوادي الجديد لعلوم الرياضة. المجلد (٩). الجزء (٥).

❖ Lindsay lessard (2018): The 5-step Process to Problem Solving.

ملحق (١) يبين انموذج لوحده تعليمية معدة وفق استراتيجية الاصابع الخمسة

الوحدة التعليمية الاولى

عدد الطلاب: الوقت: ٩٠/دقيقة الملعب: القاعة المغلقة التاريخ: ٢٠٢٥/ /

الهدف التعليمي: تعلم مهارة الارسال المواجه من الاعلى

الهدف التربوي: تنمية الثقة بالنفس، بث روح التعاون بين الطلاب

الاجهزة والادوات: كرات طائرة، فلكس تعليمي، صافرة، ساعة توقيت، افلام تعليمية...الخ.

اقسام الخطة	الوقت	المحتوى	التنظيم	الملاحظات
القسم الرئيسي - الجانب التعليمي	٧٠ د ٢٥ د	- يتجمع الطلاب بتشكيل مربع ناقص ضلع. يقوم المدرس بتقسيم المتعلمين الى مجموعات صغيرة مكونه من (٥) طلاب، وتوزع عليهم مخطط شكل الاصابع اليد على كل مجموعة. - ثم يقوم المدرس بعرض مبدئي موضوع الوحدة التعليمية، ويطلب من كل مجموعة كتابة خمسة اسئلة باستخدام ادوات الاستفهام (ما، ماذا، كيف، من، متى). - ثم يقوم المدرس بعرض فلكس توضيحي او فيديو تعليمي لمهارة الارسال ويطلب من المتعلمين من كل مجموعة التعاون في حل التساؤلات التي وضعوها في المخطط شكل اليد وتطبيق اداء المهارة من كل مجموعة حر بدون كرة. ويتم امداد المتعلمين بالتغذية الراجعة من قبل المدرس سواء بشكل لفظي او عرض نموذج للأداء. - يطلب المدرس من المتعلمين المناقشة بين المجموعات حول ما تم تجميعه وصياغته في صورة الاصابع الخمسة.	* * * * * * * * * * × *	التأكيد على عرض المهارة بشكل بطيء التأكيد على فهم الطلاب للنواحي الفنية للمهارة. تحفيز المتعلمين على العمل التعاوني فيما بينهم وتقديم التغذية الراجعة.
- الجانب التطبيقي	٤٥ د	يطلب المدرس من كل مجموعة تجريب الاجابات التي توصلوا اليها عن طريق ادائها عملياً، ويقوم المدرس بإعطاء تغذية راجعة ويتم تطبيق المهارة من خلال التمرينات المعدة مسبقاً من قبل المدرس تمرين ١: تقسيم الطلاب الى مجموعتين الواحدة مقابل الاخرى والمسافة بينهم (٣-٤م) واداء المهارة بين المجموعتين باتجاهات مختلفة. تمرين ٢: نفس التمرين الاول لكن المسافة بينهم (٤-٥م). تمرين ٣: نفس التمرين السابق لكن بينهم الشبكة والمسافة بين المجموعتين ٦م. تمرين ٤: نفس التمرين السابق لكن بينهم الشبكة والمسافة ٩م. - وعند الانتهاء من تطبيق التمرينات يطلب المدرس من كل مجموعة كتابته ملخص عن المهارة وكيفية ادائها بأفضل طريقة.		التأكيد على تطبيق المهارة بشكل صحيح. اعطاء تغذية راجعة من قبل المدرس وتصحيح الأخطاء