

## Cuprins

<b>Introducere .....</b>	<b>7</b>
<b>1. Traseul metodic de învățare și perfecționare a tehnicii jocului de baschet .....</b>	<b>11</b>
<b>2. Analiza principalelor elemente și procedee tehnice în jocul de baschet .....</b>	<b>14</b>
2.1 Elementele tehnice fără minge.....	14
2.2 Elemente și procedee tehnice cu minge .....	27
<b>3. Eșalonarea temelor de lecție pe parcursul anului universitar.....</b>	<b>77</b>
<b>4. Regulament de baschet simplificat .....</b>	<b>133</b>
<b>Bibliografie .....</b>	<b>139</b>