

CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE.....	7
INTRODUCERE	9
Capitolul I	
PREGĂTIREA FIZICĂ ÎN SCHI.....	15
Capitolul II	
OPTIMIZAREA PREDĂRII-ÎNVĂȚĂRII TEHNICII SCHIULUI ALPIN.....	51
2.1. Prezentarea și restructurarea metodologiei tradiționale	54
2.2. Algoritmizarea elementelor și procedeele tehnice	58
Capitolul III	
ELABORAREA UNITĂȚILOR DE ÎNVĂȚARE	65
Capitolul IV	
ELABORAREA PROIECTULUI GLOBAL	86
Capitolul V	
ELABORAREA PROIECTELOR OPERAȚIONALE.....	91
5.1. Elaborarea proiectelor operaționale	92
BIBLIOGRAFIE.....	225

