

1. dovedností řada s míčem ballhandling s jedním míčem
2. dovedností řada s míčem ballhandling se dvěma míči
3. závodivé hry s míčem vhodné pro basketbal
4. drobné průpravné pohybové hry vhodné pro basketbal
5. obranné činnosti jednotlivce základní obranný postoj, pohyb, práce paží
6. obranné činnosti jednotlivce – krytí hráče s míčem na místě
7. obranné činnosti jednotlivce krytí hráče s míčem v pohybu
8. obranné činnosti jednotlivce krytí hráče bez míče
9. činnost obránce proti dvěma útočníkům (útočná kombinace založená na přechíslení 2-1
10. útočné činnosti jednotlivce střelba
11. útočné činnosti jednotlivce dvojtakt
12. útočné činnosti jednotlivce přihrávky na místě
13. útočné činnosti jednotlivce přihrávky v pohybu
14. útočné činnosti jednotlivce uvolnění hráče bez míče
15. útočné činnosti jednotlivce základy vedení míče, driblink na místě
16. útočné činnosti jednotlivce - zastavení, uvolnění hráče s míčem na místě, zahájení úniku
17. útočné činnosti jednotlivce uvolnění hráče s míčem v pohybu, technika výměn
18. řešení situace jeden na jednoho
19. řešení situace při útočném a obranném doskakování