

## **Abstrakt**

**Název:** Individuální příprava hráče ledního hokeje v žákovské kategorii

**Cíle:** Cílem bakalářské práce je shromáždění poznatků o tréninku klíčových dovedností v žákovské kategorii, které je možné si osvojit pomocí individuální formy tréninku a na základě toho vybrat taková cvičení, která jsou vhodná pro osvojení si těchto dovedností.

**Metody:** V teoretické části práce byla použita metoda rešerše sloužící k vyhledávání informací z české a zahraniční literatury o daném tématu.

**Výsledky:** Vytvoření cvičení sloužících k rozvoji vybraných dovedností individuální formou přípravy.

**Klíčová slova:** lední hokej, individuální forma, žákovská kategorie, dovednosti