

► Použité grafické symboly .....	8
► Úvod .....	9
► Děti? To znám! Anebo ne? .....	10
Co dělá děti dětmi .....	10
Jak pracovat s dětmi .....	14
► Co vlastně představuje trénink ledního hokeje .....	19
Trénink mimo led .....	21
► Hokejové bruslení .....	28
Jízda vpřed .....	29
Jízda vzad .....	33
Zastavení .....	35
Vyjždění oblouků v jízdě vpřed .....	38
Změna směru při jízdě vzad .....	42
Obraty .....	44
Starty .....	47
► Útočné herní činnosti jednotlivce .....	50
Uvolňování hráče s kotoučem .....	51
Přihrávání .....	57
Zpracování přihrávek .....	59
Střelba .....	61
► Obranné herní činnosti jednotlivce .....	66
Odebírání kotouče .....	67
Osobní souboj .....	70
Blokování střel .....	73
► Herní kombinace .....	76
Útočné herní kombinace .....	77
Kombinace „přihraj a jed“ .....	77
Kombinace založená na křížení hráčů .....	79
Kombinace se zpětnou přihrávkou a přenecháním kotouče .....	81
Kombinace založená na clonění .....	83
Obranné kombinace .....	86
Kombinace založené na přebírání .....	86
Kombinace založené na zajišťování .....	88
Kombinace založená na zdvojování .....	90
Kombinace založená na odstupování .....	92

▶ Hokej je týmová hra .....	95
Zásady týmové hry .....	95
Hra v útoku .....	99
Hra v obraně .....	103
▶ Hra brankáře .....	106
Základní postoj .....	107
Brankářské bruslení .....	108
Střelecký úhel .....	110
Chytání kotouče a hra holí .....	112
Činnosti brankáře v rovnovážných a nerovnovážných situacích .....	119
Trénink brankářů .....	120
▶ Vedení družstva v utkání .....	122
Příprava na utkání .....	122
Činnost při utkání (koučování) .....	124
Činnost po utkání .....	126
▶ Závěrem .....	127
▶ Doporučená studijní literatura .....	127