

Культура физическая и здоровье. 2023. № 1 (85). С. 246-250.  
Physical Culture and Health. 2023, 81 (5), 246-250.

Научная статья  
УДК 159.9:796.966  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2023\_1\_246

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ПРИ АДАПТАЦИИ ХОККЕИСТОВ В НОВЫХ КОМАНДАХ



Сергей Самуилович Аганов<sup>1</sup>, Иван Анатольевич Давиденко<sup>2</sup>,  
Александр Эдуардович Болотин<sup>3</sup>, Нина Владимировна Курова<sup>4</sup>

Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России,<sup>1</sup>  
Санкт-Петербург, Россия  
Санкт-Петербургский государственный аграрный университет,<sup>2</sup>  
Санкт-Петербург, Россия

Санкт-Петербургский государственный политехнический университет Петра Великого. Санкт-Петербург, Россия<sup>3</sup>  
Санкт-Петербургский государственный лесотехнический университет им. С.М. Кирова,<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник физической культуры, профессор кафедры философии и социальных наук  
Тел.: +7(921)309-75-48, e-mail: aganov.s@igps.ru;  
<https://orcid.org/0000-0002-1234-3780>

<sup>2</sup>Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания  
Тел.: -, e-mail: ivandaviden@gmail.com,  
<https://orcid.org/0000-0001-6565-5620>

<sup>3</sup>Доктор педагогических наук, профессор, профессор Высшей школы спортивной педагогики  
тел.: -, e-mail: a\_bolotin@inbox.ru;  
<https://orcid.org/0000-0003-3048-378X>

<sup>4</sup>Кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры физической культуры,  
Тел.: -, e-mail: -  
<https://orcid.org/0000-0001-6945-2177>

**Аннотация.** В работе представлены результаты проведенного исследования по изучению вопросов адаптации хоккеистов в новых командах [23, 14]. В результате были определены следующие направления психологической подготовки для новых игроков:

- наставничество тренеров и сотрудников новых клубов в направлении психологической подготовки и адаптации новых хоккеистов в команде;
- диагностика, коррекция и профилактика эмоциональных и психических расстройств у новых хоккеистов клуба;
- разработка для новых хоккеистов клуба индивидуальных рекомендаций от тренеров для успешной адаптации, ликвидации негативных эмоций и их последствий (тренеры должны объяснять новым хоккеистам клуба, каким образом справляться с такими отрицательными эмоциями, как страх, гнев, горечь, чувство вины, стыд, печаль, презрение и т.д.);
- освоение специалистами пожеланий по применению данных методов и приемов, влияющих на членов команды, которые способны пренебрегать их указаниями на характер игры, отказываясь от нежелательных удалений;
- организация бесед с членами команды, касающихся спортивной психологии, с индивидуальным подходом к каждому, с учетом их индивидуальности;
- перед игрой проводить анализ тактических приемов противника, учитывая его слабые и сильные стороны;
- тренерский состав проводит работу по объединению команды в спаянный коллектив, учитывая рекомендации психолога по каждому игроку, что поможет тренерскому составу регулировать предстартовое пребывание игроков.

**Ключевые слова:** хоккеисты, психологическая подготовка, адаптация к стрессу, тренировочный процесс, игроки, психологическое давление, позитивные эмоции, соревновательная деятельность, тренер, команда.

**Для цитирования:** Основные направления психологической подготовки при адаптации хоккеистов в новых командах / С. С. Аганов, И. А. Давиденко, А. Э. Болотин [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2023. № 1 (85). С. 246-250. DOI: 10.47438/1999-3455\_2023\_1\_246.

**Введение**<sup>©</sup>

Состояние развития современного хоккея таково, что важную роль в подготовке спортсмена играет его психологическая подготовка, независимо от возраста, игрового амплуа и опыта, при наличии практически одного

и того же уровня физической, технической и тактической подготовленности. Преимущество получает в игровой ситуации тот, кто лучше подготовлен психически [10–13].

© Аганов С. С., Давиденко И. А., Болотин А. Э., Курова Н. В., 2023

Игроки в хоккее с самого детства, чувствуют большие психологические нагрузки. Это происходит из-за высокой степени психологического давления, которое связано с жесткой игрой. Большое психологическое давление оказывают график игр и желание тренера повысить нагрузки для достижения максимального результата в каждой игре. Это оказывает серьезное негативное воздействие на психику игроков, особенно юных хоккеистов. Методики, которые применяются в процессе психологической подготовки юных хоккеистов, разрабатываются без учета особенностей игры в хоккее [2, 19]. Не изучены факторы, которые влияют на эмоциональное и психическое состояние хоккеистов. Большие трудности психологического характера испытывают хоккеисты, при переходе в новую команду, во время адаптации в новом коллективе. Данная проблема также требует своего решения. Это не позволяет раскрыть существующие индивидуальные и функциональные потенциальные возможности хоккеистов.

#### Материалы и методы исследования

Установлено, что во время игры хоккеисты испытывают стресс. Категория «стресс» – это особое состояние. Как правило, когда игрок находится в этом состоянии, требуется его замена. Психологические проблемы для одного игрока из основной пятерки, сказываются на качестве игры всей команды, находящейся на льду. В такие моменты игрок из основной пятерки уже находится под угрозой замены [4–7].

Вместе с тем, чтобы получить место в основной пятерке, требуется стабильность в игре, которая приходит только на основе психологической подготовленности хоккеистов. Отдельная важная проблема в рамках психологической подготовки юных хоккеистов это, на взгляд авторов, наличие у них умений анализировать и контролировать свои эмоции.

Естественно, позитивные эмоции, чувства и переживания способствует более эффективной реализации тренировочного процесса хоккеистов. Наличие стресса, вызванного различными причинами (плотная соревновательная деятельность хоккеистов, изменения в тренировочной среде и т.д.), а борьба с ним будут более эффективной, если будут ликвидированы причины его возникновения. Очень важно, чтобы диагноз чрезмерных переживаний хоккеистов и возможных последствий от этого был поставлен правильно [1, 15].

Ряд исследователей также осознает важность психологической части подготовки хоккеистов различных квалификаций. Хорошая психологическая подготовка хоккеистов высокой квалификации позволяет достичь желаемого стабильного результата. Например, на чемпионате мира, гарантируют команде выход в плей-офф.

Экспериментальной базой были спортивные школы в городе Санкт-Петербург. В эксперименте приняли участие 28 молодых хоккеистов, которые играют в различных командах ведущие роли. При проведении эксперимента была проанализирована литература, математическая статистика, проведен опрос участников эксперимента, их анкетирование, а также наблюдение психолога, что обозначило эффективность основных концепций психологической тренировки начинающих хоккеистов.

#### Результаты исследования и их обсуждение

Проводя анкетирование и опросы во время общения с игроками команды в результате исследования были выявлены следующие проблемы: хоккеисты, которые недавно попали в команду отличались нервозностью.

Благодаря анкетированию и опросу [3, 8, 24] были выявлены следующие психологические направления:

- наставничество тренеров и сотрудников новых клубов в направлении психологической подготовки и адаптации новых хоккеистов в команде;

- диагностика, коррекция и профилактика эмоциональных и психических расстройств у новых хоккеистов клуба;

- разработка для новых хоккеистов клуба индивидуальных рекомендаций от тренеров для успешной адаптации, ликвидации негативных эмоций и их последствий (тренеры должны объяснять новым хоккеистам клуба, каким образом справляться с такими отрицательными эмоциями, как страх, гнев, горечь, чувство вины, стыд, печаль, презрение и т.д.);

- разработка для тренеров рекомендаций по использованию методов и приемов воздействия на игроков, которые могут игнорировать их указания и установки на игру, избегая при этом ненужных удалений;

- проведение консультаций с игроками по вопросам спортивной психологии, с учетом индивидуальных особенностей каждого игрока; – осуществление анализа тактики игры противника, проведение правильной установки на игры, исходя из тактики игры соперника;

- проведение работы направленной на сплоченность команды, предоставление информации психолога команды для тренерского персонала по применению методов, которые должны использоваться, чтобы регулировать предстартовое состояние хоккеистов.

Почти каждому новому игроку проводилась необходимая информация от тренеров, проводились индивидуальные беседы на эти темы. Хоккеистам перед игрой давались рекомендации для преодоления чувства страха. Тренеры внушали хоккеистам, что страх является естественной реакцией их организма, а преодолеть его можно с помощью эффективной техники игры и строгим выполнением установки на игру.

Вместе с тем было установлено, что отсутствие диагностики психологического состояния новых хоккеистов является основной причиной страха, который увеличивает расходы эмоциональных и физических сил у игроков [9].

Психологическая подготовка хоккеистов включает в себя управление поведением хоккеистов [16–20, 25]:

- до тренировки;

- при выполнении упражнений во время тренировки;

- в течение подготовительного периода тренировки перед соревнованиями.

В ходе исследований было установлено, что психологическая подготовка хоккеистов проводится не совсем эффективно. Устный опрос хоккеистов и их родителей показал наличие большого интереса у родителей и молодых хоккеистов к изучению разных психологических аспектов. Родители выразили большую озабоченность по поводу поведения своих детей на тренировках. В ходе тренировочного процесса наблюдалось проявление агрессии в действиях у детей. Иногда наблюдалась аб-

сурдность того, что вызывает раздражение и ведет к более негативному эмоциональному состоянию самих родителей. В таких случаях у родителей и детей наблюдались: разочарование, тревога, беспокойство, напряженность, депрессия. Данные методы исследования подтвердили наличие проблем различной природы в сфере психологической подготовки хоккеистов [21].

### Выводы

На современном этапе подготовки хоккеистов очень мало времени уделяется психологической подготовке, хотя при развитии этого вида спорта она носит исключительный характер индивидуальности игрока.

В этой ситуации тренерский состав перед игрой должен объяснять игрокам технико-тактические качества

команды-соперника, объясняя их действия при розыгрыше той или иной ситуации [22, 26]. В период подготовки руководители команды должны прислушиваться к мнению психолога, который раскрывает перед ними психологическое состояние команды. Данное исследование показало свою актуальность в плане психологической подготовки начинающих хоккеистов.

### Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

### Список источников

1. Bakayev V., Bolotin A. Differentiated training model for marathon runners on building tempo and speed endurance based on the types of energy metabolism // Sport Mont. 2020. Т. 19. № 3. С. 31–34.
2. Bakayev V., Bolotin A. Model for training marathon swimmers in fins accounting for energy supply mechanism of muscle activity // Journal of Human Sport and Exercise. 2021. Т. 16. № Proc4. С. 1632–1638.
3. Bakayev V., Bolotin A., Surmilo S., Aganov S. Comparative analysis of the changes in blood chemistry among long-distance swimmers during workouts at middle and low altitudes // World Congress of performance analysis of sport XII. Proceedings. 2018. С. 39–42.
4. Gryaznykh A., Kiseleva M., Kolokoltsev M., Vorozheikin A., Romanova E., Aganov S., Tarasov A. Cortisol and testosterone content variability in blood serum of professional wrestlers under different conditions of physical activity // Journal of Physical education and sport. 2022. Т. 22. № 2. С. 448–454.
5. Kolokoltsev M., Romanova E., Limarenko O., Vorozheikin A., Bocharin I., Mungalov A., Tarasov A., Aganov S., Balashkevich N. Motor qualities of girls from different populations and evolutionary constitution types // Journal of Physical education and sport. 2022. Т. 22. № 6. С. 1372–1377.
6. Kolokoltsev M., Romanova E., Vorozheikin A., Bocharin I., Karuzin K., Martusevich A., Prikhodov D., Aganov S. The effect of physical activity on biological age and body composition in 18–19-year-old girls // Journal of Physical education and sport. 2022. Т. 22. № 4. С. 981–987.
7. Romanova E., Kolokoltsev M., Dunaeva M., Ivanitskiy V., Vorozheikin A., Faleeva E., Tarasov A., Aganov S. The efficiency of a remote tutor-program at increasing the professional competences of a swimming coach // Journal of Physical education and sport. 2022. Т. 22. № 5. С. 1120–1125.
8. Агаев Р.А., Суценко В.П., Аганов С.С. Профессиональное совершенствование субъектов управления развитием спортивной работы среди студентов // Физическая культура и спорт в профессиональном образовании / под. науч. ред. В.А. Щеголева. СПб., 2020. С. 206–208.
9. Аганов С.С. [и др.]. Организация физической подготовки в вузах МЧС России: учеб. СПб., 2019.
10. Аганов С.С. [и др.]. Физическая и профессиональная подготовка обучающихся в системе МЧС России: учеб. СПб., 2019. Т. 2.
11. Аганов С.С. Концепция и технология развития физической культуры обучающихся в вузе ГПС МЧС России: дис. ... д-ра пед. наук. СПб.: С.-Петербург. ун-т ГПС МЧС России, 2008. 387 с.
12. Аганов С.С. Совершенствование системы подготовки сотрудников МЧС для действий в условиях чрезвычайных ситуаций (организационно-правовой аспект): дис. ... канд. юрид. наук. СПб.: СПб ун-т МВД, 2001.
13. Аганов С.С., Иванова Е.С. Факторы, влияющие на профессиональную работоспособность сотрудников ГПС МЧС России при тушении пожаров // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 11 (165). С. 11–15.
14. Аганов С.С., Иванова Е.С., Зюкин А.В. Самостоятельные занятия физической культурой сотрудников МЧС России // Психолого-педагогические проблемы безопасности человека и общества. 2021. № 3 (52). С. 55–60.
15. Болотин А.Э. [и др.] Анализ тактико-технических действий высококвалифицированных спортсменов в соревнованиях по боевому самбо // Теория и практика физической культуры. 2021. № 6. С. 12–14.
16. Болотин А.Э., Лайшев Р.А. Модель процесса подготовки призывной молодежи к воинской службе // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2012. № 12 (94). С. 27–30.
17. Зюкин А.В., Коваленко В.Н., Малофеев В.Г. Исследование уровня физической подготовленности военнослужащих внутренних войск МВД России // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. 2009. № 3. С. 98–103.
18. Зюкин А.В., Напалков Ю.А. Показатели готовности курсантов вызов внутренних войск МВД России к боевой деятельности // Ученые записки Университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 5 (111). С. 40–44.
19. Караван А.В., Болотин А.Э. Типологические признаки образовательной среды, необходимые для эффективного физического развития студентов вузов // Теория и практика физической культуры. 2015. № 9. С. 5–7.
20. Мальцев Д.В. Составительная игра как средство формирования начальных навыков плавания детей младшего школьного возраста // Актуальные проблемы подготовки пловцов дальнего и ближнего резерва и спортсменов высокой квалификации: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. 2021. С. 70–75.
21. Новосельцев О.В., Болотин А.Э. Факторы, определяющие высокую эффективность обучения студентов плаванию брассом // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2013. № 12 (106). С. 112–115.
22. Постольник Ю.А., Мальцев Д.В., Куманцова Е.С., Белоножкина Н.А. Эффективность использования средств гидроаэробики на начальном этапе обучения плаванию // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2021. Т. 16. № 3. С. 57–61.

23. Родичкин П.В., Степченкова О.П., Фокин А.М. Применение методики соревновательной игровой направленности на занятиях по физической культуре у студентов вузов // Теория и практика физической культуры. 2020. № 11. С. 62–64.

24. Родичкин П.В., Фокин А.М., Зюкин А.В., Степанченкова О.П. Повышение функционального состояния студентов посредством использования игровой деятельности на занятиях по физической культуре в вузе // Ученые записки Университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 3(181). С. 372–375.

25. Фетисова С.Л., Фокин А.М., Мельникова Т.И., Солдатенков Н.А. Формирование индивидуального профиля асимметрии средствами волейбола и использование их в профессиональной подготовке военнослужащих // Проблемы современного педагогического образования. 2016. № 50-3. С.183–191.

#### References

1. Bakayev V., Bolotin A. Differentiated training model for marathon runners on building tempo and speed endurance based on the types of energy metabolism // Sport Mont. 2020. T. 19. № 3. P. 31–34.

2. Bakayev V., Bolotin A. Model for training marathon swimmers in fins accounting for energy supply mechanism of muscle activity // Journal of Human Sport and Exercise. 2021. T. 16. № Proc4. P. 1632–1638.

3. Bakayev V., Bolotin A., Surmilo S., Aganov S. Comparative analysis of the changes in blood chemistry among long-distance swimmers during workouts at middle and low altitudes // World Congress of performance analysis of sport XII. Proceedings. 2018. P. 39–42.

4. Gryaznykh A., Kiseleva M., Kolokoltsev M., Vorozheikin A., Romanova E., Aganov S., Tarasov A. Cortisol and testosterone content variability in blood serum of professional wrestlers under different conditions of physical activity // Journal of Physical education and sport. 2022. Vol. 22. № 2. P. 448–454.

5. Kolokoltsev M., Romanova E., Limarenko O., Vorozheikin A., Bocharin I., Mungalov A., Tarasov A., Aganov S., Balashkevich N. Motor qualities of girls from different populations and evolutionary constitution types // Journal of Physical education and sport. 2022. Vol. 22. № 6. P. 1372–1377.

6. Kolokoltsev M., Romanova E., Vorozheikin A., Bocharin I., Karuzin K., Martusevich A., Prikhodov D., Aganov S. The effect of physical activity on biological age and body composition in 18–19-year-old girls // Journal of Physical education and sport. 2022. Vol. 22. № 4. P. 981–987.

7. Romanova E., Kolokoltsev M., Dunaeva M., Ivanitskiy V., Vorozheikin A., Faleeva E., Tarasov A., Aganov S. The efficiency of a remote tutor-program at increasing the professional competences of a swimming coach // Journal of Physical education and sport. 2022. Vol. 22. № 5. P. 1120–1125.

8. Agaev R.A., Sushchenko V.P., Aganov S.S. Professional'noe sovershenstvovanie sub"ektov upravleniya razvitiem sportivnoj raboty sredi studentov // Fizicheskaya kul'tura i sport v professional'nom obrazovanii / pod. nauch. red. V.A. Shehegoleva. SPb., 2020. P. 206–208.

9. Aganov S.S. [i dr.]. Organizaciya fizicheskoy podgotovki v vuzah MCHS Rossii: ucheb. SPb., 2019.

10. Aganov S.S. [i dr.]. Fizicheskaya i professional'naya podgotovka obuchayushchihsya v sisteme MCHS Rossii: ucheb. SPb., 2019. T. 2.

11. Aganov S.S. Konceptiya i tekhnologiya razvitiya fizicheskoy kul'tury obuchayushchihsya v vuzе GPS MCHS Rossii: dis. ... d-ra ped. nauk. SPb.: S.-Peterb. un-t GPS MCHS Rossii, 2008. 387 p.

12. Aganov S.S. Sovershenstvovanie sistemy podgotovki sotrudnikov MCHS dlya dejstvij v usloviyah chrezvychajnyh situacij (organizacionno-pravovoj aspekt): dis. ... kand. jurid. nauk. SPb.: SPb un-t MVD, 2001.

13. Aganov S.S., Ivanova E.S. Faktory, vliyayushchie na professional'nuyu rabotosposobnost' sotrudnikov GPS MCHS Rossii pri tushenii pozharov // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2018. № 11 (165). P. 11–15.

14. Aganov S.S., Ivanova E.S., Zyukin A.V. Samostoyatel'nye zanyatiya fizicheskoy kul'turoj sotrudnikov MCHS Rossii // Psihologo-pedagogicheskie problem bezopasnosti cheloveka i obshchestva. 2021. № 3 (52). P. 55–60.

15. Bolotin A. E. [i dr.] Analiz taktiko-tekhnicheskikh dejstvij vysokokvalificirovannykh sportsmenov v sorevnoval'nyh poedinkah po boevomu sambo // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2021. № 6. P. 12–14.

16. Bolotin A.E., Lajshev R.A. Model' processa podgotovki prizyvnoj molodezhi k voinskoj sluzhbe // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2012. № 12 (94). P. 27–30.

17. Zyukin A.V., Kovalenko V.N., Malofeev V.G. Issledovanie urovnya fizicheskoy podgotovlennosti voennosluzhashchih vnutrennih vojsk MVD Rossii // Aktual'nye problemy fizicheskoy podgotovki silovykh struktur. 2009. № 3. P. 98–103.

18. Zyukin A. V., Napalkov Yu. A. Pokazateli gotovnosti kursantov vyzov vnutrennih vojsk MVD Rossii k boevoy deyatel'nosti // Uchenye zapiski Universiteta im. P. F. Lesgafta. 2014. № 5 (111). P. 40–44.

19. Karavan A.V., Bolotin A.E. Tipologicheskie priznaki obrazovatel'noj sredy, neobhodimye dlya effektivnogo fizicheskogo razvitiya studentov vuzov // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2015. № 9. P. 5–7.

20. Mal'cev D. V. Sostyazatel'naya igra kak sredstvo formirovaniya nachal'nykh navykov plavaniya detej mladshogo shkol'nogo vozrasta // Aktual'nye problem podgotovki plovcov dal'nego i blizhnego rezerva i sportsmenov vysokoy kvalifikacii : sb. materialov Vseros. nauch.-prakt. konf. 2021. P. 70–75.

21. Novosel'cev O. V., Bolotin A. E. Faktory, opredelyayushchie vysokuyu effektivnost' obucheniya studentov plavaniyu brassom // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. 2013. № 12 (106). P. 112–115.

22. Postol'nik Yu. A., Mal'cev D. V., Kumancova E. S., Belonozhkina N. A. Effektivnost' ispol'zovaniya sredstv gidroaerobiki na nachal'nom etape obucheniya plavaniyu // Pedagogiko-psihologicheskie i mediko-biologicheskie problem fizicheskoy kul'tury i sporta. 2021. T. 16. № 3. P. 57–61.

23. Rodichkin P.V., Stepchenkova O.P., Fokin A.M. Primenenie metodiki sorevnoval'noj igrovoj napravlenosti na zanyatiyah po fizicheskoy kul'ture u studentov vuzov // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2020. № 11. P. 62–64.

24. Rodichkin P.V., Fokin A.M., Zyukin A.V., Stepanchenkova O.P. Povyshenie funktsional'nogo sostoyaniya studentov posredstvom ispol'zovaniya igrovoj deyatel'nosti na zanyatiyah po fizicheskoy kul'ture v vuze // Uchenye zapiski Universiteta im. P. F. Lesgafta. 2020. № 3 (181). P. 372–375.

25. Fetisova S.L., Fokin A.M., Mel'nikova T.I., Soldatenkov N.A. Formirovanie individual'nogo profilya asimmetrii sredstvami volejbola i ispol'zovanie ih v professional'noj podgotovke voennosluzhashchih // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. 2016. № 50-3. P. 183–191.

Поступила в редакцию 17.11.2023

Подписана в печать 29.03.2023

Original article

UDC 159.9:796.966

DOI: 10.47438/1999-3455\_2023\_1\_246

## MAIN AREAS OF PSYCHOLOGICAL TRAINING IN ADAPTATION OF HOCKEY PLAYERS IN NEW TEAMS

Sergey S. Aganov<sup>1</sup>, Ivan A. Davidenko<sup>2</sup>,  
Alexander E. Bolotin<sup>3</sup>, Nina V. Kurova<sup>4</sup>

*Saint Petersburg University of the Ministry of Emergency Situations of Russia,<sup>1</sup>  
Saint Petersburg, Russia*

*St. Petersburg State Agrarian University,<sup>2</sup>  
Saint Petersburg, Russia*

*Peter the Great Saint Petersburg State Polytechnic University, Saint Petersburg, Russia<sup>3</sup>  
St. Petersburg State Forestry Engineering University named after S.M. Kirov,<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>*Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Honored Worker of Physical Culture,  
Professor of the Department of Philosophy and Social Sciences  
Tel.: +7(921)309-75-48, e-mail: aganov.s@igps.ru;  
<https://orcid.org/0000-0002-1284-3780>*

<sup>2</sup>*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Education  
Tel.: -, e-mail: ivandaviden@gmail.com,  
<https://orcid.org/0000-0001-6565-5620>*

<sup>3</sup>*Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,  
Professor of the Higher School of Sports Pedagogy  
tel.: -, e-mail: a\_bolotin@inbox.ru;  
<https://orcid.org/0000-0003-3048-378X>*

<sup>4</sup>*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Physical Culture,  
Tel.: -, e-mail: -  
<https://orcid.org/0000-0001-6945-2177>*

**Abstract.** The work presents the results of a study to study the adaptation of hockey players in new teams. As a result, the following areas of psychological training for new players were identified:

- mentoring coaches and employees of new clubs in the direction of psychological training and adaptation of new hockey players in the team;
- diagnosis, correction and prevention of emotional and mental disorders in the new hockey players of the club;
- development of individual recommendations for new hockey players of the club from coaches for successful adaptation, elimination of negative emotions and their consequences (coaches must explain to new hockey players of the club how to cope with such negative emotions as fear, anger, bitterness, guilt, shame, sadness, contempt, etc.);
- development by specialists of wishes for the use of these methods and techniques that affect team members who are able to neglect their indications of the nature of the game, refusing unwanted deletions;
- organization of conversations with team members regarding sports psychology, with an individual approach to each, taking into account their individuality;
- before the game, analyze the tactics of the opponent, taking into account his strengths and weaknesses;
- the coaching staff is working to unite the team into a cohesive team, taking into account the recommendations of the psychologist for each player, which will help the coaching staff to regulate the pre-start stay of the players.

**Keywords:** hockey players, psychological training, adaptation to stress, training process, players, psychological pressure, positive emotions, competitive activity, coach, team

**Cite as:** Aganov, S. S., Davidenko, I. A., Bolotin, A. E., Kurova, N. V. (2023) Main areas of psychological training in adaptation of hockey players in new team. *Physical Culture and Health*. (1), 246-250. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455\_2023\_1\_246.

Received 17.11.2022

Accepted 29.03.2023