

базових вправ, що більше сприяє виконанню поставленого завдання – збільшенню питомої маси саме м'язової, а не загальної маси тіла бодібілдера, що було достовірно доказано, експериментальна група в масі тіла ($t=4,87$; $P<0,001$), окружності шиї ($t=2,90$; $P<0,05$), окружності грудей на вдиху ($t=2,73$; $P<0,05$), біцепса ($t=7,15$; $P<0,001$), талії ($t=7,89$; $P<0,001$) та гомілки ($t=6,70$; $P<0,001$). Удосконалена методика тренувального процесу для висококваліфікованих бодібілдерів в перехідному періоді підготовки може бути рекомендована для підготовки спортсменів, за дотримання вимог спортивного та медичного контролю, забезпечення ефективного та якісного відновлення.

ПОДАЛЬШІ ДОСЛІДЖЕННЯ повинні містити розробку та обґрунтування тренувального процесу висококваліфікованих бодібілдерів в різних періодах підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Борисова О. О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации: [учебно.-метод. пособие для студ. физкультурных вузов, спортсменов, тренеров, спортивных врачей] / О. Борисова. – М.: Сов. Спорт, 2007. – 132 с.
2. Гольберг Н. Д. Питание юных спортсменов / Н. Д. Гольберг, Р. Р. Дондуковская. – М.: Сов. Спорт, 2007. – 240 с.
3. Джим В. Ю. Особенности совершенствования тренировочного процесса квалифицированных бодибилдеров в соревновательном периоде / Джим В. Ю. Физическое воспитание студентов, Харьков ХНПУ 2015, №1 с. 11 – 17
4. Джим В. Ю. Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих бодібілдерів в спеціально-підготовчому етапі підготовчого періоду / Джим В. Ю. Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 6 (44), с. 34-40
5. Джим В. Ю. Изучение особенностей питания спортсменов бодибилдинга в различных циклах подготовки / Джим В. Ю. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Київ. 2014, № 12 (53) 14. с. 36-40
6. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг: настольная книга тренера, Б.И. Шейко. – Москва.: Спорт сервис, 2003. - 532.
7. Олешко В. Г. Силовые виды спорта / В. Г. Олешко. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 287 с.
8. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – Киев.: Олимп. лит., 2004. – 808с
9. Стеценко А. І. Пауерліфтинг : [навчальний посібник] / А. І. Стеценко. – Черкаси.: НДІТЕХІМу, 2008. – 459с.
10. Виноградов Г.П. Новый метод тренировки в бодибилдинге: учеб. пособие / Г.П. Виноградов, Р.Р. Газимов, В.С. Степанов, А.И. Шабанов; Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб.: [б.и.], 1997. – 79с.
11. Джо Уайдер. Система строительства тела / Джо Уайдер - Москва.: Физкультура и спорт, 1991. – 112 с.
12. Вейдер Б. Классический бодибилдинг: современный подход «Система Вейдеров» / Б. Вейдер, Д. Вейдер. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 432с.
13. Бодибилдинг : баланс красоты и здоровья., Э. Коннорс, П. Гримковски, Т. Кимбер, М. Мак-Кормик. М. : ФАИР-ПРЕСС, 2000. 174 с. : ил. - (Спорт).
14. Kleiner S. M. Nutritional status of nationally ranked elite bodybuilders / S. M. Kleiner, T. L. Bazzarre, B. E. Ainsworth // International Journal of Sport Nutrition. – 1994. – № 4. – P. 54–69.
15. Cornelius A.E., Brewer B.W., Van Raalte J.L. Applications of multilevel modeling in sport injury rehabilitation research. International Journal of Sport and Exercise Psychology. 2007, vol.5(4), pp. 387 – 405. doi:10.1080/1612197X.2007.9671843.
16. Visek A.J., Watson J.C., Hurst J.R., Maxwell J.P., Harris B.S. Athletic identity and aggressiveness: A cross-cultural analysis of the athletic identity maintenance model. International Journal of Sport and Exercise Psychology. 2010, vol.8(2), pp. 99–116. doi:10.1080/1612 197X.2010.9671936.

Антоненко С. А.

Національний університет державної податкової служби України

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ-ПРАВООХОРОНЦІВ В СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ ВІДПОВІДНО ДО СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

В статті досліджується процес формування готовності працівників податкових та інших правоохоронних органів в умовах фізичної та професійної підготовки неперервної професійної освіти до виконання службових обов'язків у складних умовах оперативно-службової діяльності відповідно до сучасних викликів.

Ключові слова: фізична підготовка, професійно готовність, професійна підготовка.

Антоненко С. А. «Физическая подготовка курсантов-правоохранителей в системе профессионального образования относительно к современным вызовам». В статье рассматривается процесс формирования готовности работников правоохранительных органов в условиях физической и профессиональной подготовке непрерывного профессионального образования к выполнению служебных обязанностей в сложных условиях оперативно-служебной деятельности соответственно к современным вызовам.

Ключевые слова: физическая подготовка, профессиональная готовность, профессиональная подготовка.

Antonenko S.A. "Physical training of students, law enforcement officers in the system of professional education according to modern challenges". The paper examines the formation of readiness of tax and other law enforcement agencies in terms of fitness and training them in continual professional education system to fulfil their duties under difficult conditions operative - service activity in accordance with the current challenges. In the view of researchers of the Department of special subjects and vocational training YU.P Sergienko, AN Lavrentiev, Zharov AI, Antonenko SA, and other important aspects of human activity is not only her physical activity, and use and new technologies and techniques in carrying out physical training according to modern challenges. It is known that physical activity in humans, we understand its activities, vital, social, psychological and biological needs, aimed at achieving physical competence necessary and sufficient for sustaining health (spiritual, mental, social, energy, physical, etc .), physical development and physical fitness. In this work, an analysis of vocational training, which states that the issue of training

for workers, police officers, and whether to date, is in general complex, as evidenced by various sources as nominative, methodological, and practical domestic and foreign literature. The researchers studied a large number of sources in law enforcement theory and practice paying attention to some «problems» points (look at the characteristics of the learning phase of training for law enforcement professional. Studies of physical training during adaptation to law enforcement agencies study the structure of physical training of existing workers, law enforcement officers; consideration of ways and means of effective learning professional knowledge and skills to improve service and training, etc.). Cancel that service in Augan State Fiscal Service of Ukraine provides its employees ... not only in standard, non-standard, but sometimes in extreme situations relating to arrest offenders in crime - that is the kind of professional activity, which is carried out in a real threat and requires a higher level of combat (special physical, fire, psychological etc.) training.

Key words: physical preparation, professional readiness, professional training.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Проблема стану боротьби із злочинністю завжди була однією з основних у суспільстві і безпосередньо відображається в основних сферах життєдіяльності та існування громадян, суспільства, держави. Її загострення на сучасному етапі тісно пов'язана з перетворенням злочинності як соціального явища шляхом появи та виникнення зовсім нових її видів, організації, видів і форм. Тенденції до зростання рівня злочинності притаманні в наш час також і світовому співтовариству. Виникає протиріччя: з одного боку, у світі відбуваються демократичні процеси, з іншого боку, ці процеси не коментуються свідомою дисципліною людей, зростанням культури їх суспільної поведінки, активізації громадської протидії злочинності. Тому підтримання законності, забезпечення безпеки громадян та боротьба з економічними злочинами у державі покладено на правоохоронні органи. Як свідчить практика, для успішного виконання цих обов'язків працівниками міліції потрібна не лише юридична підготовка, а й достатній рівень спеціальної фізичної підготовки, яка забезпечить готовність правоохоронців в системі професійної освіти відповідно до сучасних викликів.

Зв'язок теми з науковими планами, програмами. Наукове дослідження виконується згідно науково-дослідної теми кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки факультету податкової міліції Національного університету державної податкової служби України на 2014-2019 роки за темою «Формування спеціальних професійних якостей працівників правоохоронних органів», державний реєстраційний номер 0114U001841.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідженням успішності в досягненні мети в різних видах професійної діяльності займалися багато науковців і практиків-правоохоронців. Так, успішне виконання прийомів самозахисту (Б.П.Карякін, І.А.Дворякін, Г.В.Ніколаєнко, Г.М.Дворник, С.С.Степанов та інші), атакуючих дій фехтувальниками (М.М.Синицький, Ю.А.Бріскін, О.Ц.Деміський), атакуючих дій борців (В.Г.Оминіків, І.Й.Малинський, Ю.А.Моргунов, М.М.Кизілов та інші), прогнозування атакуючої дії супротивника, як фактор підвищення результативності сутичок (І.Знаковану, В.Д.Міронов), психологічні чинники успішності змагальної діяльності (В.М.Гринь), ефективність захисних дій (Л.С.Гільдін, Г.І.Анісімов) та ударних рухів у боксі (А.Б.Жадан), захисних дій в ігрових видах спорту (В.М.Степанко, О.П.Базилевич), досягнення позитивних результатів в професійній діяльності (Ю.О.Приходько, І.В.Бандурка, В.Б.Коновалова), проблемою боротьби з озброєним злочинцем займалися багато спеціалістів (В.І.Пліско, М.Г.Цед, А.Є.Тарас, Є.В.Кін). Також, в своїх працях проблеми підвищення професійної підготовки фахівців досліджували Б.Ц.Балмаєва, О.В.Барабанщикова, В.С.Безрукова, Н.О.Байхенко, О.П.Верхола, Р.С.Гуревич, А.О.Держак, І.А.Зязгон, Р.А.Нізамов, Н.Г.Ничкало, З.А.Решетова, М.М.Скаткіна та інші. Дослідженням питань професійної підготовки працівників правоохоронної системи займалися В.Г.Андронко, О.В.Афонасьєв, С.Я.Батишев, В.С.Медведєв, Ю.М.Оборотов, С.С.Сливка, А.М.Столяренко та інші. Проблеми професійної підготовки фахівців пов'язаних з підвищенням ефективності процесу навчання розглядалися такими дослідниками, як Ю.К.Бабанського, І.Я.Лернера, О.М.Пєхоти, М.М.Скаткіна, А.М.Сохора, В.О.Тюріної, Т.І.Шамові та інші. Загальнотеоретичні аспекти морального виховання висвітлено у працях В.Г.Афанасьєва, Л.П.Буєва, Т.А.Ільїної, Т.Л.Смирнова, Ю.А.Щербака, та інші. Вивченню соціально-психологічної природи і структури особистості, ролі комплексу чинників у її розвитку, а також механізмів внутрішньої регуляції та саморегуляції діяльності людини в системі професійної освіти відпові до сучасних викликів присвячені дослідження Б.І.Ананьєва, Л.І.Божович, І.Д.Бєха, Г.С.Костюка, К.К.Платонова, О.І.Щербакова та інші.

Вченими кафедри та членами наукового гуртка «Патріоти» разом були розроблені напрямки щодо сформування фізичної культури, а також реалізації фізичної підготовки відповідно до сучасних викликів, які відображені в таких наукових працях: Ю.П.Сергієнко «Загальна характеристика психологічної підготовки працівників правоохоронних органів» (2007р.), «Фізична підготовка правоохоронця в системі професійної освіти: управлінський аспект» (2014р.); А.І.Жаров «Фізична підготовка курсантів у системі професійного навчання» (2007р.), «Професійно-психологічна компетентність особистості – важливий елемент підготовки курсанта-правоохоронця» (2012р.), «Формування фізичної культури у курсанта-правоохоронця – важливий елемент їх професійної готовності» (2013р.); Максименко Є.В. «Підготовка кадрів для податкових та інших правоохоронних органів відповідно до сучасних вимог» (2012р.); О.В.Пристинський «Психорегуляція професійної діяльності працівників військових формувань» (2014р.) та інші. Дослідники кафедри рахують, що важливою стороною діяльності людини є не тільки її фізична активність, а і використання нових технологій про здійснення фізичної підготовки відповідно до сучасних викликів. Оскільки професійна підготовка та виховання у майбутнього працівника податкової міліції готовності у будь-який час до дії в умовах ризику, вимагає високого рівня службової та фізичної підготовки та наявності у нього волевольних, моральних, педагогічних психічних якостей. Їх позиція дуже наближена до загальноприйнятих. Разом з тим, поняття «фізична активність людини» відображає визначну сторону діяльності у сфері фізичної культури, та перш за все, специфічну індивідуальну діяльність людини цій сфері. Застосування індивідуалізації навчання та виховання у професійній підготовці курсантів-правоохоронців як одного із важливих принципів сучасної освіти обумовлює створення рівності педагогічних умов для всебічного розвитку та формування особистості кожного курсанта, для повної реалізації його здібностей.

Фізична підготовка особового складу працівників правоохоронних органів є важливим фактором підвищення їх

бойової ефективності до виконання завдань. При цьому якість фізичної підготовленості кожного працівника правоохоронного органу враховується під час його призначення на відповідну посаду, а також під час присвоєння чергових спеціальних військових знань. Наприклад, І.М.Ковальов, до загальних завдань фізичної підготовки відносить розвиток і постійне вдосконалення витривалості, сили, швидкості, оволодіння навичками рукопашного бою, зміцнення здоров'я і підвищення стійкості організму до дії несприятливих факторів професійної діяльності тощо. У процесі фізичної підготовки формування теоретичні знання і організаційна методичні навички. Фізична підготовка повинна сприяти підвищенню спеціальної підготовки, виховання моральних і психічних якостей особового складу, підвищення бойової злагоженості правоохоронних органів. Так, на кафедрі щодо формування готовності курсанта-правоохоронця забезпечують насамперед такі навчальні дисципліни, як: фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка, вогнева підготовка, тактика поведінки працівника податкової міліції в нестандартних ситуаціях, які податківці опановують протягом всього періоду навчання в вузі.

Аналіз навчальних програм і реальних ситуацій показав, що методика для підготовки спеціалістів, здатних ефективно затримувати злочинців, результативно використовувати фізичні заходи впливу безпосередньо в контакт з озброєним злочинцем не завжди відповідають дійсності. Правоохоронна практика та багаторічні спостереження за діяльністю працівників-правоохоронців в реальних ситуаціях показують, що затримання озброєного злочинця проходить, як правило, в екстремальних умовах та характеризується небезпекою, постійною зміною обставин, несподіваними діями затримуваного, дефіцитом інформації та часу для вибору конкретної дії та прийняття відповідних рішень. При нападі на правоохоронця агресивно налаштований злочинець використовує різні предмети, холодну або вогнепальну зброю. Дії, як, швидкоплинні, тому протидії, які використовує правоохоронець, дуже часто під сказані інстинктом самозбереження.

Працівники правоохоронних органів мають справу з особами які часом здійснюють протиправні дії і підлягають затриманню. Автор згоден з точкою зору С.Г.Зашковим, що при затриманні правопорушників використовують заходи фізичного впливу враховуючи такі чинники: сприйняття ситуації; небезпека; прийняття рішень; оцінювання співвідношення власних можливостей та можливостей порушника; вибір дії; позиційне розташування; зближення; безпосередній контакт з правопорушником; результат; правові наслідки. Також важливою необхідністю у професійній діяльності працівників податкових та інших правоохоронних органів є вміння досконало володіти табельною зброєю і мати навички прикладної стрільби в сутичках з озброєним супротивником. Від того наскільки правоохоронці можуть чітко і вірно сприймати небезпеку й разом з тим використовувати тактичні прийоми протидії, застосовувати набуті знання, вміння і навички залежить успішне виконання оперативно-службових завдань, їхнє здоров'я та життя.

Аналіз професійної підготовки правоохоронців свідчить, що питання навчання майбутніх працівників-правоохоронців, аж до теперішнього моменту, є часом комплексним, про що свідчать різноманітні джерела як наукової, методичної, так і практичної вітчизняної та зарубіжної літератури. Дослідник вивчивши велику кількість джерел в області правоохоронної теорії і практики звертають увагу на окремі "болючі" і "проблемні" точки (розгляд особливостей фізичної підготовки на начальному етапі професійного навчання майбутніх правоохоронців; дослідження особливостей фізичної підготовки в період адаптації до умов правоохоронної служби; дослідження структури фізичної підготовки діючих працівників-правоохоронців; розгляд шляхів та засобів ефективного засвоєння професійних знань, вмінь та навичок для покращення службово-професійної підготовки тощо). Як свідчить правоохоронна практика, яка показує, що працівники, які володіли знаннями у передбаченні тактики поведінки правопорушника, своєчасно і безпосередньо перед нападом змогли своєчасно відреагувати на атакуючі дії.

Так, у навчальних закладах МВС України та багатьох спеціальних підрозділах фізична підготовка особового складу базується на засвоєнні прийомів бойового самбо та рукопашного бою. Саме мистецтво рукопашного бою містить у собі засоби та прийоми як нападу, так і самозахисту, основа яких опирається на практичне вивчення та аналіз реального бою та його обставин, на багаторічні наукові дослідження. На жаль, сучасний криміналітет також добре ознайомлений і володіє ефективними прийомами завдяки постійним тренуванням у багатьох спортивних секціях та школах. Цим пояснюється зокрема те, що останнім часом збільшилась кількість випадків, коли працівники органів внутрішніх справ виявляються фізично не здатними протистояти правопорушникам, що призводить до загрози життю чи здоров'ю правоохоронців. Аналіз всіх цих явищ свідчить, що головною причиною таких випадків, найчастіше, є часом недостатня фізична, психологічна та технічна готовність правоохоронців до виконання доцільних дій, прийомів єдиноборств, інших засобів фізичного впливу, які вивчаються у вищих навчальних закладах. На сьогодні до діяльності працівників-правоохоронців ставлять серйозні вимоги для методики проведення практичних занять з майбутніми фахівцями. Це вимагає від викладачів постійного пошуку ефективних педагогічних, психологічних технологій, спрямованих на максимальне засвоєння всього арсеналу технічних дій та можливостей спеціальної фізичної підготовки кожним курсантом.

Служба в органах Державної фіскальної служби України передбачає участь її працівників не тільки в стандартних, нестандартних, але й деколи в екстремальних ситуаціях щодо затримання правопорушників у боротьбі із злочинністю – тобто це вид фахової діяльності, який здійснюється в умовах реальної загрози і потребує вищого рівня бойової (спеціальної фізичної, вогневої, психологічної тощо) підготовки. Професійна готовність правоохоронця до ефективної дії тісно пов'язана з його особистими характеристиками. Проблема їх впливу на ефективність діяльності в екстремальних умовах вивчали В.Г.Андросюк, О.М.Бандурка, І.О.Горелов, В.І. Лебедев, М.Г.Логачов, В.Н.Смирнов та багато інших дослідників.

Проте формування фізичної культури у курсанта-правоохоронця як важливого елемента системи професійної підготовки, на нашу думку, на сьогодні досліджено недостатньо, що вимагає розроблення та впровадження інноваційних ефективних програм і педагогічних форм і методів в системі фізичної підготовки (в тому числі психологічних прийомів) до дії в різних ситуаціях в тому числі в екстремальних умовах. Правоохоронна практика і педагогічний досвід викладачів кафедри свідчить, що з метою підвищення ефективності занять широко використовуються такі важливі форми навчання, як індивідуальна робота з курсантами та робота в малих групах. Саме при індивідуальному підході у викладачів є можливість як найповніше реалізувати комплекс психолого-педагогічних умов для удосконалення професійної підготовленості курсантів – майбутніх правоохоронців відповідаючи сучасним міжнародним стандартам.

Мета роботи пов'язана з пошуком оптимальних технологій і методів фізичної підготовки курсантів-правоохоронців яка б відповідала сучасним викликам.

Результати дослідження. Згідно з метою дослідження на базі кафедри було підготовлена навчальна комплексна дисципліна "Тактика поведінки працівника податкової міліції в типових та екстремальних ситуаціях", що складається з двох навчальних модулів та включена до складу державної атестації. Це нова комплексна дисципліна в повній мірі відповідає не тільки європейським стандартам організації сучасних вітчизняних органів внутрішніх справ, але й вимогам континентально-європейської моделі поліцейської організації.

ВИСНОВКИ. Удосконалення спеціальної фізичної підготовки в напрямку позитивних змін у протистоянні кримінальним елементам розпочата. Тому постає проблема нових якісних підходів до навчання, які б відповідали вимогам професійної підготовленості правоохоронців вищого кваліфікаційного рівня освіти. Вирішення цієї проблеми стає можливим за поєднання загальної та спеціальної фізичної підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1.Ковальов І.М. Правоохоронні органи як суб'єкти сфери фізичної культури і спорту /І.М.Ковальов// Право і безпека.-2012.-№2(44).-49-51.

2.Сергієнко Ю.П. Формування фізичної культури у курсанта правоохоронця як необхідний елемент виконання службових обов'язків/ Ю.П. Сергієнко, А.І. Жаров, С.А. Антоненко // гол. ред. Носко М.О. [Педагогічні науки, фізичне виховання та спорту]. – Чернівці: ЧДПУ, 2012.-с.476-479.

3.Hans-Peter Thomas. Ambassador of boxing on five continents/ Hans-Peter Thomas // International. Amateur boxing association 50 years. – Druckhaus Mitte, Berlin, 1996. – P.133-143.

4.Prysiazhnyuk S.I. Infelunce of physical education means upon functional state of respiratory system of students with chronic lung disease/ S.I. Prysiazhnyuk, O.O Primarow// Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical. Training and sports, - 2013/ - №9. S.75-78.

*Безпалій С. М., Вереньга Ю. В., Беліх О. Г., Козенко С. М.
Національна академія внутрішніх справ*

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ УВАГИ ТА РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ У ПРАЦІВНИКІВ МВС УКРАЇНИ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ

У статті досліджено вплив занять фізичною підготовкою на функції уваги та розумову працездатність працівників МВС України під час проходження курсів початкової підготовки. У дослідженні приймали участь 54 працівники першої службово-посадової категорії першої вікової групи. Для тестування показників уваги було застосовано коректурну пробу з кільцями Ландольта, для дослідження розумової працездатності – коректурну пробу Бурдона-Анфімова. Встановлено, що наприкінці дослідження у працівників експериментальної групи за всіма тестами досліджувані показники були достовірно кращими, ніж у контрольній групі. Це свідчить про більший ефект від занять за авторською програмою порівняно з чинною програмою фізичної підготовки.

Ключові слова: фізична підготовка, показники уваги, розумова працездатність, працівники, курси початкової підготовки.

Безпалій С. Н. Вереньга Ю. В., Беліх А. Г., Козенко С. Н. Динамика показателей внимания и умственной работоспособности у сотрудников МВД Украины под воздействием занятий физической подготовкой. В статье исследовано влияние занятий физической подготовкой на функции внимания и умственную работоспособность сотрудников МВД Украины во время прохождения курсов начальной подготовки. В исследовании принимали участие 54 сотрудника первой служебно-должностной категории первой возрастной группы. Для тестирования показателей внимания была применена корректурная проба с кольцами Ландольта, для исследования умственной работоспособности – корректурная проба Бурдона-Анфимова. Установлено, что в конце исследования у сотрудников экспериментальной группы по всем тестам исследуемые показатели были достоверно лучше, чем в контрольной группе. Это свидетельствует о большем эффекте авторской программы по сравнению с действующей программой физической подготовки.

Ключевые слова: физическая подготовка, показатели внимания, умственная работоспособность, сотрудники, курсы начальной подготовки.

Bezpaliiy S. M. Verenga Yu.V., Belih A.G., Kozenko S.N. The dynamic of indexes of attention and mental capacity of servicemen of Internal Affairs of Ukraine by influence of physical training. The influence of employments by physical training on the functions of attention and mental capacity of servicemen of Internal Affairs of Ukraine during teaching on the courses of initial preparation is explored in the article. Research methods: analysis of literary sources, documentary method, pedagogical supervision, psychological experiment, methods of mathematical statistics. 54 servicemen of the first duty-post category of the first age groups took part in research: 28 servicemen were included in experimental group and 26 – in the control groups. In an experimental group the employments from physical training were conducted by the author program, and in a control – by operating program. For testing of indexes of attention proof-reading test with rings of Landolt was applied, for research of mental capacity – proof-reading test of Bourdon-Anfimov. It is set, that at the end of research at the servicemen of experimental group the explored indexes were for certain better, than at the servicemen of control group, after all tests. It testifies to more effective influencing of employments by the author program on the indexes of attention and mental capacity of the servicemen of Internal Affairs of Ukraine during the courses of initial preparation comparatively with the operating program of physical training.