

Станіслав МЕРДОВ,
*старший викладач кафедри спеціальної фізичної та
домедичної підготовки факультету № 3
Донецького державного університету внутрішніх справ*

ДО ПИТАННЯ ПРО ВПРОВАДЖЕННЯ ЕЛЕМЕНТІВ НАВЧАННЯ БРАЗИЛЬСЬКОГО ДЖИУ-ДЖИТСУ ДО СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

Питання удосконалення фізичної підготовки поліцейських постійно знаходяться в полі зору як науковців, такі і практиків-інструкторів і спрямовані на пошук нових інноваційних методів навчання, які засновані на запровадженні до системи фізичної підготовки поліцейських елементів невластивих видів спорту, напрямів фізичних активностей. Як приклад, у сучасній науковій літературі висвітлювалися питання доцільності запровадження у систему фізичної підготовки поліцейських греплінгу (Р. Марков, М. Чоботько та інші), хортингу (З. Діхтяренко, Е. Єрмоменко, Б. Шаповалов та інші), кросфіту (А. Забора, В. Колесніков, І. Сідельніков та інші), табати (І. Гнип, С. Котов, О. Тьорло, М. Червоношапка та інші) тощо. Одним із видів мистецтва самооборони, який останнім часом набув популярності в правоохоронних органах зарубіжних країн є бразильське джиу-джитсу, елементи якого активно використовується у системі фізичної підготовки поліцейських [1-3]. Однак, зазначене бойове мистецтво та система самозахисту, на нашу думку, не отримало належного розповсюдження у національній системі фізичної підготовки поліцейських.

Крім того, питання впровадження елементів навчання джиу-джитсу до системи фізичної підготовки поліцейських фрагментарно досліджено і в науці. Так, О. Тьорло та М. Червоношапка розглядають застосування засобів джиу-джитсу в межах секційних занять з єдиноборств, як компонент підготовки курсантів ЗВО МВС України. Авторки зазначають: «Експериментальним шляхом підтверджено ефективність застосування засобів джиу-джитсу з метою

підвищення спеціальної фізичної та функціональної підготовленості курсантів. Зокрема, авторами відмічений позитивний вплив на показники, що характеризують функціональний стан серцево-судинної системи, дихальної системи, а також показники силових, швидкісно-силових та координаційних здібностей. Також тренування з джиу-джитсу, як й інші різновиди східних єдиноборств, чинять позитивний вплив на розвиток морально-вольових якостей» [4, с. 114].

Більш широкий підхід у застосуванні джиу-джитсу застосовує І. Гінзбург, який зазначає, що «висока спортивна ефективність джиу-джитсу та доведена багаторічними статистичними дослідженнями в західних країнах ефективність її використання у поліцейській роботі може бути тим чинником, який змінить професійну підготовку співробітників в Україні» [5, с. 45]. Автором проведено дослідження, результати якого свідчать про позитивний вплив включення комплексу методів і прийомів бразильського джиу-джитсу в процес підготовки поліцейських. Ним наголошується про те, що серед тих, хто брали участь у тренінгах, помітно зменшилася кількість травм, завданих їм правопорушниками під час протистоянь. Крім того, спостерігалось зниження травматизму серед затриманих. Це на його думку пояснюється тим, що поліцейські стали більш ефективними у своїх діях і мають більше інструментів для безпечного затримання злочинців, особливо в складних ситуаціях. Крім того, він наголошує на тому, що зменшилася кількість випадків застосування поліцейськими спеціальних засобів під час контакту з правопорушниками, що свідчить про зростання впевненості поліцейських у своїх силах. На думку І. Гінзбурга, все це підтверджує доцільність включення бразильського джиу-джитсу в професійну підготовку поліцейських [5, с. 44].

Як вже зазначалося, досвід застосування бразильського джиу-джитсу у зарубіжних країнах є більш розповсюдженим. Іноземні фахівці Джеремі Моріс Батлер та Соломон Ван, зокрема зазначають, що нещодавні дослідження продемонстрували цінність тактики контролю на основі важелів для правоохоронних органів у зменшенні випадків використання надмірної сили та

травм офіцерів і цивільних осіб. Ця тактика також надала жінкам-офіцерам набір навичок, необхідних у разі загрози фізичного нападу (Gottfried, 2021; Huff та ін., 2024; Ridderbusch, 2022). Дослідження також підкреслили фізичний і психологічний вплив тренувань бразильського джиу-джитсу (Andreato та ін., 2017; Harmon, 2022; Willing та ін., 2019), зокрема, на впевненість офіцерів у боротьбі з фізичною конфронтацією. Сайп (2024) виявив додаткові позитивні переваги тренувань бразильського джиу-джитсу для прийняття рішень і концентрації уваги, обидва з яких можуть бути пов'язані з упевненістю в розв'язанні силового зіткнення. Цей зростаючий об'єм досліджень і потенційна можливість використання цього мистецтва для потреб офіцерів під час підготовки до зіткнень з силовими структурами призвели до підвищеного інтересу з боку правоохоронної спільноти [6, с. 2].

З огляду на це у багатьох зарубіжних країнах було запроваджено обов'язкові навчальні програми для поліцейських із застосуванням бразильського джиу-джитсу. Як приклад, 1 квітня 2019 року Департамент поліції Марієтти (Джорджія, США) запровадив навчальну програму, згідно з якою щотижневе навчання бразильському джиу-джитсу стало обов'язковим для всіх нових працівників протягом п'яти місяців навчання в поліцейській академії. Програма виявилася настільки успішною, що 1 липня 2020 року департамент розширив можливість програму навчання бразильському джиу-джитсу, яка ним фінансується, на всіх офіцерів без відриву від служби [3].

Виникає цілком закономірне питання: чому бразильське джиу-джитсу зацікавило правоохоронців? На нашу думку, це пояснюється декількома аспектами. Бразильське джиу-джитсу є особливо ефективним у фізичних протистояннях. Це бойове мистецтво зосереджено на техніках, спрямованих на контроль і подолання суперника, не завдаючи йому серйозних травм. Бразильське джиу-джитсу – це більше, ніж просто бойове мистецтво – це ключовий компонент сучасної військової та поліцейської тактики та трансформаційна сила для багатьох служб реагування на надзвичайні ситуації.

Узагальнюючи результати дослідження, можна зробити висновок, що впровадження елементів бразильського джиу-джитсу у систему фізичної підготовки поліцейських має значний потенціал для підвищення їхньої професійної компетентності. Аналіз наукових джерел та практичного досвіду зарубіжних правоохоронних органів свідчить про ефективність цього бойового мистецтва у підготовці поліцейських до фізичних протистоянь, що мінімізує ризик травм як для самих правоохоронців, так і для затриманих.

Дослідження підтверджують, що навчання джиу-джитсу сприяє розвитку ключових навичок контролю, стриманості та тактичного мислення, що є необхідними в умовах оперативно-службової діяльності. Крім того, цей вид єдиноборств сприяє покращенню фізичної форми та стійкості до стресу, що є важливими факторами для ефективного виконання службових обов'язків.

З огляду на позитивний досвід інших країн, доцільним є розроблення та впровадження адаптованих навчальних програм, що включають елементи бразильського джиу-джитсу у професійну підготовку поліцейських в Україні. Подальші дослідження мають бути спрямовані на оцінку ефективності таких програм, їхнє вдосконалення та інтеграцію у систему підготовки правоохоронців.

Список використаних джерел

1. Brazilian Jiu-Jitsu And Law Enforcement: Training Officers In Ground Control And Self-Defense. URL: <https://evolve-mma.com/blog/brazilian-jiu-jitsu-and-law-enforcement-training-officers-in-ground-control-and-self-defense/> (дата звернення: 30.03.2025).
2. Brazilian Jiu Jitsu Drills for Law Enforcement. URL: <https://www.jiujitsufiveo.com/blogs/news/brazilian-jiu-jitsu-drills-for-law-enforcement> (дата звернення: 30.03.2025).
3. Police Training Reimagined. URL: <https://www.gracieuniversity.com/Pages/Public/Information?enc=kP%2fKbrj0TEbCXXaMIVHTUw%3d%3d> (дата звернення: 30.03.2025).
4. Тьорло О.І., Червоношапка М.О. Секційні заняття з єдиноборств як компонент системи підготовки студентів та курсантів ЗВО МВС України. Проблеми фізичного виховання та здоров'я молоді в сучасному освітньому середовищі: зб. матеріалів міжнар. форуму, м. Дніпро, 18 травня 2023 р. Дніпро: ДДУВС, 2023. С. 113–115.

5. Hinzburh I. Improving the professional training of MIA of Ukraine employees through the implementation of jiu-jitsu training elements. *Olympicus*. 2023. № 3. P. 41–45.
6. Butler J. M., Wang S. The impact of Brazilian Jiu-jitsu training on police officer confidence in use of force performance: Perceptions from officers who train. *Martial Arts Studies*. 2024. № 16. P. 1–7. URL: <https://doi.org/10.18573/mas.196>

Ольга МЕРДОВА,
*завідувач кафедри адміністративно-правових дисциплін
факультету №2 Донецького державного університету
внутрішніх справ, кандидат юридичних наук, професор*

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ВИКЛАДАННІ ОСВІТНІХ КОМПОНЕНТІВ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО СПРЯМУВАННЯ: ДОСВІД ДОНЕЦЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Сучасні виклики, що постають перед системою вищої освіти потребують постійного вдосконалення підходів до викладання освітніх компонентів, пошуку нових нетрадиційних форм проведення навчальних занять, які підвищують зацікавленість у здобувачів вищої освіти в опануванні навчального контенту. В умовах цифрової епохи, підвищеного інтересу сучасної молоді до використання різного роду гаджетів, сучасного програмного забезпечення запорукою якісної освіти є впровадження інноваційних технологій, які поєднують традиційні знання з цифровими можливостями сьогодення.

Ми переконані, що розвиток сучасного процесу навчання, професійної підготовки і підвищення кваліфікації працівників поліції є не мислимим без впровадження перспективних сучасних технологій в освітній процес, зміни підходів до викладання навчальних дисциплін, застосування різних методик, методів навчання, що трансформують відношення здобувачів вищої освіти до опанування освітніх компонентів, розвивають в них не тільки спеціальні (фахові) компетентності, а й загальні компетентності, які являють собою динамічне поєднання когнітивних та метакогнітивних навичок, демонстрацію знань і