Культура физическая и здоровье. 2026. № 2 (98). С. 346-350.
Physical Culture and Health. 2026, 2 (98), 346-350.

Научная статья
УДК 796.814
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_346

НАПРАВЛЕННОСТЬ РУКОПАШНОГО БОЯ И САМБО КАК КРИТЕРИЙ ВЫБОРА ТРЕНИРОВОЧНЫХ СРЕДСТВ В ЕДИНОБОРСТВАХ





Александр Анатольевич Зюкин[1], Фаат Аграфович Гатин[2],
Юрий Алексеевич Титаренко[3], Василий Владимирович Даниловский[4]

Военная академия материально-технического обеспечения им. генерала армии А.В. Хрулева, Санкт-Петербург, Россия [1]
Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань, Россия[2]
Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, Санкт-Петербург, Россия[3]
Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия [4]

[1]кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры физической подготовки, ORSID 0009-0008-3798-8100
[2] кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры, ORSID 0009-0009-9673-938X
[3]Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической подготовки, ORSID 0000-0001-7235-0523
[4]аспирант, ORSID 0000-0002-7425-7472

Аннотация. Выявлены и систематизированы принципиальные различия между рукопашным боем и самбо (спортивным и боевым) по историко-генетическим, технико-тактическим, нормативным и экипировочным критериям. Установлено, что самбо (спортивное и боевое) и армейский рукопашный бой имеют общие исторические корни, однако их дальнейшее развитие пошло по различным траекториям. Принципиальные отличия выявлены по следующим параметрам: целевая направленность, технический арсенал, правила ведения поединка, экипировка, тактическая модель. Цель данной статьи – выявить и систематизировать эти различия на основе анализа актуальных научных источников и нормативных документов. Сделан вывод о том, что самбо представляет собой более системную и многослойную дисциплину, включающую спортивное и прикладное направления, тогда как рукопашный бой ориентирован преимущественно на максимальное приближение к реальным боевым условиям с ограничениями лишь по травмоопасным действиям.

Ключевые слова: самбо, боевое самбо, рукопашный бой, армейский рукопашный бой, сравнительный анализ, единоборства, техника борьбы, ударная техника, правила соревнований

Для цитирования: Направленность рукопашного боя и самбо как критерий выбора тренировочных средств в единоборствах / *А. А. Зюкин, Ф. А. Гатин, Ю. А. Титаренко [и др.]* // Культура физическая и здоровье. 2026. № 2. С. 346-350. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_346.

Введение

Современный мир единоборств характеризуется многообразием стилей, школ и направлений. Особое место в этом ряду занимают две отечественные системы – самбо и рукопашный бой, каждая из которых имеет богатую историю и самобытную философию. Вместе с тем как в среде любителей спорта, так и среди практикующих специалистов нередко возникает путаница: что есть что, в чем принципиальная разница, а где – лишь терминологические разночтения [5, 14, 17]. Особенно остро этот вопрос стоит применительно к боевому разделу самбо и армейскому рукопашному бою (АРБ), которые на первый взгляд выглядят весьма схоже, где разрешены удары, броски, болевые и удушающие приемы.

© Зюкин А.А., Гатин Ф.А.,
Титаренко Ю.А., Даниловский В.В., 2026

Однако, как показывает практика соревнований и анализ методической литературы, между этими дисциплинами существует целый ряд принципиальных отличий, затрагивающих исторические корни, технико-тактический арсенал, правила ведения поединка и даже экипировку спортсмена.

Результаты исследования

Официальной датой рождения самбо принято считать 16 ноября 1938 г., когда Спорткомитет СССР включил этот вид единоборства в перечень культивируемых в стране видов спорта [10]. Однако становление системы началось десятилетием ранее. В 1920–1930-е гг. в СССР параллельно развивались два направления: с одной стороны, В.А. Спиридонов в обществе «Динамо» культивировал прикладную дисциплину «самозащита» (сокр. «самоз») для сотрудников органов внутренних дел; с другой стороны, В.С. Ощепков (выпускник института дзюдо «Кодокан») преподавал дзюдо в Московском институте физкультуры, постепенно обогащая его техникой национальных видов борьбы народов СССР [6–8].

Самбо позиционировалось как комплексная система, объединяющая наиболее эффективные приемы из различных видов борьбы: грузинской (чидаоба), татарской (көрәш), казахской (казакша курес), а также японского дзюдо и других национальных единоборств [11]. Важно отметить, что изначально самбо создавалось как система самозащиты, а уже затем трансформировалось в спортивную дисциплину. Философия самбо включает не только технический арсенал, но и систему воспитания, способствующую развитию морально-волевых качеств [3, 19].

Рукопашный бой, в отличие от самбо, развивался в контексте военной подготовки. В «Военном энциклопедическом словаре» рукопашный бой определяется как разновидность ближнего боя с применением или использованием противниками личного огнестрельного, холодного оружия, метательных специальных и подручных средств, а также приемов и действий без оружия [13].

Это определение фиксирует ключевую особенность рукопашного боя – его инструментальный характер. В отличие от самбо, где основное внимание уделяется действиям без оружия (самозащита), рукопашный бой изначально предполагал владение штыком, саперной лопаткой, автоматом, пистолетом как ударно-дробящим оружием, а также подручными средствами [4, 15].

Современный АРБ как спортивная дисциплина сформировался позднее, вобрав в себя элементы бокса, кикбоксинга, борьбы и самбо, но сохранил специфическую армейскую направленность.

Спортивное самбо, которое является фундаментом для боевого раздела, представляет собой в первую очередь борцовскую дисциплину. Основной технический арсенал составляют броски, подножки, подсечки, удержания, болевые приемы (преимущественно на руки и ноги в положении лежа). Технические действия в самбо оцениваются по шкале от 1 до 4 баллов в зависимости от амплитуды и чистоты выполнения броска [16].

Эта борцовская доминанта накладывает отпечаток на всю тактическую модель самбиста. Поединок в самбо строится вокруг перевода противника в партер (на землю) и последующего проведения болевого или удерживающего приема. Длительное нахождение в партере не только разрешено, но и является нормой – это время, когда самбист работает над завершением атаки [7].

Армейский рукопашный бой, напротив, представляет собой синтетическую дисциплину, объединяющую ударную и борцовскую технику в равной пропорции. В АРБ разрешены удары руками, ногами, локтями в голову и корпус как в стойке, так и – что принципиально важно – в партере по упавшему противнику (добивание) [18].

Это одно из наиболее значимых отличий. В боевом самбо удары также разрешены, но их оценка производится только в случае явного эффекта (нокдаун или нокаут), тогда как в АРБ любой акцентированный удар в голову приносит очки [9]. Кроме того, в АРБ запрещено долгое время находиться в партере без активных действий – это стимулирует бойцов либо быстро завершать атаку, либо подниматься.

Различия в техническом арсенале порождают различия в тактике и динамике поединка. Рукопашный бой характеризуется высокой скоростью, агрессивностью, обилием атакующих комбинаций и постоянным движением. Бойцы работают на сохранении дистанции, активно используя футворк (передвижения) [2, 20]. Самбисты, напротив, демонстрируют более «вязкую», размеренную манеру ведения боя, стремясь к сближению и захвату для перехода в партер.

Существенные отличия фиксируются на уровне официальных правил соревнований (табл.)

Таблица

Критерий	Боевое самбо	АРБ
Удары по голове упавшему	Разрешены, но оцениваются только при нокдауне/нокауте	Разрешены, любое касание приносит очки
Продолжительность партера	Не ограничена (работа до болевого)	Ограничена (пассивное лежание пресекается
Ударная техника в стойке	Оценивается только эффективно (с эффектом)	Оценивается любое попадание в цель
Броски	Оценивается по амплитуде (1–4 балла)	Оцениваются, но приоритет ниже, чем у ударов

Различия в экипировке – это не просто дань традиции, а отражение разной степени травмоопасности и разных задач.

Самбисты выступают в специальной куртке («самбовка») с отверстиями для пояса, шортах и борцовках (мягкой обуви с защитой стопы). Шлем в боевом самбо напоминает боксерский (с закрытыми щеками и подбородком, но без жесткого забрала), перчатки – с открытыми пальцами для возможности захвата [21].

Бойцы АРБ используют шлем с металлическим забралом (решеткой), что обеспечивает защиту лица от рассечений, поскольку удары в голову наносятся с максимальной силой и частотой. Также в АРБ используются щитки на голень, стопу, колени, иногда – защитные жилеты [1].

Эта разница в экипировке неслучайна. Как отмечают специалисты, армейский рукопашный бой считается более травмоопасным видом спорта, поскольку акцент на ударную технику и добивание создает повышенные риски для здоровья. В самбо же травмы в целом менее серьезны благодаря акценту на борьбу, а не на жесткие удары.

Важным практическим отличием, которое необходимо учитывать при организации тренировочного процесса, являются возрастные ограничения для начала занятий. Секции самбо принимают детей с 4–5 лет – в этом возрасте начинается общая физическая подготовка и освоение базовых элементов страховки и самостраховки (умение правильно падать) [22]. К занятиям армейским рукопашным боем допускаются только с 10–12 лет, что связано с высокой травмоопасностью и необходимостью сформированного костно-мышечного аппарата для перенесения ударных нагрузок.

Эти различия имеют глубокий педагогический смысл: самбо на начальном этапе выступает как средство гармоничного физического развития, тогда как АРБ – как специализированная военно-прикладная дисциплина для подготовленных подростков и взрослых.

В контексте теоретического анализа важно отметить, что самбо не является гомогенной дисциплиной. Как справедливо отмечают исследователи, «самбо неоднородно – спортивное самбо и боевое самбо представляют собой отдельные боевые искусства» [12].

Рукопашный бой, напротив, представляет собой военно-прикладную систему, в которой доминирует принцип максимальной эффективности при минимальных ограничениях. Если самбо (даже боевое) сохраняет элементы спортивной этики и философии, то рукопашный бой ориентирован исключительно на практический результат – нейтрализацию противника любыми доступными средствами.

Это различие в целевой аудитории также значимо: самбо активно культивируется в системе МВД (как «боевые приемы самбо»), тогда как рукопашный бой – преимущественно в вооруженных силах.

Выводы

Проведенный сравнительный анализ позволяет сделать вывод, что несмотря на внешнее сходство и общие исторические корни, рукопашный бой и самбо представляют собой самостоятельные, различным образом организованные системы единоборств. Выбор между ними должен определяться целями занимающегося: гармоничное физическое развитие и овладение техникой самозащиты – для самбо; подготовка к максимально жестким и приближенным к реальности схваткам – для рукопашного боя.

Библиографический список

1. Kolokoltsev M., Kuznetsova L., Makeeva V., Ustselemova N., Romanova E., Savchenkov A., Mischenko N., Vorozheikin A., Bolotin A., Skaliy A. Physical education of girls from different somatotypes and health groups // Journal of Physical Education and Sport. 2021. Т. 21. № 2. С. 852–859.

2. Raspopova E., Postolnik Ju., Maltsev D. The use of synchronized swimming exercises in the process of students physical education // BIO WEB OF CONFERENCES. First International Scientific-Practical Conference «Actual Issues of Physical Education and Innovation in Sports» (PES 2020). EDP Sciences, 2020. С. 00071.

3. Ворожейкин А.В., Зайцев А.А., Литасов П.П. Комплексная методика оценки инструкторов по рукопашному бою силовых структур // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2016. № 4 (46). С. 78–81.

4. Ворожейкин А.В., Фадеева В.В., Волков А.П. Рукопашный бой как самостоятельный вид спорта: ретроспектива и перспективы // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. 2019. № 4 (58). С. 93–98.

5. Евсеев В.В., Сущенко В.П., Намазов А.К. Здоровьесберегающий вектор физического воспитания // Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. 2017. Т. 12. № 1. С. 366–372.

6. Иванова Е.С. Основные подходы к развитию управленческого потенциала в органах внутренних дел // Актуальные проблемы психологического обеспечения практической деятельности силовых структур: сб. материалов Четвертой Всерос. науч.-практ. конф. специалистов ведомственных психологических и кадровых служб с международным участием. 2015. С. 90–96.

7. Изучение факторов, влияющих на эффективность тренировок в силовых видах спорта / Е.А. Пронин [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2023. № 6 (220). С. 314–318.

8. Лобжа М.Т., Тыщенко Е.Г. Методика повышения уровня социальной устойчивости курсантов Государственной противопожарной службы МЧС России в период углубленной специализации средствами ускоренного передвижения и легкой атлетики // Проблемы управления рисками в техносфере. 2014. № 4 (32). С. 137–142.

9. Мальцев Д.В. Возможности применения состязательно-игрового метода обучения начальным навыкам плавания младших школьников // Актуальные проблемы подготовки пловцов дальнего и ближнего резерва и спортсменов высокой квалификации: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. 2021. С. 76–81.

10. Начальное обучение плаванию студентов состязательно-игровым методом Д.В. Мальцев [и др.]. СПб., 2025.

11. Особенности физической подготовки в условиях арктического региона / С.С. Аганов [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2025. № 1 (93). С. 10–13.

12. Содержание программы обучения прикладному плаванию спасателей МЧС России на основе анализа типологии несчастных случаев на открытых водоёмах / Д.В. Мальцев [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2024. № 4 (92). С. 138–143.

13. Сущенко В.П. Методика обучения военнослужащих подразделений специального назначения вооруженных сил российской федерации рукопашному бою с автоматом. СПб., 2010.

14. Сущенко В.П. Профессионально-прикладная физическая подготовка военнослужащих подразделений специального назначения Вооруженных Сил Российской Федерации. СПб., 2006.

15. Сущенко В.П., Ворожейкин А.В. Показатели, определяющие готовность инструкторов по рукопашному бою силовых структур к педагогической деятельности // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2016. № 12 (142). С. 127–130.

16. Сущенко В.П., Нигматулина Ю.Р., Яичников И.К. Воспитание потребности в самоконтроле физического развития как неотъемлемого компонента будущей профессии у студентов технического вуза // Инновационные технологии в воспитательной работе вуза: методические рекомендации. СПб., 2014. С. 124–125.

17. Сущенко В.П., Смирнов А.П., Агаев Р.А. Особенности подготовки студентов к выполнению норм и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО // Неделя науки СПбПУ: материалы научной конференции с международным участием. 2017. С. 88–90.

18. Сущность, содержание и значение физической культуры при подготовке сотрудников силовых структур / А.М. Фокин [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2023. № 1 (85). С. 159–164.

19. Тыщенко Е.Г. Методика повышения уровня социальной устойчивости спасателей поисковых подразделений МЧС России средствами прикладной гимнастики в период профессионального становления // Научно-аналитический журнал «Вестник Санкт-Петербургского университета Государственной противопожарной службы МЧС России». 2014. № 3. С. 90–94.

20. Тыщенко Е.Г., Мотовичев К.В., Леонтьева М.С. Методика совершенствования психофизиологических качеств курсантов – одно из направлений специальной физической тренировки // Психолого-педагогические проблемы безопасности человека и общества. 2020. № 1 (46). С. 29–38.

21. Физическая подготовка – основа профессиональной деятельности / С.С. Аганов [и др.] // Теория и методика физической культуры, спорта и туризма: межвузовский сборник научно-методических работ. СПб., 2021. С. 154–156.

22. Философия права / С.С. Аганов [и др.]. СПб., 2022.

References

1. Kolokoltsev M., Kuznetsova L., Makeeva V., Ustselemova N., Romanova E., Savchenkov A., Mischenko N., Vorozheikin A., Bolotin A., Skaliy A. Physical education of girls from different somatotypes and health groups // Journal of Physical Education and Sport. 2021. T. 21. № 2. S. 852–859.

2. Raspopova E., Postolnik Ju., Maltsev D. The use of synchronized swimming exercises in the process of students physical education // BIO WEB OF CONFERENCES. First International Scientific-Practical Conference «Actual Issues of Physical Education and Innovation in Sports» (PES 2020). EDP Sciences, 2020. S. 00071.

3. Vorozhejkin A.V., Zajcev A.A., Litasov P.P. Kompleksnaya metodika ocenki instruktorov po rukopashnomu boyu silovyh struktur // Vestnik Kaliningradskogo filiala Sankt-Peterburgskogo universiteta MVD Rossii. 2016. № 4 (46). S. 78–81. (In Russian)

4. Vorozhejkin A.V., Fadeeva V.V., Volkov A.P. Rukopashnyj boj kak samostoyatel'nyj vid sporta: retrospektiva i perspektivy // Vestnik Kaliningradskogo filiala Sankt-Peterburgskogo universiteta MVD Rossii. 2019. № 4 (58). S. 93–98. (In Russian)

5. Evseev V.V., Sushchenko V.P., Namazov A.K. Zdorov'esberegayushchij vektor fizicheskogo vospitaniya // Zdorov'e – osnova chelovecheskogo potenciala: problemy i puti ih resheniya. 2017. T. 12. № 1. S. 366–372. (In Russian)

6. Ivanova E.S. Osnovnye podhody k razvitiyu upravlencheskogo potenciala v organah vnutrennih del // Aktual'nye problemy psihologicheskogo obespecheniya prakticheskoj deyatel'nosti silovyh struktur: sb. materialov CHetvertoj Vseros. nauch.-prakt. konf. specialistov vedomstvennyh psihologicheskih i kadrovyh sluzhb s mezhdunarodnym uchastiem. 2015. S. 90–96. (In Russian)

7. Izuchenie faktorov, vliyayushchih na effektivnost' trenirovok v silovyh vidah sporta / E.A. Pronin [i dr.] // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. 2023. № 6 (220). S. 314–318. (In Russian)

8. Lobzha M.T., Tyshchenko E.G. Metodika povysheniya urovnya social'noj ustojchivosti kursantov Gosudarstvennoj protivopozharnoj sluzhby MCHS Rossii v period uglublennoj specializacii sredstvami uskorennogo peredvizheniya i legkoj atletiki // Problemy upravleniya riskami v tekhnosfere. 2014. № 4 (32). S. 137–142. (In Russian)

9. Mal'cev D.V. Vozmozhnosti primeneniya sostyazatel'no-igrovogo metoda obucheniya nachal'nym navykam plavaniya mladshih shkol'nikov // Aktual'nye problemy podgotovki plovcov dal'nego i blizhnego rezerva i sportsmenov vysokoj kvalifikacii: sbornik materialov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii. 2021. S. 76–81. (In Russian)

10. Nachal'noe obuchenie plavaniyu studentov sostyazatel'no-igrovym metodom / D.V. Mal'cev [i dr.]. SPb., 2025. (In Russian)

11. Osobennosti fizicheskoj podgotovki v usloviyah arkticheskogo regiona / S.S. Aganov [i dr.] // Kul'tura fizicheskaya i zdorov'e. 2025. № 1 (93). S. 10–13. (In Russian)

12. Soderzhanie programmy obucheniya prikladnomu plavaniyu spasatelej MCHS Rossii na osnove analiza tipologii neschastnyh sluchaev na otkrytyh vodoyomah / D.V. Mal'cev [i dr.] // Kul'tura fizicheskaya i zdorov'e. 2024. № 4 (92). S. 138–143. (In Russian)

13. Sushchenko V.P. Metodika obucheniya voennosluzhashchih podrazdelenij special'nogo naznacheniya vooruzhennyh sil rossijskoj federacii rukopashnomu boyu s avtomatom. SPb., 2010. (In Russian)

14. Sushchenko V.P. Professional'no-prikladnaya fizicheskaya podgotovka voennosluzhashchih podrazdelenij special'nogo naznacheniya Vooruzhennyh Sil Rossijskoj Federacii. SPb., 2006. (In Russian)

15. Sushchenko V.P., Vorozhejkin A.V. Pokazateli, opredelyayushchie gotovnost' instruktorov po rukopashnomu boyu silovyh struktur k pedagogicheskoj deyatel'nosti // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. 2016. № 12 (142). S. 127–130. (In Russian)

16. Sushchenko V.P., Nigmatulina Yu.R., YAichnikov I.K. Vospitanie potrebnosti v samokontrole fizicheskogo razvitiya kak neot"emlemogo komponenta budushchej professii u studentov tekhnicheskogo vuza // Innovacionnye tekhnologii v vospitatel'noj rabote vuza: metodicheskie rekomendacii. SPb., 2014. S. 124–125. (In Russian)

17. Sushchenko V.P., Smirnov A.P., Agaev R.A. Osobennosti podgotovki studentov k vypolneniyu norm i trebovanij Vserossijskogo fizkul'turno-sportivnogo kompleksa GTO // Nedelya nauki SPbPU: materialy nauchnoj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem. 2017. S. 88–90. (In Russian)

18. Sushchnost', soderzhanie i znachenie fizicheskoj kul'tury pri podgotovke sotrudnikov silovyh struktur / A.M. Fokin [i dr.] // Kul'tura fizicheskaya i zdorov'e. 2023. № 1 (85). S. 159–164. (In Russian)

19. Tyshchenko E.G. Metodika povysheniya urovnya social'noj ustojchivosti spasatelej poiskovyh podrazdelenij MCHS Rossii sredstvami prikladnoj gimnastiki v period professional'nogo stanovleniya // Nauchno-analiticheskij zhurnal «Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta Gosudarstvennoj protivopozharnoj sluzhby MCHS Rossii». 2014. № 3. S. 90–94. (In Russian)

20. Tyshchenko E.G., Motovichev K.V., Leont'eva M.S. Metodika sovershenstvovaniya psihofiziologicheskih kachestv kursantov – odno iz napravlenij special'noj fizicheskoj trenirovki // Psihologo-pedagogicheskie problemy bezopasnosti cheloveka i obshchestva. 2020. № 1 (46). S. 29–38. (In Russian)

21. Fizicheskaya podgotovka – osnova professional'noj deyatel'nosti / S.S. Aganov [i dr.] // Teoriya i metodika fizicheskoj kul'tury, sporta i turizma: mezhvuzovskij sbornik nauchno-metodicheskih rabot. SPb., 2021. S. 154–156. (In Russian)

22. Filosofiya prava / S.S. Aganov [i dr.]. SPb., 2022. (In Russian)

Поступила в редакцию 14.04.2026
Подписана в печать 30.06.2026

Original article
UDC 796.814
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_346

THE ORIENTATION OF HAND-TO-HAND COMBAT AND SAMBO AS A CRITERION FOR CHOOSING TRAINING TOOLS IN MARTIAL ARTS

Alexander A. Zyukin[1], Faat A. Gatin[2],
Yuri A. Titarenko[3], Vasily V. Danilovsky[4]

Military Academy of Logistic Support named after General of the Army A.V. Khrulev, St. Petersburg, Russia [1]
Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan, Russia[2]
St. Petersburg University of the State Fire Service of the Ministry of Emergency Situations of Russia, St. Petersburg, Russia[3]
Herzen Russian State Pedagogical University, St. Petersburg, Russia [4]

[1]Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer at the Department of Physical Training,
ORSID 0009-0008-3798-8100
[2] Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor at the Department of Physical Education,
ORSID 0009-0009-9673-938X
[3]Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor at the Department of Physical Training,
ORSID 0000-0001-7235-0523
[4]graduate student,
ORSID 0000-0002-7425-7472

Abstract. The fundamental differences between hand-to-hand combat and sambo (sports and combat) have been identified and systematized according to historical, genetic, technical, tactical, regulatory and equipment criteria. It has been established that sambo (sports and combat) and army hand-to-hand combat have common historical roots, but their further development followed different trajectories. The fundamental differences are identified in the following parameters:

target orientation, technical arsenal, rules of engagement, equipment, tactical model. The purpose of this article is to identify and systematize these differences based on an analysis of current scientific sources and regulatory documents. It is concluded that sambo is a more systematic and multi-layered discipline, including sports and applied areas, whereas hand-to-hand combat is mainly focused on maximum approximation to real combat conditions with unnecessary restrictions on traumatic actions.

Keywords: sambo, combat sambo, hand-to-hand combat, army hand-to-hand combat, comparative analysis, martial arts, wrestling technique, striking technique, competition rules

Cite as: The focus of hand-to-hand combat and sambo as a criterion for selecting training aids in martial arts / *A. A. Zyukin, F. A. Gatin, Yu. A. Titarenko [etc.]* // Physical Culture and Health. 2026. No. 2. P. 346-350. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_346.

Received 14.04.2026
Accepted 30.06.2026