



Kampsport

som indhold i
idrætsundervisningen



Kampsport bliver i disse år mere udbredt i den etablerede idrætsundervisning i Danmark. Stuntmanden Martin Spang Olsens bog, "Sang, dans og slagsmål" fra 1998 har været med til at sætte gang i udviklingen. Spang Olsens bog satte en heftig debat i gang om, hvilke kvaliteter der kan være ved at inddrage fysisk kamp i skolen, som en pædagogisk metode til at udvikle børns kompetencer¹. Olsens bog kan karakteriseres både karakteriseres som et idéoplæg og en samling udokumenterede postuler². I forlængelse af Olsens bog udkom Michael Blumes fortrinlige bog *Slåskultur*³ og Rasmus Alenkærs bog *Den gode slåskamp*⁴. De to sidstnævnte bøger kan karakteriseres som praksisanvisninger til kampe, uden at de beskæftiger sig direkte med kampsport. Olsen, Blume og Alenkærs fokus er primært rettet mod fritidsordninger og børnehaver og ikke mod folkeskolens eller gymnasiets idrætsundervisning.

Kampsport indgår sjældent som indholdsområde på de idrætsuddannelser, der kvalificerer idrætslærere til at undervise i folkeskolen og gymnasiet. Institut for Idræt og Sundhed på SDU er dog en undtagelse, her har man for fire år siden oprettet et obligatorisk modul i kampsport, og indenfor det seneste år har man indført muligheden for at vælge kampsport som tilvalgsfag på linje med redskabs-gymnastik.

På trods af at mange idrætsundervisere i folkeskolen og gymnasiet føler sig utilstrækkeligt uddannede til at undervise i kampsport, inddrages kampsport ofte på større eller mindre kvalificeret grundlag. I nogle tilfælde medfører det også, at gæsteundervisere fra de lokale kampsportsklubber inviteres til at varetage undervisningen i kampsport i skolen (folkeskolen og gymnasieskolen). Men kampsportstrænerne fra de lokale klubber har imidlertid ofte et snævret og færdighedsorienteret fokus på, *hvad* der skal læres, og *hvordan* det kan læres⁵. Hvilket står i modsætning til, at idrætslærere udover færdighedsniveauet også er forpligtet til at reflektere bredere og dybere over idrætsundervisningen og forholde sig til idrætsfagets læreplaner. Idrætslæreren må således, udover *hvad-* og *hvordan-*spørgsmål i bred forstand, også beskæftige sig med *hvorfor-*spørgsmål, som er af mere di-

daktisk og filosofisk (herunder etisk) karakter⁶. Jeg har igennem nogle år forsøgt at rejse en diskussion om slåskultur og kampsport som fagområde i folkeskolen og gymnasiets idrætsundervisning. Men debatten i Danmark, inklusive mine egne indlæg, har desværre kun i begrænset omfang indeholdt egentlig teoridannelse. Endnu et kritisabelt forhold ved debatten om kampsport er, at den indtil nu ikke har indeholdt en egentlig interesse for kampsportsundervisningens indholdsside: hvad er væsentligt at lære og hvorfor. I stedet har debatten været præget af "hyldestaler" om, hvilke potentialer kampsportsundervisning kan medføre. Derfor vil jeg i denne artikel-serie, på to artikler, foretage en systematisk didaktisk analyse og diskussion af indholdsdimensionen i kampsport, der er rettet mod idrætsundervisningen i skolen. Min hensigt er ikke at slå fast, hvordan undervisningen i kampsport i skolen skal være, men at give nuværende og kommende idrætslærere mulighed for at træffe bevidste indholdsvalg ud fra faglige kriterier, distinktioner og kernebegreber⁷.

Nærværende og første artikel beskæftiger sig med det grundlæggende spørgsmål: *Hvad er kampsport?* Hvilket indeholder et forsøg på en begrebsdefinition, samt en kategorisering af de meste udbredte kampsportsdiscipliner i Danmark ud fra en række distinktioner. Disse distinktioner er samtidig vigtige didaktiske kernebegreber, når man vælger kampsport i skolen.

Anden og næste artikel omhandler: *Hvordan kan de mest udbredte kampsportsdiscipliner i Danmark indgå som indhold i skolens idrætsundervisning?* Herunder en etisk diskussion og sortering af, hvorvidt de forskellige kampsportsdiscipliner er etisk acceptable at inddrage i gymnasiets idrætsundervisning, og på hvilken måde de i givet fald kan inddrages, samt om der er kampsportsdiscipliner, der må udelukkes, fordi de er uacceptable og ikke formålstjenlige i forhold til skolens og idrætsundervisningens formål.

Hvad er kampsport?

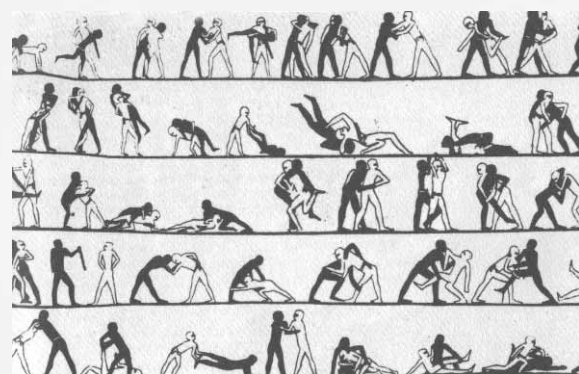
Fænomenet *kampsport* har ikke nogen entydig faglig definition, men snarere hvad man kunne kalde en lægmands definition. Det er problematisk for idrætsundervisere, idrætsud-

dannere og idrætsforskere, der arbejder med kampsport. Formålet er herunder at indkredse og forstå det centrale spørgsmål: *Hvad er kampsport?* Hensigten med det åbne spørgsmål er at finde de forskelle og ligheder, der går på tværs af kampsportsdisciplinerne i et forsøg på at indkredse de typiske træk, som udgør det basisfaglige i kampsport.

Martial arts, Kampkunst og Kampsport

Jeg vælger at foretage en begrebsmæssig analyse af *kampsport* ved at undersøge sammenhænge, ligheder og forskelle imellem de tre begreber: *martial arts*, *kampkunst* og *kampsport*. Selvom kampsport er nært beslægtet med martial arts og kampkunst, vælger jeg at differentiere imellem de tre begreber for at skærpe forståelsen af de typiske træk, som netop kendetegner fænomenet *kampsport*.

Fænomenet *martial arts* rummer nogle færdigheder, som har været en del af menneskets kultur over meget lang tid. Brydefrisen herunder er en inskription fra den egyptiske farao Pathhotep's grav dateret til 2560-2420 f.v.t. Men det interessante er, at begrebet *martial arts* både beskriver et urfænomen og et fænomen, som stadig eksisterer i dag⁸. Ordet *Martial* har etymologisk forbindelse til ordet *Mars*, hvilket er den romerske gud for krig og krigsførelse. Det har tidligt i menneskehedens historie været livsvigtigt at besidde bestemte tekniske færdigheder, som var egnede til krigeriske sammenstød og selvforsvar. Det at kunne kæmpe har været en nødvendighed, som knyttede sig til opdragelse, krigerhåndværk og overlevelse⁹. *Martial arts* er stadig i dag relateret til selvforsvar og krig, idet mange *martial arts* teknikker er obligatorisk indhold på politi- og militærudannelser.





I faglige diskussioner om *kampsport* er der en tendens til at sætte et unuanceret lighedstegn imellem *martial arts* og *kampsport*. Det skyldes, at begrebet *martial arts* mangler præcision. Definitioner af *martial arts* har en tendens til at fortabe sig i, hvilket dannelsesmæssigt sigte aktiviteten *martial arts* kan tjene, uden at sætte fokus på, hvad *martial arts* indholdsmæssigt handler om. Hvis begre-

bet *martial arts* på dansk oversættes til både *kampkunst* og *kampsport*, giver det et forståelsesmæssigt rod. Derfor vil jeg argumentere for, at begrebet *martial arts* oversættes til *krigskunst* eller *selvforsvar*. På den måde bliver det tydeligt, at begrebet i særlig grad knytter sig til de krigsteknikker og den håndværksmæssige kunnen, det er at mestre kunsten at kunne udføre krigsteknikker i nærkamp.

I *kampkunst* arbejder man med at få elementerne fra *martial arts* til at spille sammen på en harmonisk måde ved at skabe sammenhæng mellem krop og bevidsthed. *Kampkunst* handler grundlæggende om balance, fornemmelser for egen og modstanderens rytme, evnen til at skabe brud af rytme, lette og økonomiske bevægelser med kraft og hurtighed. Ligesom i gymnastik, musik, litteratur og bil-



FOTO: NICOLAJ BRIX

ledkunst er der nogle træk eller kombinationer af elementer, som gør, at man kan blive bevæget og flytte sig på et dybereliggende plan. I kampkunsttræning er processen vigtigere end målet. Man træner kampkunst for at opnå en tilstand af selvforglemmelse og fordybelse. Få personer har her i Danmark sat ord på den æstetik, som kampkunst kan indeholde. I den sammenhæng er jeg enig med Hans

Bonde, når han argumenterer for, at kampkunst handler om selvforglemmelse, og at tanker om nederlag og sejr må vige for en total indlevelse i nuet i kampkunst¹⁰.

Kampkunst er krigsteknikker, der bliver praktiseret som en form for "kunst", hvor det primære formål ikke er at lære forsvar eller angreb i nær-kamp¹¹. Idéen i kampkunst er, at erfarin-

gerne, som opnås gennem træning, kan overføres til hverdagen, så kampmentaliteten bliver almengyldig og altomsluttende¹². Ikke desto mindre forholder jeg mig samtidig kritisk til, om *kampkunst* virkelig er *kunst*. Jeg vil argumentere for, at kampkunst er en form for *æstetisk formsprog*. I kampkunst lever det *æstetiske formsprog* i kraft af sin afgrænsethed i form af teknikker, taktikker og traditioner.

Kampkunstens formsprog er kendetegnet ved, at det primært bliver praktiseret i et *simuleret* perspektiv. Hvorimod *kampsport* er kendetegnet ved, at den primært praktiseres i et *konfronterende* perspektiv. Rent begrebsmæssigt kan man naturligvis indvende, at de *simulerede* "kampe" i kampkunst ikke er rigtige, fordi de ikke indeholder en usikkerhed om udfaldet. Men i kampsport trænes de tekniske og taktiske færdigheder typisk først i *simulerede* kampe uden modstand, hvorefter de afprøves i kampsituationer med modstand.

For at indkredse, hvad *kampsport* er, er det vigtigt at hæfte sig ved, at det engelske ord *sport* er afledt af det franske begreb *disporter*, hvilket betyder adspredelse og morskab. Allerede i antikkens Grækenland blev der afholdt Olympiske Lege (776 f.kr.-393 e.kr.), som skabte adspredelse og morskab, samtidig med at legenes vigtigste formål var at forberede ungdommen til krig. Der var altså kort afstand mellem *martial arts* og *kampsport* i de antikke olympiske lege¹³. Afstanden er heldigvis længere i vore dages moderne olympiske lege, som er organiseret af den Internationale Olympiske Komite, der beslutter hvilke sportsdiscipliner, der er med til legene og hvilke, der ikke er. For at komme med skal de internationale sportsforbund blandt andet være enige om, hvilke regler, man konkurrerer indenfor. Fundamentalt set er sport, og dermed også kampsport, en begivenhed, der forløber på en bestemt måde, fastsat af regler, hvor der er en tydelig, målbar forskel på vinder og taber. Dog er der den forskel mellem kampsport og de fleste andre idrætter, at kampen i kampsport i højere grad end resterende idrætsdiscipliner symboliserer en krigssituation. Endvidere kan man sige, at taberen af kampen i kampsport er symbolsk død, mens vinderen overlever. Selvom det lyder meget alvorligt, så er det vigtigt at forstå, at kampsport samtidig er en leg, man kan træde ind i og ud af. Johan Huizinga, hollandsk kulturteoretiker og legeforsker, præciserer, at "*så længe der har eksisteret ord for kamp og leg, har man gerne kaldt kampen for en leg ... Ofte forekommer det, som om de to begreber flyder over i hinanden.*"

Enhver kamp, som er bundet af ganske bestemte regler, har netop på grund af disse regler legens vigtigste kendetegn.¹⁴ Kampsport kan karakteriseres som en type af leg, hvor det handler om at overgå ens modstander i kræfter, udholdenhed, hurtighed og behændighed, samtidig med, at man foretager en ritualiseret form for identitetsafklaring¹⁵.

Sammenhængen mellem *martial arts* og *kampsport* består i, at kampsport indeholder *martial arts*-teknikker, der, før den moderne sport, har fungeret som krigs- og selvforsvarsteknikker. I kampsport praktiseres disse teknikker i en mere eller mindre etisk forsvarlig ramme som sport. Sammenhængen mellem *kampsport* og *kampkunst* er der flere modstridende opfattelser af. Min position er, at *kampsport* indeholder *kampkunst*, men at *kampsport* samtidig også er noget mere. *Kampsport* indeholder ligesom *kampkunst* simulerede kampe.

Faktisk er *kampkunstens* simulerede kampe en essentiel del af forberedelserne, der går forud for de *konfronterende* kampe i *kampsport*. Det skyldes først og fremmest, at det er lettere at lære teknik og -taktik i en *simuleret* kamp end i en *konfronterende* kamp. De, der argumenterer for, at *kampkunst* indeholder nogle kvaliteter, som *kampsport* ikke indeholder, har en tendens til at negligere, at de *konfronterende* kampe i *kampsport* også indeholder et arbejde med et æstetisk formsprog, der giver en mulighed for selvforglemmelse. I den forbindelse er det min erfaring, at konkurrence og selvforglemmelse ikke udelukker hinanden, men at de kan supplere hinanden.

Overordnet set adskiller *kampsport* sig fra mange andre sportsdiscipliner i kraft af *kampsportens* længere historie med krigsteknikker, ritualer og en tradition for en bestemt form for kropæstetisk praksis¹⁶. *Kampsport* er på den måde et mangefacetteret, men også et paradoksalt fænomen, idet *kampsport* på én og samme tid både er *martial arts* og *kampkunst*, men samtidig også er noget andet og mere i kraft af, at *kampsport* rummer muligheden for *konfronterende* kampe i en legende kontekst. På den baggrund vil jeg argumentere for, at fænomenerne *martial arts* og *kampkunst* løber sammen i fænomenet *kampsport*.



Kategorisering af de mest udbredte kampsportsdiscipliner i Danmark

I drætsforskningen i Danmark har ikke beskæftiget sig med at kategorisere de forskellige kampsportsdiscipliner eller på anden måde forsøgt at danne et overblik over de forskellige kampsportsdiscipliner. Men John Donohue og Kimberley Taylor i deres artikel *The Classification of the Martial Arts*, har klassificeret forskellige *martial arts* discipliner, ud fra nogle bestemte kategorier og distinktioner¹⁷. I modsætning til Donohue og Kimberley's fokus på *martial arts* i en amerikansk kontekst, er mit fokus

på *kampsport* i en dansk kontekst. Derfor vil jeg herunder indplacere de mest udbredte kampsportsdiscipliner i Danmark i forhold til seks forskellige skalaer. De enkelte kampsportsdiscipliner indplaceres ud fra mine personlige erfaringer og vurderinger, samt ud fra læsning af praksisorienteret kampsportslitteratur om de forskellige kampsportsdiscipliner¹⁸. Kategoriseringen af kampsportsdisciplinerne sker med det formål at kunne erkende forskelle og ligheder imellem dem, for at kunne vælge imellem dem på et mere kvalificeret og bevidst grundlag.

Med eller uden våben

Der er mange *martial arts* discipliner, hvor der anvendes våben, men blandt de kampsportsdiscipliner, som praktiseres i Danmark kender jeg kun fægtning og kendo. De har langt hen ad vejen den samme historie, blot udspillet i forskellige kulturer og på forskellige kontinenter. Begge er tidligere *martial arts* discipliner, som har handlet om at slå ihjel, men som i dag dyrkes som ufarlige kampsportsdiscipliner, hvor man anvender polstret sikkerhedsudstyr. I vores vestlige kultur har fægtning længe været inddraget som et dramatisk element i forbindelse med skuespil. Det skyldes, at kården, fleuretten og sablen giver nogle æstetiske muligheder for at udtrykke sig.

De fleste af kampsportsdisciplinerne foregår uden brug af våben. Men, hvis man betragter et våben som kroppens hårde forlængelse, kan man på paradoksalt vis opfatte hånden og foden som kropsdele, der i nogle kampsportsdiscipliner transformerer sig til hårdtslående våben.

MED VÅBEN		UDEN VÅBEN		
Kendo		Boksning	JU-Jitsu	Brydning
Fægtning		Taekwondo	MMA	Judo
		Karate		BJJ
		Kickboxing		
		Thaiboxing		

Hårde eller bløde kampsportsdiscipliner

I de *hårde kampsportsdiscipliner* rammer slag og spark i større og mindre grad. Slagene og sparkenes træning resulterer normalt i smertefølelse, som kan være af længerevarende karakter. De *bløde kampsportsdiscipliner* er karakteriseret ved, at selvom de udføres med fuld styrke, så er der kun en lille grad af smerte i momentet. Der er markant forskel på den smerte, der almindeligvis opstår, når der bliver slået eller sparket på kroppen, og den smerte, der opstår, når kroppen bliver holdt og kastet på en måtte. I nogle af de hårde kampsportsdiscipliner, hvor kampteknikkernes fulde udførelse kan forårsage længerevarende smerte, arbejdes med sikkerhedsudstyr, mens der i andre kampsportsdiscipliner bliver kæmpet uden sikkerhedsudstyr.

HÅRD		BLØD		
K-1	Karate		BJJ	Brydning
Boksning	Taekwondo			Judo
Kickboxing	JU-Jitsu			Fægtning
Thaiboxing	MMA			Kendo

Kamp fra distancen (strike) eller kamp med vedvarende kropskontakt (grapple)

Karakteren af den kropskontakt og den distance, som kampsportsdisciplinerne praktiseres med, er forskellig. Man kan skelne mellem om kropskontakten er momentan eller vedvarende. Internationalt anvender man begreberne *Strike* (at slå og at ramme) og *grapple* (at gribe, holde fast, bryde, kæmpe). Disse begreber giver et nuanceret billede af kropskontakten, som er bestemt af de teknikker og den måde, der kæmpes på i den pågældende kampsport.

STRIKE		GRAPPLE	
Fægtning	MMA		Brydning
Taekwondo	Ju-Jitsu		Judo
Kickboxing	Kendo		BJJ
Thaiboxing	Boksning		
Karate			

Med eller uden slag og spark i hovedet

I K-1 og MMA er det tilladt at slå og sparke sin modstander hårdt i hovedet, og hovedet er ikke beskyttet af nogen form for udstyr. I karate, taekwondo, kickboxing og thaiboxing, som er organiseret under DIF, er det ligeledes tilladt at slå og sparke sin modstander i hovedet, men til de fleste stævner anvendes der beskyttelsesudstyr i forskellige tykkelser. Men uanset beskyttelsen er det i de kampsportsdiscipliner et af målene i kampen at score point ved at ramme sin modstander i hovedet. Hvilket ofte medfører, at modstanderen får større eller mindre hjernerystelser.

SLAG OG/ELLER SPARK MOD HOVEDET		INGEN SLAG ELLER SPARK MOD HOVEDET	
Boksning	Karate	Fægtning	Brydning
Kickboxing	Taekwondo	Kendo	Judo
Thaiboxing	Ju-Jitsu		BJJ
MMA			

Smidighedsbetonet og hurtig eller styrkebetonet og statisk

Fælles for alle kampsportsdisciplinerne er, at de er fysisk krævende. Man konkurrerer ikke kun på teknik og taktik, men også på fysisk formåen. Grundtræningselementerne styrke, balance, kondition, smidighed og koordination indgår som noget centralt. Men kampsportsdisciplinerne adskiller sig fra hinanden i forhold til måden, hvorpå grundtræningselementerne indgår i de forskellige discipliner. Nogle kampsportsdiscipliner karakteriseres ved, at de primært fordrer smidighedsbetonede og hurtige bevægelser, mens andre er karakteriseret ved at fordrer primært styrkebetonede og statiske bevægelser. Flere studier har vist forskellige kampsportsdiscipliners positive effekt i forhold til at fremme grundtræningselementerne: styrke, balance, kondition, smidighed og koordination. I særlig grad fremhæves kampsport i disse studier i forhold til fremme af *motor control*, hvilket på dansk vil kunne oversættes til motorik og kropsbasis¹⁹.

SMIDIGHEDSBETONET OG HURTIG		STYRKEBETONET OG STATISK	
Fægtning	Kickboxing	Jiu-Jitsu/Ju-Jitsu	Brydning
Taekwondo	Thaiboxing	MMA	BJJ
Kendo	Karate		Judo
			Boksning

Stor eller lille grad af styring fra tiden, reglerne og dommeren

Kamptiden, reglerne og sikkerheden varierer meget inden for de forskellige kampsportsdiscipliner. Reglerne bliver fastsat af lokale, nationale og internationale forbunds dommerkomitéer. I nogle af kampsportsdisciplinernes forbund forsøger man at gøre den enkelte kampsportsdisciplin mere publikumsvenlig ved at minimere antallet af regler for at få kampen til at nærme sig slagsmål. Disse kampsportsforbund vægter underholdningsværdien hos tilskuerne højere end sikkerheden for udøverne.

LILLE GRAD AF STYRING FRA TIDEN, REGLERNE OG SIKKERHEDEN		STOR GRAD AF STYRING FRA TIDEN, REGLERNE OG SIKKERHEDEN	
MMA	Thaiboxing	Kickboxing	Fægtning
		BJJ	Judo
			Brydning
			Boksning
			Karate
			Taekwondo

Denne artikel fokuserede på spørgsmålet: *Hvad er kampsport?* For afslutningsvis at komme svaret endnu et skridt nærmere, vil jeg herunder indkredse basisfagligheden i kampsport, under hensynstagen til de forskelle og ligheder, som indtil nu har vist sig ved kampsportsdisciplinerne. Det gør jeg ved at begrebsliggøre de typiske træk ved kampsport, som denne artikel direkte og nogle gange indirekte har arbejdet med.

DE TYPISKE TRÆK VED BASISFAGET KAMPSPORT ER:

- at kampen finder sted imellem **to personer**.
- at der er **kropskontakt**.
- at de fleste kampsportsdiscipliner foregår **uden brug af våben**, mens der er nogle få (fægtning og kendo) der foregår **med våben**.
- at der findes en **vinder** og en **taber** i de konfronterende kampe.
- at man **kæmper**.
- at deltagerne lærer **teknik**.
- at deltagerne lærer **taktik**.
- at det er en **leg**.
- at der er fællestræk med **martial arts** og **kampkunst**.
- at kampen foregår indenfor nogle **regler**.
- at der kæmpes **konfronterende kampe**, men at træningssituationerne også indeholder **simulerede kampe**.
- at **grundtræningselementerne** styrke, balance, kondition, smidighed og koordination indgår.

Det ligger i kampens natur, at der kæmpes hårdt og vedholdende. Men det er vigtigt at forstå, at den hårde kamp er fuldstændig forenelig med en høj etik og fair play, hvilket betyder, at skoleelever sagtens kan kæmpe hårdt og fair på samme tid i kampsport²⁰. Men ud fra mit synspunkt kræver det en *etisk sortering og præcisering af det kampsportsfaglige mulighedsfelt*. Denne didaktiske og etiske opgave tager jeg fat på i næste artikel, hvor jeg vil forsøge at opstille kriterier for, hvilket kampsportsindhold det er etisk forsvarligt at inddrage i skolen.

Litteratur:

- Olsen, M. S. (1998). *Sang, dans og slagsmål*. København: L&R fakta.
- Laursen, P. F. (2004). Den intelligente krop. I: Christensen, M. K.; Wichmann, G. H. (red.). *Krop og kompetence*. København: FADL.
- Blume, M. (2002). *Slåskultur – en teoretisk og praktisk bog om slåskampe*. Århus: Klim.
- Alenkær, R. (2004). *Den gode slåskamp*. København: Frydenlund.
- Winkle, J. M. & Ozmun, J. C. (2003). Martial Arts: An Exciting Addition to the Physical Education Curriculum. I: JOPERD (*Journal of Physical Education, Recreation and Dance*). 74. årg., nr. 4, s.29-35.
- Rønholdt, H., Peitersen, B. (2008). *Idrætsundervisning – en grundbog i idrætsdidaktik*. Højbjerg: Hovedland.
- Nielsen, F. V. (1998). *Almen musikdidaktik*. (2. reviderede og bearbejdede udgave). København: Akademisk Forlag.
- Kent, G. (1968). *A pictorial history of wrestling*. London: Spring book.
- Buhl, M.-L. (1972). Kult og Idrætslege i Den gamle Orient. I: *For sportens skyld*. København: Nationalmuseet.
- Bonde, H. (1989). *Judo – den milde vej*. København: Borgen.
- Kozub, F. M. & Kozub, M. K. (2004). Teaching Combative Sports Through Tactics. JOPERD (*Journal of Physical*)
- Bonde, H. (1989). *Judo – den milde vej*. København: Borgen.
- Kyle, D. (2007). *Sport and Spectacle in the Ancient World*. Victoria: Blackwell Publishing.
- Huizinga, J. (1963). *Homo ludens*. København: Gyldendal.
- Caillios, R. (2001). *Man, Play and Games*. Urbana and Chicago: University of Illinois Press.
- Zarrilli, P.B. (1996). *Martial Arts*. I: Levison, D. & Christensen, K. (red.). *World Sports – From Ancient Times to the Present*. Santa Barbara: ABC-CLIO.
- Donohue, J. & Kimberley, T. (2004). The Classification of the Martial Arts. I: Donohue, J. (red.). *The overlook martial arts reader volume 2*. s.172-197. New York: The Overlook Press.
- Green, T. A. (red) (2001). *Martial Arts of the World*. Santa Barbara: ABC-CLIO.
- Winkle, J. M. & Ozmun, J. C. (2003). Martial Arts: An Exciting Addition to the Physical Education Curriculum. I: JOPERD (*Journal of Physical Education, Recreation and Dance*). 74. årg., nr. 4, s.29-35.
- Juul, E. (2004). *Kamp og etik i idrætsundervisningen*. (Speciale afhandling ved DPU).