

بهترین روش آموزش سوار و تربیت اسب

عالی ترین روش پرش با اسب

نوشته:

برتالان دونمته

سرمربی تیم های ملی آمریکا

ترجمه:

مهدی جمشیدخانی

مربی تیم ملی

DeN'emethy, Bertalan

دونمته، برتالان

بهترین روش آموزش سوار و تربیت اسب، عالی ترین روش پرش با اسب / نوشته برتالان دونمته؛ ترجمه مهدی جمشیدخانی. -- تهران: اداره کل تربیت بدنی استان تهران، هیئت سوارکاری، ۱۳۸۴. ۱۶۹ ص.: مصور.

ISBN: 964-06-6906-0

Classic show Jumping: The de nemethy method. .. عنوان اصلی:
فهرست نویسی براساس اطلاعات فیپا.

۱. اسب سواری. ۲. پرش نمایشی (اسب سواری). الف. جمشیدخانی، مهدی، ۱۳۲۱ - ب. سازمان تربیت بدنی جمهوری اسلامی ایران. اداره کل تربیت بدنی استان تهران. هیات سوارکاری استان تهران. ج. عنوان. د. عنوان: عالی ترین روش پرش با اسب.

۷۹۸ / ۲

SF ۳۰۹ / ۵۹۹
۱۳۸۴

م ۸۴-۱۱۷۸۹

کتابخانه ملی ایران

نام کتاب: بهترین روش آموزش سوار و تربیت اسب

نویسنده: برتالان دونمته

ترجمه: مهدی جمشیدخانی

ناشر: هیئت سوارکاری استان تهران

طراحی، لیوگرافی، مرکز چاپ

نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۸۴

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۶۴-۰۶-۶۹۰۴-۰۰

قیمت: ۳۰۰۰ تومان

(حق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است)

نشانی: تهران - میدان شهید کلاهدوز - بزرگراه اسبدوانی - جنب نیروی دریایی سپاه - مجموعه سوارکاری شهدا - هیئت سوارکاری

استان تهران - صندوق پستی ۴۳۴-۱۷۶۶۵

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
در باره نویسنده.....	۳
در باره مترجم	۳
اصول و مبانی سوارکاری	۶
مستقیم بودن	۷
آرامش	۹
حرکت به جلو	۱۰
برقراری تعادل طبیعی اسب	۱۱
تثبیت آهنگ حرکت اسب	۱۶
عملکرد طبیعی اندام های حرکتی و ساختمان آنها	۱۷
حافظه و فراست اسب	۱۹
بینائی اسب	۲۰
شنوائی	۲۱
دیگر حس های اسب	۲۱
گام ها	۲۲
قدم	۲۴
یورتمه	۲۶
چهار نعل	۲۹
اثرهای ارتباطی اصلی	۳۷
هماهنگی بین اثرهای سوارکار	۴۰
اثرهای صادره از کمک های مصنوعی	۴۰
عملکرد سوار در گام قدم	۴۴
عملکرد سوار در گام یورتمه	۴۵
یورتمه آزاد، نشست و برخاست	۴۵
یورتمه نشسته	۴۶
عملکرد سوار در گام چهار نعل	۴۷
حرکت های انتقالی	۵۲
نیم توقف	۵۲
به دهنه کردن	۵۴
ایست	۵۹

۶۱	تکیه :
۶۳	گردش روی دست
۶۳	عقب رو
۶۵	شانه به داخل
۶۷	کفل به داخل و کفل به خارج
۶۹	گردش روی پا
۷۲	اریب ۴۵ درجه، حرکت روی دو محور
۷۴	چهار نعل مخالف و تعویض دست روی هوا
۷۷	دست جلوی بلند
۸۱	تسمه گردان
۹۰	اصلاح وضعیت نشست سوارکار در تسمه گردان
۱۳۳	تنوع در موانع ژیمناستیک
۱۳۴	تنوع در موانع ژیمناستیک
۱۳۹	شمای مسیر پرش
۱۳۹	بازدید مسیر
۱۴۱	ورود به میدان مسابقه
۱۴۲	چگونگی طی مسیر
۱۴۳	گردش ها
۱۴۶	انواع موانع
۱۴۷	مانع آب
۱۵۰	سکو
۱۵۲	خندق ها
۱۵۳	مانع آب تقویت شده
۱۵۷	اسامی کتاب هائی که درباره اسب و سوارکاری تاکنون به زبان فارسی نوشته و یا ترجمه شده است
۱۵۹	ضمیمه، مسیرهای ژیمناستیک

بسمه تعالی

مقدمه ناشر :

خداوند متعال مقام اهل ایمان و دانشمندان عالم را در دو جهان رفیع می گرداند . تمامی ادیان الهی و در رأس آنها اسلام، انسان را موجودی کمال گرا می دانند. از نظر اسلام، انسان همواره در حال تکامل است و جهت گیری او به سمت کمال بی نهایت یعنی خداوند تبارک و تعالی است.

یکی از راه های کمال و تقرب به ذات اقدس الهی، کسب علم و دانش است - علمی که به تعبیر استاد شهید مرتضی مطهری - زیبایی عقل است، علمی که انسان خداجو در آن نشانه های معبود را می جوید و می یابد و علمی که هرچه فزونتر می گردد، دارنده آن را به خدا نزدیک تر می کند .

هم از این روست که هیئت سوارکاری استان تهران برای انجام وظیفه و تأمین منابع آموزشی همواره تلاش نموده است که کتب متناسب بانیا را ترجمه، تدوین و به محضر علاقه مندان تقدیم نماید.

لحظه ای درنگ ننموده و توجه داشته باشیم که در جامعه سوارکاری باقی نخواهیم ماند و موفق نخواهیم شد مگر آنکه کسب علم و دانش روز را در سرلوحه تلاش های روزمره خود قرار دهیم.

کتاب حاضر در ایامی چاپ و منتشر می گردد که جمهوری اسلامی ایران مصادف با دگرگونی و تحولی دیگر شده است و رئیس جمهور منتخب با تشکیل دولت هفتاد میلیونی به قصد خدمت به آماد مردم به کار مشغول می شوند، فرصت را مغتنم شمرده انتخاب ارزشمند و شایسته برادر ارجمند جناب آقای دکتر احمدی نژاد را تبریک عرض نموده و برای کسب موفقیت روزافزون آن عزیز از درگاه حضرت احدیت آرزوی کسب توفیقات روزافزون را داریم .

امید است این کتاب مورد توجه و بهره برداری عموم اساتید، مربیان و سوارکاران گرامی قرار گرفته و با اعلام نظر و پیشنهادات اصلاحی خود، ما را در جهت ترویج و انتشار آثار مورد نیاز یاری فرمایند.

ومن... التوفیق

هیئت سوارکاری استان تهران

تابستان ۸۴

درباره نویسنده

برتلان دونمتی در مجارستان به دنیا آمد و در جوانی به صف افسران سواره نظام پیوست. پس از فارغ التحصیلی در آکادمی سلطنتی ارتش مجارستان به مدرسه سلطنتی سواره نظام معرفی شد و دوره مربی‌گری را طی کرد. سپس به عضویت تیم ملی پرش با اسب مجارستان در آمده و به رقابت‌های اروپایی راه پیدا کرد. پس از جنگ جهانی دوم، به آمریکا مهاجرت کرد و برای یک ربع قرن مربی تیم‌های ملی سوارکاری آمریکا بود. تیم‌های تحت سرپرستی او در شش المپیک، پنج بازی پان‌امریکن، چهار قهرمان جهان موفق به دریافت مدال شدند. مسیرهای مسابقه‌های پرش با اسب دومین جام جهانی در شهر «بالتیمور» به سال ۱۹۸۰، المپیک لوس آنجلس به سال ۱۹۸۴ و جام جهانی ۱۹۸۹ در «فلوریدا» توسط او طراحی شد. او در سال ۱۹۸۸ نوارهای ویدئویی مربی‌گری با عنوان «روش دونمتی» را به بازار عرضه کرد. در حال حاضر با همسرش «امیلی» در حومه نیوجرسی زندگی می‌کند.

درباره مترجم

از سال ۱۳۳۷ با اسب آشنا شد. اولین معلم او آقای واحه ملیکیان از اسبداران بنام در میادین اسبدوانی چوگان و... بود. از سال ۱۳۴۲ با استاد نشاطی آشنا شد، در کلاس هایش شرکت کرد و تا سال ۱۳۷۹ همچنان شاگرد او باقی ماند. در محضر اساتید بزرگی همچون تیمسار مبشری، سرهنگ مسعود شکی خان، سرهنگ مجید محبوب، سرهنگ خلوتی، سرهنگ آصف جاه، سرهنگ سرعت پور، سرهنگ بدوخی، سرهنگ طباطبائی، تیمسار خزائی، عباس عرب شیبانی، پولاد منصورپور، دکتر لاله‌زاری، خانم‌ها لوتیز فیروز و مهری قره‌گزلو شاگردی کرد.

از ۱۳۴۲ تا ۱۳۶۰ در مسابقه‌های متعدد اسبدوانی، پرش با اسب و راه‌پیمایی شرکت کرد. از آنجا که به زبان‌های انگلیسی و فرانسه آشنا است و فوق لیسانس مدیریت دارد، مطالعه را هم ضمیمه تجربه کرده و سعی بر آن دارد که اصول کلاسیک سواری را در جامعه سوارکاران کشور حاکم کند.

از سال ۱۳۵۳ در محضر مربی‌هایی همچون «پل وایر»، «لوسیندا پریورپال پالمر»، و هر مربی‌ای که برای آموزش به ایران می‌آمد شاگردی کرد.

از سال ۱۳۵۴ تا سال ۱۳۵۷ بیش از ۲۰ برنامه تلویزیونی به صورت پخش مستقیم و فیلم از مسابقه‌های پرش با اسب اعم از داخلی، بین‌المللی و راه‌پیمایی را تهیه و پخش کرد.

در سال ۱۳۵۸ به عضویت اولین کمیته منتخب سوارکاران درآمد. در سال ۱۳۶۰ اولین ترجمه‌های خود با نام‌های تربیت اسب مسابقه از «شیلا ویلکاکس»، و «کاوالتی» از دکتر «رینر کلیمله» را با یاری آقایان قربانعلی پورمردیان و مسعود غربی با کمک مالی سوارکاران منتشر کرد.

در سال ۱۳۷۰ مسئول کمیته آموزش و سرمربی تیم ملی پرش با اسب فدراسیون سوارکاری و بانی اولین کلاس‌های مربی‌گری در فدراسیون سوارکاری شد.

در سال ۱۳۷۱ با عنوان سرمربی تیم ملی پرش با اسب مدال نقره مسابقه‌های آسیایی پرش با اسب چین را به ارمغان آورد. در سال ۱۳۷۸ هم سرمربی تیم ملی پرش با اسب را در بازیهای آسیایی تایلند بود.

در سال ۱۳۷۰ باشگاه سوارکاری جم را با یاری استاد نشاطی بنا نهاد. در سال ۱۳۷۵ جزوات مربی و مربی‌گری و اصول و مبانی پرش با اسب را با هزینه شخصی منتشر کرد.

در سال ۱۳۷۹ قهرمان کشور و پرامتیازترین سوارکار مازیار جمشید خانی را از باشگاه جم به جامعه سواری معرفی کرد. در سال ۱۳۷۵ جزوه آزمون‌های درساژ را ترجمه کرد.

در سال ۱۳۷۹ دو کتاب به نام‌های اصول اولیه تربیت اسب جوان، و درساژ و در سال ۱۳۸۰ کتاب طراحی مسیر برای مسابقه‌های پرش را ترجمه کرد.

از سال ۱۳۷۶ در مدرسه عالی شهید زمانپور به تدریس اصول سوارکاری و دو دوره رفتارشناسی مشغول شد. در بیشتر کلاسهای توجیهی فدراسیون‌ها، هیأت‌ها و انجمن‌های سوارکاری، اصول سوارکاری اسب‌داری و رفتارشناسی را تدریس کرد.

در سال ۱۳۸۱ کتاب نعلبندی استاد حضرتی را بازنویسی و در سال ۱۳۷۷ تألیف کتاب رفتارشناسی را آغاز کرد.

در سال ۱۳۸۲ به اتفاق آقایان علیرضا قربانی و علیرضا میرزائی سایت اینترنتی www.iranianhorse.com را بنیان گذارد.