[فصل اول:فضاهای ورزشی جانبازان و معلولین 1](#_Toc466232952)

[1-1-تاریخچه ورزش معلولین 1](#_Toc466232953)

[1-2-اهداف و اصول : 2](#_Toc466232954)

[1-3-تاریخچه ورزش معلولین و جانبازان ایران 5](#_Toc466232955)

[1-4-مبانی ورزش معلولین در جهان 8](#_Toc466232956)

[1-5-عوامل به شکل گیری اولین تشکیلات ورزش معلولان 9](#_Toc466232957)

[1-6-اهمیت ورزش معلولین 11](#_Toc466232958)

[منابع: 17](#_Toc466232959)

[**فصل دوم:اماکن ورزشی** 17](#_Toc466232960)

[**2-1-تعریف ورزش** 18](#_Toc466232961)

[**2-2-تعریف تربیت بدنی** 18](#_Toc466232962)

[**2-3-تاريخچه لغوي ورزش** 18](#_Toc466232963)

[**2-4-منشاء ورزش** 19](#_Toc466232964)

[**2-5-تاثيرات ورزش (فوايد عمومي)** 19](#_Toc466232965)

[**2-6-اثرات رواني ورزش** 20](#_Toc466232966)

[**2-7-ورزش و جامعه** 22](#_Toc466232967)

[**2-8-ورزش و دين اسلام** 24](#_Toc466232968)

[**2-9-ديدگاههاي انديشمندان اسلامي درباره ورزش** 25](#_Toc466232969)

[**2-10-ورزش در تمدنهاي بشري** 25](#_Toc466232970)

[**2-11-ايران باستان:** 27](#_Toc466232971)

[**2-12-سابقه تاريخي ورزش در ايران** 33](#_Toc466232972)

[**2-13-ورزش علمي** 38](#_Toc466232973)

[**2-14-ورزش و علم فيزيولوژي** 38](#_Toc466232974)

[**2-15-ورزش و علم پزشكي:** 38](#_Toc466232975)

[**2-16-ورزش و علم تغذيه:** 39](#_Toc466232976)

[**2-17-ورزش و علم روانشناسي:** 40](#_Toc466232977)

[**منابع:** 42](#_Toc466232978)

[فصل سوم:مبانی نظری 43](#_Toc466232979)

[3-1-بررسی مفهوم فضا در معماری 43](#_Toc466232980)

[3-1-1-کیفیت فضا: 43](#_Toc466232981)

[3-1-2-ویژگیهای فضا 47](#_Toc466232982)

[3-1-3-معماری بر پایه فضا 50](#_Toc466232983)

[3-1-4-مفهوم فضا از نظر اندیشمندان 51](#_Toc466232984)

[3-1-5-نظر اندیشمندان در مورد فضا 55](#_Toc466232985)

[3-2-رابطه درون و بیرون در معماری 57](#_Toc466232986)

[3-3-رنگ در معماری ایران 64](#_Toc466232987)

[3-4-ایهام وتداعی 66](#_Toc466232988)

[3-5-گوناگونی معماری در ایران 67](#_Toc466232989)

[3-6-حجم در معماری ایران 68](#_Toc466232990)

[منابع: 69](#_Toc466232991)

[فصل چهارم : استانداردها و ضوابط طراحی و برنامه فیزیکی 71](#_Toc466232992)

[4-1-ملاحظات محيطي ويژه ورزش 71](#_Toc466232993)

[4-2-نور طبيعي 71](#_Toc466232994)

[4-3-ساير ويژگيها وشرايط استفاده ازنورمصنوعي: 71](#_Toc466232995)

[4-4-عايق كاري 72](#_Toc466232996)

[4-5-تهويه مناسب 73](#_Toc466232997)

[4-6-مقررات ايمني از حريق 74](#_Toc466232998)

[4-7-ساختمانهاي جنبي استخر 77](#_Toc466232999)

[4-8-رختكن وكفشداري 78](#_Toc466233000)

[4-9-ابعاد و اندازه رختكن و كفشداري 78](#_Toc466233001)

[4-10-سرويسهاي بهداشتي 79](#_Toc466233002)

[4-11-دوشها 80](#_Toc466233003)

[4-12-اطاق كار و رختكن اختصاصي منجيان و مربيان 80](#_Toc466233004)

[4-13- اتاق )احيا(كمكهاي اوليه 80](#_Toc466233005)

[4-14-سونای خشک 81](#_Toc466233006)

[4-15- سوناي بخار 81](#_Toc466233007)

[4-16-اصول ايمني در استخرها 82](#_Toc466233008)

[4-17-ويژگيهاي بوفه يا رستوران ها استخرها 82](#_Toc466233009)

[4-18-استاندارد هاي سالن هاي بدنسازي 83](#_Toc466233010)

[4-19-استانداردهای تنیس روی میز 85](#_Toc466233011)

[4-20-استانداردهای فضاهای ورزشی 89](#_Toc466233012)

[4-22-خرپاها : 103](#_Toc466233013)

[4-23-تيرها و دالها: 105](#_Toc466233014)

[4-24-سازه هاي كابلي : 107](#_Toc466233015)

[4-25-سازه هاي چادري : 109](#_Toc466233016)

[4-26-سازه هاي فضا كار : 110](#_Toc466233017)

[4-27-سازه هاي هواي فشرده: 112](#_Toc466233018)

[4-28-سازه هاي گنبدي: 114](#_Toc466233019)

[منابع: 114](#_Toc466233020)

[فصل پنجم:طراحی اقلیمی وبررسی پیشینه تاریخی 115](#_Toc466233021)

[5-1-موقعیت جغرافیایی 115](#_Toc466233022)

[5-2- موقعیت طبیعی 116](#_Toc466233023)

[5-3-توپوگرافی و ناهمواری های شهر تهران 116](#_Toc466233024)

[5-4-تاریخچه شهر تهران 116](#_Toc466233025)

[5-5-ویژگی های اقلیمی 141](#_Toc466233026)

[5-5-1- تأثیر طراحی اقلیمی در صرفه جویی انرژی 141](#_Toc466233027)

[5-5-2- تجزیه و تحلیل عوامل اقلیمی 142](#_Toc466233028)

[**5**-5-3- بررسی نمودار بیوکلماتیک شهر و انسانی تهران 143](#_Toc466233029)

[5-6-اصول طراحی اقلیمی 144](#_Toc466233030)

[5-6-1-تعیین جهت و فرم ساختمان با توجه به اقلیم 144](#_Toc466233031)

[5-6-2-تهويه طبيعی در رابطه بااقليم 146](#_Toc466233032)

[5-6-3-فرم ساختمان در رابطه با اقليم 147](#_Toc466233033)

[5-6-4-نتیجه گیری و تعیین تدابیر طراحی اقلیمی 148](#_Toc466233034)

[5-7-تاریخچه و سابقه پیدایش منطقه ۲۲ شهرداری تهران 149](#_Toc466233035)

[5-8-مشخصات جغرافیایی و اقلیمی منطقه ۲۲ شهرداری تهران 152](#_Toc466233036)

[5-9-کيفيت هوا در منطقه 22 شهرداري تهران 155](#_Toc466233037)

[5-10-شبکه حمل و نقل منطقه 22 شهرداري تهران 157](#_Toc466233038)

[5-11-ضرايب تعديل زيست محيطي و شهرسازي 163](#_Toc466233039)

[5-12-ضوابط جلوگيري از افزايش محدوده شهرها ( مصوبه مورخ 10/8/78) 166](#_Toc466233040)

[منابع 169](#_Toc466233041)

[فصل ششم: معرفی و بررسی چند نمونه مجموعه ورزشی 170](#_Toc466233042)

[6-1-مجموعه ورزشی مونترال کانادا 170](#_Toc466233043)

[6-2-مجموعه ورزشی ندرگلت سوئیس: 178](#_Toc466233044)

[6-3-مجموعه ورزشی مانی کپیتال امریکا 180](#_Toc466233045)

[6-4-مجموعه ورزشی شارلوت امریکا 184](#_Toc466233046)

[6-5-مجموعه ورزشي آزادي تهران 194](#_Toc466233047)

[6-6- مجموعه ورزشي چند منظوره سايتاما ژاپن ـ رنزوپيانو 198](#_Toc466233048)

[6-7- مجموعه ورزشي المپيك توكيو ژاپن ـ كنزوتانگه 200](#_Toc466233049)

[منابع: 201](#_Toc466233050)

[فصل هفتم :کانسپت و طراحی 201](#_Toc466233051)

[7-1-طراحی 201](#_Toc466233052)

[7-1-1-كانسپت ها: 202](#_Toc466233053)

[7-1-2- ايده و طرح نهايي 204](#_Toc466233054)

[7-1-3- طراحي معماري 206](#_Toc466233055)

[7-2-ايده ها: 208](#_Toc466233056)

[7-3-سناريوهاي کانسپچوال ( مفهومي ) 210](#_Toc466233057)

[7-4-نظریه کوين روش مي گويد 212](#_Toc466233058)

[7-5-نظریه :ادوارد لارابي بارنز مي گويد 213](#_Toc466233059)

[7-6-سلسله مراتب کانسپت 214](#_Toc466233060)

[7-7-انواع پنجگانه کانسپت: 215](#_Toc466233061)

[7-7-1-کانسپت قياسي (Avalogies) 215](#_Toc466233062)

[7-7-2-استعارات و تشبيهات (کانسپت هاي استعاري) (Metaphores and Similes) 218](#_Toc466233063)

[7-7-3- (کانسپت هاي جوهري) Essences 218](#_Toc466233064)

[7-7-4-پاسخ مستقيم و حل مساله (کانسپت هاي برنامه اي) Prigrammatic 221](#_Toc466233065)

[7-7-5-ايده آل ها (کانسپت هاي ايده آل گرا) 222](#_Toc466233066)

[7-8-کانسپت طرح 223](#_Toc466233067)

[منابع: 223](#_Toc466233068)