[فصل اول:دهکده ورزشی 1](#_Toc466233075)

[1-1-تاریخچه دهکده ورزشی 1](#_Toc466233076)

[1-2-فلسفه ورزش وتربیت بدنی 4](#_Toc466233077)

[1-3-مبانی جامعه شناختی ورزش 8](#_Toc466233078)

[1-4-تقسیم بندی اماکن ورزشی 8](#_Toc466233079)

[1-5-مکان های ورزشی داخل شهر 11](#_Toc466233080)

[1-6-مکان یابی فضاهای ورزشی 13](#_Toc466233081)

[1-7-واژه ها و اصطلاحات ورزشی 14](#_Toc466233082)

[1-8-آشنایی با انواع فضاهای ورزشی مختلف 15](#_Toc466233083)

[1-9-اجزای کالبدی فضاهای ورزشی 19](#_Toc466233084)

[منابع: 20](#_Toc466233085)

[**فصل دوم:اماکن ورزشی** 20](#_Toc466233086)

[**2-1-تعریف ورزش** 21](#_Toc466233087)

[**2-2-تعریف تربیت بدنی** 21](#_Toc466233088)

[**2-3-تاريخچه لغوي ورزش** 21](#_Toc466233089)

[**2-4-منشاء ورزش** 22](#_Toc466233090)

[**2-5-تاثيرات ورزش (فوايد عمومي)** 22](#_Toc466233091)

[**2-6-اثرات رواني ورزش** 23](#_Toc466233092)

[**2-7-ورزش و جامعه** 25](#_Toc466233093)

[**2-8-ورزش و دين اسلام** 27](#_Toc466233094)

[**2-9-ديدگاههاي انديشمندان اسلامي درباره ورزش** 28](#_Toc466233095)

[**2-10-ورزش در تمدنهاي بشري** 28](#_Toc466233096)

[**2-11-ايران باستان:** 30](#_Toc466233097)

[**2-12-سابقه تاريخي ورزش در ايران** 36](#_Toc466233098)

[**2-13-ورزش علمي** 41](#_Toc466233099)

[**2-14-ورزش و علم فيزيولوژي** 41](#_Toc466233100)

[**2-15-ورزش و علم پزشكي:** 41](#_Toc466233101)

[**2-16-ورزش و علم تغذيه:** 42](#_Toc466233102)

[**2-17-ورزش و علم روانشناسي:** 43](#_Toc466233103)

[**منابع:** 45](#_Toc466233104)

[فصل سوم:مبانی نظری 46](#_Toc466233105)

[3-1-بررسی مفهوم فضا در معماری 46](#_Toc466233106)

[3-1-1-کیفیت فضا: 46](#_Toc466233107)

[3-1-2-ویژگیهای فضا 50](#_Toc466233108)

[3-1-3-معماری بر پایه فضا 53](#_Toc466233109)

[3-1-4-مفهوم فضا از نظر اندیشمندان 54](#_Toc466233110)

[3-1-5-نظر اندیشمندان در مورد فضا 58](#_Toc466233111)

[3-2-رابطه درون و بیرون در معماری 60](#_Toc466233112)

[3-3-رنگ در معماری ایران 67](#_Toc466233113)

[3-4-ایهام وتداعی 69](#_Toc466233114)

[3-5-گوناگونی معماری در ایران 70](#_Toc466233115)

[3-6-حجم در معماری ایران 71](#_Toc466233116)

[منابع: 72](#_Toc466233117)

[فصل چهارم : استانداردها و ضوابط طراحی و برنامه فیزیکی 74](#_Toc466233118)

[4-1-ملاحظات محيطي ويژه ورزش 74](#_Toc466233119)

[4-2-نور طبيعي 74](#_Toc466233120)

[4-3-ساير ويژگيها وشرايط استفاده ازنورمصنوعي: 74](#_Toc466233121)

[4-4-عايق كاري 75](#_Toc466233122)

[4-5-تهويه مناسب 76](#_Toc466233123)

[4-6-مقررات ايمني از حريق 77](#_Toc466233124)

[4-7-ساختمانهاي جنبي استخر 80](#_Toc466233125)

[4-8-رختكن وكفشداري 81](#_Toc466233126)

[4-9-ابعاد و اندازه رختكن و كفشداري 81](#_Toc466233127)

[4-10-سرويسهاي بهداشتي 82](#_Toc466233128)

[4-11-دوشها 83](#_Toc466233129)

[4-12-اطاق كار و رختكن اختصاصي منجيان و مربيان 83](#_Toc466233130)

[4-13- اتاق )احيا(كمكهاي اوليه 83](#_Toc466233131)

[4-14-سونای خشک 84](#_Toc466233132)

[4-15- سوناي بخار 84](#_Toc466233133)

[4-16-اصول ايمني در استخرها 85](#_Toc466233134)

[4-17-ويژگيهاي بوفه يا رستوران ها استخرها 85](#_Toc466233135)

[4-18-استاندارد هاي سالن هاي بدنسازي 86](#_Toc466233136)

[4-19-استانداردهای تنیس روی میز 88](#_Toc466233137)

[4-20-استانداردهای فضاهای ورزشی 92](#_Toc466233138)

[4-22-خرپاها : 106](#_Toc466233139)

[4-23-تيرها و دالها: 108](#_Toc466233140)

[4-24-سازه هاي كابلي : 110](#_Toc466233141)

[4-25-سازه هاي چادري : 112](#_Toc466233142)

[4-26-سازه هاي فضا كار : 113](#_Toc466233143)

[4-27-سازه هاي هواي فشرده: 115](#_Toc466233144)

[4-28-سازه هاي گنبدي: 117](#_Toc466233145)

[منابع: 117](#_Toc466233146)

[فصل پنجم:طراحی اقلیمی وبررسی پیشینه تاریخی 118](#_Toc466233147)

[5-1-موقعیت جغرافیایی 118](#_Toc466233148)

[5-2- موقعیت طبیعی 119](#_Toc466233149)

[5-3-توپوگرافی و ناهمواری های شهر تهران 119](#_Toc466233150)

[5-4-تاریخچه شهر تهران 119](#_Toc466233151)

[5-5-ویژگی های اقلیمی 144](#_Toc466233152)

[5-5-1- تأثیر طراحی اقلیمی در صرفه جویی انرژی 144](#_Toc466233153)

[5-5-2- تجزیه و تحلیل عوامل اقلیمی 145](#_Toc466233154)

[**5**-5-3- بررسی نمودار بیوکلماتیک شهر و انسانی تهران 146](#_Toc466233155)

[5-6-اصول طراحی اقلیمی 147](#_Toc466233156)

[5-6-1-تعیین جهت و فرم ساختمان با توجه به اقلیم 147](#_Toc466233157)

[5-6-2-تهويه طبيعی در رابطه بااقليم 149](#_Toc466233158)

[5-6-3-فرم ساختمان در رابطه با اقليم 150](#_Toc466233159)

[5-6-4-نتیجه گیری و تعیین تدابیر طراحی اقلیمی 151](#_Toc466233160)

[5-7-تاریخچه و سابقه پیدایش منطقه ۲۲ شهرداری تهران 152](#_Toc466233161)

[5-8-مشخصات جغرافیایی و اقلیمی منطقه ۲۲ شهرداری تهران 155](#_Toc466233162)

[5-9-کيفيت هوا در منطقه 22 شهرداري تهران 158](#_Toc466233163)

[5-10-شبکه حمل و نقل منطقه 22 شهرداري تهران 160](#_Toc466233164)

[5-11-ضرايب تعديل زيست محيطي و شهرسازي 166](#_Toc466233165)

[5-12-ضوابط جلوگيري از افزايش محدوده شهرها ( مصوبه مورخ 10/8/78) 169](#_Toc466233166)

[منابع 172](#_Toc466233167)

[فصل ششم: معرفی و بررسی چند نمونه مجموعه ورزشی 173](#_Toc466233168)

[6-1-مجموعه ورزشی مونترال کانادا 173](#_Toc466233169)

[6-2-مجموعه ورزشی ندرگلت سوئیس: 181](#_Toc466233170)

[6-3-مجموعه ورزشی مانی کپیتال امریکا 183](#_Toc466233171)

[6-4-مجموعه ورزشی شارلوت امریکا 187](#_Toc466233172)

[6-5-مجموعه ورزشي آزادي تهران 197](#_Toc466233173)

[6-6- مجموعه ورزشي چند منظوره سايتاما ژاپن ـ رنزوپيانو 201](#_Toc466233174)

[6-7- مجموعه ورزشي المپيك توكيو ژاپن ـ كنزوتانگه 203](#_Toc466233175)

[منابع: 204](#_Toc466233176)

[فصل هفتم :کانسپت و طراحی 204](#_Toc466233177)

[7-1-طراحی 204](#_Toc466233178)

[7-1-1-كانسپت ها: 205](#_Toc466233179)

[7-1-2- ايده و طرح نهايي 207](#_Toc466233180)

[7-1-3- طراحي معماري 209](#_Toc466233181)

[7-2-ايده ها: 211](#_Toc466233182)

[7-3-سناريوهاي کانسپچوال ( مفهومي ) 213](#_Toc466233183)

[7-4-نظریه کوين روش مي گويد 215](#_Toc466233184)

[7-5-نظریه :ادوارد لارابي بارنز مي گويد 216](#_Toc466233185)

[7-6-سلسله مراتب کانسپت 217](#_Toc466233186)

[7-7-انواع پنجگانه کانسپت: 218](#_Toc466233187)

[7-7-1-کانسپت قياسي (Avalogies) 218](#_Toc466233188)

[7-7-2-استعارات و تشبيهات (کانسپت هاي استعاري) (Metaphores and Similes) 221](#_Toc466233189)

[7-7-3- (کانسپت هاي جوهري) Essences 221](#_Toc466233190)

[7-7-4-پاسخ مستقيم و حل مساله (کانسپت هاي برنامه اي) Prigrammatic 224](#_Toc466233191)

[7-7-5-ايده آل ها (کانسپت هاي ايده آل گرا) 225](#_Toc466233192)

[7-8-کانسپت طرح 226](#_Toc466233193)

[منابع: 226](#_Toc466233194)