فهرست مطالب

[فصل اول : کلیات تحقیق 1](#_Toc14974660)

[1-1- مروری بر ادبیات موضوع 1](#_Toc14974661)

[1-2-نتايج مطالعات پيشينه تحقيق 1](#_Toc14974662)

[1-3- واژگان تخصصی 4](#_Toc14974663)

[1-4-فرضیه ها 5](#_Toc14974664)

[1-5- پرسش پژوهش 6](#_Toc14974665)

[1-6-ماهيت و مقياس پروژه 6](#_Toc14974672)

[1-7-روش تحقیق 7](#_Toc14974673)

[فصل دوم.مبانی نظری و بررسی مصادیق و نمونه ها 8](#_Toc14974674)

[بخش اول: مبانی نظری 8](#_Toc14974675)

[1-2-تعریف ورزش 8](#_Toc14974676)

[1-1-2-تعریف ورزش تعریف تربیت بدنی 8](#_Toc14974677)

[2-1-2-تاريخچه لغوي ورزش 8](#_Toc14974678)

[3-1-2-منشاء ورزش 8](#_Toc14974679)

[4-1-2-تاثيرات ورزش (فوايد عمومي) 9](#_Toc14974680)

[5-1-2-اثرات رواني ورزش 10](#_Toc14974681)

[6-1-2-ورزش و جامعه 12](#_Toc14974682)

[7-1-2-ورزش و دين اسلام 13](#_Toc14974683)

[8-1-2-ديدگاههاي انديشمندان اسلامي درباره ورزش 14](#_Toc14974684)

[9-1-2-ورزش در تمدنهاي بشري 15](#_Toc14974685)

[10-1-2-ايران باستان: 17](#_Toc14974686)

[11-1-2-تاریخچه ورزش 18](#_Toc14974687)

[12-1-2-تاریخچه ورزش در ایران 19](#_Toc14974688)

[13-1-2-سابقه تاريخي ورزش در ايران 22](#_Toc14974689)

[14-1-2-ورزش علمي 27](#_Toc14974690)

[15-1-2-ورزش و علم فيزيولوژي 27](#_Toc14974691)

[16-1-2-ورزش و علم پزشكي: 28](#_Toc14974692)

[17-1-2-ورزش و علم تغذيه: 28](#_Toc14974693)

[18-1-2-ورزش و علم روانشناسي: 29](#_Toc14974694)

[بخش دوم: بررسی نمونه های موردی 31](#_Toc14974695)

[1-2-2-مجموعه ورزشی مونترال کانادا 31](#_Toc14974696)

[2-2-2-مجموعه ورزشی ندرگلت سوئیس: 40](#_Toc14974697)

[3-2-2-مجموعه ورزشی مانی کپیتال امریکا 42](#_Toc14974698)

[4-2-2-مجموعه ورزشی شارلوت امریکا 46](#_Toc14974699)

[5-2-2-مجموعه ورزشی ملی چین 53](#_Toc14974700)

[6-2-2-مجموعه ورزشي آزادي تهران 56](#_Toc14974701)

[7-2-2- مجموعه ورزشي چند منظوره سايتاما ژاپن ـ رنزوپيانو 60](#_Toc14974702)

[بخش سوم:رویکرد معماری سبز 63](#_Toc14974703)

[1-2-3-معماری سبز وفن آوری پيشرفته 64](#_Toc14974704)

[2-2-3-كليات و اهداف درمعماري سبز 65](#_Toc14974705)

[3-2-3-فاكتورهاي اساسي براي پايداري 66](#_Toc14974706)

[4-2-3-معماري و صرفه‌جويي در انرژي 68](#_Toc14974707)

[5-2-3-معماري ومسائل جهاني زيست محيطي 68](#_Toc14974708)

[6-2-3-چالش های رايج در معماری زيست محيطی 69](#_Toc14974709)

[7-2-3-فرآيندي براي رسيدن به معماري سبز 70](#_Toc14974710)

[8-2-3-دستورالعمل اجرائي معماري سبز 72](#_Toc14974711)

[9-2-3-مصالح سبز 73](#_Toc14974712)

[10-2-3-تأسيسات سبز 73](#_Toc14974713)

[11-2-3-طراحي خانه‌هاي سبز 74](#_Toc14974714)

[12-2-3-معماران شاخص معماری سبز 75](#_Toc14974715)

[13-2-3-مطرح ترین ساختمان های سبز دنیا 76](#_Toc14974716)

[14-2-3-اصول معماری سبز 77](#_Toc14974717)

[15-2-3-مزایای ساختمان سبز 82](#_Toc14974718)

[فصل سوم: مطالعات بستر طرح و معرفی و تحلیل موقعیت سایت 84](#_Toc14974719)

[3-1- تهران 85](#_Toc14974720)

[3-2- ويژگيهاي جغرافيائي شهر تهران 85](#_Toc14974721)

[3-2-1- موقعيت طبيعي شهر تهران 85](#_Toc14974722)

[3-2-2- ويژگي‌هاي اقليمي‌‌شهر تهران 86](#_Toc14974723)

[3-2-3- بارندگي 87](#_Toc14974724)

[3-2-4- وزش باد 88](#_Toc14974725)

[3-2-5- شرايط حرارتي در فضاهاي آزاد 91](#_Toc14974728)

[3-2-7- شرايط حرارتي در فضاهاي داخلي 92](#_Toc14974729)

[3-3- توپوگرافي 94](#_Toc14974730)

[3-4- آب هاي سطحي 95](#_Toc14974731)

[3-5- آب هاي زيرزميني 96](#_Toc14974732)

[3-6- جهت گيري ساختمان در رابطه بااقليم: 97](#_Toc14974734)

[3-6-1- فرم ساختمان در رابطه با اقليم 97](#_Toc14974735)

[2-6-3-مکانیابی سایت: 98](#_Toc14974736)

[فصل چهارم :ظوابط و استاندارد های طراحی و برنامه فیزیکی 99](#_Toc14974737)

[1-4-استانداردها و ايمني در اماكن ورزشي 99](#_Toc14974738)

[1-1-4-انواع ساختمان 105](#_Toc14974739)

[2-1-4-انواع ساختمان از لحاظ مصالح مصرفي 105](#_Toc14974740)

[3-1-4-سهولت اجراي سيستم تأسيسات مكانيكي و برقي 107](#_Toc14974741)

[4-1-4-ساختمان هاي فلزي 108](#_Toc14974742)

[5-1-4- استانداردهاي كلي ورزشگاهها 112](#_Toc14974743)

[6-1-4-فضاهاي جنبي مورد نياز كليه مكانهاي ورزشي 114](#_Toc14974744)

[7-1-4-خصوصيات اصلي كف زمين هاي ورزشي براساس انواع فعاليت هاي ورزشي 121](#_Toc14974745)

[8-1-4-سطوح وررزشي خاص 125](#_Toc14974746)

[9-1-4-مقاومت در برابر اشعه فرابنفش 128](#_Toc14974747)

[10-1-4-سقف سالنها 130](#_Toc14974748)

[11-1-4-جايگاه استقرار تماشاچيان براي افراد سالم و معلول 130](#_Toc14974749)

[12-1-4-ملاحظات محيطي ويژه ورزش 134](#_Toc14974750)

[13-1-4-دماي اماكن وفضاهاي ورزشي 137](#_Toc14974751)

[14-1-4-عايق كاري 137](#_Toc14974752)

[15-1-4-شرايط محيطي مطلوب سالن هاي ورزشي 138](#_Toc14974753)

[16-1-4-ايمني اماكن ورزشي 141](#_Toc14974754)

[17-1-4-مقررات ايمني از حريق 143](#_Toc14974755)

[18-1-4-سيستم اعلام حريق 149](#_Toc14974756)

[19-1-4-برنامه فیزیکی مجموعه ورزشی 150](#_Toc14974757)

[فصل پنجم: بحث، نتیجه گیری،فراینده طراحی، طرح نهایی 153](#_Toc14974758)

[1-5- توصیف ایده کلی طرح 153](#_Toc14974759)

[2-5-احکام استخراجی از ایده طراحی 155](#_Toc14974760)

[5-2-1-حرکت عمودی و افقی در فرم 157](#_Toc14974761)

[2-2-5-حرکت موجی 159](#_Toc14974762)

[3-5-پیشنهاد سيستم سازه‌اي 160](#_Toc14974763)

[1-3-5- سيستم سقف 160](#_Toc14974764)

[2-3-5- سقف آمفي تئاتر 161](#_Toc14974765)

[5-4-روند طراحی 161](#_Toc14974766)

[5-5-یکدست کردن طرح 162](#_Toc14974767)

[5-6-ایده (کانسپت) 164](#_Toc14974768)

[5-8-شکل گیری کانسپت 165](#_Toc14974769)

[فهرست منابع 167](#_Toc14974770)