

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۱۳۷۹ / ۱۰ / ۲۰

دانشگاه شهید بهشتی

دانشگاه شهید بهشتی
دانشکده معماری و شهرسازی

موضوع:

«مجموعه اوقات فراغت و تفریحات سالم جوانان
شهرستان ابهر»

9211

اساتید راهنما:
دکتر بهرام وزیری
مهندس محمد جعفر خاتمی

تهیه و گردآوری:
یعقوب قائم‌پناه

تابستان ۱۳۷۹

۳۳۲۳

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲	۱. مقدمه
.....	۲. مطالعات موضوعی طرح
۵	۲-۱. مفهوم اوقات فراغت
۷	۲-۲. اوقات فراغت و تفریح
۱۰	۲-۳. دلایل نیاز به تفریح و استراحت
۱۳	۲-۴. مقاصد و اهداف تفریح و اوقات فراغت
۱۴	۲-۵. روشهای مطلوب گذراندن اوقات فراغت
۱۵	۲-۶. خصوصیات یک مکان تفریحی
۱۷	۲-۷. نتایج یک نظرسنجی رسمی
۵۹	۲-۸. وضعیت فرهنگی شهرهای بزرگ و کوچک ایران
۶۴	۲-۹. تقسیم امکانات ورزشی، اول پسران، بعد دختران
۶۸	۲-۱۰. ۳ ماه تعطیلات تابستانی و جمعیت میلیونی دانش آموزان
۷۳	۲-۱۱. افسردگی، انبوه ناپایدار
۳. پیشینه تاریخی ابهر:	
۷۸	۳-۱. شهر از دید سیاحان (سفرنامه‌ها)
۸۱	۳-۲. شهر در لابه‌لای کتابهای قدیمی

صفحه	عنوان
------	-------

۸۷ ۳-۳. بافت قدیمی شهر

۹۵ ۳-۴. آثار و ابنیه تاریخی

۴. جغرافیا و اقلیم ابهر:

۱۰۵ ۴-۱. تقسیمات اداری و سیاسی

۱۰۶ ۴-۲. جمعیت، تراکم جمعیت، بعد خانوار

..... ۴-۳. مساحت

..... ۴-۴. ارتفاع از سطح دریا

..... ۴-۵. رطوبت

..... ۴-۶. میزان بارندگی

..... ۴-۷. بادهای منطقه

۵. مطالعات کالبدی شهرستان ابهر:

۱۲۳ ۵-۱. رشد و توسعه شهر

۱۲۵ ۵-۲. مصالح بکار رفته در بناهای قدیمی و جدید

۶. توانمندیهای فرهنگی ابهر و معرفی چند مجموعه فرهنگی در داخل و

خارج کشور ۱۲۸

صفحه	عنوان
------	-------

۷. مطالعات برنامه ریزی طرح:

- فهرست فضاها و جزء فضاها + متراژ سطح زیربنا: ۱۴۶

- استانداردها و ضوابط

۸. معیارها و مبانی طراحی ۲۰۱

۹. کتابنامه

فصل اول :

مقدمه

یکی از نیازهای عمده جوانان، نیازهای فرهنگی، تفریحی می باشد. استفاده صحیح از اوقات فراغت می تواند ابزاری در جهت کسب فرهنگ و هنر باشد. همچنانکه هدر دادن این ساعات، موجب ضرر و زیان فراوان مادی و معنوی می شود.

جوانان شهرستان ابهر، در حال حاضر از کمبود فضاهای فرهنگی رنج می برند. این شهر با ۱۲۰ هزار نفر جمعیت و جمع کثیری از جمعیت دانش آموز و دانشجو، نیازمند فضاهای فرهنگی، تفریحی می باشد.

مجموعه اوقات فراغت و تفریحات سالم جوانان ابهر، طراحی در جهت رفع مشکلات و کمبودهای فوق می باشد. این مجموعه در دو بخش فرهنگی و تفریحی طراحی شده است. فضاهای فرهنگی شامل آمفی تئاتر، سالن اجتماعات کوچک، کتابخانه، نمایشگاه، بازارچه فروش محصولات فرهنگی می باشد. فضاهای تفریحی شامل استخر سرپوشیده و سالن ورزشی و زمینهای بازی می باشد. در محوطه سازی مجموعه، گوشه های نشستن، مکانهای مطالعه و نمایشگاههای روباز طراحی شده اند.

مکان سایت مابین دو مجموعه آموزشی پسرانه و دخترانه در نزدیکی مرکز شهر و همجوار با یکی از خیابانهای اصلی شهر انتخاب گردیده است. طراحی مجموعه در داخل بافت مسکونی، شرایط ویژه ای را در طراحی برای این طرح ایجاد می نماید. رعایت حریم های لازم، توجه به بار ترافیکی، منطقه، خط آسمان، بازوها و... جزء این شرایط ویژه می باشد.

مطالعات این پایان‌نامه نیز در چند بخش از جمله مطالعات تاریخی و جغرافیایی و اقلیمی شهر، توانمندیهای فرهنگی شهر، مطالعات موضوعی مربوط به اوقات فراغت و تفریحات و نکات اختصاصی طرح تهیه شده است. امیدوارم با انتخاب این موضوع برای پایان‌نامه خود، توانسته باشم گوشه‌ای از علاقه‌مندی خویش را به زادگاهم به نمایش گذاشته باشم و ذره‌ای از دین خود را به محلی که در آن پرورش یافته‌ام و مردم با فرهنگ شهرستان ابهر، ارائه کرده باشم.

فصل دوم :

مطالعات موضوعی طرح

مفهوم اوقات فراغت

قرن ما قرن فرو ریختن و دگرگونی معیارهای متداول است. امروزه، هر روز اختراعی و جریانی زندگی افراد رادستخوش تغییر قرار میدهد و هر روز روابط خاصی راحاکم بر ارتباطات بین افراد جامعه می‌کند. در این میان، روابط خاص اجتماعات شهری (بخصوص در جوامع صنعتی) ایجاب می‌کند که فرد همواره از مقررات و نظامات جامعه خود پیروی کند تا امکانیزم جامعه، بصورت سالمی برقرار باشد. امروزه اغلب محیط‌های کاری در شهرها، تقریباً دگرگون شده و تنوع حرفه‌ها و شرایط کاری کارکردن رادشوار کرده است و اغلب اشخاص به کارهایی گمارده شده‌اند و می‌شوند که به آن علاقه‌ای ندارند تشویش، نگرانی، خستگی روحی، افسردگی و... تظاهرات عکس العمل‌های روانی انسان شهری در مقابل این پدیده‌ها است. در حال حاضر با تشدید شرایط نامساعد فوق در شهرها، دیگر مسلم است که انسان نمی‌تواند از هوای آزاد و سکوت طبیعت چشم‌پوشد. بسیاری از روانشناسان، مداوای امراض روانی ناشی از روابط شهری رادر استراحت طولانی، مسافرت و پناهنده شدن به آغوش طبیعت می‌دانند و در مقابل، عامل بسیاری از امراض ریوی و داخلی راهوای آلوده شهری، گرد و غبار، دود و بالاخره عدم فرصت کافی برای ورزش و یا تفریح و گردش در فضای آزاد و طبیعتی آرام می‌دانند. مسئله غامض‌تر و پیچیده‌تری که ناشی از زندگی شهری است، این است که امروزه افراد شاغل، آنچنان در حرفه و تخصص خود غوطه‌ور می‌شوند که

حتی هدفهای نهائی هستی و مسیر تکامل و نمود انسانی را نیز فراموش می‌کنند... البته ذکر این نکته ضروری است که جامعه‌ای چون شهرهای بزرگ ما، با کار به معنای متداول و امروزی آن، بیش از چند دهه نیست که آشنا گشته، لذا اوقات فراغت افراد و مسئله تفریح نیز هنوز چندان مسئله مبهمی نشده است، اما باید در نظر داشت جامعه ما امروزه دوران تحول شتابانی را می‌گذراند و این تحول سریع، در عین حال که می‌تواند ما را زودتر به کاروان کشورهای پیشرفته‌تر برساند، اما این خطر نیز در آن هست که به هنگام جا بجا شدن، ناگزیر ارزشهای سنتی بسیار گرانبهائی را از دست بدهیم و معایبی که اکنون جامعه‌های پیشرفته صنعتی را به ستوه آورده است، جانشین آنها گردد. پس چه بجا است با زمینه سازی مناسب، به استقبال از پیشرفتهای تکنولوژیک برویم.

از جمله این زمینه سازیها در شهرهای ما می‌توان به طراحی و ساخت مجموعه‌های تفریحی اشاره کرد، چرا که بدین وسیله، هم شاهد محیطهای سالمی برای گذران اوقات فراغت افراد جامعه خواهیم بود و هم با طراحی‌های مناسب می‌توانیم افراد جامعه را به آغوش طبیعت بکشانیم تا شاید باری از دشواریهای زندگی شهری از دوش افراد برداشته شود.

بنابراین بر ماست که با مطالعه اساسی و با شناخت کافی از مسائل موجود و با برنامه ریزیهای منطقی و با تشویق سرمایه‌های خصوصی و با کمک دولت، با طرح و ساخت چنین فضاهائی، اولاً دافع نقائص موجود بوده و ثانیاً با ایجاد اینگونه مراکز رفاهی و تفریحی از کمبود این نوع مراکز دفع نقیصه کرده باشیم.

اوقات فراغت و تفریح:

اگر چه تفریح یک کیفیت اجتماعی است که شاید به همان اندازه خود فرهنگ قدمت داشته باشد، با این همه تا چند سال اخیر، چندان مورد بررسی قرار نگرفته بود.

تنها در اواخر قرن ۱۹ بود که بر اثر پیشرفت علوم مردم‌شناسی و جامعه‌شناسی و روانشناسی، ورزش و تفریح مورد توجه بیشتری قرار گرفته و بعنوان یکی از جنبه‌های مهم خوی و رفتار آدمی بررسی شده است.

هر موجود زنده‌ای برای اینکه زنده بماند و نشو و نما کند باید کار انجام دهد و متناسب شرایط محیط و وضع جسمی تلاش و کوشش نماید، انسان به اقتضای شرایط اقلیمی، نوع تولید و میزان نیازها به گونه‌های مختلفی تلاش می‌کند تا بتواند نیازهای درجه اول خود را مرتفع سازد در مقابل این کارهای فیزیکی، پدیده‌ای بنام اوقات فراغت وجود دارد، اوقات فراغت به زمانی گفته می‌شود که فرد پس از پایان کار موظف خود، در اختیار دارد و می‌تواند در نحوه سپری کردن آن، آزادانه به اختیار خویش تصمیم بگیرد.

به عبارت دیگر، اوقات فراغت و تفریح یک نیازمندی اساسی بشر برای استراحت از کار و جبران خستگی است.

بازی و تفریح، عواطف را تلطیف می‌کنند و به افراد اجازه می‌دهند که برای لحظاتی از تعهدات خود، بعنوان فرد مسئول، برهند و لختی آزاد باشند.

اگر بخواهیم اوقات فراغت را در یک جمله خلاصه کنیم، می‌توان گفت:

«اوقات فراغت، لحظاتی است که شخص از تعهدات شغلی، اقتصادی و وظایف شخصی و خانوادگی و اجتماعی بنوعی آسوده باشد.»

در کنار این تعریف، بجاست به علم جامعه‌شناسی فراغت اشاره کنیم:

از جمله شاخه‌های جامعه‌شناسی که در سالهای اخیر، روح پیدا کرده جامعه‌شناسی فراغت می‌باشد. مراد از آن تحقیق در چگونگی صرف اوقات بیکاری در جامعه‌ها، گروه‌ها و قشرهای مختلف اجتماعی است.

با توجه به این علم و دیدگاههای مختلف، اوقات فراغت را می‌توان در ۴ دسته مورد ارزیابی قرار داد:

- (۱) فراغت یک شیوه رفتار است که می‌توان آنرا در هر نوع فعالیتی یافت، حتی در کار شغلی، مثلاً می‌توان ضمن کار کردن به موسیقی گوش کرد. این دیدگاه بیشتر روانشناسانه است تا جامعه‌شناسانه.
 - (۲) فراغت را می‌توان تنها نسبت به کار شغلی سنجید و فراغت را بمعنی کار نکردن دانست. این یک دیدگاه اقتصادی فراغت است.
 - (۳) سومین دیدگاه، اجبارهای خانوادگی را نیز از فراغت مجزا می‌کند، و به هنگام فراغت، شخص هم از کار شغلی و هم از کارخانگی، آسوده است.
 - (۴) چهارمین دیدگاه نسبت به اوقات فراغت، بیانگر مدت زمانی است که بوسیله جامعه برحسب رهایی از اجبارهای شغلی، خانوادگی، اجتماعی، مذهبی و سیاسی، به فرد اعطاء می‌شود.
- پس فراغت مدت زمانی است که شخص به استراحت، برای رفع خستگی و به

تفریح برای رفع کسالت و دل‌تنگی و با فعالیتهای انتخابی برای رشد و توسعه ظرفیتهای جسمی و روحی خود می‌پردازد.

بدیهی است بدن‌بال اوقات فراغت، مسئله تفریح مطرح می‌شود. تفریح بعنوان یک مسئله مهم و مطرح در جوامع امروز، همواره مورد بحث و بررسی است. چرا که یک‌فعالیت لازم و ضروری برای ارگان‌یسم بدن شمرده می‌شود و شاید اهمیت آن از خوابیدن و تغذیه کمتر نباشد.

بدیهی است که همگام با پیشرفت صنعت و تکنولوژی و باز همراه با زیاد شدن بار سنگین زندگی جدید انسان احتیاج به استراحت نیز بیشتر احساس می‌شود.

انکارناپذیر است که در عصر حاضر ماشین و تکنولوژی چنان بشر را از زندگی طبیعی و آغوش طبیعت دور نگاهداشته که از حد قابل قبول خارج است و حتی از صحت و سلامت انسانی کاسته است.

لذا همانطور که مقدار و تعداد ساعات زمان استراحت و مرخصی لازم است که زیاد شود، بهمان میزان هم کیفیت باید مورد نظر باشد و این آسایش و آرامش که مورد نظر اوست باید حتی در جوارش رشد و شکفتگی شخصیت هم وجود داشته باشد.

لازم به ذکر است میزان اوقات فراغت و نوع تفریح افراد متناسب شغل، شرایط اجتماعی و اقتصادی جامعه و نحوه تفکر و اعتقادات آنها متفاوت است و همه افراد اوقات فراغت را یکسان نمی‌گذرانند و بکله به تناسب جهان

بینی و اعتقادات، میزان درآمد، سواد، سن و جنس، محل زندگی و شرایط جغرافیائی محل، هر کدام بنوعی اوقات فراغت خویش را سپری کنند.

در بیان معنی و مفهوم تفریح، می توان جمله زیر را ذکر کرد:

«تفریح مجموعه کارهایی است که فرد پس از آزاد شدن از تمام مسئولیتهای حرفه‌ای و خانوادگی و غیره (به میل خود) خواه بمنظور رفع خستگی و خواه برای سرگرمی و خواه بمنظور گسترش بخشیدن به اطلاعات و فرهنگ خود بآن دست می زند.»

ناگفته نماند که اوقات فراغت و بیکاری، تنها صرف تفریح نمی شود و تفریح در اوقات فراغت، از جمله راههای گذراندن این اوقات است.

دلایل نیاز به تفریح و استراحت

عصر ما، شاهد بزرگترین ترازدی تاریخ تمدن بشری است تا قرن حاضر تمامی اختراعات و ابزار کار انسان وسایلی بودند که از تفکر او سرچشمه می گرفتند و بعد از خلق، در چهارچوب تفکرش جای می گرفتند. تمامی این ابزار و اصول کار آنها، از آن مقدار متجاوز نبود که یک فرد در طول زندگی خود نتواند از تک تک آنها، آشنایی کامل حاصل نماید.

لکن عصر ما، عصر آفرینش ماشین است. با آفرینش این پدیده عظیم، دگرگونی سریع و سرسام آوری در زندگی آدمی رخ داده که محصول آن همان سرگستگی و فرسودگی بشر بوده است. مثلاً مغز الکترونیکی که بدست بشر