



بررسی و تعیین معیارها و استانداردهای فضاهای آموزشی و غیرآموزشی مربوط به معلولان جسمی - حرکتی (4)

پدیدآورده (ها) : امیری ابیانه، هوشنگ؛ علی یار زنجانی، منوچهر
علوم تربیتی :: تعلیم و تربیت استثنائی :: تابستان 1381 - شماره 10 و 11
از 39 تا 44
آدرس ثابت : <http://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/400609>

دانلود شده توسط : عمومی user2314
تاریخ دانلود : 17/12/1394

مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور) جهت ارائه مجلات عرضه شده در پایگاه، مجوز لازم را از صاحبان مجلات، دریافت نموده است، بر این اساس همه حقوق مادی برآمده از ورود اطلاعات مقالات، مجلات و تألیفات موجود در پایگاه، متعلق به "مرکز نور" می باشد. بنابر این، هرگونه نشر و عرضه مقالات در قالب نوشتار و تصویر به صورت کاغذی و مانند آن، یا به صورت دیجیتالی که حاصل و بر گرفته از این پایگاه باشد، نیازمند کسب مجوز لازم، از صاحبان مجلات و مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور) می باشد و تخلف از آن موجب پیگرد قانونی است. به منظور کسب اطلاعات بیشتر به صفحه [فوائین و مقررات](#) استفاده از پایگاه مجلات تخصصی نور مراجعه فرمائید.



پایگاه مجلات تخصصی نور

بررسی و تعیین معیارها و استانداردهای

فضاهای آموزشی و غیر آموزشی مربوط به

معلولان جسمی - حرکتی

تهیه و تنظیم: گروه توسعه و تجهیز

هوشنگ امیری ایبانه

منوچهر علی یار زنجانی

العاده برخوردارند. همچنین علاوه بر مسائل فوق الذکر نمی توان از جنبه های اجتماعی و خلاقیت هنری - روانی ورزش در زندگی معلولان چشم پوشی کرد.

همواره باید این نکته را مدنظر داشت که تأسیسات ورزشی نباید هرگز به صورت جداگانه و فقط برای معلولین ساخته شوند. زیرا اولاً از نظر اقتصادی

راه رفتن و حرکت استفاده کند محتاج است که هر چه بیشتر بدن خود را به حرکت در آورد و به نرمش پردازد. ورزش به وی کمک می کند که حرکات بدنی مفیدی انجام دهد و از این راه تجدید قوا نماید و در عین حال بر روحیه خود بیفزاید.

در میان رشته های ورزشی، ورزش شنا و ویلچررانی جهت معلولان از اهمیت فوق

مکانهای عمومی ساختمان و

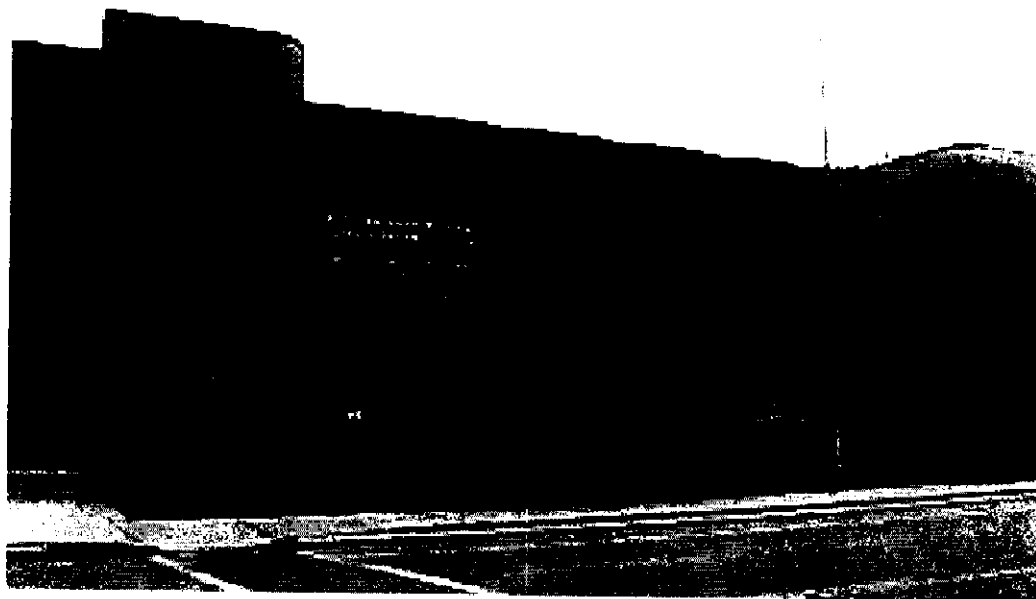
میدانها و سالنهای ورزشی

۱۷- میدانها و سالنهای ورزشی:

الف- موازین و معیارهای طراحی

اساساً میدانها و سالنهای ورزشی، استخرهای شنا و دیگر تأسیسات ورزشی نقش مؤثری در توانبخشی و گذراندن اوقات فراغت و زندگی روزمره معلولین ایفا می کنند. فرد معلولی که نمی تواند از نعمت

مرکز تحقیقات کامپیوتر علوم اسلامی



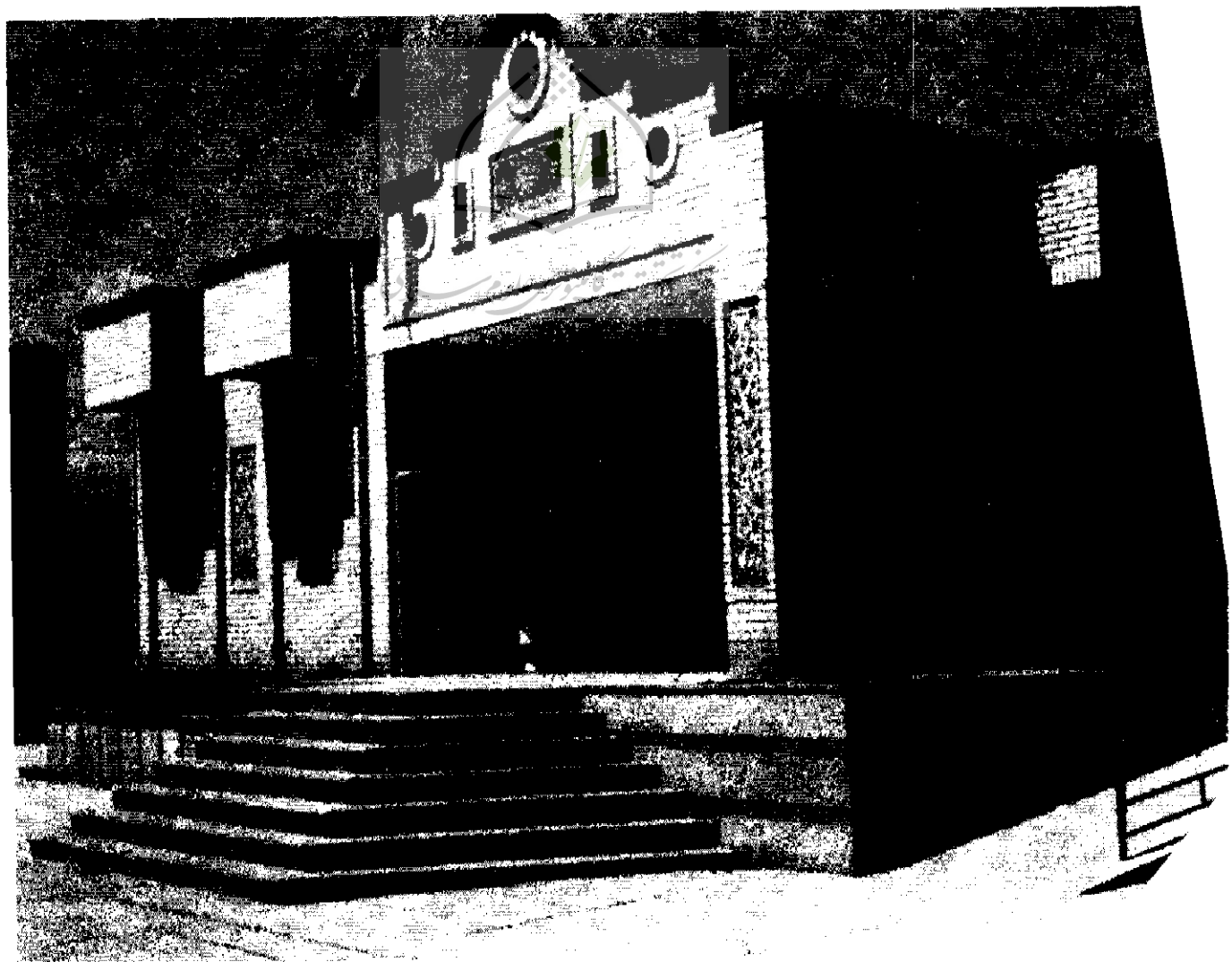
با صرفه نمی‌باشند و ثانیاً از نظر روانی این مسئله مورد قبول عموم قرار گرفته که معلولان و کسانی که دارای نقائص (جسمی - حرکتی) یا (جسمی - روانی) می‌باشند باید در زندگی مشترک عمومی (و ورزش) همانند دیگران شرکت نمایند. فقط در مورد تأسیسات ورزشی اماکن (بهداشتی درمانی) و فیزیوتراپی می‌توان استثناء قائل شد. زیرا در این گونه ساختمانها مسئله درمانی و تخصصی توان - بخشی بر دیگر مسائل ارجحیت دارد.

تأسیسات ورزشی عمومی باید برای تمام افراد اعم از سالم و معلول بنحوی ساخته شوند که همواره برای معلولینی که بر روی صندلی چرخدار نشسته‌اند و همچنین نابینایان و ناشنوایان قابل استفاده باشد. مسئله مهم این است که فرد معلول همواره باید با دیگران در تعامل اجتماعی باشد. میدانها و سالنهای ورزشی باید بطریقی طراحی شوند که از طرف معلولین به راحتی مورد استفاده قرار گیرند.

ورزشگاهها و سالنهای ورزشی معلولان باید واجد شرایط ذیل باشند.

۱- کلیه علائم و نشانه گذاریها برای نابینایان قابل درک باشند.
۲- سالن ورزشی مستقیماً به راهرو خارجی و سرویسهای بهداشتی و رختکن ورزشکاران اتصال یابد.

۳- تمام عملیات تعویض لباس، استحمام قبل از ورزش و حمام مجدد بعد از عملیات



ورزشی، توالی و دستشویی رفتن در یک محل مناسب و متصل به سالن ورزشی انجام گیرد.

۴- برای کسانی که مبتلا به اختلال شنوایی می باشند گوشی کمکی مخصوصی کار گذاشته شود.

۵- برای نابینایان از تابلوهای محل یابی و جهت یابی استفاده شود.

ب- مشخصات و ابعاد

۱- ورودی میدان یا سالن ورزشی:

سطح داخلی نیز باید با سطوح شیبدار جداگانه به تابلوهای اطراف متصل شود تا معلولان بتوانند به کمک ویلچر (صندلی چرخدار) خود را مستقیماً به داخل محوطه ورزشی برسانند.

بزرگی درهای ورودی سالنهای ورزشی، هرگز نباید کمتر از ۱۵۰ سانتی متر در نظر گرفته شود. کریدورها و راهروهای میانی بین سالنها نیز به هیچ وجه نباید عرضی کمتر از ۱۸۰ سانتی متر داشته باشد.

۲- میله های موازی هدایت کننده می توان از میله های موازی که در فاصله ۷۰ سانتی متری از یکدیگر قرار گرفته اند استفاده کرد. طول این میله ها نیز نباید بیشتر از ۴ متر در نظر گرفته شود. در این حال میله ها باید در فاصله ۱۲۰ سانتی متری از لبه گیشه پایان یابد تا مراجعہ کننده بتواند پس از تهیه بلیط، بدون عقب گرد و به آسانی از مقابل بلیط فروشی دور شود.

۳- بلندگوی پیام:

بلندگوها را باید بنحوی در سالن ورزشی قرار داد که تمامی

مراجعہ کنندگان در هر نقطه سالن بتوانند بصورت یکنواخت از مطالب گفته شده استفاده نمایند. در این صورت بلندگوی کناری نباید در فاصله کمتر از ۱۵۰ سانتی متر از تماشاگران قرار داده شود.

۴- سرویسهای بهداشتی:

سرویسهای بهداشتی میدانها و سالنهای ورزشی باید بنحوی باشد که معلولان به آسانی قادر به استفاده از آنها باشند بدین منظور سرویسهای بهداشتی بصورت ذیل طبقه بندی می شوند:

۱- سرویسهای بهداشتی مورد استفاده مراجعہ کنندگان و تماشاگران.

۲- سرویسهای بهداشتی مورد استفاده ورزشکاران.

به نسبت تعداد مراجعہ کنندگان حداقل یک توالی به ازای هر ۱۰ توالی معمولی و یک دستشویی به ازای هر ۱۰ دستشویی معمولی برای معلولان در نظر گرفته شود.

ورودی اصلی توالی برای نابینایان نیز قابل تشخیص باشد هر بخش جداگانه سالن یا میدان ورزشی دارای سرویسهای بهداشتی جداگانه و مجزا باشد.

۵- رختکن ورزشگاه:

دستگیره رخت آویز (و نیز گنجه نگهداری لباس) در فاصله ۱۲۰ تا ۱۵۰ سانتی متر از سطح زمین قرار داده شود. نیمکت ورزشکاران در داخل محوطه رختکن نیز دارای ابعاد زیر باشد:

۱- طول نیمکت - ۱۲۰ سانتی متر.
۲- عرض نیمکت - ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر.



۳- ارتفاع نیمکت - ۵۰ سانتی متر.
۴- ابعاد اتاق رختکن - ۱۸۰×۲۲۰ سانتی متر.

در نزدیک نیمکت نشستن می توان از دستگیره های هدایت - کننده کمکی عمودی نیز استفاده کرد. در این صورت این میله ها دارای ارتفاعی برابر با ۱۲۰ تا ۱۶۰ سانتی متر از سطح زمین می باشند و قطر آنها برابر با ۳ و ۴ سانتی متر است. همچنین ارتفاع آویز حوله از سطح زمین نیز برابر با ۸۰ سانتی متر می باشد.
۶- **تأسیسات خدماتی:**

ارتفاع کلیه کلیدها و دکمه های تأسیساتی خدماتی نباید از ۴۰ سانتی متر کمتر و از ۱۴۰ سانتی متر بیشتر در نظر گرفته شود.
۷- **درهای ورودی:**

کلیه درها می باید دارای حداقل عرضی برابر با ۸۵ و ارتفاعی برابر با ۲۱۰ سانتی متر باشند و تا ارتفاع ۴۰ سانتی متری از سطح زمین از مصالح ضد جرقه ساخته شوند، و تمام درها به طرف خارج باز شوند و همین مسئله در محبوس نکردن افراد در پشت درهای بسته از اهمیت فوق العاده برخوردار است.
۸- **دوش آب:**

در میدانها و سالنهای ورزشی محل دوش گرفتن ورزشکاران بصورت عمومی در نظر گرفته می شود. در این صورت ناحیه ای از دوش عمومی دارای مشخصات ویژه معلولینی که بر روی صندلی چرخدار نشسته اند، می باشد.

علاوه بر دوش عمومی باید همواره به نسبت مراجعه کنندگان و حداقل دو عدد

دوش خصوصی که بصورت تک نفری استفاده می شود. در این صورت دوش مخصوص می باید دارای ابعاد حداقل ۱۸۰×۱۸۰ سانتی متر باشد.

در داخل سرویسهای بهداشتی تک نفری علاوه بر وسایل فوق - الذکر لازم است که نکات ذیل را نیز در نظر گرفت:

۱- ابعاد توالت نباید به هیچ وجه کوچکتر از ۱۸۰×۱۸۰ سانتی متر باشد.

۲- در توالت باید به طرف خارج باز شود.

۳- حداقل در دو طرف دیوار توالت از دستگیره های کمک افقی در ارتفاع ۸۰ تا ۸۵ سانتی - متر از سطح زمین استفاده شود.

۴- در پشت در ورودی حمام نیز میله دستگیره ای بطول ۶۰ سانتی - متری قرار داده شود تا به معلول در باز و بسته کردن در کمک رسانند.

در داخل حمام علاوه بر مسایل فوق لازم است، وسایل و تجهیزات ذیل را نیز کار گذاشت:

۱- زنگ اعلان خطر برای درخواست کمک.

۲- چراغ قوه ذخیره با حداقل ۲ ساعت انرژی.

۳- آینه دیواری.

۴- تهویه خودکار.

۵- فن الکتریکی (مو خشک کن برقی) که بتوان ارتفاع آن را به دلخواه تغییر داد.

۶- صندلی چرخدار ذخیره برای استحمام.

۹- **مشخصات دوش حمام:**

۱- دستگیره شیر دوش باید از نوع فشاری انتخاب گردد.

۲- شیر دوش باید از نوع مخلوط کننده انتخاب شود و در ارتفاع ۹۰ سانتی متری از سطح زمین قرار داده شود.

به منظور استفاده بهتر از دوش آب لازم است از دو عدد دوش استفاده شود. در این صورت یکی از دوشها در ارتفاع ۸۰ سانتی متری از سطح زمین قرار دارد و هنگامی که فرد معلول نیازمند استفاده از آب از ارتفاع پایین است مفید و مؤثر واقع می شود و دیگری در ارتفاع ۱۹۰ سانتی متر از سطح زمین نصب می گردد.

۳- در قسمت پایین دوش صندلی بازشو دیواری کار گذاشته شود تا افرادی که قادر به ایستادن بر روی پای خود نمی باشند، بتوانند به هنگام استحمام از آن استفاده کنند.

۴- لبه ورودی دوش نباید دارای ارتفاعی بیشتر از ۲/۵ سانتی متر باشد، بهتر است این ارتفاع به صفر برسد.

۵- شیب کف پوش دوش باید به طرف وسط آن انتخاب گردد.

۶- محل قرار دادن صابون یا شامپو باید بصورت حفره در داخل دیوار فرو برده شود.

۷- در داخل دوش عمومی باید حداقل یک ویلچر برای ورزشکارانی که نیازمندند، وجود داشته باشد تا معلولان قادر گردند بهنگام دوش گرفتن از آن استفاده کنند.

۸- در دیوارهای کناری تعدادی دستگیره کار گذارده شود، تا معلول قادر گردد در صورت نیاز از آنها استفاده کند و از لغزش احتمالی جلوگیری بعمل آید.

۹- موزائیکهای کف پوش حمام حتماً باید از نوع غیر لغزنده انتخاب شود. اساساً حمام سونا مانند استخر یکی از تأسیسات مهم و زیر بنایی در آب درمانی معلولان جسمی- حرکتی به شمار می‌رود تا آنجائیکه بسیاری از پزشکان استفاده از آن را برای معلولان تجویز کرده آنها را در رفتن به حمام سونا تشویق می‌کنند. مشخصات حمام سونا جهت استفاده معلولان جسمی- حرکتی بشرح ذیل می‌باشد:

۱- بزرگی در ورودی حمام سونا برابر با ۸۵×۲۱۰ سانتی متر است.

۲- عرض راهروهای اطراف حمام سونا برابر با ۱۴۰ سانتی متر است.

۳- رختکن حمام سونا می‌تواند در ناحیه‌ای مجزا و قبل از حمام اصلی قرار داده شود در این صورت ناحیه مزبور دارای مشخصات رختکن‌های خصوصی می‌باشد و حداقل بزرگی آن برابر ۱۸۰×۱۸۰ سانتی متر می‌باشد.

۴- ابعاد دوش مخصوص حمام سونا نیز برابر با ۱۸۰×۱۸۰ سانتی متر است.

۵- درجه حرارت داخلی حمام سونا باید بین ۷۵ تا ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد متغیر باشد.

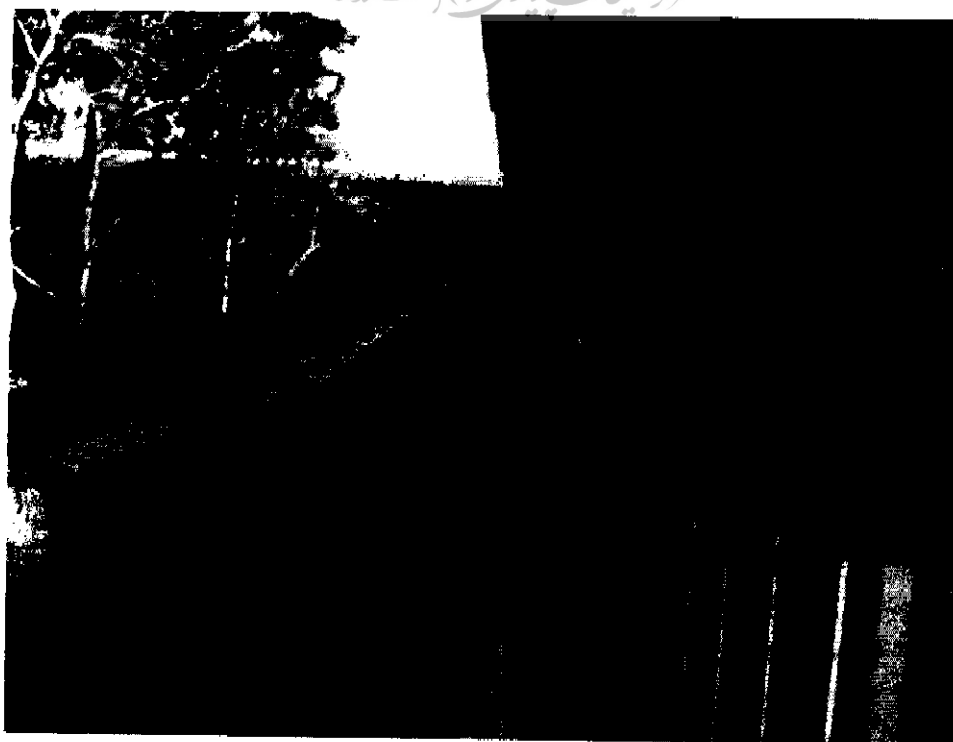
۶- حمام سونا باید مستقیماً به یک دستشویی و توالت فرنگی ویژه معلولان ارتباط پیدا کند.

۷- کلیه سکوه‌های نشیمن داخل حمام دارای عرض ۴۰ تا ۵۰ طول حداکثر ۲۰۰ و ارتفاع ۵۰ سانتی متر باشد و از مصالح عایق ساخته شود تا به هنگام

نشستن معلول بر روی آنها ایجاد ناراحتی نکند.

۱۰- استخر شنا:
درجه حرارت آب استخر همواره می‌باید برابر با ۲۷ تا ۳۰ درجه ثابت در نظر گرفته شود تا شناگر با تغییر درجه حرارت ناگهانی مواجه نشود.
به منظور کمک به شناگران در هنگام فرو رفتن در استخر شنا یا بیرون آمدن از آن می‌توان از سطوح شیب داری که در داخل آب فرو می‌روند، استفاده کرد.
راهرو کناری استخر شنا نباید به هیچ وجه کمتر از ۱۸۰ سانتی-متر در نظر گرفته شود.
به منظور آنکه نایبایان و افرادی که دارای اختلال بینایی می‌باشند نیز قادر گردند از استخر شنا استفاده کنند لازم است که نکات ذیل کاملاً رعایت شود.
۱- کلیه کف پوشها می‌باید از مصالح مناسب انتخاب گردند.

مرکز تحقیقات کامپیوتر علوم اسلامی



۲- تغییر محیطهای مختلف با رنگهای متضاد و مصالح گوناگون قابل تشخیص از طرف نایبانیان مشخص شود.

۳- تمام جدول بندیها، توسط رنگ یا مصالح مختلف بر روی سطح زمین ورزشی کشیده شوند. از جدولهای سدمعبری که از کف پوش زمین بیرون می آیند مطلقاً نباید استفاده کرد.

۴- بلندگوی خودکار که توسط رایانه عمل می کند در محل ورزشی کار گذاشته شوند تا به ورزشکاران نایبانیان، نتیجه عملیات ورزشی را اطلاع دهد.

۵- کلیه نوشته ها و آگهی ها با حروف بریل نوشته شوند.

۱۱- محل ویژه معلولان در داخل سالن یا میدان ورزشی:

اساساً محل ویژه معلولان در داخل سالن یا میدان ورزشی دارای مشخصات ذیل می باشد:

۱- بزرگی آن به اندازه ای است که صندلی چرخدار می تواند به آسانی بر روی آن قرار داده شود در این صورت ناحیه ای در جلو یا عقب صندلی چرخدار و به بزرگی 110×110 سانتی متر علاوه بر محل صندلی چرخدار که به بزرگی 120 تا 140×110 سانتی متر است. تمامی این ناحیه از سه جهت با نرده های حفاظتی تا ارتفاع 80 سانتی متری از سطح زمین احاطه شود تا از خطر ورود و برخورد احتمالی دیگران در داخل محوطه و بالعکس جلوگیری بعمل آید.

۲- به ازای هر 300 تماشاگر حتماً یک محل با مشخصات فوق در نظر گرفته شود. در مورد تأسیسات ورزشی

کوچک تعداد محل های ویژه نباید هرگز کمتر از 4 عدد در نظر گرفته شود.

۳- بمنظور استفاده بهتر از محل های ویژه لازم است در هر بخش از سالن های ورزشی آنها را در کنار یکدیگر و در نواحی فوقانی یا تحتانی قرار داد. در این صورت راهرو پشت یا مقابل معلولین نباید کمتر از یک متر انتخاب گردد.

۴- سطح کف پوش این ناحیه، حتماً بصورت مستقیم انتخاب گردد و از نوع غیر لغزنده استفاده شود.

علاوه بر محل ویژه صندلی چرخدار باید نکات ذیل را نیز در نظر گرفت:

۱۰- به ازای هر 300 تماشاگر حداقل 4 صندلی در محل مناسب برای کسانی که با اختلال شنوایی مواجه می باشند خالی بماند و هرگز از طرف دیگران تصرف نگردد.

۲- به ازای هر 300 تماشاگر حداقل 5 صندلی در نقاط مختلف سالن و در نزدیک راهرو اصلی میانی یا کناری برای کسانی که با کندی حرکت روبرو هستند خالی بماند و همانند قبل از طرف دیگران تصرف نگردد.

۳- به ازای هر 300 تماشاگر حداقل 4 صندلی در نقاط مختلف سالن برای نایبانیان بصورت آزادها شود و هرگز از طرف دیگران تصرف نگردد. صندلی های مزبور می باید دارای دستگاه های سمعی (گوشی ویژه نایبانیان) باشند. رنگ آنها نیز می باید برای

اینگونه افراد قابل تشخیص و تمیز باشند. استفاده از آژیرهای صوتی بمنظور رساندن اطلاع به نایبانیان نیز مفید و مؤثر می باشد. در کنار صندلی نایبانیان لازم است که محل جایگزینی نیز برای سگ راهنما در نظر گرفت.

۱۲- صندلی های سالن ورزشی: در سالن ها یا میادین و استادیوم های ورزشی بهتر است تعدادی از صندلی ها را بصورت متحرک در نظر گرفت تا در صورت لزوم بتوان تعدادی از آنها را جابجا کرده محل مناسب و بلچر را بوجود آورد و در این صورت صندلی های متحرک در ردیف های کناری و جفتی و نزدیک راهرو های میانی یا جانبی می باشند.

سخن پایانی:

اساساً بررسی و شناخت مواردی مانند اصول، طراحی، سیاستها، خط مشها و اهداف مشخص در خصوص ایجاد فضاهای آموزشی و غیر آموزشی مختص معلولان بطور اعم و معلولان جسمی - حرکتی بصورت اخص مستلزم تحقیق و پژوهش گسترده ای با استفاده از امکانات عدیده پژوهشی در صورت زمان زیادی می باشد تا نتیجه طرح تحقیقی مزبور منتج به نتیجه با ارزش کاربردی گردد. علی ایحال گروه توسعه و تجهیز مراکز آموزشی در حد امکانات محدود خویش از لحاظ تحقیقی و پژوهشی (داشتن منابع و مآخذ مربوطه) اقدام به تدوین مجموعه مزبور نموده که امید است مورد استفاده همکاران محترم قرار گیرد.