

ورزش و محیط زیست

مؤلفین:

دکتر کیوان شعبانی

(عضو هیأت علمی، دانشگاه آزاد)

دکتر بهروز پورسفی

(عضو هیأت علمی، دانشگاه رازی)

دکتر عبدالحمید، هم. ی.

(عضو هیأت علمی، جهاد دانشگاهی)

سازمان انتشارات جهاد دانشگاهی

۱۳۹۴

سرناسه	: احمدي، عبدالحميد، ۱۳۴۱
عنوان و نام پديدآور	: ورزش و محيط زيست
مشخصات نشر	: تهران: سازمان انتشارات جهاد دانشگاهي، ۱۳۹۴.
مشخصات فزي	: ۲۰۶ص: مصور (رنگي)، جدول
شابک	: ۷۴۲-۰۱-۰۲-۶۰۰-۹۷۸
وضعيت فهرست نويي	: فباي مختصر
يادداشت	: فهرست به يسي کامل اين اثر در نشاني http://opac.nlai.ir قابل دسترسي است.
شناسه افزوده	: يونس، بهرام، ۱۳۴۴ -
شناسه افزوده	: حمدي، عبدالحميد، ۱۳۴۱ -
شماره کتابشناسي ملي	: ۳۸ - ۱۳۵

ورزش و محيط زيست

مولفين: كيوان بهباني - بهرام يوسفی - سيد عبدالحميد احمدي

ناشر: سازمان انتشارات جهاد دانشگاهي

چاپ: اول - ۱۳۹۴

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قيمت: ۸۰۰۰ تومان

شابک: ۷۴۲-۰۱-۰۲-۶۰۰-۹۷۸

اين اثر، مشمول قانون حمايت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. به استخفاف تمام يا قسمتي از اين اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر يا پخش يا عرضه نمايد مورد پيگرد قانوني قرار خواهد گرفت.



سازمان انتشارات

نشاني سازمان انتشارات: تهران - خيابان انقلاب اسلامي - خيابان فخررازي - خيابان شهيداي ژاندارمري - پلاک ۷۲، تلفن: ۶۶۹۵۲۹۴۸

مرکز پخش:

خيابان انقلاب - بين فلسطين و چهارراه وليعصر - جنب مؤسسه نمايشگاههاي فرهنگي ايران - تلفن: ۶۶۴۸۷۶۲۵ - ۶

پاگاه اطلاع رسانی: www.isba.ir پست الكترونيكي: info@isba.ir فروشگاه اينترنتي: www.Jdbook.ir

مقدمه

انجام اقدام عملی و فوری همه انسان‌ها برای توقف روند کنونی تخریب محیط‌زیست ضروریست. بدلیل وجود مسائل و مشکلات گوناگون زیست‌محیطی در سراسر جهان، مردم اغلب راجع به جدی بودن این مشکلات و راهکار رفع آنها توافق نظر ندارند. با این حال، مواردی چون افزایش جمعیت، بکارگیری غیرمقول منابع، فقر، عدم اعمال هزینه زیست‌محیطی در قیمت تمام‌شده کالاها و خدمات، و دانش کم درباره مسائل محیطی؛ از علل اصلی مشکلات زیست‌محیطی در سراسر جهان بشمار می‌روند. ورزش نیز مانند بسیاری از فعالیت‌های دیگر ممکن است اثرات مفید یا زیان‌بخش بسیاری را بر محیط‌زیست داشته باشد. عملکرد مدیران ورزشی، تیم‌ها و سازندگان تجهیزات و وسایل ورزشی ممکن است پیامدهایی داشته باشد که تأثیر آن بر محیط‌زیست قابل بررسی است، ولی سازمان‌های ورزشی معمولاً به‌واسطه سازمان‌های آلوده‌کننده محیط‌زیست قلمداد نمی‌شوند. تصمیم به فعالیت ورزشی در وهله اول تأثیر چندانی بر محیط‌زیست ندارد، ولی هنگامیکه تعداد انبوهی از ورزشکاران به تمرین، رقابت، سفر برای شرکت در مسابقات یا تأمین و خرید تجهیزات ورزشی می‌پردازند، تأثیر آن ملموس‌تر خواهد بود. ممکن است پیامدهای زیادی از قبیل تولید دی‌اکسیدکربن، تولید زباله، آلودگی هوا و... را بدنبال داشته باشد. آلودگی آب و هوا، سروصدای زیاد، آلودگی نوری، ترافیک، استفاده از منابع طبیعی تجدیدنی‌ناپذیر مانند آب، کاغذ و چوب، تولید گازهای گلخانه‌ای بر اثر استفاده از وسایل برقی، سوراخ شدن لایه اوزون در اثر بکارگیری تجهیزات سرمایشی، استفاده از مواد شیمیایی و آفت‌کش‌ها در زمین‌های چمن، استفاده از مواد شیمیایی در استخرها و اماکن ورزشی، مصرف بیش از حد آب، تخریب زمین‌های ورزشی برای استفاده بعنوان استادیوم و ورزشگاه و... از مهم‌ترین تغییراتی هستند که بدنبال ورزش و فعالیت بدنی ممکن است در محیط‌زیست ایجاد شوند.

علم محیط‌زیست با علوم زیادی ارتباط تنگاتنگ دارد، علوم زیست‌شناسی، بوم‌شناسی، شیمی، فیزیک، زمین‌شناسی، جغرافیا، مردم‌شناسی، انسان‌شناسی، اقتصاد، علوم سیاسی، فلسفه، دین و اخلاق؛ هریک از منظر خویش به بررسی محیط‌زیست می‌پردازند و ضروریست که علوم ورزشی هم سهم خود را در حفظ محیط‌زیست ایفا نمایند. با این حال، تعداد ناچیز و اندک کتاب‌ها،

مقاله‌ها و پایان‌نامه‌هایی که در گرایش‌های مختلف تربیت بدنی و علوم ورزشی بطور مستقیم یا غیرمستقیم به موضوع محیط‌زیست پرداخته‌اند به خوبی نشان می‌دهد که از موضوعی تاب‌دین حد-مهم و ضروری غفلت شده است. از سوی دیگر، وضعیت متفاوتی را در این خصوص در بسیاری از کشورهای جهان شاهد هستیم. علاوه بر انتشار کتاب‌ها و مقالات فراوان در زمینه ورزش و محیط-زیست، امروزه فعالیت‌های زیست‌محیطی مربوط به ورزش، در جهان و بویژه در کشورهای توسعه‌یافته به سرعت در حال گسترش است؛ از انرژی‌های پاک و انرژی خورشید استفاده می‌شود، مصرف آب زمین‌های چمن در بسیاری از نقاط از طریق آبیاری قطره‌ای مدیریت می‌شود، مصرف آفت‌کش‌ها کاهش است، سالن‌ها دارای گواهی‌نامه مدیریت پایدار هستند، کفپوش‌های دوستدار محیط‌زیست وارد استفاده قرار می‌گیرند، دوستداران محیط‌زیست برای انتقال پیام‌های زیست‌محیطی در استادیوم ورزشگاه‌ها فعالیت می‌کنند و... کتاب حاضر تلاشی است برای حفظ محیط‌زیست از طریق ورزش. این کتاب در هفت فصل و براساس سرفصل‌های مصوب وزارت علوم، تحقیقات و فناوری برای رشته **وقات فراغت و محیط‌زیست**، رشته مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی تدوین شده و البته به شکلی نگارش شده تا برای همه کسانی که دغدغه محیط‌زیست دارند قابل استفاده باشد. بدین منظور تلاش زیادی صورت گرفته تا از بکارگیری اصطلاحات فنی و پیچیده پرهیز شود. توجه به اینکه اثر حاضر از محدود آثاری است که در این زمینه به زیور طبع آراسته شده، بطور قطع خیلی از ایراد نیست. قدردان خوانندگانی هستیم که اشکالات کتاب و پیشنهادات خود را به نشانی الکترونیک keivanshabani@gmail.com در اختیار مولفان قرار دهند.

فهرست

صفحه	عنوان
۱۳.....	فصل او۱. مفاهیم بنیادی مربوط به محیط‌زیست
۱۶.....	وضعیت کنونی محیط‌زیست در جهان
۱۷.....	۱. آب
۱۸.....	نکاتی در رابطه با سرف آب
۲۰.....	آب مجازی، مفهوم، تعریف و مدیریت آب
۲۰.....	مقدار آب مجازی لازم برای تولید برخی کالاها
۲۲.....	راهکارهای صرفه‌جویی در مصرف آب
۲۳.....	۲. جنگلها و فضای سبز
۲۳.....	الف. جنگلها
۲۴.....	از بین رفتن جنگلها
۲۵.....	ب. فضای سبز
۲۵.....	۳. هوا و جو
۲۶.....	ورود ذرات آلاینده به هوا
۲۷.....	افزایش گازهای گلخانه‌ای
۲۹.....	تخریب لایه اوزون
۳۰.....	نکاتی درباره آلودگی هوا
۳۲.....	خودروها و آلودگی هوا
۳۳.....	نکاتی درباره آلودگی خودروها
۳۵.....	۴. تنوع زیستی
۳۶.....	حفظ تنوع زیستی
۳۶.....	تنوع زیستی در جوامع انسانی

۳۷	۵. کشاورزی و غذا.....
۳۸	نقش کشاورزی در ایجاد آلودگی
۳۹	کشاورزی ارگانیک
۴۰	تولید مواد غذایی با ایجاد تغییرات ژنتیکی
۴۱	۶. بیابانزایی.....
۴۱	۷. فرسایش خاک.....
۴۱	۸. گرم شدن زمین
۴۳	۹. فاضلاب و زباله
۴۳	"۱. فاضلاب
۴۴	تصفیه فاضلاب
۴۶	ب. زباله
۴۷	تأثیر زباله‌ها بر سلامت انسان
۴۸	مدیریت زباله و مواد
۴۸	کاهش تولید زباله
۵۲	استفاده دوباره:
۵۳	بازیافت:
۵۳	مزایای بازیافت
۵۴	نکاتی درباره بازیافت زباله
۵۵	دفع زباله
۵۶	شیوه‌های دفع زباله
۵۷	نکاتی درباره دفع زباله
۵۹	۱۰. حمل و نقل
۶۰	نکاتی در رابطه با حمل و نقل:
۶۰	راهکارهای کاهش استفاده از خودرو و ارتقای حمل و نقل فعال
۶۳	۱۱. انرژی و سوخت
۶۵	۱۲. افزایش جمعیت
۶۵	۱۳. فقر و نابرابری
۶۷	۱۴. مصرف بیش از حد
۶۸	برخی تأثیرات زیستمحیطی رفاه

۶۸.....	آیا مصرف بیرویه یک نیاز است؟
۶۹.....	۱۵. همکاریهای بینالمللی
۷۱.....	فصل دوم: ارتباط ورزش و محیط زیست
۷۳.....	منافع فعالیت بدنی و ورزش
۷۴.....	منافع اقتصادی ورزش و فعالیت بدنی
۷۶.....	ابعاد زیستمحیطی برگزاری رویدادهای ورزشی
۷۶.....	آثار زیستمحیطی میزبانی ورزش
۷۸.....	آثار مثبت
۷۹.....	آثار منفی
۸۴.....	مطالعه موردی اقدامات زیستمحیطی برزیل برای میزبانی جام جهانی ۲۰۱۴
۸۵.....	باز یافت
۸۵.....	بهره‌وری منابع و مدیریت منابع
۸۵.....	حمل و نقل شهری
۸۶.....	انتشار کربن
۸۷.....	تأثیر رسانه‌های ورزش بر محیط زیست
۸۸.....	ورزش و انتشار گازهای گلخانه‌ای
۸۹.....	ارزیابی ابعاد زیستمحیطی ورزش
۹۰.....	ملاحظات مربوط به فعالیت بدنی و تفریح در محیط طبیعی و فضای باز
۹۱.....	فعالیت بدنی و ورزش در محیط‌های مختلف
۹۲.....	الف. هوای آلوده
۹۳.....	فعالیت بدنی در هوای آلوده
۹۵.....	تأثیر فعالیت بدنی در هوای آلوده بر سلامت
۹۷.....	نکاتی درباره فعالیت بدنی در هوای آلوده
۹۹.....	سنگاپور
۱۰۰.....	کپنهاگ دانمارک
۱۰۰.....	ج. سروصدای
۱۰۱.....	نکاتی درباره آلودگی صوتی
۱۰۲.....	آلودگی صوتی و ورزش
۱۰۳.....	ج. محیط آلوده

۱۰۳.....	آلودگی آب استخرها
۱۰۴.....	پیشگیری از آلودگی و بیماری در استخرهای شنا
۱۰۵.....	فصل سوم: سیاست‌ها و اقدامات زیست‌محیطی IOC
۱۰۸.....	اقدامات زیست‌محیطی برای بازی‌های المپیک سیدنی ۲۰۰۰
۱۱۱.....	اقدامات زیست‌محیطی برای المپیک ۲۰۰۸ بیجینگ چین
۱۱۳.....	اقدامات زیست‌محیطی برای المپیک ۲۰۱۲ لندن
۱۱۵.....	اقدامات زیست‌محیطی برای بازی‌های المپیک زمستانی ۱۹۹۴ لیلهاور نروژ
۱۱۷.....	فصل چهارم: بکارگیری دستورالعمل‌های زیست‌محیطی در ورزش
۱۱۹.....	نقشه طراحی شهری در افزایش فعالیت بدنی
۱۲۱.....	حمل و نقل فعال
۱۲۳.....	معرفی شه‌های دست‌دار دوچرخه
۱۲۳.....	کپنهاگ دانمارک
۱۲۴.....	ترونهاور نروژ
۱۲۵.....	یکن
۱۲۵.....	طراحی اماکن ورزشی سبز
۱۲۸.....	مصالخ ساختمانی پایدار
۱۳۰.....	توسعه فضای سبز در اماکن ورزشی
۱۳۱.....	نما، شمایل و کالبد اماکن ورزشی
۱۳۳.....	ساخت و ایجاد مناظر طبیعی در اماکن ورزشی
۱۳۵.....	بام سبز
۱۳۶.....	مزایای بام سبز
۱۳۷.....	انواع بام سبز
۱۳۷.....	دیوارهای سبز
۱۳۸.....	دیوارهای سبز به دو دسته تقسیم می‌شوند
۱۴۰.....	روشنایی اماکن ورزشی
۱۴۱.....	کیفیت هوا در اماکن ورزشی
۱۴۱.....	کنترل صدا در اماکن ورزشی
۱۴۲.....	صرفه‌جویی در مصرف آب
۱۴۴.....	صرفه‌جویی در مصرف انرژی

۱۴۵.....	بکارگیری فناوری‌های خورشیدی برای تولید انرژی در اماکن ورزشی
۱۴۷.....	برنامه نگهداری سبز در اماکن ورزشی
۱۴۸.....	مدیریت مواد زائد در اماکن ورزشی
۱۴۸.....	کاهش تولید زباله
۱۵۰.....	بازیافت زباله
۱۵۰.....	تصفیه فاضلاب اماکن ورزشی
۱۵۳.....	فصل پنجم: پیشنهادهای زیست‌محیطی
۱۵۶.....	ردپای اکولوژیک انسان در طول زمان
۱۵۸.....	نقش دولت‌ها در موفقیت برنامه‌های زیست‌محیطی
۱۵۹.....	مشارکت همگانی در حفظ محیط‌زیست
۱۶۰.....	نقش سازمان‌های مردم‌نهاد در حفظ محیط‌زیست
۱۶۰.....	آموزش زیست‌محیطی
۱۶۲.....	آموزش حساسیت نسبت به محیط زیست در کودکان
۱۶۴.....	نقش رسانه‌ها حفظ محیط‌زیست
۱۶۵.....	اخلاق و محیط‌زیست
۱۶۷.....	فصل ششم: استرس‌های محیطی و فعالیت ورزشی
۱۶۹.....	گرما
۱۷۰.....	آسیب‌های ناشی از گرما
۱۷۴.....	سرما
۱۷۴.....	آسیب‌های ناشی از سرما
۱۷۵.....	نکاتی درباره فعالیت بدنی در سرما
۱۷۵.....	فعالیت در زیر آب
۱۷۶.....	ارتفاع
۱۷۶.....	سازگاری بدنی در ارتفاع
۱۷۷.....	آسیب‌های ناشی از ارتفاع
۱۷۸.....	تغییر ریتم‌های شبانه‌روزی
۱۸۰.....	پیشگیری از عوارض پرواززدگی در ورزشکاران
۱۸۱.....	فصل هفتم: طراحی فعالیت‌های ورزشی در جهت حمایت از محیط‌زیست
۱۸۴.....	حفظ محیط‌زیست در یک رویداد ورزشی

۱۸۵.....	پیش از برگزاری رویداد.....
۱۸۶.....	درحین برگزاری رویداد.....
۱۸۶.....	پس از برگزاری رویداد:.....
۱۸۷....	مطالعه موردی: برنامه هدف سبز مسابقات جام جهانی فوتبال ۲۰۱۰ آفریقای جنوبی.....
۱۸۷.....	درس‌ها، چالش‌ها و پیشنهادات مربوط به جام جهانی آفریقا.....
۱۸۹.....	تأثیر برنامه هدف سبز کیپ تاون.....
۱۹۱.....	راهنمای کاربردی برگزاری پایدار یک رویداد.....
۱۹۱.....	پنج گام کلیدی پیش از آغاز کار.....
۱۹۱.....	موانع عملی.....
۱۹۵.....	غذا و نوشیدنی.....
۱۹۸.....	زباله و استفاده مجدد از آن.....
۱۹۸.....	برگزاری رویداد حتماً، نقل و اسکان.....
۲۰۰.....	پس از برگزاری رویداد.....
۲۰۳.....	منابع.....