

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۱۷

## تأثیر تمرینات اسپورت متریک ویژه فوتبال بر عملکرد و خطای فرود پرش فوتبالیستها

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

هدف از تحقیق حاضر، بررسی اثربخشی تمرینات اسپورت متریک ویژه فوتبال بر عملکرد و خطای فرود پرش فوتبالیستها است.

#### طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل (تعداد: 12 نفر)، با گروه های موازی، تصادفی شده

#### نحوه و محل انجام مطالعه

تست های مورد نظر در آزمایشگاه توانبخشی ورزشی دانشگاه بوعلی سینا همدان توسط متخصصین این رشته گرفته خواهد شد و سپس مداخله و تمرینات در سالن ورزشی این دانشگاه صورت خواهد گرفت. در طی تست گیری شرکت کننده از هدف اصلی تحقیق بی خبر خواهد بود.

#### شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیارهای ورود به تحقیق شامل: محدوده سن 18 الی 25 سال، داشتن حداقل سه سال سابقه ورزشی منظم در فوتبال، نداشتن آسیب جدی در طول یک سال گذشته به خصوص اندام تحتانی، رضایت شخصی ورزشکار برای شرکت در برنامه تمرینی پژوهش حاضر و معیارهای خروج شامل سابقه هرگونه آسیب در یک سال گذشته، سابقه جراحی زانو و مچ پا خواهد بود.

#### گروه های مداخله

گروه تمرینات اسپورت متریک، گروه کنترل

#### متغیرهای پیامد اصلی

عملکرد و خطای فرود پرش

عرفان شکیبا  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه بوعلی سینا  
کشور  
جمهوری اسلامی ایران  
تلفن  
1423 3838 81 98+  
آدرس ایمیل  
e.shakiba@phe.basu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری  
بیمار گیری تمام شده  
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار  
2020-02-24, ۱۳۹۸/۱۲/۰۵

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار  
2020-03-02, ۱۳۹۸/۱۲/۱۲

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته  
خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته  
خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی  
خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر تمرینات اسپورت متریک ویژه فوتبال بر عملکرد و خطای فرود پرش فوتبالیستها

#### عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات اسپورت متریک بر عملکرد

#### هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

#### شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

محدوده سن 18 تا 25 سال داشتن حداقل سه سال سابقه ورزشی منظم در فوتبال نداشتن آسیب جدی در طول یک سال گذشته به خصوص اندام تحتانی

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

سابقه هرگونه آسیب در یک سال گذشته سابقه جراحی زانو سابقه جراحی مچ پا

سن

از سن 18 ساله تا سن 25 ساله

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20200307046716N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 20-04-2020, ۱۳۹۹/۰۲/۰۱

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی: 20-04-2020, ۱۳۹۹/۰۲/۰۱

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2020-04-20, ۱۳۹۹/۰۲/۰۱

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 20

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

بر اساس نرم افزار Random Number Generator تصادفی سازی

شده و براساس پنهان سازی تخصیص به روش SNOSE به گروه های

دوگانه تخصیص داده خواهند شد.

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

## 2

شرح متغیر پیامد

عملکرد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

آزمون‌های عملکرد میدانی

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

## 1

شرح مداخله

گروه مداخله: تمرینات اسپورت‌متریک ویژه فوتبال، یک برنامه تمرینی

عصبی عضلانی تخصصی پیشگیری از آسیب جهت ارتقاء سطح

عملکردی نیازهای اساسی فوتبال که شامل: سرعت، چابکی، قدرت،

توان، استقامت، تعادل، ثبات مرکزی و پلايومتریک می‌باشد. طراحی

شده است و طبق یک چارت نظام‌مند هفتگی برای مدت یک ماه و نیم

یعنی شش هفته و در هر هفته سه جلسه (در کل دوره 18 جلسه) و

هر جلسه به مدت 45 دقیقه به آن پرداخته می‌شود. برنامه‌ریزی که

برای این پرتکل انجام شده است بسیار متنوع بوده و شامل تمرینات

چابکی، واکنشی، سرعتی، مقاومتی، استقامت، قدرت و تمرینات

متنوعی همچون نردبان چابکی می‌باشد. علاوه بر این هر هفته تمرینات

تغییر کرده و بر حسب پیشرفت ورزشکاران تمرینات جدیدی انجام

می‌شود اما پایه و اساس کل هفته‌ها طبق چارت تا آخر دوره اجرا

می‌گردد. برای انجام تمرینات از تجهیزاتی مثل نردبان، کش مقاومتی،

ترا باند و مخروط استفاده خواهد شد.

طبقه بندی

پیشگیری

## 2

شرح مداخله

گروه کنترل: بدون مداخله

طبقه بندی

پیشگیری

مراکز بیمار گیری

## 1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

مدرسه تخصصی فوتبال ذولفقارنسب شهر سنندج

نام کامل فرد مسوول

عرفان شکبیا

آدرس خیابان

استان کردستان، سنندج، شهرک زاگرس، خیابان سیروان

شهر

سنندج

## 1

شرح

خطای فرود پرش و عملکرد

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

## 1

شرح متغیر پیامد

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تأییدیه کمیته‌های اخلاق

## 1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی همدان

آدرس خیابان

همدان، شهرک مدرس، خیابان ابوطالب، دانشگاه بوعلی سینا

شهر

همدان

استان

همدان

کد پستی

3869565178

تاریخ تأیید

1398/08/28, 2019-11-19

کد کمیته اخلاق

IR.BASU.REC.1398.018

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

## 1

شرح

خطای فرود پرش و عملکرد

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

## 1

شرح متغیر پیامد

توانبخشی ورزشی  
آدرس خیابان  
همدان، شهرک مدرس، خیابان ابوطالب، دانشگاه بوعلی سینا  
شهر  
همدان  
استان  
همدان  
کد پستی  
3869565178  
تلفن  
1423 3838 81 98+  
ایمیل  
e.shakiba@phe.basu.ac.ir

استان  
کردستان  
کد پستی  
6617787191  
تلفن  
5751 3372 87 98+  
فکس  
5756 3372 87 98+  
ایمیل  
e.shakiba@phe.basu.ac.ir

## حمایت کنندگان / منابع مالی

### 1

**فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه**  
اطلاعات تماس  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه بوعلی سینا  
نام کامل فرد مسوول  
عرفان شکبیا  
موقعیت شغلی  
دانشجو  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
توانبخشی ورزشی  
آدرس خیابان  
همدان، شهرک مدرس، خیابان ابوطالب، دانشگاه بوعلی سینا  
شهر  
همدان  
استان  
همدان  
کد پستی  
3869565178  
تلفن  
1423 3838 81 98+  
ایمیل  
e.shakiba@phe.basu.ac.ir

حمایت کننده مالی  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه بوعلی سینا  
نام کامل فرد مسوول  
فرزانه ساکی  
آدرس خیابان  
همدان، شهرک مدرس، خیابان ابوطالب، دانشگاه بوعلی سینا  
شهر  
همدان  
استان  
همدان  
کد پستی  
3869565178  
تلفن  
1423 3838 81 98+  
ایمیل  
e.shakiba@phe.basu.ac.ir

ردیف بودجه  
کد بودجه  
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟  
بلی  
عنوان منبع مالی  
دانشگاه بوعلی سینا  
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع  
100

بخش عمومی یا خصوصی  
عمومی  
مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور  
داخلی  
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی  
خالی  
کشور مبدا  
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار  
دانشگاهی

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه بوعلی سینا  
نام کامل فرد مسوول  
عرفان شکبیا  
موقعیت شغلی  
دانشجو  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
توانبخشی ورزشی  
آدرس خیابان  
همدان، شهرک مدرس، خیابان ابوطالب، دانشگاه بوعلی سینا  
شهر  
همدان  
استان  
همدان  
کد پستی  
3869565178  
تلفن

## فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه بوعلی سینا  
نام کامل فرد مسوول  
عرفان شکبیا  
موقعیت شغلی  
دانشجو  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

1423 3838 81 98+

ایمیل

e.shakiba@phe.basu.ac.ir

## برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

پروتکل مطالعه

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

## نقشه آنالیز آماری

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

فرم رضایتنامه آگاهانه

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

گزارش مطالعه بالینی

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

کدهای استفاده شده در آنالیز

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست