

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۵/۰۳

تأثیر تمرینات کالیستنیک بر مقیاس‌های تندرستی و مهارتی و حرکات کارکردی در دانشجویان دارای کف پای نرمال

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

هدف از این مطالعه تأثیر تمرینات کالیستنیک بر مقیاس‌های تندرستی و مهارتی و حرکات کارکردی در دانشجویان دارای کف پای نرمال است.

طراحی

این کارآزمایی دارای یک گروه مداخله (دارای کف پای نرمال) بر روی 75 دانشجو انجام خواهد شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

این پژوهش در دانشکده تربیت بدنی دانشگاه خوارزمی انجام خواهد شد. به این منظور 75 دانشجو ۲۴-۱۸ سال در دسترس در گروه مداخله (دارای کف پای نرمال) قرار خواهند گرفتند. پیش از شروع اجرا خواهد شد. سپس به مدت ۱۶ هفته تمرینات اجرا خواهد شد. آنگاه پس از آزمون انجام می‌شود.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیار ورود: دانشجویان دارای کف پای نرمال 18 تا 24 سال در گروه مداخله 1 قرار خواهند گرفت. معیار خروج: دانشجویان دارای فعالیت ورزشی منظم در مطالعه شرکت نخواهند کرد.

گروه‌های مداخله

گروه مداخله 1 (دانشجویان دارای کف پای نرمال) به مدت 16 هفته تمرینات کالیستنیک را دریافت خواهند کرد.

متغیرهای پیامد اصلی

تعداد ایستا، تعادل پویا، استقامت عضلات شکم و بازکننده ستون فقرات، چابکی و حرکات کارکردی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20130109012078N7

تاریخ تأیید ثبت در مرکز: ۱۴۰۱/۱۰/۲۹، 19-01-2023

زمان‌بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: ۱۴۰۱/۱۰/۲۹، 19-01-2023

تعداد بروز رسانی‌ها: 0

تاریخ تأیید ثبت در مرکز

۱۴۰۱/۱۰/۲۹، 2023-01-19

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

مریم قربانی

نام سازمان / نهاد

ازاد اسلامی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

2382 6656 21 98+

آدرس ایمیل

maryamm_ghorbani@yahoo.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۱/۱۱/۱۴، 2023-02-03

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۲/۰۳/۱۴، 2023-06-04

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر تمرینات کالیستنیک بر مقیاس‌های تندرستی و مهارتی و حرکات کارکردی در دانشجویان دارای کف پای نرمال

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر تمرینات کالیستنیک بر فاکتورهای آمادگی جسمانی

هدف اصلی مطالعه

حمایتی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

دانشجویان دختر محدوده سنی 18-24 سال سلامت سیستم عصبی، اسکلتی و عضلانی سلامت سیستم قلبی-عروقی، دستگاه تنفسی و غیره

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

داشتن فعالیت ورزشی منظم افرادی که سابقه بیماری‌های نورولوژیکی، روماتیسمی، متابولیکی، اختلالات روانی، اختلال در

سیستم وستیولار، سابقه اختلال در تعادل و سرگیجه وضعیتی مکرر دارند

سن

از سن 18 ساله تا سن 24 ساله

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 75

تصادفی سازی (نظر محقق)

مصادق ندارد

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

تنها

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق در پژوهش پژوهشگاه علوم ورزشی

آدرس خیابان

تهران، خیابان استاد مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1587958711

تاریخ تایید

2022-12-26, 1401/10/05

کد کمیته اخلاق

IR.SSRC.REC.1401.090

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

صافی کف پا

کد ICD-10

M21.4

توصیف کد ICD-10

(Flat foot [pes planus] (acquired

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

پیامد اولیه: حرکات کارکردی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله تمرینی اندازه‌گیری خواهد شد

نحوه اندازه‌گیری متغیر

حرکات کارکردی با استفاده از تست غربالگری حرکات کارکردی

(FMS)، ارزیابی می‌شود.

2

شرح متغیر پیامد

پیامد ثانویه: تعادل پویا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله تمرینی اندازه‌گیری خواهد شد

نحوه اندازه‌گیری متغیر

جهت اندازه‌گیری تعادل پویا از تست وای استفاده می‌شود.

3

شرح متغیر پیامد

پیامد ثانویه: استقامت عضلات شکمی و بازکننده ستون فقرات

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله تمرینی اندازه‌گیری خواهد شد

نحوه اندازه‌گیری متغیر

جهت اندازه‌گیری استقامت عضلات شکمی و بازکننده ستون فقرات از

آزمون دراز و نشست نیمه و نگهداری وضعیت پلانک استفاده می‌شود.

4

شرح متغیر پیامد

پیامد ثانویه: چابکی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله تمرینی اندازه‌گیری خواهد شد

نحوه اندازه‌گیری متغیر

به منظور اندازه‌گیری چابکی از تست 10*4 متر شاتل ران استفاده

می‌شود.

5

شرح متغیر پیامد

پیامد ثانویه: تعادل ایستا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله تمرینی اندازه‌گیری خواهد شد

نحوه اندازه‌گیری متغیر

جهت ارزیابی تعادل ایستا از آزمون شارپند رومبرگ استفاده می‌شود.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله 1 (دارای کف پای نرمال): تمرینات کالیستنیک، در برنامه

تمرینی مبتنی بر ورزش کالیستنیک هر جلسه تمرینات مناسب پیش‌نیاز

و سطح ابتدایی کالیستنیک که برای افراد مبتدی است به مدت 80

دقیقه اجرا می‌شود. - دوره آموزشی: شانزده هفته. - تعداد جلسات

عنوان منبع مالی
دانشگاه خوارزمی
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100
بخش عمومی یا خصوصی
عمومی
مبدأ اعتبار از داخل یا خارج کشور
داخلی
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی
خالی
کشور مبدأ
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
دانشگاهی

تمرین در هفته: هفته‌ای یک جلسه. مدت زمان هر جلسه تمرین: به مدت زمان 90 دقیقه (5 دقیقه گرم کردن، 80 دقیقه بدنه اصلی کلاس، 5 دقیقه سرد کردن) در هر جلسه. کالیستیک شکلی از تمرینات قدرتی است که شامل انواع حرکاتی است که گروه‌های عضلانی بزرگ (حرکات درشت) را تمرین می‌دهد، مانند: ایستادن، گرفتن، هل دادن و غیره. این تمرینات اغلب به صورت ریتمیک و با حداقل تجهیزات، به عنوان تمرینات با وزن بدن انجام می‌شود. برای افزایش قدرت، تناسب اندام و انعطاف‌پذیری در نظر گرفته شده‌اند. کالیستیک می‌تواند علاوه بر بهبود مهارت‌های روانی حرکتی مانند: تعادل، چابکی و هماهنگی، ارتقاء سیستم عضلانی و هوازی را نیز فراهم کند.

طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
مرکز آموزش عالی شهید باهنر تهران
نام کامل فرد مسوول
مریم قربانی
آدرس خیابان
تهران، خیابان حافظ، جنب تالار فرهنگ، مرکز آموزش عالی شهید باهنر تهران (خواهران)
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1133914961
تلفن
2567 809 912 98+
ایمیل
maryamm_ghorbanii@yahoo.com

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه خوارزمی
نام کامل فرد مسوول
مریم قربانی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
رفتار حرکتی
آدرس خیابان
تهران، خیابان آزادی، خیابان نوفلاح، خیابان دیلمان، پلاک 27.
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1313886873
تلفن
2382 6656 21 98+
ایمیل
maryamm_ghorbanii@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه خوارزمی
نام کامل فرد مسوول
دکتر حمید رجبی
آدرس خیابان
تهران، بلوار میرداماد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی خوارزمی.
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1571914911
تلفن
9220 8832 21 98+
ایمیل
hrajabi@khu.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
خیر

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه خوارزمی
نام کامل فرد مسوول
رسول یاعلی
موقعیت شغلی
استادیار دانشگاه
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
رفتار حرکتی
آدرس خیابان
تهران، بلوار میرداماد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی خوارزمی.
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1571914911

تلفن
9220 8832 21 98+
ایمیل
r.yaali@khu.ac.ir

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه خوارزمی
نام کامل فرد مسوول
مریم قربانی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
رفتار حرکتی
آدرس خیابان
تهران. خیابان آزادی، خیابان نوفلاح، خیابان دیلمان، پلاک 27.
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1313886873
تلفن
2382 6656 21 98+
ایمیل
maryamm_ghorbanii@yahoo.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
این کار پژوهشی به شکل مقاله چاپ خواهد شد؛ اگرچه داده‌ها در
آرشیو کتابخانه ذخیره خواهد شد.
پروتکل مطالعه
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
نقشه آنالیز آماری
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
فرم رضایتنامه آگاهانه
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
گزارش مطالعه بالینی
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصادق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصادق ندارد
عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند
داده‌های مربوط به مقیاس‌های تندرستی و حرکتی و حرکات کارکردی
قبل و بعد از مداخله در اختیار مخاطبین قرار خواهد گرفت.
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شهریور 1402.
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
دانشجویان و اساتید دانشگاه
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده
است
اگر برای مطالعات پژوهشی محققین نیاز به داده‌ها داشته باشند، داده
ها در اختیارشان قرار خواهد گرفت.
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
باید به مجری طرح مراجعه کرد.
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
افراد به مجری طرح ایمیل ارسال کنند تا اطلاعات برایشان ارسال
شود. اطلاعات مجری طرح از طریق لینک زیر قابل دسترسی است:
https://cesaeh.khu.ac.ir/cv.php?cv=391&mod=bcv&slc_lang=fa&sid=1
سایر توضیحات