

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۳۰

مقایسه اثر دو الگوی متفاوت تمرین مقاومتی سنتی و هرمی دوگانه بر برخی از عوامل بیوانرژیکی و روانشناختی کشتی گیران نوجوان

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

مقایسه اثر دو الگوی تمرین مقاومتی سنتی و هرمی دوگانه بر برخی از ویژگی های بیوانرژیکی و روانشناختی کشتی گیران نوجوان

طراحی

کارآزمایی شامل 30 کشتی گیر نوجوان پسر با رده سنی 15 تا 17 سال هستند و به صورت تصادفی در دو گروه 15 نفره برای تمرین سنتی و هرمی دو نفره قرار می گیرند. هر دو گروه تمرینی 3 جلسه در هفته در روزهای غیر متوالی (یک روز در میان) در مجموع 8 هفته تمرین خواهند کرد.

نحوه و محل انجام مطالعه

برنامه تمرین در هر جلسه شامل: سه نوبت با 12 تکرار و با شدت 55 تا 85 درصد یک تکرار بیشینه برای گروه تمرین به شیوه سنتی خواهد بود. گروه تمرینی هرمی با تعداد تکرار 12 تایی با شدت 55 درصد و با حداقل 4 تکرار و با شدت 85 درصد خواهد بود. زمان استراحت بین ایستگاه ها، 1 دقیقه و زمان استراحت بین هر نوبت 2 دقیقه در نظر گرفته می شود. اضافه بار به گونه ای خواهد بود که بعد از توانایی 2 تکرار به 12 تکرار هر عضله، مقدار پنج درصد وزنه به عضلات بالا تنه و 10 درصد به عضلات پایین تنه بود. آزمون رست و یک مایل و پرسشنامه انستیتیوی استرالیا محل انجام آفسریه نبش پانزده متری دوم باشگاه برومند پوریا

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

ورود: کشتی گیران 15-17 ساله. عدم ورود: نداشتن سابقه بیماری خاص، عدم استعمال دخانیات و الکل

گروه های مداخله

30 کشتی گیر نوجوانان به دو گروه 15 تایی زیر تقسیم شدند: 1- تمرین سنتی 2- تمرین هرمی

متغیرهای پیامد اصلی

بیشترین توان هوازی و حداکثر اکسیژن مصرفی و در بخش روانشناختی انگیزه اعتماد به نفس تمرکز اندازه گیری خواهد شد.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20230515058199N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۲/۰۳/۲۳, 13-06-2023

زمان بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: 13-06-2023, ۱۴۰۲/۰۳/۲۳

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

۱۴۰۲/۰۳/۲۳, 2023-06-13

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

حسین حیدری

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

2738 3366 21 98+

آدرس ایمیل

hossein.heydari@shahed.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۲/۰۳/۲۷, 2023-06-17

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۲/۰۵/۳۰, 2023-08-21

تاریخ شروع بیمار گیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمار گیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر دو الگوی متفاوت تمرین مقاومتی سنتی و هرمی دوگانه بر برخی از عوامل بیوانرژیکی و روانشناختی کشتی گیران نوجوان

عنوان عمومی کارآزمایی

مقایسه دو سیستم تمرینی بر کشتی گیران

هدف اصلی مطالعه

علوم پایه

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

کشتی گیران رده نوجوانان که ۱۵ تا ۱۷ سال سن دارند

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
نداشتن سابقه بیماری خاص، عدم استعمال دخانیات و الکل

سن

از سن 15 ساله تا سن 17 ساله

جنسیت

مذکر

فار مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 30

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

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کارگروه/ کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه شاهد

آدرس خیابان

تهران، شهرک قدس (غرب)، بین فلامک جنوبی و زرافشان، خیابان

سیمای ایران- ستاد مرکزی وزارت بهداشت، درمان و آموزش

پزشکی، بلوک A، طبقه سیزدهم

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1419733141

تاریخ تایید

1402/02/18, 2023-05-08

کد کمیته اخلاق

IR.SHAHED.REC.1402.003

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

مقایسه اثر دو الگوی متفاوت تمرین مقاومتی سنتی و هرمی دوگانه بر

برخی از عوامل بیوانرژیکی و روانشناختی کشتی گیران نوجوان

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

بیشترین توان بی‌هوازی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

مدت تمرین 8 هفته بود و قبل و بعد از آزمون‌ها اندازه‌گیری شد.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

آزمون رست

2

شرح متغیر پیامد

حداکثر اکسیژن مصرفی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

مدت تمرین 8 هفته بود و قبل و بعد از آزمون‌ها اندازه‌گیری شد.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

آزمون یک مایل

3

شرح متغیر پیامد

ویژگی‌های روانشناختی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

مدت تمرین 8 هفته بود و قبل و بعد از آزمون‌ها اندازه‌گیری شد.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

پرسشنامه انستیتوی ورزشی

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

قدرت

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع تمرین و بعد از پروتکل

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تست ورزشی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله اول: با طرح پیش آزمون و پس آزمون در این گروه انجام

خواهد شد. آزمودنی‌ها شامل 15 کشتی گیر نوجوان پسر با دامنه سنی

15 تا 17 سال، از کشتی گیران منطقه 15 تهران باشگاه برومند پوریا

است. پروتکل تمرینی مقاومتی سنتی، شامل 3 حرکت بالا تنه و 3

حرکت پایین تنه به اضافه حرکت کرانچ و فیله است که گروه تمرینی

سنتی برنامه خود را انجام خواهند داد. برنامه تمرین در هر جلسه

شامل: سه نوبت با 12 تکرار و با شدت 55 تا 85 درصد یک تکرار

بیشینه برای گروه تمرین به شیوه سنتی خواهد بود. در این گروه تمرینی

به صورت 3 جلسه در هر هفته در روزهای غیر متوالی (یک روز در

میان) و در مجموع به مدت 8 هفته تمرین خواهند کرد.

طبقه بندی

مصادق ندارد

2

شرح مداخله

گروه مداخله 2: با طرح پیش آزمون و پس آزمون در این گروه انجام

خواهد شد. آزمودنی‌ها شامل 15 کشتی گیر نوجوان پسر با دامنه سنی 15 تا 17 سال، از کشتی گیران منطقه 15 تهران باشگاه برومند پوریا است. پروتکل تمرینی مقاومتی هرمی، شامل 3 حرکت بالا تنه و 3 حرکت پایین تنه به اضافه حرکت کرانچ و فیله است که گروه تمرینی هرمی برنامه خود را انجام خواهند داد. برای گروه تمرین هرمی با تعداد تکرار 12 تایی با شدت 55 درصد و با حداقل 4 تکرار و با شدت 85 درصد خواهد بود. در این گروه تمرینی به صورت 3 جلسه در هر هفته در روزهای غیر متوالی (یک روز در میان) و در مجموع به مدت 8 هفته تمرین خواهند کرد.

طبقه بندی
مصادق ندارد

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
کشور

طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
دانشگاهی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
باشگاه برومند پوریا
نام کامل فرد مسوول
حسین حیدری
آدرس خیابان
افسریه نیش خیابان ۲۱ باشگاه برومند پوریا
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1781846565
تلفن
3685 3315 21 98+
ایمیل
Mr.hosein.heydari4@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شاهد
نام کامل فرد مسوول
سمیه نجاتی
آدرس خیابان
تهران دانشگاه شاهد روبه روی مرقد امام
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1419733141
تلفن
2442 5121 21 98+
ایمیل
humres@shahed.ac.ir
ردیف بودجه
معاونت پژوهشی دانشگاه شاهد
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه شاهد

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شاهد
نام کامل فرد مسوول
حسین حیدری
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
افسریه خیابان صحت پلاک ۶۹ واحد ۴
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
۱۷۸۱۸۴۶۴۱۴
تلفن
2738 3366 21 98+
ایمیل
Hoseinheydari1998@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شاهد
نام کامل فرد مسوول
حسین حیدری
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
افسریه خیابان شهید صحت پلاک ۶۹ واحد ۴
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1781846414
تلفن
2738 3366 21 98+
ایمیل

۱۷۸۱۸۴۶۴۱۴

تلفن

2738 3366 21 98+

ایمیل

Hoseinheydari1998@gmail.com

Hoseinheydari1998@gmail.com

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شاهد

نام کامل فرد مسوول

حسین حیدری

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

افسریه خیابان شهید صحت پلاک ۶۹ واحد ۴

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

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

مصادق ندارد

فرم رضایتنامه آگاهانه

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

گزارش مطالعه بالینی

مصادق ندارد

کدهای استفاده شده در آنالیز

مصادق ندارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

مصادق ندارد