

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

مقایسه اثر هشت هفته تمرینات کشش پویا و نوردیک همسترینگ بر تعادل، انعطاف پذیری، چابکی و عملکرد فوتبالیست های مرد دارای کوتاهی همسترینگ

آخرین بروز رسانی: 07-04-2024, ۱۴۰۳/۰۱/۱۹
تعداد بروز رسانی ها: 0
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2024-04-07, ۱۴۰۳/۰۱/۱۹

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

محمد علیمراد

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید باهنر

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

1685 2250 34 98+

آدرس ایمیل

malimoradi@sport.uk.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2024-03-26, ۱۴۰۳/۰۱/۰۷

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2024-05-27, ۱۴۰۳/۰۳/۰۷

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر هشت هفته تمرینات کشش پویا و نوردیک همسترینگ بر تعادل، انعطاف پذیری، چابکی و عملکرد فوتبالیست های مرد دارای کوتاهی همسترینگ

عنوان عمومی کارآزمایی

مقایسه اثر دو پروتکل ورزشی در بازیکنان فوتبال دارای کوتاهی همسترینگ

هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

بررسی اثر 8 هفته کشش پویا و نوردیک همسترینگ بر تعادل، انعطاف پذیری، چابکی و عملکرد فوتبالیست های مرد دارای کوتاهی همسترینگ

طراحی

تحقیق حاضر شامل 60 نمونه می باشد و به صورت یک سوبه کور انجام خواهد شد. شرکت کنندگان به روش تصافی سازی ساده و قانون تخصیص تصادفی افراد با برداشتن اسامی از گگوی به سه گروه کشش پویا عضله همسترینگ، نوردیک همسترینگ و کنترل تقسیم خواهند شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

در تحقیق حاضر دو گروه کشش پویا همسترینگ و نوردیک همسترینگ مداخلات خود به مدت 8 هفته و پنج جلسه در طول هفته در محل برگزاری تمرینات خود انجام خواهند داد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرکت کنندگان بایستی حداقل 3 سال تجربه ورزش منظم در رشته فوتبال را داشته باشند. هم چنین باید در شش ماه گذشته از اندام تحتانی آسیبی ندیده باشند. علاوه بر این، افرادی که در 6 ماه گذشته دچار جراحات اندام تحتانی یا جراحی شده باشند و یا در یک برنامه پیشگیری از آسیب شرکت داشته باشند

گروه های مداخله

تحقیق حاضر شامل سه گروه کشش پویا عضله همسترینگ، نوردیک همسترینگ و کنترل می باشد که دو گروه اول برنامه مداخله خود را به مدت 8 هفته و پنج جلسه در طول هفته انجام خواهند داد و در طول این دوران به گروه کنترل مداخله ای داده نمی شود.

متغیرهای پیامد اصلی

متغیرهای پیامد تحقیق حاضر بهبود تعادل، انعطاف پذیری، چابکی و عملکرد می باشد.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20230612058457N3

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 07-04-2024, ۱۴۰۳/۰۱/۱۹

زمان بندی ثبت: registered_while_recruiting

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

شرکت کنندگان بایستی حداقل 3 سال تجربه ورزش منظم در رشته فوتبال را (سه جلسه در هفته) داشته باشند شرکت کنندگان در شش ماه گذشته از اندام تحتانی آسیبی ندیده باشند

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

شرکت کنندگان کمتر از سه سال سابقه ورزشی در رشته فوتبال داشته باشند شرکت کنندگان در شش ماه گذشته در اندام تحتانی دچار آسیب شده باشند شرکت کنندگانی که در 6 ماه گذشته دچار جراحات اندام تحتانی یا جراحی شده باشند و یا در یک برنامه پیشگیری از آسیب شرکت داشته باشند

سن

از سن 18 ساله تا سن 25 ساله

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 60

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

در تحقیق حاضر شرکت کنندگان به صورت تصادفی بر اساس قرعه شانس که با بیرون آوردن اسامی از گوی در سه گروه کوشش پویا، نوردیک همسترینگ و کنترل تقسیم می‌شوند.

کور سازی (به نظر محقق)

یک سوپه کور

توصیف نحوه کور سازی

پس از معرفی کلی تحقیق و گروه‌های مورد مطالعه به شرکت کنندگان، در تحقیق حاضر شرکت کنندگان در سه گروه تحقیق به وسیله قرعه شانس در سه گروه کوشش پویا، نوردیک همسترینگ و کنترل قرار می‌گیرند. هیچ کدام از شرکت کنندگان نسبت مداخله و پروتکلی که دیگر گروه‌ها انجام می‌دهند اطلاعی ندارند.

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تأییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه بو علی سینا همدان

آدرس خیابان

همدان، چهارباغ شهید مصطفی احمدی روشن، دانشگاه بوعلی

سینا

شهر

همدان

استان

همدان

کد پستی

۶۵۱۷۸۳۸۶۹۵

تاریخ تأیید

۱۴۰۲/۱۲/۰۷, 2024-02-26

کد کمیته اخلاق

IR.BASU.REC.1402.102

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

مقایسه دو برنامه مداخله ای بر روی تعادل، انعطاف پذیری، چابکی و عملکرد بازیکنان فوتبال دارای کوتاهی همسترینگ

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

در تحقیق حاضر تعادل مورد بررسی قرار می‌گیرد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

8 هفته

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تعادل به وسیله آزمون تعادل Y مورد بررسی قرار می‌گیرد

2

شرح متغیر پیامد

در تحقیق حاضر انعطاف پذیری مورد بررسی قرار می‌گیرد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

8 هفته

نحوه اندازه‌گیری متغیر

انعطاف پذیری به وسیله آزمون SLR و sit and reach مورد ارزیابی قرار می‌گیرد

3

شرح متغیر پیامد

در تحقیق حاضر چابکی مورد بررسی قرار می‌گیرد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

8 هفته

نحوه اندازه‌گیری متغیر

چابکی به وسیله آزمون ایلینویز مورد بررسی قرار می‌گیرد

4

شرح متغیر پیامد

در تحقیق حاضر عملکرد مورد بررسی قرار می‌گیرد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

8 هفته

نحوه اندازه‌گیری متغیر

عملکرد به وسیله آزمون کانترموومنت جامپ مورد بررسی قرار می‌گیرد

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: کشش پویای همسترینگ، فرد به صورت ایستاده روی دو پا فرار گرفته و پای هدف را با زانوی کاملاً کشیده از مفصل ران خم کرده و به سمت تنه می‌آورد. این کشش را با سرعت 60 بیت بر ثانیه به مدت 30 ثانیه و سه تکرار روی هر پا انجام خواهد شد. قابل ذکر است بین هر دو کشش فرد 10 ثانیه استراحت می‌کند.

طبقه بندی

پیشگیری

2

شرح مداخله

گروه مداخله: نورددیک همسترینگ، پروتکل نورددیک همسترینگ به این صورت خواهد بود که در هفته 1-4 بازیکنان تمرین نورددیک را در قالب 2 ست 5 تکرار انجام خواهند داد و از آن جایی که ممکن این حرکت برای بعضی مشکل و یا آسان باشد می‌توانند از یک بار خارجی مانند پلیت در هنگام اجرای تمرین برای رعایت اصل فردی سازی تمرین استفاده کنند هم چنین در طی هفته های 5-8 تمرین نورددیک در 3 ست 5 تکرار انجام خواهد شد.

طبقه بندی

پیشگیری

3

شرح مداخله

گروه کنترل: مداخله ای دریافت نمی‌کند

طبقه بندی

پیشگیری

نام کامل فرد مسوول

آرش قربانی

آدرس خیابان

همدان - خیابان شهید فهمیده - دانشگاه بوعلی سینا

شهر

همدان

استان

همدان

کد پستی

6517838695

تلفن

5555 3140 81 98+

ایمیل

a.ghorbani@yahoo.com

ردیف بودجه

کد بودجه

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه بو علی 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 پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید باهنر

نام کامل فرد مسوول

محمد علیمرادی

موقعیت شغلی

فارغ التحصیل

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پزشکی ورزشی

آدرس خیابان

خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6

شهر

کرمان

استان

کرمان

کد پستی

7614816961

تلفن

1685 2250 34 98+

فکس

ایمیل

malimoradi@sport.uk.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

باشگاه فوتبال شاهین

نام کامل فرد مسوول

محمد علیمرادی

آدرس خیابان

خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6

شهر

کرمان

استان

کرمان

کد پستی

۷۶۱۴۸۱۶۹۶۱

تلفن

0168 3225 34 98+

ایمیل

malimoradi@sport.uk.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه بو علی سینا

7614816961
تلفن
1685 2250 34 98+
فکس
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

توجیه/ علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD

با توجه به قوانین اخلاق و حفظ حریم خصوصی اشخاص دسترسی به این داده‌ها امکان پذیر نمی‌باشد.

پروتکل مطالعه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

نقشه آنالیز آماری

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

فرم رضایتنامه آگاهانه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

گزارش مطالعه بالینی

مصادق ندارد

کدهای استفاده شده در آنالیز

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

کلیه داده‌ها پس از غیر قابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک گذاری می‌باشد

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

شروع دوره دسترسی به داده‌ها بلافاصله پس از چاپ نتایج خواهد بود.

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

داده‌ها برای محققین، سازمان و ادارات مربوط به رشته فوتبال برای مجلات قابل دسترس خواهد بود.

به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده

است

جهت کمک به پژوهش علمی و پیشبرد اهداف اجرایی با رویکرد کاهش میزان آسیب‌های اسکلتی عضلانی ارتقا عملکرد بازیکناندر رشته فوتبال

برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

محمد علیمردی/ malimoradi@sport.uk.ac.ir

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

درخواست‌ها جهت دسترسی به داده‌ها در طی یک هفته پاسخ داده خواهند شد.

سایر توضیحات

نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید باهنر
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمردی
موقعیت شغلی
فارغ التحصیل
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پزشکی ورزشی

آدرس خیابان

خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6

شهر

کرمان

استان

کرمان

کد پستی

7614816961

تلفن

1685 2250 34 98+

فکس

ایمیل

malimoradi@sport.uk.ac.ir

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید باهنر

نام کامل فرد مسوول

محمد علیمردی

موقعیت شغلی

فارغ التحصیل

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پزشکی ورزشی

آدرس خیابان

خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6

شهر

کرمان

استان

کرمان

کد پستی