

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

## تأثیر تمرینات اختصاصی گرم کردن پیشگیرانه بر عملکرد اندام فوقانی و دامنه ی حرکتی مفصل شانه دختران والیبالیست

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

تعیین تأثیر یک دوره تمرینات اختصاصی گرم کردن پیشگیرانه بر میزان دامنه حرکتی مفصل شانه دختران والیبالیست تعیین تأثیر یک دوره تمرینات اختصاصی گرم کردن پیشگیرانه بر عملکرد اندام فوقانی دختران والیبالیست

#### طراحی

این پژوهش شامل والیبالیست های دختر سالم بدون داشتن آسیب در ناحیه مفصل شانه است. نمونه های مطالعه حاضر، تعداد 34 نفر به صورت هدفمند و در دسترس انتخاب می شوند، سپس به صورت غیر تصادفی به دو گروه تجربی (17 نفر) و کنترل (17 نفر) تقسیم می شوند.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

در ابتدای حضور افراد در باشگاه ورزشی قبل از گرم کردن میزان دامنه ی حرکتی مفصل شانه و عملکرد اندام فوقانی اندازه گیری می شود و پس از پایان 8 هفته مداخله مجدد متغیرها اندازه گیری می شود.

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

معیار های ورود: داشتن سلامت جسمانی مورد تأیید پزشک، نداشتن آسیب شدید (بیش از سه هفته غیبت از ورزش) طی شش ماه گذشته. معیار های خروج: داشتن غیبت در تمرینات 2 جلسه متوالی و یا 3 جلسه به صورت غیرمتوالی

#### گروه های مداخله

گروه مداخله و کنترل که هر کدام 17 نفر هستند؛ گروه مداخله پروتکل تمرینی را در ابتدای گرم کردن انجام داده به مدت 20 دقیقه و گروه کنترل همان گرم کردن معمولی را انجام می دهند.

#### متغیرهای پیامد اصلی

پس از انجام مداخلات پروتکل گرم کردن پیشگیرانه، بر عملکرد اندام فوقانی و میزان دامنه ی حرکتی مفصل شانه دختران والیبالیست تأثیر گذار است.

### اطلاعات عمومی

#### علت بروز رسانی

#### نام اختصاری

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20250208064688N1

تاریخ تأیید ثبت در مرکز: ۱۴۰۳/۱۲/۰۶, 24-02-2025

زمان بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: 24-02-2025, ۱۴۰۳/۱۲/۰۶

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تأیید ثبت در مرکز  
2025-02-24, ۱۴۰۳/۱۲/۰۶

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

##### نام

لیلا طبیبی

##### نام سازمان / نهاد

دانشگاه اراک

##### کشور

جمهوری اسلامی ایران

##### تلفن

+98 31 4263 2227

##### آدرس ایمیل

l.tabibi.02@msc.araku.ac.ir

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

#### منبع مالی

#### تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2025-06-21, ۱۴۰۴/۰۳/۳۱

#### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2025-07-05, ۱۴۰۴/۰۴/۱۴

#### تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر تمرینات اختصاصی گرم کردن پیشگیرانه بر عملکرد اندام فوقانی و دامنه ی حرکتی مفصل شانه دختران والیبالیست

#### عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی تأثیر تمرینات اختصاصی گرم کردن بر دختران والیبالیست؛ اثر تمرینات گرم کردن بر عملکرد اندام فوقانی و دامنه ی حرکتی مفصل شانه دختران والیبالیست

#### هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

## متغیر پیامد اولیه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

میانگین نمره عملکرد اندام فوقانی (مفصل شانه)

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری قبل از مداخله و پس از اتمام 8 هفته مداخله

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

آزمون تعادل Y اندام فوقانی

## متغیر پیامد ثانویه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

نمره دامنه‌ی حرکتی مفصل شانه

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری قبل از مداخله و پس از اتمام 8 هفته مداخله

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

گوئیامتر

## گروه‌های مداخله

### 1

#### شرح مداخله

گروه مداخله: در گروه مداخله تمرینات اختصاصی پیشگیرانه گرم کردن در 3 سطح به مدت 24 دقیقه طی 8 هفته باید انجام شود، دو هفته اول تمرینات پایه، دو هفته دوم تمرینات سطح 1، دو هفته سوم تمرینات سطح 2 و دو هفته چهارم تمرینات سطح 3 را انجام می‌دهند.

#### طبقه بندی

پیشگیری

## مراکز بیمار گیری

### 1

#### مرکز بیمار گیری

#### نام مرکز بیمار گیری

باشگاه ورزشی فتوت

#### نام کامل فرد مسوول

لیلا طبیبی

#### آدرس خیابان

استان اصفهان نجف آباد، خیابان رجایی جنوبی، کوچه افشان

#### شهر

نجف آباد

#### استان

اصفهان

#### کد پستی

8518647131

#### تلفن

6121 4264 31 98+

#### ایمیل

Leila\_tabibi@yahoo.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

### 1

#### حمایت کننده مالی

## شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

### شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

برخورداری از شرایط جسمانی مورد تایید پزشک

### شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

عدم وجود بیماری قلبی\_تنفسی عدم وجود آسیب شدید طی شش ماه

گذشته عدم وجود اختلالات عصبی\_عضلانی

#### سن

از سن 10 ساله تا سن 19 ساله

#### جنسیت

مونث

#### فاز مطالعه

مصادق ندارد

#### گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

#### حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 34

#### تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص غیر تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

#### توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

#### توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

#### اختصاص به گروه‌های مطالعه

موارد دیگر

#### سایر مشخصات طراحی مطالعه

## کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

## تاییدیه کمیته‌های اخلاق

### 1

#### کمیته اخلاق

#### نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه اراک

#### آدرس خیابان

استان اصفهان، نجف آباد، خیابان بوستان، کوی روشنائیان، پلاک 49

#### شهر

نجف آباد

#### استان

اصفهان

#### کد پستی

8518647131

#### تاریخ تایید

2025-01-07, 1403/10/18

#### کد کمیته اخلاق

IR.ARAKU.REC.1403.061

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

#### شرح

عملکرد اندام فوقانی\_ دامنه‌ی حرکتی مفصل شانه

#### کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

**اطلاعات تماس**  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه اراک  
نام کامل فرد مسوول  
لیلا طبیبی  
موقعیت شغلی  
دانشجوی کارشناسی ارشد  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
آسیب شناسی و توانبخشی ورزشی  
آدرس خیابان  
استان اصفهان، نجف آباد، خیابان بوستان، کوی روشنایان، پلاک 49  
شهر  
نجف آباد  
استان  
اصفهان  
کد پستی  
8518647131  
تلفن  
2227 4263 31 98+  
ایمیل  
Leila\_tabibi@yahoo.com

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

**اطلاعات تماس**  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه اراک  
نام کامل فرد مسوول  
لیلا طبیبی  
موقعیت شغلی  
دانشجوی کارشناسی ارشد  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
آسیب شناسی و توانبخشی ورزشی  
آدرس خیابان  
اصفهان، نجف آباد، خیابان بوستان، کوی روشنایان، پلاک 49  
شهر  
نجف آباد  
استان  
اصفهان  
کد پستی  
8518647131  
تلفن  
2227 4263 31 98+  
فکس  
ایمیل  
l.tabibi.02@msc.araku.ac.ir

## برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)  
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
پروتکل مطالعه  
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
نقشه آنالیز آماری  
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
فرم رضایتنامه آگاهانه

## نام سازمان / نهاد

دانشگاه اراک  
نام کامل فرد مسوول  
Dr. Mohammad Ali Bodaghi Fard  
آدرس خیابان  
اراک، میدان بسیج، بلوار کربلا، دانشگاه اراک  
شهر  
اراک  
استان  
مرکزی  
کد پستی  
3848177584  
تلفن  
7400 3277 86 98+  
ایمیل  
dabir@araku.ac.ir

## ردیف بودجه

کد بودجه  
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟  
بلی

## عنوان منبع مالی

دانشگاه اراک  
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 اراک  
نام کامل فرد مسوول  
لیلا طبیبی  
موقعیت شغلی  
دانشجوی کارشناسی ارشد  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
آسیب شناسی و توانبخشی ورزشی  
آدرس خیابان  
استان اصفهان، نجف آباد، خیابان بوستان، کوی روشنایان، پلاک 49  
شهر  
نجف آباد  
استان  
اصفهان  
کد پستی  
8518647131  
تلفن  
2227 4263 31 98+  
ایمیل  
Leila\_tabibi@yahoo.com

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
**گزارش مطالعه بالینی**

مصادق ندارد

**کدهای استفاده شده در آنالیز**

مصادق ندارد

**نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)**

مصادق ندارد

**عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند**

کل داده‌ها بالقوه پس از غیر قابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک

گذاری است

**بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند**

شروع دوره دسترسی از سال 1404،6 ماه پس از چاپ نتایج

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

برای محققین شاغل در موسسات دانشگاهی و علمی در دسترس  
خواهد بود

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

یک درخواست رسمی باید ارائه شود که اطلاعات یا اسناد خاص مورد نیاز را در آن ذکر کند. این اغلب شامل پر کردن فرم درخواست تعیین شده است و ارسال به پست الکترونیکی

Leila\_tabibi@yahoo.com!

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

برای دریافت مستندات یا داده‌های مورد نظر به آدرس پست

الکترونیک ؛ Leila\_tabibi@yahoo.com ، مراجعه شود

**یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند**

در این قسمت فرایند های خاصی وجود ندارد

**سایر توضیحات**