پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

تاثیر دو روش آموزش سنتي و شناخت مبتني بر جسم بر يادگيري حرکات ايروبيک و بهبود فاکتورهاي آمادگي جسماني در دانشجويان دختر

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
هدف از اين مطالعه مقايسه اثربخشي دو روش آموزش سنتي و شناخت مبتني بر جسم بر يادگيري حرکات ايروبيک و بهبود فاکتورهاي آمادگي جسماني در دانشجويان دختر است.
طراحی
اين کارآزمايی داراي دو گروه مداخله (آموزش سنتي و شناخت مبتني بر جسم) بر روي 60 دانشجو انجام خواهد شد.
نحوه و محل انجام مطالعه
اين پژوهش در دانشکده تربيت بدني دانشگاه خوارزمي انجام خواهد شد. به اين منظور 60 دانشجو ۱۸-۲۴ سال در دسترس در دو گروه مداخله (آموزش سنتي و شناخت مبتني بر جسم) قرار خواهند گرفتند. پيش آزمون اجرا خواهد شد. سپس به مدت ۱۶ هفته تمرينات اجرا خواهد شد. آنگاه پس آزمون انجام مي شود.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
معيار ورود: دانشجويان سالم 18 تا 24 سال در گروه های مداخله 1 و 2 قرار خواهند گرفت. معيار خروج: دانشجويان دارای فعاليت ورزشی حرفه‌اي در مطالعه شرکت نخواهند کرد.
گروه‌های مداخله
گروه مداخله 1 و 2 (آموزش سنتي و شناخت مبتني بر جسم) به مدت 16 هفته تمرينات آمادگي جسماني و حرکات ريتميک را دريافت خواهند کرد.
متغیرهای پیامد اصلی
فاکتورهاي آمادگي جسماني، کينماتيک اندام تحتاني در طي اجراي يک زنجيره ايروبيک.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20130109012078N9**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-05-31, ۱۴۰۴/۰۳/۱۰**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2025-05-31, ۱۴۰۴/۰۳/۱۰**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2025-05-31, ۱۴۰۴/۰۳/۱۰

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
مریم قربانی
نام سازمان / نهاد
ازاد اسلامی
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 21 6656 2382
آدرس ایمیل
maryamm_ghorbanii@yahoo.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2025-09-22, ۱۴۰۴/۰۶/۳۱
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2025-12-20, ۱۴۰۴/۰۹/۲۹
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
تاثير دو روش آموزش سنتي و شناخت مبتني بر جسم بر يادگيري حرکات ايروبيک و بهبود فاکتورهاي آمادگي جسماني در دانشجويان دختر

عنوان عمومی کارآزمایی
تاثير دو روش آموزش بر يادگيري حرکات ايروبيک
هدف اصلی مطالعه
موارد دیگر
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
از نظر سيستم عصبي، اسکلتي و عضلاني سالم باشد. از نظر سيستم قلبي-عروقي، دستگاه تنفسي کاملا سالم باشد و بيماري زمينه‌اي نداشته باشد که بر عملکردش تاثير بگذارد. 12 ماه قبل از انجام مطالعه ضربه يا درد در هريک از پاها، اندام تحتاني و ناحيه کمري-خاجي

را تجربه نکرده باشد. این مطالعه بر دانشجویان سالم 18 تا 24 سال انجام مي‌شود.
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
در صورتي كه ورزشكار حرفه‌اي باشند و يا داراي فعاليت منظم ورزشي باشند. دانشجوياني كه علائم ناهنجاري‌هاي مشهود در اندام تحتاني و پا، مانند: ناهنجاري ژنووارم يا ژنوولگوم، كوكساوارا يا كوكساوالگا ساختاري را دارا مي‌باشند. افرادي كه سابقه بيماري‌هاي نورولوژيكي، روماتيسمي، متابوليكي، اختلالات رواني، اختلال در سيستم وستيبولار، سابقه اختلال در تعادل و سرگيجه وضيعتي مكرر دارند.
سن
از سن **18 ساله** تا سن **24 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **60**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
به منظور اختصاص تصادفی شرکت‌کنندگان به دو گروه مداخله (آموزش سنتی و آموزش شناخت مبتنی بر جسم)، از روش قرعه‌کشی استفاده خواهد شد. به این صورت که کدهای چهار گروه درسی (درس آمادگی جسمانی ۲) بر روی برگه‌های جداگانه نوشته شده و هر برگه در داخل یک گوی قرار داده می‌شود. سپس، گوی‌ها به دقت هم زده می‌شوند و به ترتیب دو گوی از داخل ظرف برداشته می‌شود. گوی اول به روش سنتی و گوی دوم به روش آموزش شناخت مبتنی بر جسم اختصاص می‌یابد. این روند برای دو گوی باقی‌مانده نیز تکرار می‌شود تا در نهایت هر دو روش آموزش، دو گروه درسی را پوشش دهند.
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
دانشگاه خوارزمی
آدرس خیابان
تهران. بلوار میرداماد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی خوارزمی.
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
157191491
تاریخ تایید
2025-04-19, ۱۴۰۴/۰۱/۳۰
کد کمیته اخلاق
IR.KHU.REC.1404.006

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
قدرت عضلاني
کد ICD-10
Y93.B9
توصیف کد ICD-10
Activity, other involving muscle strengthening exercises

2

شرح
استقامت عضلاني
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

3

شرح
تعادل
کد ICD-10
Q95.8
توصیف کد ICD-10
Other balanced rearrangements and structural markers

4

شرح
چابكي
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

5

شرح
الگوي حركتي
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
ارزيابي كينماتيک (زواياي مفصلي) در طي اجراي يک زنجيره ايروبيک.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از مداخله.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
با استفاده از دوربين گوپرو 7 زنجيره حركتي قبل و بعد از مداخله ثبت خواهد شد. با استفاده از نرم افزار كينوا اندازه هاي زواياي مفصلي اندام تحتاني در طول زنجيره حركتي محاسبه خواهد شد.

2

شرح متغیر پیامد
اندازه‌گيري استقامت عضلات شكمي و بازكننده ستون فقرات.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

جهت اندازه‌گيري استقامت عضلات شكمي و بازكننده ستون فقرات از آزمون دراز و نشست نيمه و نگهداري وضعيت پلانک استفاده خواهد شد.

3

شرح متغیر پیامد

اندازه‌گيري قدرت اندام فوقاني.

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

جهت اندازه‌گيري قدرت كمربند شانه‌اي از آزمون شنا سوئدي استفاده خواهد شد.

4

شرح متغیر پیامد

اندازه‌گيري چابكي و هماهنگي.

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از مداخله.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

جهت اندازه‌گیری چابکی از تست استاندارد تی و ایلی‌نویز استفاده خواهد شد.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: شركت‌كنندگان در گروه سنتي يک جلسه تمرينات مرتبط با فاكتورهاي آمادگي جسماني را دريافت خواهند كرد و يک جلسه هم حركات ريتميک را آموزش مي‌بينند و در قالب زنجيره ايروبيک به تمرين و تكرار آن مي‌پردازند و در حين اجراي تمرينات اگر نياز باشد توسط مربي بازخورد لازم جهت اصلاح الگوي حركتي را دريافت مي‌كنند.

طبقه بندی

مصداق ندارد

2

شرح مداخله

گروه مداخله: شركت‌كنندگان در گروه آموزش شناخت مبتني بر جسم مشابه گروه سنتي يک جلسه تمرينات مرتبط با فاكتورهاي آمادگي جسماني را دريافت خواهند كرد و يک جلسه هم حركات ريتميک را آموزش خواهند ديد. شركت‌كنندگان در حين اجراي تمرينات آمادگي جسماني بايد خودشان به كشف نحوه اجرا تمرينات پي ببرند و مربي در حين اكتشاف سعي مي‌كند دانشجويان را به سمت پاسخ صحيح هدايت كند و در پايان هر جلسه با دانشجويان مرور خواهد كرد كه روي چه فاكتورهاي آمادگي جسماني كار شده و كدام عضلات و مفاصل بيشتر درگير بودند. در حين اجراي حركات ريتميک در قالب زنجيره ايروبيک هم از دانشجويان خواسته مي‌شود كه راه‌حلي براي بهبود رواني حركت پيدا كنند و مربي هم در اين اكتشاف به دانشجويان كمک مي‌كند.

طبقه بندی

مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

مرکز آموزش عالي پرديس نسيبه تهران

نام کامل فرد مسوول

مريم قرباني

آدرس خیابان

شهرک ژاندارمری بلوارمرزداران زیرپل یادگارامام کوچه نسیبه.

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

۱۴۶۳۷۷۳۱۱۱

تلفن

+98 21 4425 3090

ایمیل

Maryamm_Ghorbanii@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمي

نام کامل فرد مسوول

دكتر فرهاد قديري

آدرس خیابان

تهران. بلوار ميرداماد، دانشكده تربيت بدني و علوم ورزشي خوارزمي.

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

15171914911

تلفن

+98 21 8832 9220

ایمیل

ghadiri@khu.ac.ir

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه خوارزمي

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 خوارزمي
نام کامل فرد مسوول
مریم قرباني
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D.
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
رفتار حرکتي
آدرس خیابان
خیابان جمالزاده شمالي، نبش فرصت، پلاک 58، واحد 3
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1418933475
تلفن
+98 21 6642 8757
ایمیل
Maryamm_Ghorbanii@yahoo.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه خوارزمي
نام کامل فرد مسوول
رسول یاعلي
موقعیت شغلی
دانشیار دانشگاه
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D.
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
رفتار حرکتي
آدرس خیابان
تهران. بلوار میرداماد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی خوارزمی.
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1571914911
تلفن
+98 21 8832 9220
ایمیل
r.yaali@khu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه خوارزمي
نام کامل فرد مسوول
مریم قرباني
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D.
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
رفتار حرکتي
آدرس خیابان
خیابان جمالزاده شمالي، نبش فرصت، پلاک 58، واحد 3
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1418933475
تلفن
+98 21 6642 8757
ایمیل
Maryamm_ghorbanii@yahoo.com

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
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
گزارش مطالعه بالینی
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
داده های مربوط به فاکتورهاي آمادگي جسماني و ارزیابي کینماتیکي قبل و بعد از مداخله در اختیار مخاطبین قرار خواهد گرفت.
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
بهمن 1404.
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
این کارآزمایی به شکل طرح دانشگاهی منتشر می شود.
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
فرد باید به کتابخانه دانشگاه خوارزمی مراجعه نماید.
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
دانشجویان به کتابخانه مراجعه می نمایند و از مسئول کتابخانه فایل را دریافت می کنند.
سایر توضیحات