پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

اثر 8 هفته برنامه ورزشی ویژه سن بر برخی شاخص های پیش بین آسیب اندام تحتانی و عملکردی دختران تکواندوکار 9 تا 12 سال

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
هدف از این مطالعه بررسی تأثیر یک برنامه تمرینی ویژه سن بر برخی شاخص های پیش بین آسیب اندام تحتانی و عملکردی دختران تکواندوکار ۹ تا ۱۲ سال است.
طراحی
کارآزمایی بالینی با گروه کنترل، با گروه های موازی، تصادفی
نحوه و محل انجام مطالعه
30 تکواندوکار دختر با توجه به معیارهای ورود و خروج به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش قرار خواهند گرفت. قبل از شروع مداخله، تست های عملکردی و پیش بین آسیب از آزمودنی‌ها گرفته خواهد شد. دوروز بعد از اتمام تست ها مداخله شروع خواهد شد. مداخله شامل تمرینات چابکی ، تعادل، انعطاف پذیری، پلایومتریک و تقویتی است. قبل از هر تمرین، ابتدا آزمونگر روش اجرای صحیح را به شرکت کنندگان توضیح خواهد داد. همه اندازه گیری ها و تمرینات در باشگاه ورزشی تکواندو و روی تاتمی انجام خواهند شد.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
معیارهای ورود: دختران تکواندوکار 9 تا12 سال که حداقل یک سال سابقه ورزشی در این رشته را دارند و حداقل کمربند زرد دارند.
معیارهای خروج : داشتن آسیب در اندام تحتانی یا سابقه اسیب در یک سال گذشته ، داشتن ناهنجاری در اندام تحتانی ، سابقه عمل جراحی رباط های زانو و مچ پا ، شکستگی های ناحیه کمری-لگنی و اندام تحتانی ،سابقه ابتلا به بیماری های نورولوژیک و سیستمیک
گروه‌های مداخله
گروه مداخله به مدت 8 هفته با سه جلسه 15 دقیقه ای در هفته در برنامه ورزشی ویژه سن شرکت خواهند کرد در حالی که گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نمی کنند. این مداخله به شکل تمرینات اعمال خواهد شد و شامل تمرینات چابکی، تعادل، انعطاف‌پذیری، پلایومتریک و تقویتی خواهد بود.
متغیرهای پیامد اصلی
چابکی ، سرعت عملکرد ، توان بی هوازی ، تعادل پویا ، دامنه حرکتی کمری و لگنی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20180626040244N7**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-06-25, ۱۴۰۴/۰۴/۰۴**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2025-06-25, ۱۴۰۴/۰۴/۰۴**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2025-06-25, ۱۴۰۴/۰۴/۰۴

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
رحمان شیخ حسینی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبائی
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 21 4839 4134
آدرس ایمیل
rahmanhoseini@atu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2025-07-29, ۱۴۰۴/۰۵/۰۷
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2025-09-29, ۱۴۰۴/۰۷/۰۷
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
اثر 8 هفته برنامه ورزشی ویژه سن بر برخی شاخص های پیش بین آسیب اندام تحتانی و عملکردی دختران تکواندوکار 9 تا 12 سال

عنوان عمومی کارآزمایی
اثر برنامه ویژه سن بر شاخص های پیش بین آسیب اندام تحتانی و عملکردی دختران تکواندوکار

هدف اصلی مطالعه
پیشگیری
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
دامنه سنی بین 9تا 12 سال داشتن حداقل کمربند زرد جنسیت: دختر داشتن حداقل1سال سابقه ورزشی در رشته تکواندو
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
داشتن آسیب در اندام تحتانی یا سابقه اسیب در یک سال گذشته که باعث شده باشد فرد یک هفته ورزش را قطع کرده باشد. داشتن ناهنجاری واضح در اندام تحتانی وتنه بر اساس معیار نیویورک سابقه عمل جراحی رباط های زانو و مچ پا و یا شکستگی های ناحیه کمری لگنی و اندام تحتانی سابقه ابتلا به بیماری های نورولوژیک و سیستمیک وجود درد در بدن که با ورزش تشدید شود
سن
از سن **9 ساله** تا سن **12 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **30**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
تصادفی سازی به روش ساده و به وسیله کارت انجام می شود. نوع مداخله بر روی کارت نوشته شده و در پاکت های مهر و موم شده قرار داده می شود (15 کارت برای هر گروه). افراد بر اساس نوبت مراجعه به ترتیب در لیست شرکت کنندگان قرار می گیرند. بعداز ورود به مطالعه پس از بر زدن کارتها، از هر فرد خواسته می شود یک پاکت را انتخاب نماید. با توجه به حجم نمونه پیش بینی شده به تعداد افراد پاکت تهیه می شود و بنابراین هر پاکت انتخاب شده مجددا در توالی تصادفی سازی وارد نخواهد شد. این روش کمک می کند تا در هر دو گروه تعداد یکسانی فرد وارد شود.
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
کمیته اخلاق دانشگاه علامه طباطبائی
آدرس خیابان
انتهای اتوبان حکیم، ورودی غربی استادیوم آزادی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
۱۴۸۵۷۴۳۴۱۱
تاریخ تایید
2025-05-24, ۱۴۰۴/۰۳/۰۳
کد کمیته اخلاق
IR.ATU.REC.1404.030

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
سالم
کد ICD-10
Z76.2
توصیف کد ICD-10
Encounter for health supervision and care of other healthy infant and child

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
چابکی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شروع مداخله و دو روز بعد از اتمام مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
کرنومتر

2

شرح متغیر پیامد
سرعت عملکرد
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شروع مداخله و دو روز بعد از اتمام مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دوربین موبایل

3

شرح متغیر پیامد
پرش عمودی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شروع مداخله و دو روز بعد از اتمام مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
متر

4

شرح متغیر پیامد
تعادل پویا
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شروع مداخله و دو روز بعد از اتمام مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
کیت تعادل Y

5

شرح متغیر پیامد
دامنه حرکتی کمری-لگنی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شروع مداخله و دو روز بعد از اتمام مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر
گونیامتر

6

شرح متغیر پیامد
توان بی هوازی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شروع مداخله و دو روز بعد از اتمام مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
تست سارجنت

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: در این گروه، شرکت کنندگان در یک برنامه آموزشی ویژه در قالب یک گرم کردن، به مدت هشت هفته شرکت خواهند کرد. این برنامه تمرینی 3 جلسه در هفته انجام خواهد شد. این تمرینات شامل تمرینات چابکی، تعادل، انعطاف پذیری ، پلایومتریک و تقویتی است و با توجه به سطح و سن ورزشکاران طراحی شده است. این تمرینات با ابزارهای موجود مانند مخروط های ورزشی، توپ و وزن بدن انجام خواهند شد. هر جلسه تمرینی 15 دقیقه طول خواهد کشید و در سالن ورزشی تکواندو و روی تاتمی انجام خواهند شد. مدت زمان مداخله 24 جلسه در یک دوره هشت هفته ای خواهد بود.
طبقه بندی
پیشگیری

2

شرح مداخله
گروه کنترل: این گروه هیچ گونه تمرین از آزمونگر دریافت نمی کند و به ادامه فعالیت روتین روزمره خود می پردازد.
طبقه بندی
مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
آدرس خیابان
انتهای اتوبان حکیم، ورودی غربی استادیوم آزادی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134
فکس
ایمیل
rahmanhoseini@atu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبایی
نام کامل فرد مسوول
دکتر ماندانا تیشه یار
آدرس خیابان
تهران، دهکده المپیک، میدان دهکده، پردیس مرکزی دانشگاه علامه طباطبائی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
۱۴۸۹۶۸۴۵۱۱
تلفن
+98 21 4473 7561
ایمیل
mandana.tishehyar@gmail.com
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه علامه طباطبایی
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 علامه طباطبایی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
بلوار غربی ورزشگاه آزادی، بلوار علی دایی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران
شهر
تهران
استان
تهران

کد پستی
۱۴۸۹۶۸۴۵۱۱
تلفن
+98 21 4839 4134
ایمیل
rahman.pt82@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبایی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده تربیت بدنی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134
ایمیل
rahmanhoseini@atu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبایی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده تربیت بدنی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134
ایمیل
rahmanhoseini@atu.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
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
گزارش مطالعه بالینی
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
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 جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
پس از چاپ مقاله، داده های خام بدون تعیین مشخصات فردی شرکت کنندگان، با ایمیل به نویسنده مسئول مقاله قابل ارائه خواهد بود
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
پس از چاپ مقاله، داده های خام بدون تعیین مشخصات فردی شرکت کنندگان، با ایمیل به نویسنده مسئول مقاله قابل ارائه خواهد بود
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
هر نویسنده ای که با ذکر دلیل نیاز به داده های خام داشته باشد
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
هر محققی می تواند درخواست داده ها را بدهد
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
با ایمیل زدن به نویسنده مسئول
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
با ایمیل زدن به نویسنده مسئول
سایر توضیحات