

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

## اثر تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل، استقامت عضلات تنه و عملکرد ورزشی تکواندوکاران پومسه رو دارای نقص تنه

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

بررسی اثر تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل، استقامت عضلات تنه و عملکرد ورزشی تکواندوکاران پومسه رو دارای نقص تنه

#### طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، یک سوبه کور، تصادفی شده، فاز دو بر روی سی شرکت کننده، برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده خواهد شد.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

تمامی آزمون ها یک بار قبل از اعمال مداخله (پروتکل تمرینی) و بار دیگر بعد از اعمال مداخله انجام و نتایج آن از شرکت کنندگان ثبت می شوند. بعد از اتمام پیش آزمون ها ۸ هفته برنامه تمرینی ثبات مرکزی به صورت ۳ جلسه در هفته مجموع ۲۴ جلسه که هر جلسه ۶۰ دقیقه (۱۰ دقیقه گرم کردن و سرد کردن، ۴۰ دقیقه برنامه تمرینی) به صورت گروهی در باشگاه ورزشی آکادمی بزرگری به طول می انجامد.

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

شرایط ورود: ورزشکاران پسر فعال در رشته پومسه که به طور منظم به فعالیت های ورزشی خود مشغول هستند. دامنه سنی بین ( 18-25 سال باشند. سابقه ی ورزشی ورزشکاران حداقل ۵ سال و حداکثر ۱۰ سال می باشد. ورزشکاران دارای نقص تنه با آزمون پرش تاک تعیین می گردند. شرایط خروج: در دو جلسه تمرینی متوالی حضور نداشته باشند. داشتن دررفتگی و شکستگی آشکار در هر جایی از اندام خود. داشتن سایر بیماری های عصبی که ممکن است بر تعادل و قدرت عضلانی تأثیر بگذارد. داشتن بیماری های استخوان و کمردرد غیر اختصاصی. ورزشکار حین انجام تمرین با شکستگی و آسیب مواجه شود.

#### گروه های مداخله

گروه مداخله: تمرینات ثبات مرکزی را اجرا میکنند. گروه کنترل: هیچ مداخله ای دریافت نمی کنند تنها به فعالیت های روزانه می پردازند.

#### متغیرهای پیامد اصلی

تعادل، استقامت عضلات تنه و عملکرد ورزشی

### اطلاعات عمومی

#### علت بروز رسانی

#### نام اختصاری

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20251216068361N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۴/۰۹/۲۹, 20-12-2025

زمان بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: 20-12-2025, ۱۴۰۴/۰۹/۲۹  
تعداد بروز رسانی ها: 0  
تاریخ تایید ثبت در مرکز  
20-12-2025, ۱۴۰۴/۰۹/۲۹

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

##### نام

مهرداد محمدزاده

##### نام سازمان / نهاد

دانشگاه گیلان

##### کشور

جمهوری اسلامی ایران

##### تلفن

+98 26 3226 1353

##### آدرس ایمیل

mohammadzadeh79@webmail.guilan.ac.ir

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

#### منبع مالی

#### تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2025-12-22, ۱۴۰۴/۱۰/۰۱

#### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-03-01, ۱۴۰۴/۱۲/۱۰

#### تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

اثر تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل، استقامت عضلات تنه و عملکرد ورزشی تکواندوکاران پومسه رو دارای نقص تنه

#### عنوان عمومی کارآزمایی

تأثیر تمرینات ثبات مرکزی بر مولفه های عملکردی در تکواندوکاران پومسه

#### هدف اصلی مطالعه

حمایتی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

**بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه****1****شرح**

تکواندوکاران دارای نقص عصبی عضلانی تنه

**کد ICD-10**

M62.9

**توصیف کد ICD-10**

Disorder of muscle, unspecified

**متغیر پیامد اولیه****1****شرح متغیر پیامد**

تعادل

**مقاطع زمانی اندازه‌گیری**

اندازه‌گیری آزمون تعادل های قبل و بعد از هشت هفته مطالعه

**نحوه اندازه‌گیری متغیر**

آزمون تعادل لک لک و ستاره

**2****شرح متغیر پیامد**

استقامت عضلات تنه

**مقاطع زمانی اندازه‌گیری**

اندازه‌گیری آزمون های استقامت عضلات تنه قبل و بعد از هشت هفته مطالعه

**نحوه اندازه‌گیری متغیر**

آزمون فلکشن تنه در زاویه ۶۰ درجه، بیرینگ سورنسن، پل زدن به

پهلوی راست و چپ، پلانک

**3****شرح متغیر پیامد**

عملکرد ورزشی

**مقاطع زمانی اندازه‌گیری**

اندازه‌گیری آزمون های عملکرد ورزشی قبل و بعد از هشت هفته مطالعه

**نحوه اندازه‌گیری متغیر**

مجموعه آزمون ضربات تکواندو

**متغیر پیامد ثانویه**

خالی

**گروه‌های مداخله****1****شرح مداخله**

گروه مداخله: تمرینات ثبات مرکزی به مدت هشت هفته، سه روز در

هفته، به مدت ۶۰ دقیقه

**طبقه بندی**

توانبخشی

**2****شرح مداخله**

**شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:**  
ورزشکاران پسر فعال در رشته پومسه که به طور منظم به فعالیت های ورزشی خود مشغول هستند. دامنه سنی بین ( 18-25 ) سال باشند. سابقه ی ورزشی ورزشکاران حداقل ۵ سال و حداکثر ۱۰ سال می‌باشد. ورزشکاران دارای نقص تنه با آزمون پرش تاک تعیین می گردند

**شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:**  
در دو جلسه تمرینی متوالی حضور نداشته باشند. داشتن دررفتگی و شکستگی آشکار نداشته باشند سایر بیماری های عصبی که ممکن است بر تعادل و قدرت عضلانی تأثیر بگذارد. بیماری های استخوان و کمردرد غیر اختصاصی (بدون علت واضح و مشخص) ورزشکار حین انجام تمرین با شکستگی و آسیب مواجه شود.

**سن**

از سن 18 ساله تا سن 25 ساله

**جنسیت**

مذکر

**فاز مطالعه**

مصادق 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**

افراد به صورت تصادفی با کمک جدول اعداد تصادفی در یکی از دو گروه مورد مطالعه قرار می گیرند و مداخله ی مربوطه را دریافت می کنند.

**کور سازی (به نظر محقق)**

یک سوپه کور

**توصیف نحوه کور سازی**

شرکت کنندگان از نحوه ی تخصیص شان در گروه های مطالعه اطلاعی نخواهند داشت و کور نگه داشته می شوند.

**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 در پژوهش های زیست پزشکی دانشگاه گیلان

**آدرس خیابان**

رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر پنج جاده تهران، مجتمع

دانشگاه گیلان

**شهر**

رشت

**استان**

گیلان

**کد پستی**

4199613776

**تاریخ تایید**

1403/07/30, 2024-10-21

**کد کمیته اخلاق**

گروه کنترل: در طول هشت هفته گروه کنترل تمرینات معمول  
تکواندوی خود را سه روز در هفته داشتند.  
**طبقه بندی**  
توانبخشی

**طبقه بندی منابع اعتبار خارجی**  
خالی  
**کشور مبدا**  
**طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار**  
دانشگاهی

## مراکز بیمار گیری

**1**

**مرکز بیمار گیری**  
**نام مرکز بیمار گیری**  
آکادمی تکواندو بزرگبری  
**نام کامل فرد مسوول**  
علی بزرگبری  
**آدرس خیابان**  
خیابان شهید بهشتی، خیابان فروغی اصفهانی، برج های حافظ و  
سعدی  
**شهر**  
کرج  
**استان**  
البرز  
**کد پستی**  
3153833862  
**تلفن**  
1353 3226 26 98+  
**ایمیل**  
alibarzegari1403@gmail.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

**1**

**حمایت کننده مالی**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه گیلان  
**نام کامل فرد مسوول**  
دکتر علی بانی  
**آدرس خیابان**  
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر پنج جاده تهران، مجتمع  
دانشگاه گیلان  
**شهر**  
رشت  
**استان**  
گیلان  
**کد پستی**  
4199613776  
**تلفن**  
8845 3332 13 98+  
**ایمیل**  
bani@guilan.ac.ir

**ردیف بودجه**  
**کد بودجه**  
**آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟**  
خیر

**عنوان منبع مالی**  
دانشگاه گیلان  
**درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع**  
100

**بخش عمومی یا خصوصی**  
عمومی

**مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور**  
داخلی

## فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

### اطلاعات تماس

**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه گیلان  
**نام کامل فرد مسوول**  
مهرداد محمدزاده  
**موقعیت شغلی**  
دانشجو  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
لیسانس  
**سایر حوزه های کاری/تخصص ها**  
آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی-تربیت بدنی سازگاران و  
ورزش معلولین  
**آدرس خیابان**  
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر پنج جاده تهران، مجتمع  
دانشگاه گیلان  
**شهر**  
رشت  
**استان**  
گیلان  
**کد پستی**  
4199613776  
**تلفن**  
8845 3332 13 98+  
**ایمیل**  
Mehrdadnft1579@gmail.com

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

### اطلاعات تماس

**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه گیلان  
**نام کامل فرد مسوول**  
مهرداد محمدزاده  
**موقعیت شغلی**  
دانشجو  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
لیسانس  
**سایر حوزه های کاری/تخصص ها**  
آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی-تربیت بدنی سازگاران و  
ورزش معلولین  
**آدرس خیابان**  
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر پنج جاده تهران، مجتمع  
دانشگاه گیلان  
**شهر**  
رشت  
**استان**  
گیلان  
**کد پستی**  
4199613776  
**تلفن**  
8845 3332 13 98+  
**ایمیل**  
mehrdadnft1579@gmail.com

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه گیلان

نام کامل فرد مسوول

مهرداد محمدزاده

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی-تربیت بدنی سازگاران و

ورزش معلولین

آدرس خیابان

رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر پنج جاده تهران، مجتمع

دانشگاه گیلان

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

4199613776

تلفن

8845 3332 13 98+

ایمیل

mehrdadnft1579@gmail.com

### برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**پروتکل مطالعه**

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**نقشه آنالیز آماری**

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**فرم رضایتنامه آگاهانه**

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**گزارش مطالعه بالینی**

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**کدهای استفاده شده در آنالیز**

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**نظام دسته بندی داده (دیکشنری داده)**

بله - برنامه ای برای انتشار آن وجود دارد  
**عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند**

کلیه داده های متغیر های اندازه گیری شده پس از غیر قابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک گذاری است.

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

شروع داده دسترسی از ۱۴۰۵

**کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند**

فقط برای محققین شاغل در موسسات دانشگاهی و علمی

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

استفاده علمی در بهبود و مقایسه با دیگر تحقیقات مجاز است.

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

آدرس پست الکترونیکی برای مکاتبه با محقق جهت دریافت اطلاعات لازم: mehrdadnft1579@gmail.com

**یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می کند**

باید تقاضا کننده دلیل استفاده از مستندات را به پست الکترونیکی

ارسال نماید تا در اولین فرصت پس از بررسی توسط محقق پاسخ

داده خواهد شد. mehrdadnft1579@gmail.com

**سایر توضیحات**