

PROMENE U TESTU ZA PROCENU MIŠIĆNE SNAGE KOD DECE U SRBIJI

*Jadranka Kocić¹, Darko Stojanović², Slađana Stanković³, Lana Petrović¹,
Aleksandar Ignjatović³, Zoran Savić¹, Vesko Milenković¹, Tijana Stojanović⁴,
Zoran Momčilović⁵*

¹Univerzitet u Prištini, Kosovska Mitrovica, Fakultet za sport i fizičko vaspitanje, Leposavić, Srbija

²Univerzitet "Union - Nikola Tesla", Fakultet za sport, Beograd, Srbija

³Univerzitet u Kragujevcu, Fakultet pedagoških nauka u Jagodini, Srbija

⁴Klub za sinhrono plivanje "Niš", Niš, Srbija

⁵Univerzitet u Nišu, Pedagoški fakultet u Vranju, Vranje, Srbija

Kontakt: Jadranka Kocić
Ratka Vukićevića 1/10, 18000 Niš, Srbija
E-mail: jadranka.kocic@pr.ac.rs

Cilj ove studije bio je ispitivanje promena u uspešnosti izvođenja motoričkog testa kod jedanaestogodišnjaka u Srbiji. Za praćenje u intervalu od četiri decenije izabran je motorički test za koji je potrebno ispoljavanje mišićne snage nogu. Sekularni trend telesne visine i težine pokazao je konstantno povećanje u odnosu na prošlost, ali je pozitivan uticaj na uspešnost u izvođenju motoričkog zadatka izostao. Većina prethodnih istraživanja utvrdila je određeni pad raznih motoričkih veština tokom različitih vremenskih perioda. Međutim, nijedno od njih nije se bavilo uspešnošću u skoku udalj u periodu dužem od četiri decenije. Podaci su prikupljeni sa tri odvojena uzorka ispitanika iz 1971, 2014. i 2018. godine. Merenja su sprovedena od strane kvalifikovanih merioca sa Fakulteta fizičke kulture iz Beograda 1971. godine, Instituta za sport i sportsku medicinu Srbije 2014. godine i autora ove studije 2018. godine. Testom skok udalj iz mesta ispitivanja je motorička sposobnost. Uprkos prosečnom povećanju longitudinalne dimenzionalnosti skeleta, prosečna dužina skoka udalj imala je trend opadanja. Smanjenje posle četiri decenije bilo je između 10 % i 18 % u zavisnosti od uzorka i pola. Rezultati ove studije izazivaju ozbiljnu zabrinutost o načinu života dece i trendovima u motoričkim sposobnostima. Bez promena u načinu života, stvaranja zdravih navika u ishrani, i što je najvažnije, većeg učešća u organizovanim fizičkim aktivnostima, pomenuti trendovi opadanja nivoa motoričkih sposobnosti najverovatnije će se nastaviti i u budućnosti.

Acta Medica Medianae 2019;58(2):154-160.

Ključne reči: mišićne promene, motoričke sposobnosti, snaga nogu, deca