

# SILA RUKU UČENIKA HEMIJSKO-TEHNOLOŠKE ŠKOLE »LAZAR NEŠIĆ« U SUBOTICI

Geza CEKUŠ, profesor  
Učiteljski fakultet Sombor

## SAŽETAK

U toku rasta i razvitka osobina pojedinih mišića može biti jednak, a pojedini mišići mogu imati i različite karakteristike. Telesna sila je sposobnost za razvijanje mišićne snage. Sila ruke je odraz opšteg fizičkog razvoja. Cilj ovog ispitivanja je da na jednom uzorku srednjoškolaca utvrde dinamometrijske vrednosti za oba pola i po uzrastu i da se odredi relativna mišićna snaga (indeks sile). U ispitivanju sile stiska šake obuhvaćeno je 575 učenika. Sila stiska šake je izmerena dinamometrom DPR-90, a telesna masa medicinskom decimalnom vagom. Obradom podataka se konstatuje sledeće: mišićna sila je jako varijabilna kod ispitanika. Ona raste sa uzrastom. Sila ruke mladića je veća od sile ruke devojaka. Za oba pola je karakteristična asimetrija u ovoj osobini. Izračunati indeks mišićne sile je kod dečaka veći. Sa uzrastom se njegova vrednost povećava.

*Ključne reči:* dinamometrija, dinamometrijska sila stiska šake, asimetrija.