|  |
| --- |
|  |
| **身高测试目的与方法** |
|  |
|  |
| |  | | --- | | **1．测试目的** | | 测试学生身高、体重测试相配合，评定学生的身体匀称度，评价学生生长发育的水平及营养状况。 | |  | | **2．场地器材** | | 身高体重测量器。 | |  | | **3．测试方法** | | 受试者赤足，立正姿势站在身高计的底板上（上肢自然下垂，足跟并拢，足尖分开成60度角）。足跟、骶骨部及两肩胛区与立柱相接触，躯干自然挺直，头部正直，耳屏上缘与眼眶下缘呈水平位（图3-1）。测试结束后，测试员进行读数，记录员复述后进行记录，精确到小数点后一位。 | |  | | **4．注意事项** | |  | | （1）严格掌握“三点靠立柱”、“两点呈水平”的测量姿势要求。 | | （2）测量身高前，受试者应避免进行剧烈体育活动和体力劳动。 | |