

什么量身高比较准、到底怎么量身高最准呢 尺会热胀冷缩-股识吧

一、到底怎么量身高最准呢 尺会热胀冷缩

你的手还会歪呢！你觉得尺子热胀冷缩就在墙壁上画出你的身高，然后用专业一点的尺子量，专业一点的尺子都会有校验温度，在那个温度下量最准了，不过你的手也会有点误差呢

二、如何准确测量身高

三、如何准确测量身高

怎样准确的测量身高呢？

很多家长认为身高测量比较简单，站身高尺下量一下，读个数值就是了。

其实，这样测得的数值是很难反映孩子真实的身高的。

准确测量身高，必须遵循“三个一”标准：同一测量仪器，同一测量人，同一时间段。

同一测量仪器，同一测量人家长们很容易理解，这样可以有效减少误差。

那么为什么要同一测量时间段呢？那是因为一天内身高是存在变化的：早上最高，晚上最矮，变化幅度在1~2公分。

这是由于一天的站立和活动，使椎间盘变薄，足弓变浅，脊柱弯曲度增加所引起。

测量身高时，为了数值更准确，孩子要脱去鞋子，厚袜子，帽子和厚的衣服等。

孩子背靠身高尺，脚后跟、臀部、背部及头与身高尺板接触，取立正姿势，视线水平向前，胸部稍微挺起，腹部稍微收缩，两臂自然下垂，手指并拢，脚后跟靠拢。

脚尖分开约60度。

测量者扶着身高尺测量板轻轻下移，直至测量板与颅顶点恰好相接处，读数。

所得数据就是孩子的现身高了。

四、如何测量准确身高？

准确测量身高时需要四同 1、相同的测量时间（人的早晚身高是有差异的）；
2、同一标准身高测量尺（在家测量时，也可在墙面上贴一张纸后测量，画线后再量高度，但头顶上的尺一定要与墙面垂直，最好用三角尺）；
3、相同的测量者（不同人测量时可能卡尺的松紧度有差异）；
4、被测量者相同的站法（要求两脚并齐靠拢，脚跟、臀部、背部、头均靠墙，且头靠墙时一定要注意两眼平视，不能过仰，挺胸、收腹、腰部尽量挺直）。

五、怎样量身高才标准？

方法如下：1. 首先被测量者要赤脚，保持“立正”姿势站在身高计的底板上，并且脚跟、骶骨部及两肩胛间紧靠身高计的立柱上。

测量者站在被测量人的左右都可以，将其头部调整到耳屏上缘与眼眶下缘的最低点齐平，再移动身高计的水平板至被测量人的头顶，使其松紧度适当，即可测量出身高。

2. 其次每次测量身高都应该赤脚，并在同一时间，用同一身高计测量，早上测量的话更准确。

身体姿势前后应一致，身高计应放在地面平坦并靠墙根处。

每次测量身高最好连续测两次，间隔30秒。

两次测量的结果应大致相同。

身高计的误差不得超过0.5厘米。

扩展资料：人的身高早上高、晚上矮，早上起床时的身高要比晚上入睡前高出1厘米多；

不同的身高测量人，仰头看、低头看身高测量尺会有不同的结果；

不同的身高测量尺因材质、伸缩性不同也会出现偏差；

膝盖弯曲、背不直、仰头或低头等站立姿势不同，身高测量的结果也会不同。

身高是衡量青少年儿童身体健康的最重要指标之一。

身高测量不精准，就不能准确判断生长发育状况，不能为身高预测提供正确的当前身高。

由于儿童活泼好动、父母身高测量不专业，在对孩子进行身高测量时往往会有几厘米的差距。

测量不准确，使得身高预测有了错误的的数据，造成身高预测结果与终身高差距较大。

只有精准身高测量才能为身高预测提供科学的数据支持，才能准确预测未来身高。

参考文档

[下载：什么量身高比较准.pdf](#)

[《解禁股票多久可以派到账户》](#)

[《股票从业资格证需要多久》](#)

[《股票一个循环浪期多久》](#)

[《股票你们多久看一次》](#)

[下载：什么量身高比较准.doc](#)

[更多关于《什么量身高比较准》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/author/59927054.html>