



● АМИЛИЯ _____

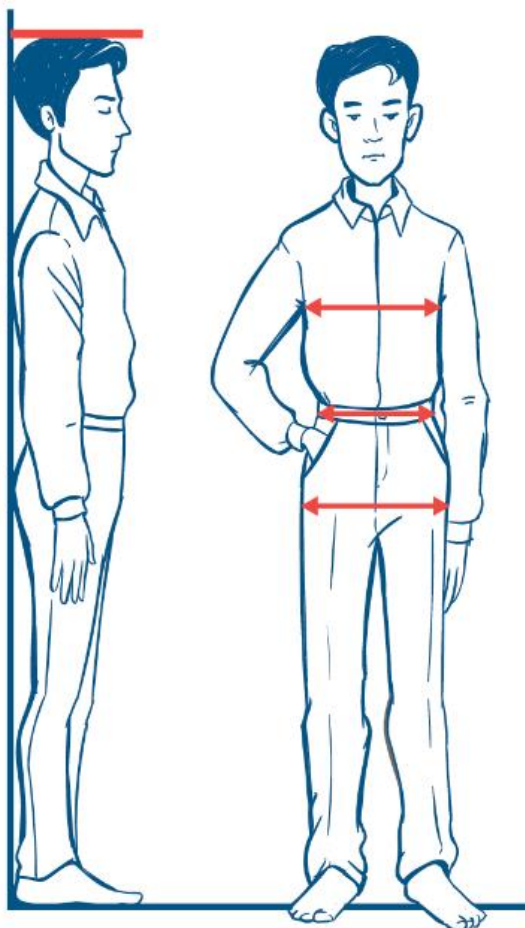
ИМЯ _____

КЛАСС _____

 _____

КАК ПРАВИЛЬНО ИЗМЕРИТЬ РЕБЕНКА

1. Рост ребенка удобно измерять по вертикальной прямой поверхности. Для этого следует попросить ребенка встать возле стены. При этом голова ребенка должна быть прямо. Взгляд устремлен вперед перед собой. На волосах не должно быть заколок или головных уборов. Голова, плечи, ягодицы и пятки должны быть прижаты к стене. Обувь должна быть снята. Пятки сдвинуты вместе. На голову следует положить линейку или книгу и по ней сделать горизонтальную отметку на стене карандашом. Затем попросить ребенка отойти в сторону и замерить по стене расстояние от пола до отметки.



2. Обхват груди измеряют гибкой сантиметровой лентой. Лентой обхватывают туловище ребенка горизонтально под руками на уровне подмышечных впадин. Следует контролировать, чтобы лента проходила через выступающие точки груди и лопаток. Лента не должна быть затянута.

3. Обхват талии измеряют гибкой сантиметровой лентой. Лентой обхватывают туловище ребенка горизонтально по талии. При этом следует контролировать, чтобы ребенок не втягивал живот.

4. Обхват бедер измеряют аналогично гибкой сантиметровой лентой. Лентой обхватывают туловище ребенка горизонтально по самой широкой части бедер. При этом лента должна проходить по самым выступающим точкам ягодиц.

В ячейках ниже следует указать фактические результаты замеров. Все замеры указываются в сантиметрах.

ВАЖНО: не следует прибавлять к фактическим замерам дополнительные сантиметры на вырост. Наши специалисты определяют необходимый размер с учетом статистики роста детей в привязке к возрасту.

РОСТ

ОБХВАТ ГРУДИ

ОБХВАТ ТАЛИИ

ОБХВАТ БЕДЕР

ДАТА РОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА

МОДЕЛИ ШКОЛЬНОЙ ФОРМЫ