

測測查查

—三至六岁儿童的测查与教育
江苏省教育科学研究所



江苏教育出版社

测 测 查 查

—— 3 至 6 岁儿童的测查与教育

江苏省教育科学研究所

出版发行：江苏教育出版社

经 销：江苏省新华书店

印 刷：东台市印刷总厂

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 5.25 字数 107,500

1989 年 12 月第 1 版 1989 年 12 月第 1 次印刷

印数 1—20,460 册

ISBN 7—5343—0930—1

G·821

定价：1.40 元

责任编辑 朱述宾

江苏教育版图书若有印刷装订错误，可向承印厂调换

前 言

您想客观而全面地了解自己孩子的发展状况吗？您想寻求有效地教育培养您孩子的方法吗？《测测查查——3至6岁儿童的测查与教育》将为您提供具有较高信度和效度的咨询。

《测测查查》从“健康、智力、个性”三方面较为全面地帮助您了解您的孩子，分析您的孩子，最后向您提出教育的方法和建议。必须指出的是：在使用本书测查孩子时，也是对您自己的教育培养方式和方法的测查。通过这种测查，可以不断校正您的教育、培养方式，使之更适应孩子的发展规律，使您的教育更具有科学性和艺术性。

在此书的编写过程中，我们力图避免过多的理论阐述和分析，而是用生动鲜明的事例、大量的测题和介绍实用有效的方法作为本书的基本格式，这一切都是为了增强本书的趣味性、实用性和可操作性，以便于您掌握和使用。从这个角度说，此书所提供的不是理论，而是理论的灵活运用；不是教条，而是一把智力钥匙。这把钥匙必须由您——家长和老师，在测查儿童的实践中，灵活地、艺术性地、富有创造性地使用，从而达到有效地教育、培养孩子的目的。

最后，要着重告诉您的是，测测查查的本意不在看您孩子得分多少，分数只是表面现象，您最终所要了解的是孩子与众不同的“独特”的方面，您最终所要做的是通过分析孩子的独特性来确定自己的教育原则和教育措施。如果在这一点上本书能对您有所启示的话，那我们就深感欣慰了。

本书由江苏省教育科学研究所组织编写，省教科所副所长毛家瑞同志审查并定稿。参加编写的有：无锡市教研室吕无忝同志、苏州市教研室李鸣同志、南京市太平巷幼儿园施立平同志、常州师范学校陈旭珠同志、盐城市机关幼儿园束启莲同志。省教科所时萍和汪仁同志在组织编写过程中作了大量工作，并参加了全书的统稿工作；省教科所彭钢和马维娜同志对全书的文字进行了润色、加工。

编 者

一九八九年七月二十日

目 录

前 言

第一章 健 康…………… (1)

- 一、3—6岁——健康形成的重要年龄段………… (1)
- 二、衡量孩子健康的标志…………… (1)
- 三、测一测您的孩子是否健康…………… (4)
- 四、三浴——使孩子健康发展的妙法………… (15)

第二章 智 力…………… (20)

- 一、您能区分这几个概念吗…………… (20)
- 二、您想测一测孩子的智力吗…………… (23)
- 三、孩子智力发展的三个重要方面…………… (40)
- 四、开发孩子智力的钥匙——培养智力的方法…………… (105)

第三章 个 性…………… (115)

- 一、影响孩子个性形成的因素…………… (115)
- 二、您的孩子属于哪一种性格…………… (116)
- 三、您的孩子属于哪一种气质…………… (117)
- 四、您的孩子具有哪一方面的能力…………… (120)
- 五、您的孩子有完美理想的个性吗…………… (121)
- 六、测一测您孩子的个性特征…………… (122)

附录一	发明家性格的十大特点.....	(157)
附录二	测试天赋的十四道题.....	(157)
附录三	测定创造力试题.....	(158)

第一章 健 康

作为家长，当您的身边活蹦乱跳着一个小天使般健康可爱的孩子时，不难想象，您的心头荡漾着何等的喜悦，洋溢着何等的欣慰。但您千万不要以为，您的宝宝不生病就是很健康了。要知道，健康不仅标志着一个人没有或很少有疾病，而且标志着人的身体、心理与社会自然的平衡或协调一致。世界卫生组织就曾提出这样的口号：“健康的一半是心理健康。”

一、3—6岁——健康形成的重要年龄段

尽管健康与先天的遗传因素有关，但后天的环境与培养却对健康的形成起着决定性作用。请您记住，您3—6岁的孩子正是机体组织和器官不断发育成长的重要时期。这一时期，他们很娇嫩，免疫功能还不成熟，容易感染各种疾病；他们的大脑结构和大脑皮层的作用正在成长；高级神经系统正在形成；他们的兴奋和抑制过程不够平衡，认知过程带有具体和不随意的特点，行为具有不稳定和无规则的特征。如果您明白了这一些，就不难理解此时您孩子的身体发育和习惯形成的好坏，将直接关系到他的全面发展，并直接影响到他的一生。

二、衡量孩子健康的标志

可以说，家长们个个都希望自己的孩子活泼健康、天真

可爱，那么，什么样的孩子才是健康的孩子，健康的孩子具有哪些特征？

（一）健壮的体质

1. 生长发育正常吗？

孩子在幼儿期体格发育较婴儿期虽然相对减慢，但仍处在生长发育的旺盛时期。一般地说，“生长”指的是量的变化，就是幼儿全身各部分、各器官、组织的大小、长短及重量的增加；“发育”指的是质的变化，就是幼儿身体各系统、器官、组织在功能方面的变化。如果您的孩子在量和质的变化上均正常、稳定，他在这一方面就是健康的。

2. 基本动作的发展如何？

基本动作主要包括走、跑、跳跃、平衡、投掷、钻爬和攀登。您的孩子在身体各个部分尚未完全发育成熟的情况下，要把各种动作都做得正确、协调、稳定、灵活是有一个过程的。但可以通过相同年龄段孩子动作的比较来观察您的孩子动作发展得如何。同时，切莫忘记，通过活动加强动作训练，使孩子各项动作得到发展，是十分必要的。有些父母和老人怕孩子摔倒和碰伤，对孩子小心翼翼地进行保护和防范，限制他们的活动和动作，这对孩子的健康发展是十分不利的。

3. 身体素质好吗？

孩子身体素质的好坏，通常会在各种活动能力（动作质量）中表现出来。当然，身体素质与基本动作是相互关联、相互促进又有所区别的两个方面。身体素质一般包括速度、力量、耐力、灵敏度、柔韧度等。根据幼儿年龄的特点，这段时期孩子的身体素质发展要适当减少力量和耐力方面的活动，以免过分劳累，对孩子的正常发展带来不利影响。

4. 对外界环境适应吗？

在平时，你不妨加以观察：您的孩子能比较正常地适应冷热气温的变化吗？能抵抗各种疾病的侵袭吗？若他对外界自然条件各种变化的刺激有一定的调节能力和适应性，便是身体健康的一个标志。

（二）健美的体态

健美的身体形态虽然与先天的遗传有很大关系，但后天的环境、锻炼、教育却更为重要。可以这样说，只要得法，您的孩子定会体态健美。但若您的孩子在幼儿时期就不知不觉地形成了各种错误的姿势等，就会影响他正常的生长发育，也无从谈及其健美的体态。因为身体形态健康的衡量标志是强壮的体格、健美的体形和正确的姿势。

（三）一定的卫生常识和习惯

“病从口入”，这是一条最基本的卫生常识。如果您的孩子在幼儿时期就开始懂得这一道理，并具有其他粗浅的卫生常识和良好的卫生习惯，譬如饮食习惯、睡眠习惯、盥洗习惯、排泄习惯等，则既能增强他的自我保护能力，更能促进他的健康成长。这是衡量幼儿健康不可忽视的标志之一。

（四）良好的品德和性格

既然“健康的一半是心理健康”，那优良的品德和活泼开朗的性格就不能不是衡量幼儿健康的重要标志。健康的幼儿应该对周围的一切都充满了好奇和浓厚的兴趣，应该具有机敏、勇敢、自信、有毅力、守纪律等特点，这样，他才能

与别人产生友好交往，并与外界保持平衡，也才能发展基本动作，正常地成长发育。

概括起来说，健壮的体质、健美的体态、一定的卫生常识和习惯、良好的品德和性格是衡量您的孩子是否健康的四大标志或四个方面，这四个方面的互相关联、互相依赖的，万不可取一而代全。

三、测一测您的孩子是否健康

下面我们向您提供一些测量健康的方法和评价的标准。这只是观察孩子是否健康的一般的、常用的方法和标准，其好处是较为完整、较为系统、较为实用。当然，进一步了解孩子是否健康，或许还需要一些特殊的观察角度和检查方法，这就必须由您在掌握了以下一些方法和标准的基础上，进一步进行探讨。

（一）外界适应能力的测量与评价

测量孩子对外界的适应能力应以观察的方法为主：（1）观察孩子在户外对于自然界的变化的适应能力，如对气温、地理环境等变化的适应能力；（2）观察孩子对疾病（尤其是常见病及传染病）的抵抗能力。

当然，根据幼儿的生理特点，要适当地控制户外活动，减少因自然变化而带来的较强刺激。锻炼孩子的适应能力，要做到循序渐进，不可操之过急。

总之，孩子对自然变化的刺激有一定适应能力，不致引起疾病；对一些常见病、传染病有一定抵抗力，便说明他适应能力较强。

（二）基本动作的测量与评价

1. “走”的动作

（1）找玩具（3—4岁）

在室内或室外较明显的地方放上玩具，让幼儿站在中央，按指定方向走。

（2）揪尾巴（4—5岁）

两人进行，将纸带或布条的1/3塞进裤腰里，其余部分拖在外面当“尾巴”，两人相距1.5米，面对面站立，听信号两人同时左右挪动、互相揪对方的尾巴。

（3）听口令走步（4—6岁）

原地踏步：口令：踏步——走。要求做到左脚开始，两脚在原地上下起落，上体正直，两臂前后自然摆动，眼向前看。

便步走：口令：便步——走。要求：自然走步，不要求统一节奏。

齐步走：口令：齐步——走。要求：左脚开始向前走步，上体正直，两臂前后自然摆动，眼向前看。

评价：

3—4岁、4—5岁与5—6岁的要求分别是：上体正直，两臂前后自然摆动；上体正直，手脚协调；步伐均匀，精神饱满。

以上各年龄段都有两项标准。两项全达到为好；只达到一项为中；一项都没达到为差。

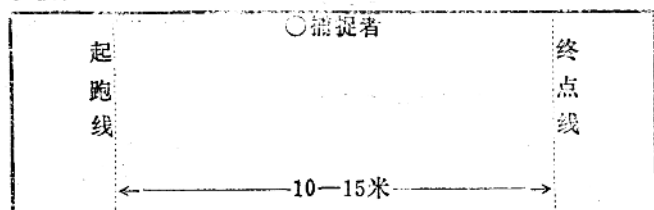
2. “跑”的动作

（1）踩影子（3—6岁）

在晴天有太阳时进行，幼儿为踩影子的人，另一人在场地边上边跑边躲，不让幼儿踩到自己的影子，注意幼儿跑的姿势。

（2）抓不着

让幼儿站在起跑线上，自己决定何时向终点线跑；捕捉者在幼儿起跑后至终点前随时去捉幼儿，以激发起孩子跑的积极性。



(3) 快速跑

相距10—15米(3—4岁)，15—20米(4—5岁)，25—30米(5—6岁)，让幼儿快速跑。

评价：

3—4岁、4—5岁与5—6岁的要求分别是：两臂屈肘在体侧，跑得自然；上下肢协调，跑得轻盈；双臂屈肘于体侧自然摆动，前脚掌着地跑。

不同年龄段幼儿都有两项标准。两项全达到为好；这一项为中；一项都达不到为差。

3. “跳”的动作

(1) 摘果子(原地跳起)

在门框上挂一水果，其水果高度应在离幼儿高举的手指尖20—25厘米处，凡能跳起、姿势正确，并准确地碰到水果，一则为好；多次才能碰到的为中；跳不高又碰不到的为差。此项活动对三个年龄段的幼儿都可适用。

(2) 小鸟找食(由高处往下跳)

根据幼儿年龄特点从离地15—20厘米(3—4岁)、20—30厘米(4—5岁)、30—40厘米(5—6岁)处双脚站立

往下跳。

(3) 向前行进跳

3—4岁 双脚直线跳。在直线两侧行进跳。

4—5岁 单脚跳。

5—6岁 单双脚交替跳。

(4) 双脚立定跳远

50厘米以上为好	}	(4—5岁)
40—50厘米为中		
40厘米以下为差		

70厘米以上为好	}	(5—6岁)
60—70厘米为中		
60厘米以下为差		

(5) 助跑跳过一定宽度的平行线

50厘米以上为好	}	(4—5岁)
45—50厘米为中		
45厘米以下为差		

60厘米以上为好	}	(5—6岁)
55—60厘米为中		
55厘米以下为差		

(6) 跳绳(5—6岁)

评价:

除(4)、(5)题以外,按下列标准评定:

3—4岁、4—5岁与5—6岁的要求分别是:自然跳起,轻轻落地;屈膝、前脚掌着地跳起,前脚掌轻轻落地并保持平衡;四肢协调、蹬地跳起,轻轻落地并保持平衡。

以上要求达到两项为好,达到一项为中,否则为差。

4. 平衡

(1) 3—4 岁的孩子在宽20—25厘米内的平行线中走；4—5 岁的孩子在宽10—15厘米内的平行线中走，或在高20—30厘米、宽15—20厘米的平衡木上走；5—6 岁的孩子在高30—40厘米、宽10—15厘米的平衡木上边交换手臂动作边走，如边叉腰（侧平举、前平举或上举）边走。

(2) 4—5 岁的孩子原地转1—3圈；5—6 岁的孩子两臂侧平举，闭起眼睛旋转5圈左右。

评价：

3—4 岁，身体不左右摇晃为好；虽摇晃但能基本保持平衡为中；否则为差。

4—5 岁，上体正直，上下肢协调为好；这两点中只做到一点为中；否则为差。

5—6 岁，上体正直，步子均匀，四肢协调，动作自然为好；做到四点中的两点为中；否则为差。

(三) 身体形态和发育程度的测量和评价

测量并评价身体形态和发育程度可根据表1、表2、表3、表4来进行。

评价方法：

1. 根据被评价儿童的城乡和性别找到相应年龄的相关评价表。

2. 评价儿童发育等级是以儿童身高为基础的。按被评价儿童的身高实测值，在相关表的身高栏中找到相应的一行，从而查出身高发育的等级。

3. 以身高所在的一行向右查看，找到相应的体重、胸围、臀围和下身长。将被评价者的实测值与之比较，并进行评价：

(1) 凡各实测值均在标准范围内, 则体型评定为匀称型。

(2) 体重、胸围、臂围的实测值均大于标准范围, 或其中1、2项大于标准范围, 其余的在标准范围内, 则体型评定为粗壮型。

(3) 体重、胸围、臂围的实测值均小于标准范围, 或其中1、2项小于标准范围, 其余的在标准范围之内, 则体型评定为纤细型。

(4) 对下身长进行评价时, 凡下身长的实测值在标准范围内者为匀称, 超过或小于标准范围者为不匀称。

4. 必要时, 可将身高发育的水平和体型评价两方面结合起来, 对体格进行评价, 大致分为以下五级:

(1) 体格发育良好: ①身高上等或中上等, 而体型粗壮者; ②身高上等, 体型匀称者。

(2) 体格发育较好: ①身高中上等, 体型匀称者; ②身高中等, 体型粗壮者; ③身高上等, 体型纤细者。

(3) 体格发育一般: ①身高中等或中下等, 体型匀称者; ②身高中上等, 而体型纤细者; ③身高中下等或下等, 而体型粗壮者。

(4) 体格发育较差: ①身高中等, 体型纤细者; ②身高下等, 体型匀称者。

(5) 体格发育不良: ①身高中下或下等, 体型纤细者; ②体重、胸围、臂围显著落后于身高者。

当体重与胸围、臂围水平不一致时, 宜以体重水平为主进行评价。

表1 3—6岁城市男童生长发育评价表(单位:公斤·厘米)

年 龄	发育等级	身 高	体重标准范围	胸 围 标准范围	臂 围 标准范围	下 身 长 标准范围
3 岁	上 等	103~106	15.18~18.76	51.2~55.4	15.0~17.3	41.7~45.4
	中上等	99~102	14.07~16.75	50.1~54.3	14.7~17.0	39.8~43.5
	中 等	91~98	11.85~15.64	48.0~53.3	14.1~16.7	35.9~41.5
	中下等	87~90	11.02~13.42	47.3~51.2	13.8~16.0	34.4~37.6
	下 等	84~87	9.91~12.59	46.2~50.4	13.5~15.8	32.4~36.1
3.5 岁	上 等	106~109	15.94~18.84	51.9~56.1	15.1~17.3	43.5~47.3
	中上等	102~105	14.79~17.68	50.9~55.0	14.8~17.0	41.6~45.3
	中 等	95~101	12.76~16.52	49.0~54.0	14.3~16.7	38.1~43.3
	中下等	91~94	11.60~14.49	48.1~52.1	14.0~16.2	36.1~39.9
	下 等	87~90	10.44~13.34	46.9~51.1	13.7~15.9	34.2~37.9
4 岁	上 等	110~113	16.81~19.80	52.6~56.7	15.2~17.4	46.1~50.1
	中上等	106~109	15.66~18.65	51.6~55.7	14.9~17.1	44.0~48.0
	中 等	98~105	13.37~17.50	49.6~54.7	14.3~16.8	39.8~45.8
	中下等	94~97	12.22~15.20	48.6~52.7	14.0~16.2	37.6~41.6
	下 等	90~93	11.07~14.06	47.7~51.8	13.7~15.9	35.5~39.5
4.5 岁	上 等	113~117	17.82~21.29	53.4~57.9	15.3~17.7	47.8~52.1
	中上等	109~112	16.54~19.70	52.3~56.6	15.0~17.2	45.7~49.6
	中 等	101~108	13.99~18.42	50.1~55.5	14.3~16.9	41.6~47.5
	中下等	97~100	12.72~15.87	49.1~53.4	13.9~16.2	39.5~43.4
	下 等	93~96	11.44~14.59	48.0~52.3	13.6~15.8	37.5~41.3
5 岁	上 等	117~120	18.87~22.15	54.2~58.6	15.4~17.7	50.1~54.1
	中上等	113~116	17.59~20.87	53.1~57.5	15.1~17.4	47.9~52.0
	中 等	104~112	14.70~19.58	50.7~56.4	14.3~17.0	43.2~49.9
	中下等	100~103	13.41~16.69	49.7~54.1	14.0~16.3	41.1~45.1
	下 等	96~99	12.13~15.41	48.6~53.0	13.7~16.0	39.0~43.0
5.5 岁	上 等	120~123	19.68~23.22	54.9~59.3	15.4~17.7	51.9~56.0
	中上等	115~119	18.03~21.90	53.6~58.3	15.0~17.4	49.2~53.8
	中 等	107~114	15.39~20.25	51.5~57.0	14.4~17.0	44.8~51.1
	中下等	102~106	13.73~17.61	50.2~54.9	14.0~16.4	42.1~46.8
	下 等	98~101	12.41~15.96	49.2~53.7	13.7~16.0	39.9~44.1
6—7岁	上 等	126~130	21.71~25.88	56.3~61.4	15.8~18.2	55.2~60.0
	中上等	121~125	19.95~24.13	55.0~60.1	15.4~17.8	52.5~57.2
	中 等	111~120	16.45~22.38	52.4~58.7	14.5~17.4	47.1~54.5
	中下等	106~110	14.70~18.87	51.0~56.1	14.1~16.6	44.4~49.1
	下 等	101~105	12.94~17.12	49.7~54.8	13.7~16.2	41.7~46.4

表2 3—6岁城市女童生长发育评价表(单位:公斤·厘米)

年 龄	发育等级	身 高	体重标准范围	胸 围 标准范围	臂 围 标准范围	下 身 长 标准范围
3 岁	上 等	102~105	14.53~17.20	49.9~54.0	15.0~17.2	41.7~45.4
	中上等	98~101	13.47~16.14	48.9~53.0	14.6~16.9	39.6~43.4
	中 等	90~97	11.36~15.09	47.1~52.1	14.0~16.5	35.6~41.4
	中下等	86~89	10.31~12.98	46.1~50.2	13.6~15.9	33.5~37.3
	下 等	82~85	9.25~11.92	45.2~49.3	13.1~15.5	31.5~35.3
3.5 岁	上 等	105~108	15.24~18.04	50.3~54.6	14.9~17.2	43.6~47.4
	中上等	101~104	14.19~16.98	49.4~53.7	14.6~16.9	41.5~45.3
	中 等	94~100	12.35~15.92	47.9~52.8	14.2~16.7	37.9~43.2
	中下等	90~93	11.30~14.06	47.0~51.3	13.9~16.2	35.8~39.0
	下 等	86~89	10.24~13.04	46.1~50.4	13.7~16.0	33.7~37.6
4 岁	上 等	109~112	16.20~19.19	51.1~55.3	15.1~17.4	46.0~49.9
	中上等	105~108	15.11~18.10	50.2~54.4	14.8~17.1	43.8~47.8
	中 等	97~104	12.92~17.00	48.4~53.5	14.2~16.8	39.0~45.0
	中下等	93~96	11.82~14.81	47.5~51.8	13.9~16.2	37.5~41.4
	下 等	89~92	10.73~13.72	46.7~50.9	13.6~15.9	35.4~39.3
4.5 岁	上 等	113~116	17.54~20.86	52.3~56.7	15.4~17.8	48.1~52.0
	中上等	109~112	16.27~19.60	51.2~55.7	15.0~17.4	46.0~50.0
	中 等	100~108	13.43~18.33	48.9~54.6	14.2~17.1	41.3~47.9
	中下等	96~99	12.16~15.48	47.8~52.2	13.9~16.3	39.2~43.2
	下 等	92~95	10.90~14.22	46.7~51.2	13.5~16.0	37.1~41.1
5 岁	上 等	116~119	18.19~21.60	52.4~57.0	15.3~17.7	49.9~54.0
	中上等	112~115	16.91~20.32	51.5~56.0	15.0~17.4	47.8~51.8
	中 等	103~111	14.04~19.04	49.3~55.0	14.3~17.0	43.0~49.7
	中下等	99~102	12.76~16.16	48.3~52.8	13.9~16.3	41.9~44.9
	下 等	95~98	11.48~14.88	47.3~51.8	13.6~16.0	38.8~42.8
5.5 岁	上 等	119~122	18.98~22.58	53.2~57.9	15.5~17.9	51.7~55.8
	中上等	115~118	17.68~21.28	52.2~56.9	15.1~17.5	49.5~53.6
	中 等	106~114	14.74~19.97	49.9~55.9	14.3~17.2	44.6~51.5
	中下等	102~105	13.44~17.04	48.8~53.6	13.9~16.4	42.4~48.6
	下 等	97~101	11.81~15.74	47.6~52.6	13.5~16.0	39.7~44.4
6—7岁	上 等	124~128	20.51~24.89	54.3~59.6	15.7~18.4	54.5~59.5
	中上等	119~123	18.80~23.16	53.0~58.3	15.2~17.9	51.7~56.7
	中 等	110~118	15.72~21.46	50.8~57.0	14.4~17.4	46.7~53.9
	中下等	105~109	14.01~18.38	49.5~54.8	13.9~16.6	43.9~48.8
	下 等	100~104	12.29~16.67	48.2~53.5	13.4~16.1	41.1~46.0