

# 當您的孩子 3 歲時



您的孩子如何玩耍、學習、說話和行動提供了關於其發展的重要線索。發展里程碑指大多數孩子在特定年齡所能做的事情。

檢查您的孩子在 3 歲生日時達到的里程碑。在每次拜訪孩子的醫生時請攜帶這份檢查表，與其討論您孩子達到了什麼里程碑，以及下次會實現什麼里程碑。

## 該年齡段的大多數兒童會做什麼：

### 交際/情感

- 模仿成人和朋友
- 在沒有提示的情況下，表達對朋友的感情
- 輪流做遊戲
- 對哭泣的朋友表現出關心
- 理解「我的」、「他的」或「她的」的含義
- 表現出不同的情緒變化
- 很容易與媽媽或爸爸分開
- 當日常情況出現較大變化時，可能會不安
- 自行穿衣或脫衣

### 語言/溝通

- 遵從 2 或 3 步指令
- 能叫出大多數熟悉事物的名字
- 理解「裡面」、「上面」和「下面」的意思
- 說出名字、年齡和性別
- 說出朋友的名字
- 說出「我」、「我們」和「您」這樣的詞，以及一些複數詞（汽車、狗、貓）
- 在大多數時候能很好地與陌生人對話，讓別人理解
- 使用 2~3 個句子進行對話

### 認知（學習、思考、處理問題）

- 可使用按鈕、拉桿和移動部件操作玩具
- 與玩偶、動物和人做扮裝遊戲
- 用 3 或 4 個拼板玩拼圖
- 理解「兩個」的含義
- 用鉛筆或蠟筆模仿畫圈
- 一頁一頁地翻書
- 用 6 個以上積木建塔
- 擰上或擰下瓶蓋，或轉動門把手

### 運動/身體發育

- 爬得很好
- 輕鬆跑動
- 踩三輪車（3 輪自行車）的踏板
- 一步一個台階地上下樓梯

## 如果您的孩子有以下現象，請及早與孩子的醫生交談：

- 經常跌倒或上下樓梯有困難
- 流口水，說話含糊不清
- 不會玩簡單的玩具（如洞洞板、簡易拼圖、轉動手柄）
- 不能說出句子
- 不明白簡單的指令
- 不玩扮裝遊戲
- 不與別的孩子玩耍或不玩玩具
- 不做眼神交流
- 失去他曾獲得的技能

如果您注意到有任何這些可能的發育遲緩的跡象，請告知孩子的醫生或護士，並找在當地公立學校的熟悉幼兒服務的人交談。訪問 [nyc.gov](http://nyc.gov)，搜尋「Child Development」，瞭解更多成長知識。

內容由疾病控制和預防中心（Centers for Disease Control and Prevention）、Learn the Signs 及 Act Early 計畫（Act Early program）提供。更多資訊請造訪 [www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly)。

孩子的成長不僅僅是身體上的

訪問 [nyc.gov](http://nyc.gov)，搜尋「Child Development」，瞭解更多成長知識。