



North Shore, Sea to Sky,  
Sunshine Coast, Powell River,  
Richmond and Vancouver

Vancouver  
CoastalHealth  
Promoting wellness. Ensuring care.

## Tăng Trưởng & Học Tập – Trẻ Chập Chững (18 tháng đến 3 tuổi) Growing & Learning—the Toddler 18 months to 3 years

Trẻ em trong tuổi chập chững học bằng cách hành. Từ 18 tháng đến 3 tuổi, trẻ tìm hiểu cơ thể mình làm được những gì. Trẻ tập thành thạo nhiều kỹ năng mới.

Trẻ trong tuổi chập chững cần tự mình thử những việc mới. Lúc đầu trẻ có thể vụng về, nhưng dần dần trẻ sẽ cải tiến. Trẻ cần nhiều dịp chơi với mọi người, nhất là những trẻ khác.

Trẻ em trong tuổi chập chững cũng cần có các quy luật và những nơi an toàn để chơi đùa và thám hiểm. Hãy khuyến khích và khen ngợi trẻ khi trẻ học những điều mới. Giúp trẻ khi em cần.

### Dành thời gian chơi đùa với nhau!

Mỗi phần trong tài liệu này nói về mức phát triển của trẻ từ 18 tháng đến 3 tuổi.

Đây là các nguyên tắc hướng dẫn cho đa số trẻ em học hỏi trong giai đoạn này. Mỗi trẻ là một cá nhân. Một số học nhanh hơn; số khác học chậm hơn.

### VẬN ĐỘNG VÀ CHƠI ĐÙA

#### a) Các kỹ năng vận động thô

- tự đi một mình khi được 18 tháng
- trèo lên ghế hoặc vật dụng để với lấy vật trẻ muốn
- kéo đồ chơi bằng dây
- đá banh về phía trước
- ném một quả banh nhỏ theo kiểu vòng tay từ trên xuống
- nhảy cả hai chân tại chỗ
- chạy vững vàng
- đi lên lầu lần lượt từng chân; đi xuống lầu, hai chân từng bậc
- đạp xe ba bánh khi được 3 tuổi



#### b) Các Kỹ Năng Vận Động Tinh Vi

- lật những trang sách
- cầm bút sáp vẽ nguệch ngoạc
- xây tháp gồm 3 khối
- ráp hình vụn loại dễ (chẳng hạn như từ 4 – 8 miếng)
- dùng ngón cái và những ngón tay kia để cầm bút sáp và bắt chước gạch hàng và vẽ vòng tròn
- cắt bằng kéo



#### c) Những việc trẻ có thể tự làm

- nhai thức ăn/uống bằng ly
- cởi quần áo (có thể cần được giúp mở nút hoặc phեc mớ tuya)
- rửa và lau khô tay
- thích học cách tự lo cho mình
- mặc áo khoác dài hoặc ngắn
- đem chén đĩa ra bồn rửa
- dùng thìa (muỗng) mà không làm đổ cháo và bắt đầu dùng nĩa
- giúp đánh răng của mình (cha mẹ cần giám thị)



XEM MẶT SAU

#### d) Xã giao/chơi đùa

- tò mò về các trẻ khác – có thể sờ, lôi kéo hoặc đánh để xem phản ứng; có thể cần học cách sờ các trẻ em khác nhẹ nhàng
- thích có các trẻ khác; chơi với các trẻ khác khi được 18 tháng
- thấy khó thay phiên. Chỉ có thể chờ hoặc chú ý ngắn hạn.
- Trẻ 2 tuổi 1/2 khó chơi chung đồ chơi. Trẻ vẫn đòi là “của em!”.
- trẻ có sáng kiến trong khi chơi; trẻ có thể dùng chảo giả làm nón hoặc dùng ghế làm xe lửa.
- bắt đầu chơi chung với những trẻ khác khi được 3 tuổi



#### Cha mẹ có thể làm gì để giúp

- Chơi những trò chơi khác nhau với trẻ. Chơi banh, chơi cút bắt, tạt nước trong bồn, đồ chơi để đập và các bài hát vui nhộn để giúp phát triển các cơ bắp lớn.
- Cho trẻ dùng bút sáp và giấy, những câu đố hoặc ráp hình đơn giản, đồ chơi xây cát và nhạc cụ để giúp phát triển các kỹ năng vận động tinh vi.
- Bày thức ăn cầm tay và cho trẻ tự bốc ăn, dù cho có vấy bẩn như nhớp.
- Cho trẻ có dịp giúp quý vị và tự làm cho các em; chẳng hạn như nhặt đồ chơi của mình và đem vật dụng ra bàn.
- Khi trẻ chơi với một trẻ khác, hãy sẵn sàng khuyến khích thay phiên và trợ giúp khi các trẻ không đồng ý với nhau. Trẻ em có dịp chơi với các trẻ khác sẽ bắt đầu học cách thay phiên và hỏi xin vật dụng khi muốn.
- Tổ chức có thứ tự và thông lệ trong ngày cho trẻ. Thí dụ, giữ đúng giờ ăn và giờ ngủ mỗi ngày. Như vậy trẻ cảm thấy an ninh.
- Đưa trẻ đến công viên, sân chơi, và các



chương trình ghé đến không cần hẹn như Family Places, Các Trung Tâm Cộng Đồng.

- Khen ngợi các nỗ lực của trẻ. Trẻ cần được khuyến khích, chẳng hạn như “Chà, con tự làm hết đấy à!”

#### Khi nào cần quan ngại

- Trẻ không tự đi khi được 18 tháng.
- Trẻ hầu như vẫn đi nhón chân khi được 2 tuổi.
- Trẻ thường ngồi theo tư thế “chữ W ngược” và hiếm khi chọn tư thế nào khác.
- Trẻ không cầm được bút sáp hoặc bút lông để vẽ nguệch ngoạc khi được 2 tuổi.
- Trẻ không tỏ ra quan tâm hoặc tò mò về những trẻ khác.
- Thường hung hăng với những người khác khi được 3 tuổi



#### CẢM NGHĨ

- sống trong hiện tại, chẳng hạn như “Con muốn nó ngay bây giờ!”
- nhìn sự vật hoàn toàn theo quan điểm riêng của trẻ
- có nhiều cảm nghĩ và dễ thất vọng – do đó thường trở nên tức giận
- biểu lộ hoặc hành động theo cảm nghĩ mà trẻ không thể nói ra được, chẳng hạn như nếu có người lấy đồ chơi của trẻ thì trẻ có thể đánh một trẻ khác
- yêu thương gắn bó với cha mẹ; có thể buồn giận khi cha mẹ bỏ đi chỗ khác – lo âu vì xa cách
- có ý muốn độc lập mạnh mẽ và khẳng khẳng theo ý mình
- khám phá bộ phận sinh dục và cảm thấy bộ phận này đem lại thích thú
- có thể tưởng tượng và mơ tưởng hão huyền. Không biết chắc thế nào là thực tế thế nào là giả tưởng; chẳng hạn như trẻ có thể sợ quái vật nằm dưới gầm giường.
- học đặt tên cảm nghĩ, chẳng hạn như “con



## Cha mẹ có thể làm gì để giúp

- Cố hiểu cảm nghĩ của trẻ.
- Hợp tác với trẻ. Nên nhường qua nhường lại, nhưng điều quan trọng là trẻ phải biết cha mẹ có quyền quyết định. Hãy kiên định trước sau như một. Đừng nhượng bộ chỉ vì trẻ giận dữ hoặc cứ đòi.
- Tận dụng ý muốn của trẻ càng ngày càng muốn làm hài lòng quý vị bằng cách giúp trẻ tập hợp tác với những người khác, chẳng hạn như tập cách thay phiên – chơi chung một món đồ chơi ưa thích hoặc chờ quý vị giúp kéo phéc mớ tuya cài áo khoác.
- Hiểu mức phát triển của trẻ và đòi hỏi những gì công bằng; chẳng hạn như trẻ 2 tuổi có thể chọn một trong hai bộ quần áo để mặc, nhưng không thể bắt ngồi yên lặng.

## Khi nào cần quan ngại

- Trẻ không muốn được chú ý đến thể xác, chẳng hạn như ôm ấp và vỗ về.
- Trẻ có những cơn tức giận mỗi ngày 2 hoặc 3 lần và/hoặc quý vị khó đối phó với những cơn tức giận đó.
- Trẻ thường xuyên máy mó bộ phận sinh dục ở nơi công cộng.
- Đã hơn 3 tháng mà trẻ vẫn còn cảm thấy lo âu vì xa cách.

## LẮNG NGHE VÀ NÓI CHUYỆN

Các kỹ năng nghe và nói của trẻ cho chúng ta biết về khả năng suy nghĩ và lý luận của các em.

### a) Hiểu ngôn ngữ

- số chữ hiểu nhiều chữ hơn số chữ dùng và có thể chỉ vào nhiều hình ảnh khi được hỏi
- có thể nghe theo chỉ thị đơn giản (chẳng hạn như “Đưa cho mẹ.”)
- khi được 2 tuổi, có thể nhận ra tên của những người quen, vật dụng, và một số bộ phận thân thể



- khi được 3 tuổi, trẻ hiểu hầu hết những gì quý vị nói
- thích nhìn và nói về sách tranh ảnh với người lớn
- nghe sách truyện từ 5 đến 10 phút
- trí nhớ đang phát triển; có thể nhớ chuyện xảy ra hôm qua

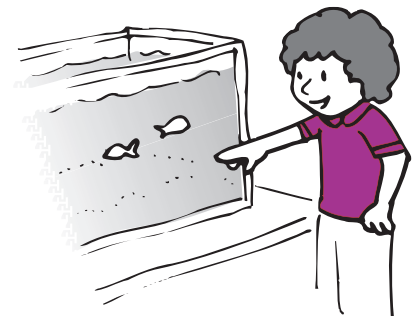
### b) Nói

- thích đặt tên đồ vật, và thích học những chữ mới
- ngữ vựng tăng nhanh chóng
- khi được 2 tuổi, dùng những nhóm chữ và câu gồm từ 2-4 chữ
- tự nói với mình; khẳng định quyền của mình bằng những chữ như “không” hoặc “của tôi”
- khi được 3 tuổi, có thể nói được hơn 1,000 chữ, và bắt đầu dùng các đại danh từ (Em, “you”, con, chúng ta, chúng nó) và một vài từ số nhiều (mấy chiếc xe, mấy con chó, mấy con mèo)
- có thể đếm đến hai; hiểu ý niệm một, nhiều, thêm
- tự gọi tên mình; và đến khi được 3 tuổi, biết mình là trai hay gái
- khi được 3 tuổi, người khác hầu như lúc nào cũng có thể hiểu được trẻ nói gì, hiếm khi bị mất phụ âm ở đầu hay cuối chữ



### c) Trẻ 3 tuổi vẫn có thể:

- phát âm sai một số chữ.
- nói sai một số âm (chẳng hạn như ‘S’, ‘L’, ‘R’, ‘CH’, ‘TH’, ‘SH’).
- lặp lại âm và/hoặc chữ (chẳng hạn như con muốn-muốn-uống nước trái cây).



## Cha mẹ có thể làm gì để giúp

- Dùng chữ dễ như trẻ khi nói chuyện với trẻ.
- Nói chuyện khi chơi với trẻ.
- Dùng sách, truyện và văn vần trẻ em để giúp trẻ học những chữ mới. Tự đặt truyện và bài hát cho trẻ nghe.
- Lắng nghe và chờ cho trẻ nói xong. Lặp lại đúng những chữ và nhóm chữ thay vì sửa cách nói của trẻ.
- Tạo ra những trường hợp để trẻ cần phải dùng chữ (chẳng hạn chỉ đưa cho trẻ một chiếc giày để trẻ hỏi chiếc kia).
- Nói thêm cho câu của trẻ dài hơn (chẳng hạn: Trẻ: “Nhìn con mèo” Cha Mẹ: “Đúng rồi, con mèo. Con mèo đang trèo.”)
- Đặt những câu hỏi để ngỏ (chẳng hạn như: “Con thấy sau đó thì sẽ ra sao?”).
- Tránh hỏi quá nhiều. Hỏi có thể làm trẻ bị áp lực lúng túng.
- Giới hạn xem TV mỗi ngày chỉ một giờ.
- Nói chuyện với trẻ bằng ngôn ngữ quý vị thông thạo nhất.



## Khi nào cần quan ngại

- Trẻ không nói chuyện khi đã được 2 tuổi.
- Trẻ không thường dùng những câu có 3 chữ khi đã được 3 tuổi.
- Không hiểu trẻ nói gì khi đã được 3 tuổi.
- Trẻ có vẻ không hiểu ngôn ngữ và không theo được chỉ thị.
- Trẻ có vẻ không nghe và chỉ đáp lại khi nào trẻ có thể nhìn thấy mặt người khác.

.....

Muốn biết thêm chi tiết, hãy liên lạc với Trạm/Trung  
Tâm Sức Khỏe Cộng Đồng tại địa phương  
[www.vch.ca](http://www.vch.ca)

.....

Muốn có thêm tài liệu này, hãy đến <http://vch.eduhealth.ca> trên mạng  
hoặc email đến [pthem@vch.ca](mailto:pthem@vch.ca) và ghi Catalogue No. **GK.300.G761.VI**  
© Vancouver Coastal Health, March 2008

Chi tiết trong tài liệu này chỉ dành cho người được  
toán chăm sóc sức khỏe giao tài liệu này.  
[www.vch.ca](http://www.vch.ca)