



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

Vancouver  
CoastalHealth  
Promoting wellness. Ensuring care.

## 成長與學習 – 學步兒童

18個月至3歲

**Growing & Learning—the Toddler**

18 months to 3 years

學步兒童通過行動來學習。在18個月至3歲大，小孩學習自己身體做得來的事。他們掌握許多新技能。

學步兒童需要親身嘗試事物，他們最初可能笨手笨腳，但隨著時間過去，他們會有進步。他們需要有機會與人玩耍，尤其是別的小孩。

學步兒童也需要合理的規矩，及可安全玩耍和探索的地方。當您的學步孩子學新技能時，應給予鼓勵和稱讚。在您的學步孩子需要幫忙時，應伸出援手。

**花時間與孩子在一起；玩得開心。**

這資料單張每部分談到學步兒童在18個月至3歲期間怎樣發展。

以下是關於大部分小孩在這段時間所學的事的指引。每個小孩都是獨立個體，有些學得快一點，其他慢一點。

### 活動與玩耍

#### a) 大動作技巧

- 到18個月大時獨自走路
- 爬上椅子或物體伸手拿想要的東西
- 用繩子拉動玩具
- 將球踢向前
- 上手拋小球
- 雙腳原地跳起
- 跑得穩當
- 雙腳交替踏步上樓梯；下樓梯，移動雙腳走一步
- 到3歲時用腳踏騎三輪車



#### b) 精細動作技巧

- 翻書本
- 拿起蠟筆亂塗
- 將3塊積木疊高
- 砌簡易拼圖(例如4-8塊)
- 用姆指及手指拿起蠟筆依樣畫直線和圓圈
- 用剪刀剪東西



#### c) 自己做得來的事

- 咀嚼食物/用杯子喝東西
- 脫衣服(可能需要人幫忙解鈕扣或拉開拉鍊)
- 洗手和抹手
- 喜歡學習照顧自己
- 穿外衣或上衣
- 將餐具拿到洗滌槽
- 用匙而食物不會溢出以及開始用叉
- 幫手刷自己的牙(父母須監督)

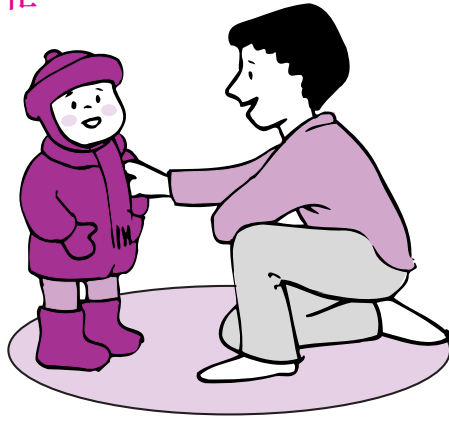






## 家長可以怎樣幫忙

- 與孩子談話時俯身至孩子的高度。
- 與孩子一起做事時花點時間交談。
- 用書本、故事及童謠來幫助孩子學生字。  
創作您自己的故事和歌曲。
- 聆聽及讓孩子有時間說完他的話。重複正確的字句而不要糾正孩子。
- 製造孩子需要說話的情況(例如給孩子一隻鞋，使他要開口索取另一隻。)
- 擴大孩子的句子(例如孩子說：「看貓」，父母說：「對，是隻貓，那隻貓正向上爬。」)。
- 用沒有固定答案的問題(例如「你認為接著會怎樣?」)。
- 避免問太多問題，提問會對孩子造成壓力。
- 每天只限看電視一小時。
- 用您最熟悉的語言跟孩子說話。



## 什麼時候要擔心

- 您2歲大的孩子不說話。
- 您3歲大的孩子不常用3個字組成的句子。
- 您3歲大的孩子所表達的意思不能被人明白。
- 孩子似乎不明白語言及不能依照指示去做。
- 孩子似乎聽不到別人說話，只有在面對面看見對方時才有反應。

查詢詳情，請聯絡區內的社區衛生辦事處/中心

[www.vch.ca](http://www.vch.ca)

欲多取幾份，可上網到<http://vch.eduhealth.ca>  
或電郵至[pthem@vch.ca](mailto:pthem@vch.ca)，講出目錄編號 GK.300.G761.CN  
溫哥華沿岸衛生局版權所有，October 2012

本文件內的資料只限得到醫療小組提供這些資料的人士使用。  
[www.vch.ca](http://www.vch.ca)