

# Votre enfant à 3 ans



La façon dont votre enfant joue, apprend, parle et agit fournit des indices importants sur son développement. Les étapes du développement font référence à ce que sont capables de faire la plupart des enfants à un certain âge.

Évaluez les étapes atteintes par votre enfant après son 3e anniversaire. Munissez-vous de ce document et discutez à chaque visite chez le médecin de votre enfant des étapes que votre enfant a atteintes et de celles à venir.

## Ce que font la plupart des enfants à cet âge :

### Social/Émotionnel

- Imiter les adultes et les proches
- Exprime spontanément son affection vis-à-vis des amis
- Joue à tour de rôle
- Montre de l'inquiétude quand un(e) ami pleure
- Comprend la notion de « à moi » et « à lui » ou « à elle »
- Affiche de nombreuses émotions
- Se sépare facilement de sa maman ou son papa
- Peut être bouleversé en cas de changement majeur de sa routine
- S'habille et se déshabille seul

### Langage/Communication

- Suit les instructions à 2 ou 3 étapes
- Peut nommer plusieurs objets familiers
- Comprend les mots comme « dans », « sur » et « sous »
- Sait dire son nom, âge et son sexe
- Sait appeler un(e) ami(e) par son nom
- Dit des mots comme « je », « moi », « nous » et « tu », ainsi que certaines formes plurielles (des voitures, les chats)
- Parle suffisamment bien pour se faire comprendre la plupart du temps par les étrangers
- Peut tenir une conversation de 2 à 3 phrases

### Cognitif (apprentissage, réflexion, résolution de problèmes)

- Peut actionner les boutons, leviers et pièces mobiles des jouets
- Joue à « faire semblant » avec les poupées, les animaux et les personnes
- Fait des casse-têtes de 3 ou 4 pièces
- Comprend ce que « deux » veut dire
- Reproduit un cercle avec un crayon
- Tourne les pages d'un livre une à une
- Construit des tours de plus de 6 cubes
- Visse et dévisse les couvercles ou tourne la poignée des portes

### Mouvements/Développement physique

- Arrive bien à grimper
- Court sans effort
- Arrive à pédaler sur un tricycle (vélo à 3 roues)
- Monte et descend les escaliers, un pied à la fois sur chaque marche

**L'initiative Le dépistage précoce c'est important encourage des conversations régulières sur le développement de votre enfant avec les:**

- éducateurs et éducatrices à la petite enfance dans les centres de garde d'enfants agréés
- animateurs et animatrices de programmes dans les Centres pour l'enfant et la famille ON y va
- animateurs et animatrices du Programme d'action communautaire pour les enfants (PACE)
- fournisseurs de soins de santé et les infirmiers et infirmières de santé publique

**Pour plus d'informations  
composez le 705-739-5696  
ou le 1-800-675-1979**



Traduit et adapté par CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD : BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, édité par Steven Shelov and Tanya Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 par l'académie américaine de pédiatrie et BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, édité par Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, et Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: Académie américaine de pédiatrie. Cette liste de vérification n'est pas un substitut pour un outil de dépistage développemental standardisé et validé. Contenu fourni par les Centres pour le contrôle et la prévention des maladies (Centers for Disease Control and Prevention), Programme « Learn the Signs. Act Early ». Pour plus d'informations, rendez-vous sur [www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly).



**U.S. Department of Health  
and Human Services**

**Centers for Disease  
Control and Prevention**

Apprendre les signes. Agir tôt

# Aidez votre enfant à apprendre et à s'épanouir



Vous pouvez aider votre enfant à apprendre et à s'épanouir. Parlez, lisez, chantez et jouez ensemble tous les jours. Voici quelques activités à pratiquer aujourd'hui avec votre enfant de trois ans.

## Ce que vous pouvez faire pour votre enfant de 3 ans :

- Accompagnez votre enfant à des groupes de jeu ou autres endroits où il y a d'autres enfants, pour l'encourager à s'entendre avec les autres.
- Travaillez avec votre enfant pour régler le problème lorsqu'il est fâché.
- Parlez au sujet des émotions de votre enfant. Par exemple, dites, « je vois que tu es en colère parce que tu as jeté la pièce du casse-tête. » Encouragez votre enfant à identifier les sentiments dans des livres.
- Établissez des règles et des limites pour votre enfant et respectez-les. Si votre enfant ne respecte pas une règle, donnez-lui un temps d'arrêt de 30 secondes à 1 minute sur une chaise ou dans sa chambre. Félicitez votre enfant pour son respect des règles.
- Donnez à votre enfant des consignes en 2 ou 3 étapes. Par exemple, « va dans ta chambre et prends tes bas et ton chapeau ».
- Faites chaque jour la lecture à votre enfant. Demandez-lui de pointer des images et de répéter des mots après vous.
- Donnez à votre enfant une « boîte d'activités » avec du papier, des crayons et des livres de coloriage. Coloriez et dessinez des lignes et des formes avec votre enfant.
- Jouez des jeux d'appariement. Demandez à votre enfant de trouver des objets semblables dans des livres ou dans la maison.
- Jouez des jeux où vous comptez les parties du corps, les marches d'escalier, et autres choses que vous utilisez ou que vous voyez tous les jours.
- Tenez la main de votre enfant en montant et en descendant l'escalier. Lorsqu'il peut monter et descendre facilement, encouragez-le à tenir la balustrade.
- Jouez à l'extérieur avec votre enfant. Allez au parc ou au sentier de randonnée pédestre. Laissez votre enfant jouer librement et sans activités organisées.



Apprendre les signes. Agir tôt.