

# Learn the Signs. Act Early Your Child at 3 Years



Child's Name \_\_\_\_\_

Child's Age \_\_\_\_\_

Today's Date \_\_\_\_\_

How your child plays, learns, speaks, acts, and moves offers important clues about your child's development. Developmental milestones are things most children can do by a certain age. Check the milestones your child has reached by their 3rd birthday.

## What Most Children Do at this Age:

### Social/Emotional

- Copies adults and friends
- Shows affection for friends without prompting
- Takes turns in games
- Shows concern for a crying friend
- Understands the idea of "mine" and "his" or "hers"
- Shows a wide range of emotions
- Separates easily from mom and dad
- May get upset with major changes in routine
- Dresses and undresses self

### Language/Communication

- Follows instructions with 2 or 3 steps
- Can name most familiar things
- Understands words like "in," "on," and "under"
- Says first name, age, and sex
- Names a friend
- Says words like "I," "me," "we," and "you" and some plurals (cars, dogs, cats)
- Talks well enough for strangers to understand most of the time
- Carries on a conversation using 2 to 3 sentences

### Cognitive (learning, thinking, problem-solving)

- Can work toys with buttons, levers, and moving parts
- Plays make-believe with dolls, animals, and people
- Does puzzles with 3 or 4 pieces
- Understands what "two" means
- Copies a circle with pencil or crayon
- Turns book pages one at a time
- Builds towers of more than 6 blocks
- Screws and unscrews jar lids or turns door handle

### Movement/Physical Development

- Climbs well
- Runs easily
- Pedals a tricycle (3-wheel bike)
- Walks up and down stairs, one foot on each step

## Act Early by Talking to Your Child's Doctor if Your Child:

- Falls down a lot or has trouble with stairs
- Drools or has very unclear speech
- Can't work simple toys (such as peg boards, simple puzzles, turning handle)
- Doesn't speak in sentences
- Doesn't understand simple instructions
- Doesn't play pretend or make-believe
- Doesn't want to play with other children or with toys
- Doesn't make eye contact
- Loses skills they once had

**Tell your child's doctor or nurse if you notice any of these signs of possible developmental delay for this age, and talk with someone in your community who is familiar with services for young children in your area, such as your state's public early intervention program. For more information, go to [www.epuchildren.org](http://www.epuchildren.org) or call (559) 225-1102 or (888) 774-8981.**

Adapted from CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics. This milestone checklist is not a substitute for a standardized, validated developmental screening tool.

**One Call for Kids™**  
(559) 225-1102  
(888) 774-8981



**Help Me Grow**  
Fresno County



Centers for Disease  
Control and Prevention  
[www.cdc.gov/actearly](http://www.cdc.gov/actearly)  
1-800-CDC-INFO

# Aprenda los signos. Reaccione pronto Su Hijo de 3 Años



Nombre del niño \_\_\_\_\_

Edad del niño \_\_\_\_\_

Fecha de hoy \_\_\_\_\_

La manera en que su hijo juega, aprende, habla y actúa nos ofrece pistas importantes sobre cómo se está desarrollando. Los indicadores del desarrollo son las cosas que la mayoría de los niños pueden hacer a una edad determinada. Marque los indicadores del desarrollo que puede ver en su hijo cuando cumple 3 años de edad.

## ¿Qué Hacen los Niños a Esta Edad?

### En las áreas social y emocional

- Copia a los adultos y los amigos
- Demuestra afecto por sus amigos espontáneamente
- Espera su turno en los juegos
- Demuestra su preocupación por un amigo que está llorando
- Entiende la idea de lo que “es mío”, “de él” o “de ella”
- Expresa una gran variedad de emociones
- Se separa de su mamá y su papá con facilidad
- Se molesta con los cambios de rutina grandes
- Se viste y desviste

### En las áreas del habla y la comunicación

- Sigue instrucciones de 2 o 3 pasos
- Sabe el nombre de la mayoría de las cosas conocidas
- Entiende palabras como “adentro”, “arriba” o “debajo”
- Puede decir su nombre, edad y sexo
- Sabe el nombre de un amigo
- Dice palabras como “yo”, “mi”, “nosotros”, “tú” y algunos plurales (autos, perros, gatos)
- Hable bien de manera que los desconocidos pueden entender la mayor parte de lo que dice
- Puede conversar usando 2 o 3 oraciones

### En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- Puede operar juguetes con botones, palancas y piezas móviles
- Juega imaginativamente con muñecas, animales y personas
- Arma rompecabezas de 3 y 4 piezas
- Entiende lo que significa “dos”
- Copia un círculo con lápiz o crayón
- Pasa las hojas de los libros una a la vez
- Arma torres de más de 6 bloquitos
- Enrosca y desenrosca las tapas de jarras o abre la manija de la puerta

### En las áreas motora y de desarrollo físico

- Trepa bien
- Corre fácilmente
- Puede pedalear un triciclo (bicicleta de 3 ruedas)
- Sube y baja escaleras, un pie por escalón

## Reaccione pronto y hable con el doctor de su hijo se el niño:

- Se cae mucho o tiene problemas para subir y bajar escaleras
- Se babea o no se le entiende cuando habla
- No puede operar juguetes sencillos (tableros de piezas para encajar, rompecabezas sencillos, girar una manija)
- No usa oraciones para hablar
- No entiende instrucciones sencillas
- No imita ni usa la imaginación en sus juegos
- No quiere jugar con otros niños ni con juguetes
- No mira a las personas a los ojos
- Pierde habilidades que había adquirido

**Dígale al médico o a la enfermera de su hijo si nota cualquiera de estos signos de posible retraso del desarrollo para su edad**, y converse con alguien de su comunidad que conozca los servicios para niños de su área, como por ejemplo el programa público de intervención temprana patrocinado por el estado. Para obtener más información, consulte [www.epuchildren.org](http://www.epuchildren.org) o llame (559) 225-1102 o (888) 774-8981

Tomado de CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Quinta Edición, editado por Steven Shelov y Tanya Remer Altmann. © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 por la Academia Americana de Pediatría y BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, tercera edición, editado por Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, y Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: Academia Americana de Pediatría. Esta lista de verificación de indicadores del desarrollo no es un sustituto de una herramienta de evaluación del desarrollo estandarizada y validada.

**One Call for Kids™**  
“Una llamada para Niños”  
(559) 225-1102  
(888) 774-8981



**Help Me Grow**  
Fresno County



Centros para el Control y la  
Prevención de Enfermedades  
[www.cdc.gov/Pronto](http://www.cdc.gov/Pronto)  
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

**Learn the Signs. Act Early**

# Help Your Child Learn and Grow

You can help your child learn and grow. Talk, read, sing, and play together every day. Below are some activities to enjoy with your 3-year-old child today.



## What You Can Do for Your 3-Year-Old:

- Go to play groups with your child or other places where there are other children, to encourage getting along with others.
- Work with your child to solve the problem when they are upset.
- Talk about your child's emotions. For example, say, "I can tell you feel mad because you threw the puzzle piece." Encourage your child to identify feelings in books.
- Set rules and limits for your child, and stick to them. If your child breaks a rule, give them a time out for 30 seconds to 1 minute in a chair or in their room. Praise your child for following the rules.
- Give your child instructions with 2 or 3 steps. For example, "Go to your room and get your shoes and coat."
- Read to your child every day. Ask your child to point to things in the pictures and repeat words after you.
- Give your child an "activity box" with paper, crayons, and coloring books. Color and draw lines and shapes with your child.
- Play matching games. Ask your child to find objects in books or around the house that are the same.
- Play counting games. Count body parts, stairs, and other things you use or see every day.
- Hold your child's hand going up and down stairs. When they can go up and down easily, encourage them to use the railing.
- Play outside with your child. Go to the park or hiking trail. Allow your child to play freely and without structured activities.

**One Call for Kids™**  
(559) 225-1102  
(888) 774-8981



**Help Me Grow**  
Fresno County



Centers for Disease  
Control and Prevention  
[www.cdc.gov/actearly](http://www.cdc.gov/actearly)  
1-800-CDC-INFO

## aprenda los signos. Reaccione pronto

### Ayude a su bebé a aprender y a desarrollarse

Usted puede ayudar a su bebé a aprender y a desarrollarse. Hablen, lean, canten y jueguen juntos todos los días. A continuación hay algunas actividades que puede disfrutar hoy con su hijo de 3 años.



#### Lo que usted puede hacer por su hijo de 3 años:

- Reúnase a jugar en grupos con su hijo o vaya a otros lugares donde haya más niños, para enseñarle a que se lleve bien con los demás.
- Ayude a su hijo a tratar de resolver los problemas cuando esté molesto.
- Hable sobre las emociones de su hijo. Por ejemplo, dígame "Me doy cuenta de que estás enojado porque tiraste la pieza del rompecabezas". Anime a su hijo a identificar sentimientos en los libros.
- Fije reglas y límites para su hijo y respételas. Si su hijo no respeta una regla, déjelo de 30 segundos a 1 minuto sentado en una silla o dentro de su habitación como castigo. Felicite a su hijo cuando siga las reglas.
- Dele a su hijo instrucciones de 2 o 3 pasos. Por ejemplo, "ve a tu habitación y trae tus zapatos y tu abrigo".
- Léale a su hijo todos los días. Pídale a su hijo que señale cosas en las ilustraciones y que repita las palabras después de usted.
- Dele a su hijo una "caja con útiles" con papel, crayones y libros para colorear. Coloree y dibuje líneas y formas con su hijo.
- Juegue a encontrar figuras iguales. Pídale a su hijo que encuentre objetos iguales en libros o en la casa.
- Juegue a contar. Cuente las partes del cuerpo, los escalones y otras cosas que usa o ve todos los días.
- Dele la mano a su hijo para subir o bajar las escaleras. Cuando pueda subir y bajar con facilidad, anímelo a tomarse del pasamano.
- Juegue con su hijo afuera de la casa. Vaya al parque o a caminar por un sendero. Deje que su hijo juegue con libertad y sin actividades estructuradas.

**One Call for Kids™**  
"Una llamada para Niños"  
(559) 225-1102  
(888) 774-8981



**Help Me Grow**  
Fresno County



Centros para el Control y la  
Prevención de Enfermedades  
[www.cdc.gov/Pronto](http://www.cdc.gov/Pronto)  
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)