Stappenplan voor ouders: aanleren van veters strikken met DCD

Indien jouw kind een probleem heeft met het strikken van veters, dan is deze handleiding geschikt voor jou.

Doel

- Mijn kind kan zelfstandig veters strikken op een juiste manier.
- Indien jouw kind niet gemotiveerd is om dit doel te bereiken, kan je samen met je kind een beloning koppelen aan een tussenstap en/of het bereiken van het uiteindelijke doel. Kies bij voorkeur voor een niet-materiële beloning zoals een uitstapje of quality time samen.

Plan

Veters strikken leer je best aan in stapjes. Hieronder vind je een mogelijk stappenplan dat aangepast is aan een kind met DCD.

☐**Stap 1**	Laat je kind beide veters in het midden vastpakken, elk in één hand.
☐**Stap 2**	Laat je kind de veters over elkaar heen leggen.
☐**Stap 3**	Laat de ene veter onder de andere doorhalen.
☐**Stap 4**	Laat je kind de veters strak trekken, nu is er normaal gezien een platte knoop door te trekken.
☐**Stap 5**	Laat je kind met de ene veter een lus maken (meestal met de linker veter, maar jouw eigen keuze geniet de voorkeur, dit leer je makkelijker aan) zo dicht mogelijk tegen de platte knoop.
☐**Stap 6**	Laat je kind de andere veter om de lus heen slaan.
☐**Stap 7**	Laat het kind de veter er daarna onderdoor trekken.
☐**Stap 8**	Laat je kind beide lussen vastnemen aan het langste punt van de lussen.
☐**Stap 9**	Laat de lussen aantrekken en de veters zijn gestrikt.

Afbeeldingen bij het stappenplan



Stap 1-2



Stap 3-4



Stap 5



Stap 6



Stap 7



Stap 8-9

Tips en aandachtspunten voor het strikken van veters

- Vergeet zeker niet in te zetten op het oefenen van strikken van veters. Het is niet altijd gemakkelijk, maar veters zijn nu eenmaal hipper dan velcro's en ook het sociale aspect ervan mag zeker niet vergeten worden.
- Oefenen op een platte knoop, leren van een kruis maken, doe je best eerst zonder schoen. Leg bijvoorbeeld eerst een veter op tafel, leg er een lat op en laat de lat gevangen worden door de veter. Laat het kind daarna bijvoorbeeld jouw arm vangen met de veter. Ga daarna pas over naar het maken van een platte knoop met de schoenveter.
- Laat de schoen eerst op de tafel staan om hem te strikken, daarna kan je kind de schoen aandoen aan de voet.
- Laat je kind zitten om de veters te strikken.
- Oefen het strikken van de veters in het weekend, zodat de tijdsdruk niet te hoog is. Gebruik velcroschoenen of andere alternatieven in de week.
- Oefen veters strikken ook op andere leuke manieren, er bestaan bijvoorbeeld al leuke spelmaterialen om het veters strikken te oefenen.
- Oefen met verschillende soorten materialen en veters.
- Als je kind moeite heeft met de twee veters uiteen te houden, is het handig om veters met twee verschillende kleuren aan elkaar te knopen, zodat ze twee verschillende kleuren hebben aan de uiteinden. Je kan zo duidelijk aangeven welk kleur moet genomen worden om verder te gaan.
- De stappen hierboven zijn redelijk complex voor een kind, daarom kan het volgende rijmpje zeker een hulp zijn:
  - Maak een kruis, net een tent
  - Daar doorheen het losse end
  - En trek aan!
  - En dan de strik:
  - Maak een rondje, net een hoofdje
  - Geef dat hoofd een warme das
  - Stop de das in de jas
  - Duw er nog een hoofdje bij
  - En trek aan!
- Sommige kinderen hebben moeite met deze soort stappen en vinden het makkelijker om 2 lussen te maken en daarmee te veteren. Ook dit is een efficiënte manier als dit beter lukt.

Doen

Vink de box aan wanneer de stap is bereikt. Ga pas naar de volgende stap indien de voorgaande is aangeleerd.

Om je kind een handeling aan te leren, is het verstandig te beginnen bij de laatste handeling om vervolgens naar de eerste handeling toe te werken. Hierdoor wordt je kind positief benaderd en ziet het het eindresultaat. Dit zorgt voor meer succeservaring.

Alvorens je begint

- Ga naast /achter je kind zitten en toon voor hoe je een veter aandoet. Zo kijkt je kind vanuit zijn perspectief hoe het moet gebeuren.
- Leg expliciet met woorden uit hoe elke stap gebeurt en gebruik telkens dezelfde instructies.
- Bouw na elke stap de begeleiding af totdat het kind deze stap zelfstandig kan.

□Stap 1	• Pak beide veters zelf vast, elk in een hand. Leg de veters over elkaar heen. • Haal de ene veter onder de andere door. Trek ze strak aan zodat er een platte knoop ontstaat. • Met de ene veter (meestal aan de linkerkant) maak je een lus. De andere veter sla je om de lus heen om hem daarna eronder door te trekken. • Pak met de handen van jouw kind beide veters. • **Instructie aan je kind: 'Trek de lussen aan.'** • Begeleid je kind met je handen om de veters aan te trekken. • Wanneer de veter gestrikt is, zeg je het volgende: ‘Goed gedaan! Je hebt je veter gestrikt!’.
□Stap 2	• Pak beide veters zelf vast, elk in een hand. Leg de veters over elkaar heen. • Haal de ene veter onder de andere door. Trek ze strak aan zodat er een platte knoop ontstaat. • Met de ene veter (meestal aan de linkerkant) maak je een lus. De andere veter sla je om de lus heen. • **Instructie aan je kind: 'Trek de veter eronder door.'** • Begeleid dit met je handen. • Laat jouw kind de lussen nemen en laat de lussen aantrekken. • Wanneer de veter gestrikt is, zeg je het volgende: ‘Goed gedaan! Je hebt je veter gestrikt!'.
□Stap 3	• Pak beide veters zelf vast, elk in een hand. Leg de veters over elkaar heen. • Haal de ene veter onder de andere door. Trek ze strak aan zodat er een platte knoop ontstaat. • Met de ene veter (meestal aan de linkerkant) maak je een lus. • **Instructie aan je kind: 'Sla de andere veter om de lus heen.'** • Begeleid dit met jouw handen. • Laat jouw kind de veter eronder door trekken. • Laat jouw kind de lussen nemen en laat de lussen aantrekken. • Wanneer de veter gestrikt is, zeg je het volgende: ‘Goed gedaan! Je hebt je veter gestrikt!

☐Stap 4	• Pak beide veters vast, elk in een hand. Leg de veters over elkaar heen. • Haal de ene veter onder de andere door. Trek ze strak aan zodat er een platte knoop ontstaat. • **Instructies aan je kind: 'Maak met de linker veter een lus.'** • Begeleid dit met jouw handen • Laat de andere veter om de lus te slaan. • Laat jouw kind de veter eronder door trekken. • Laat jouw kind de lussen nemen en laat de lussen aantrekken. • Wanneer de veter gestrikt is, zeg je het volgende: 'Goed gedaan! Je hebt je veter gestrikt!
☐Stap 5	• Pak beide veters zelf vast, elk in een hand. Leg de veters over elkaar heen. • **Instructie aan je kind: 'Haal de ene veter onder de andere door. Trek aan tot een platte knoop.'** • Begeleid dit met jouw handen. • Laat met de linker veter een lus maken. • Laat de andere veter om de lus te slaan. • Laat het kind de veter eronder door trekken. • Laat jouw kind de lussen nemen en laat de lussen aantrekken. • Wanneer de veter gestrikt is, zeg je het volgende: 'Goed gedaan! Je hebt je veter gestrikt!
☐Stap 6	• Geef nu de veters aan het kind. • **Instructie aan je kind: 'Neem de veters correct vast. Doorloop de stappen goed die je allemaal geleerd hebt.'** • Wanneer de veter gestrikt is, zeg je het volgende: 'Goed gedaan! Je hebt je veter gestrikt! • Wanneer je kind deze laatste stap kan uitvoeren, kan het zonder hulp veters strikken.

Tips en aandachtspunten voor het aanleren van het strikken van de veters aan je kind

- Betrek je kind bij het proces, laat het meedoen en verbaal vertellen wat het doet.
- Moedig je kind aan, beloon en herhaal elke stap een aantal keer, tot wanneer het kind de stap vlot en zelfstandig kan uitvoeren.
- Verloopt de overgang naar een volgende stap moeilijk? Zoek samen naar een tussenstap zodat het kind wel nog succes ervaart.
- Je kan ervan uitgaan dat je kind klaar is voor de volgende stap als je kind de taak zelfstandig kan uitvoeren met enkel verbale begeleiding.
- Laat het kind oefenen in verschillende omstandigheden, bijvoorbeeld op school, in de sportclub, thuis, … zodat de handeling geautomatiseerd wordt.
- Blijf ook niet te lang volharden als het voor jouw kind echt niet lukt om veters te strikken. Laat het voor een periode rusten en bied dan even alternatieven aan. Je vindt er voldoende op het internet. Probeer dan op een later moment opnieuw, soms gaat het dan plots vlotter.

Check

Even checken, is het gelukt om mijn kind aan te leren veters te strikken? Indien het niet gelukt is, kan je extra informatie en tips terugvinden in de algemene brochure rond aankleden bij kinderen met DCD.

Bronnen

https://dcd.ugent.be/static/files/Van_Kop_Tot_Teen_voor_ouders.pdf
https://hulpmiddelenwijzer.nl/hulpmiddelen/schoenveterblokjes
https://www.oudersvannu.nl/kind/opvoeden/hoe-leer-je-je-kind- veters-strikken/
https://www.mamaenzo.nl/10-stappen-veters-strikken/