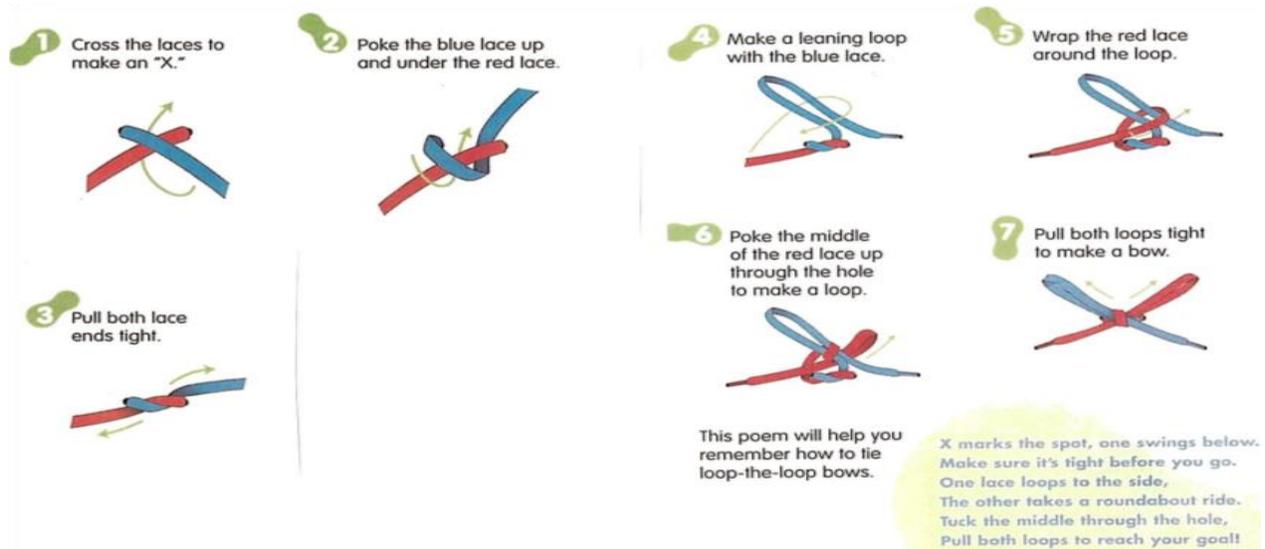


ATTACHER LES LACETS

SUGGESTIONS GÉNÉRALES

- Prévoyez des périodes pour que l'enfant s'exerce pendant une courte durée, idéalement tous les jours, en montrant l'exemple avec des indices verbaux et physiques.
- Commencez par une pratique sans porter le chaussure (en plaçant la chaussure sur la table ou sur les genoux de l'enfant), en optant pour ce qui est plus facile, puis passez à l'entraînement en portant une chaussure.
- Au lieu de s'entraîner sur une chaussure, l'enfant peut également s'entraîner sur une « carte » de chaussures qui peut être plus facile à manipuler; l'utilisation de deux lacets de couleurs différentes pour différencier les lacets droit et gauche peut également aider à fournir un indice visuel supplémentaire.
- Pendant que l'enfant apprend à attacher ses lacets, certains accessoires peuvent aider à garder les chaussures lacées, comme les « bloque-lacets », les « lock laces » ou les attaches « free the lace », ainsi que les lacets élastiques (« spyrolaces », « tylastic shoelaces »).
- Il existe de nombreuses vidéos en ligne (y compris sur YouTube) qui montrent les techniques pour attacher les lacets, par exemple le nœud standard « autour de l'arbre », les « oreilles de lapin » ou le « nœud lan » (voir les exemples ci-dessous). Choisissez la technique que l'enfant préfère et qu'il trouve plus facile à faire.

MÉTHODE STANDARD



MÉTHODE DES OREILLES DE LAPIN

Bunny Ears

- 1 Cross the laces to make an "X."
- 2 Poke the blue lace up and under the red lace.
- 3 Pull both lace ends tight.
- 4 Make two "bunny ear" loops.
- 5 Cross the loops.
- 6 Pull the red loop down over the blue loop.
- 7 Poke the red loop through the hole.
- 8 Pull both loops tight to make a bow.

This poem will help you remember how to tie bunny ears.

Crisscross, then under we fly.
Pull it tight, then loop 'em high.
X the loops and bend one low.
Pull it through to see the bow!

MÉTHODE STABILISÉE DES OREILLES DE LAPIN AVEC LACETS

- <https://www.youtube.com/watch?v=baW3zHvidbw>
- <https://vimeo.com/raineydays>

MÉTHODE POUSSER ET ATTACHER

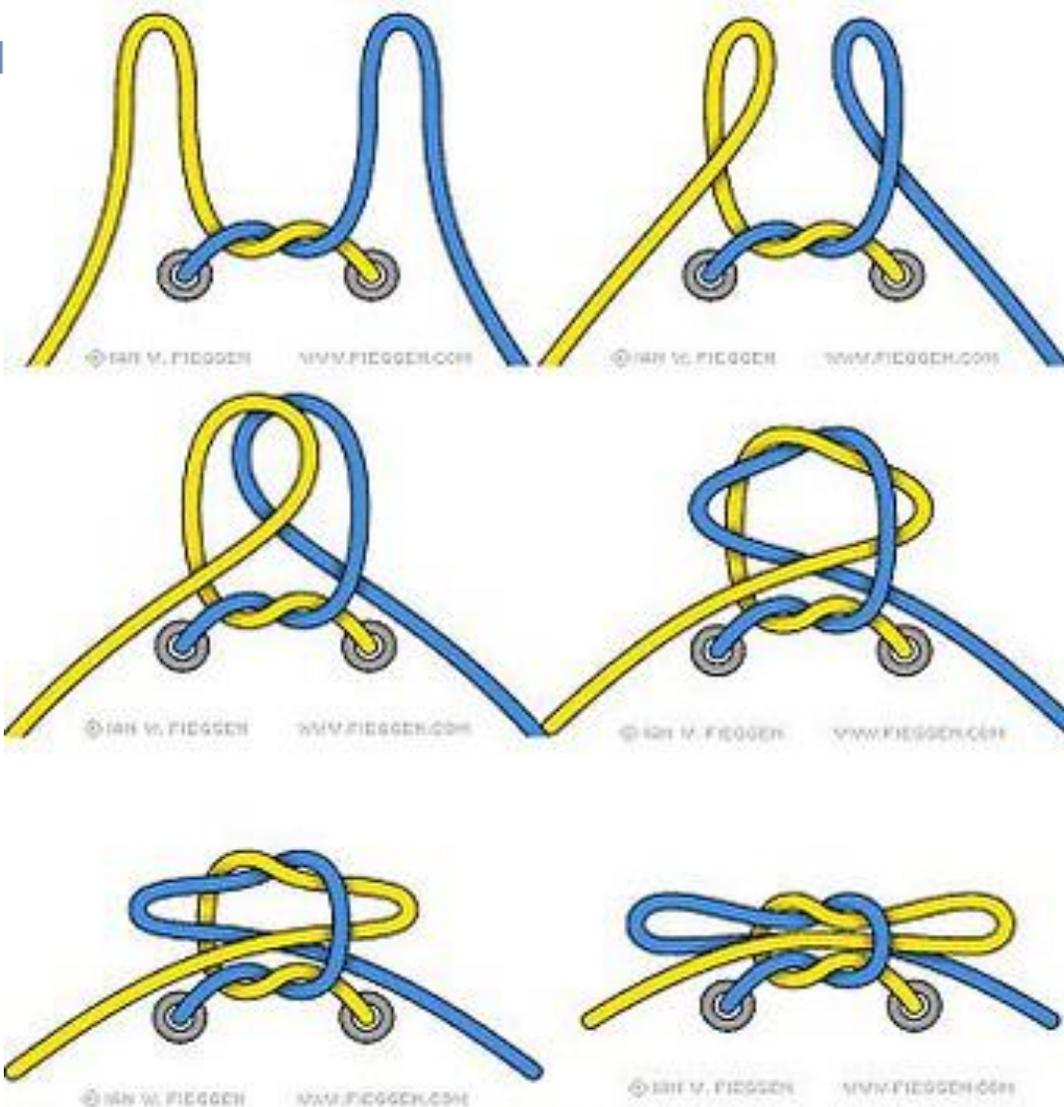
- <https://www.youtube.com/watch?v=nXzOww2Ft48&t=26s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=5b0PiWo5rC4>

ShoeTying

Push and Tie (PAT) method

	1 Make a cross with the laces		2 Take the top lace under the cross and through the hole
	3 Pull them tight		4 Make another knot just like steps 1 & 2
	5 Push the end of the lace back through the knot where it came out		6 Push the other lace back through the knot. Leave a bow.
	7 Pull the laces through the knot to make the loops		8 Pull the two loops tight

NOEUD IAN

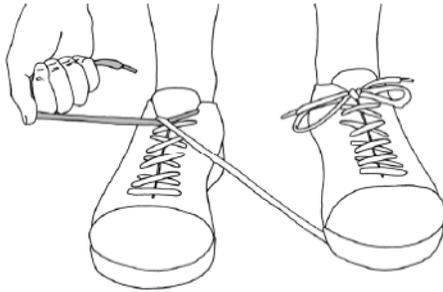


Ian's quick knot

- <https://www.youtube.com/watch?v= O-xaJrao1w>
- <https://www.youtube.com/watch?v=pKRZDHbLQlg>
- Noeud Ian à une main : <https://www.youtube.com/watch?v=si-iQpBBusM>

MÉTHODE À UNE MAIN

1. Hold one shoelace down with your foot, and pull the other lace tight. Make sure the laces cross over when you do this.



2. Make a loop while still holding the lace under the other shoe.



3. Bring the loop behind and under the straight lace.



4. While holding the loop in place between your thumb and index finger, let the straight lace out from under the other shoe.



5. Use your other fingers to wrap the free lace completely around the loop.



6. Use your thumb to push the middle of the lace through this newly formed loop.



7. Holding one loop in place with your free foot, pull the other loop tight. That's it!

