



Mål for uken:

Hovedmålet for uka er å lære hunden at den må yte og gi av seg selv for å jobbe med oss. Dette skaper hunder som gir maks på trening og som fokuserer lettere på oss enn andre forstyrrelser.

Faste øvelser hver uke (Se egen plan):

- Styre maten, miljøtrening og sosialisering og det å være nære

Treningsplan for denne uken:

Øvelse: yte for å få maten/godbitene	Når: Alle dager ca 3 min x 2
Hvordan: ha en godbit i hånda og rygg bakover. Når hunden prøver å ta godbiten rykker du handa vekk slik at hunden prøver litt hardere. Da får den smake litt på godbiten. Slik fortsetter du så hunden må gi mer og mer innsats. Jo mer hunden bruker tennene jo bedre!	Hvorfor: fordi vi ønsker en hund som gir maks på trening og bruker energien sin rettet mot oss. Den må lære seg at den må yte og gi av seg selv for å få belønning. Den må også lære seg at den er gøy å prøve seg frem og være litt frekk når vi trener.
Øvelse: Lekutvikling, returnere for ny lek	Når: 3 dager i uka, ca 3 min x 2
Hvordan: når hunden drar i leken og har fått dra på deg en liten meter, løper du fra hunden 1-3 m og later som du finner noe skikkelig spennende. Tvert hunden beveger seg mot deg roser du. Start ny lek når den kommer helt til deg med leken. Se vårt onlinekurs om lek for flere tips.	Hvorfor: fordi vi ønsker en hund som tar initiativ til ny lek, som engasjerer seg i leken og som erfarer at det er den må jobbe for å få leke med oss. Da får vi hunder som gir maks på trening og har fokus rettet på oss.
Øvelse: Impulskontroll/kontaktøvelse 3	Når: Alle dager ca 3 min x 2
Hvordan: Se demovideo i medlemsportalen. Dette er en øvelse som styrker hundens evne til å beherske seg når den egentlig har lyst til å gjøre noe annet. Kjempeviktig!	Hvorfor: Fordi vi ønsker en hund som klarer å ta seg sammen og velge å være med deg i stedet for å gjøre alt annet. Da må vi begynne å trene helt basic på å velge bort fristelser.
Øvelse: Ro i ulike miljø	Når: 2-3 ganger i uka
Hvordan: ta med deg et teppe og oppsøk plasser hvor det skjer litt. (eks. hundetrening, benk i en gågate). Sett deg ned og gjør ingenting. Kan hunden øvelsen "plassen sin" ber du den om å legge seg på teppet, om ikke så lar du den bare velge selv hvor den vil ligge/sitte.	Hvorfor: fordi vi ønsker å ha en hund som kan slappe av uansett hvor vi er, selv om vi ikke har med et bur. Viktig å jobbe mye med ro fordi vi også jobber mye med fart og engasjement. Vi må både ha en av- og en påknapp.