



Mål for uken:

Hovedmålet for denne uka er sitt og ligg. Mange kan nok disse fra før, men nå skal fokuset være på fart, motivasjon og engasjement i øvelsen. Dette trenger vi til neste uke.

Faste øvelser hver uke (Se egen plan):

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

Treningsplan for denne uken:

Øvelse: Sitt	Når: 2-3 økter hver dag (5-10 repetisjoner)
<p>Hvordan: Vi skal jobbe med frivillig sitt. Still deg opp og hver gang hunden setter rompa i bakken sier du "sitt" og belønner.</p> <p>Belønn gjerne med å ha en leke bak ryggen. Tvert rompa treffer bakken sier du "ja!" og drar frem en leke. Lek og kos dere masse før nye repetisjon.</p> <p>Etterhvert kan du begynne å teste "sitt"kommandoen. Gå bakover med hunden foran deg og si "sitt". Setter hunden seg? Belønn! Ikke? Øv mer med å stå i rø.</p>	<p>Hvorfor: vi jobber med å shape inn "sitt" fordi dette er ofte noe mange hunder tilbyr. Gøy for hunder å tenke selv!</p> <p>Du skal skape HØY motivasjon for å sitte. Det trenger vi når vi skal begynne å jobbe med en skikkelig bli. .</p>
Øvelse: Ligg	Når: 2-3 økter hver dag (5-10 repetisjoner)
<p>Hvordan: Ha hunden foran deg og ha en godbit i hånda. Ta godbiten raskt ned på gulvet slik at hunden plasker ned i en ligg. Da får hunden godbiten. Gjør dette til en lek rundt i omkring i rommet. Hunden løper etter deg og du stopper plutselig opp og tar hånda raskt i bakken. Sørg for at hunden har den posisjonen med kroppen som du ønsker om du skal bruke dette til en konkurranseligg.</p> <p>Når dette begynner å sitte kan du benytte en leke på samme måte.</p>	<p>Hvorfor: Dette skaper kjappe dekker og skaper høy motivasjon for å ligge nå i starten.</p> <p>Hvis du ønsker en rolig "legg deg" kommando i tillegg til en kjapp "ligg"kommando, kan du begynne å si "legg deg" hver gang hunden legger seg for å slappe av ine.</p>