

Puppy online les 6

In deze les een aantal oefeningen voor de lichaamsbewustwording van lijf en leden.

Groene bakjes bovenkant:

Wij gebruiken in het filmpje een groen bakje. Maar je kunt ook andere materialen gebruiken zolang het maar niet te hoog is en de pup er gewoon op kan stappen. Dus niet hoeft te springen! De pup leert bij deze oefening dat het niet eng is om ergens op te stappen, overheen te lopen en weer af te stappen. Sommige pups hebben niet in de gaten dat ze achterpoten hebben en zullen als een haas met twee achterpoten gelijktijdig er afspringen.

Stok (bv. bezemsteel enz.):

Leg deze zo neer dat de pup er net onderdoor kan lopen. Als het goed gaat kun je hem iets lager neer leggen. Het doel van deze oefening is dat de pup leert hoe groot zijn lijfje is. Dat het best past en dat hij niet bang hoeft te zijn.

Ipv. een stok kun je ook de pup onder je benen laten kruipen en over je benen heen laten springen.

Kratje:

Bij deze oefening leert de pup dat hij ergens in kan stappen, omgaan met andere voorwerpen. Dat hij ook weer ergens uit kan stappen en dat het zelfs past om er in te zitten.

Ladder

Als je thuis een ladder hebt kun je die ook plat neerleggen, laat je pup daar rustig overheen stappen.

Bij al deze oefeningen geldt dat de pup het op zijn eigen tempo ontdekt. Je gaat niet lokken en al helemaal niet forceren! Belangrijk is dat de pup kijkt naar waar hij zijn pootjes op zet. De pup moet zelf leren en krijgt daar enorm veel zelfvertrouwen door. Doordat het lijfje steeds veranderd kan een oefening die vandaag lukt morgen niet lukken en andersom. Een pup mag gewoon "nee zeggen" dat is helemaal niet erg.

Hersenspelletjes/puzzelen

Er zijn twee soorten hersenspelletjes. Hap snap spelletjes/puzzels en Hersenkrakers.

Bij hap snap kan de pup de voertjes zien liggen, bij een hersenkraker zijn de voertjes verstopt.

Hersenspelletjes en puzzels maken je pup geestelijk moe, 10 minuten puzzelen staat gelijk aan een wandeling van 60 minuten.

Veel pups en pupen worden rustig van hersenspelletjes. Dus als je even niet weet wat je met je drukke pup moet doen, probeer eens een hersenspelletje. Blijft de pup druk, geef hem dan zijn broodnodige rust in de bench.

- Hersenspelletjes/puzzelen doe je vanuit rust.

- Ga op een krukje zitten en zorg dat jij als “barrière” tussen de pup en de puzzel/hersenspelletje zit.
- Neem in iedere hand 5 voertjes
- Geef gelijktijdig een voertje aan je pup en leg tegelijkertijd eentje op de puzzel
- Dit herhaal je tot alle voertjes op zijn
- Dan geef je de pup vrij om de puzzel te gaan doen.
- Dus met bijvoorbeeld een woordje als “toe maar” of “puzzelen”.
- Bemoei je verder niet met het puzzelen, geef geen aanwijzingen of praat niet te veel tegen de pup
- Er is geen goed of fout. Je hebt puppen die heel zorgvuldig puzzelen en anderen gaan wat ruwer te werk.
- Begin altijd eenvoudig door de brokjes eerst zichtbaar neer te leggen en bouw het rustig op door het steeds moeilijker te maken.
- Als de pup klaar lijkt met de puzzel, laat de puzzel dan toch nog even liggen, je ziet vaak dat de pup soms tot 3 x toe gaat checken of hij wel echt alle voertjes heeft gevonden.
- Ook als tijdens het opbouwen van de puzzel de pup al aan de puzzel begint laat je het maar gebeuren, je trekt nooit de pup of het spel weg of zeg geen nee, uhh, foei.
- Bouw de volgende keer sneller op het voeren van je pup en het vullen van de puzzel.
- Als de pup al netjes kan blijven wachten doe je eerst 2 a 3 voertjes in de puzzel
- Dan geef je een voertje aan je pup, als beloning dat hij netjes wacht.
- Vul dus eerst de hele puzzel voordat de pup mag puzzelen.
- Kijk maar eens op: <https://hersenwerkvoorpupen.nl> hier vind je meer uitleg en ideetjes.
- Of op deze facebook site :<https://www.facebook.com/groups/spelideeenvoorpupen/>

Pootplaatsing

Bij de oefening pootplaatsing laat je je pup heel bewust zijn voor of achterpoten of alle vier de poten ergens opzetten. Bouw deze oefening heel rustig op, zorg ook dat de pup de oefening rustig doet. De pootjes op oefening die jullie al eerder deden is ook een pootplaatsingsoefening.

Home

Met deze oefening leer je je pup tussen je benen te gaan zitten. Dit kun je ook gebruiken voor de start van de Silly Walk waarbij de pup tussen je benen mee loopt. Maar de home oefening is ook heel handig als je bijvoorbeeld je pup oogdruppels moet geven of zijn oren moet behandelen. Oefen daarom ook als de pup de home goed beheerst dat je benen aansluiten tegen zijn lijf. Ook kun je de Home oefening inzetten als je niet wilt dat je pup contact maakt met een andere pup, of je je pup wilt “beschermen” tegen een enthousiaste pup.

- De pup is voor je
- Ga in een kleine spreidstand staan
- Neem een lok voertje je in iedere hand

- Lok je pup achter je met je linkerhand
- Als je pup achter je is lok je hem verder met je rechterhand tussen je benen door
- Doe je rechterhand gelijk omhoog zodat je pup in de zit zakt (geen zit commando zeggen!)
- Zit de pup geef je een voertje van boven af zodat je pup omhoog kijkt
- Daarna gooi je het andere voertje als vrij voertje weg
- Herhaal dit 10 keer waarvan je de pup 5 keer links van je laat draaien en 5 keer rechts, zo wordt de rug niet overmatig belast.

Fase 2

- Lok nu met de lege hand
- Beloon met een voertje als ze pup zit en netjes op kijkt
- Geef daarna weer vrij!
- Oefenen dit links en rechts om

Fase 3

- Toevoegen commando
- Lok je pup met je handbeweging en vlak voor hij gaat zitten zeg je "HOME"
- Herhaal dit vaak
- Ga dan stapje voor stapje het commando iets eerder zeggen.

Silly Walk

- Zorg voor 10 voertjes in je hand
- Geef je pup het commando home
- Steek je hand iets naar voren met daar een voertje in
- Je pup staat waarschijnlijk op richting dat voertje
- Op dat moment zet je met 1 been een pasje naar voren
- Geef je pup het voertje en steek je hand vooruit
- Zet weer een stapje vooruit en geef weer een voertje
- Herhaal dit tot je 10 voertjes op zijn

Als na een paar keer oefenen de pup het trucje snapt zet je 2 passen voordat het voertje komt. Gaat dat goed dan ga lok je met de lege hand en breng je na het stapje dat de pup zet het voertje naar de lokhand (die blijft dus in positie bij de pup)

Vreemde ondergronden

Leer je pup te lopen over verschillende ondergronden. Voor ons is het de normaalste zaak van de wereld dat we van de stoep het afvalt opstappen of van een zandpad de bestrating. Maar voor een pup is dat niet zo vanzelfsprekend. Dus loop je ergens waar je grind ziet liggen of een rooster, of iets anders "afwijkends" laat je pup er over heen lopen. Pups / Honden hebben gevoelige voetkussentjes die allerlei informatie doorgeven waardoor het dus zo belangrijk is ze te leren dat ondergronden anders kunnen aanvoelen maar je er nog steeds over kunt lopen.

