



KUNSKAP GLÄDJE SAMARBETE

LYDNADSSATSNING 2012

DETALJTRÄNING – PRECISION

Här tittar vi på de viktiga detaljerna, finliret som i mångt och mycket blir skillnaden mellan det på gränsen till godkända och de riktigt höga poängen.

Grovt sätt jobbar vi med delarna i momenten, där vi till exempel har ingångarna i inkallningen, diskrimineringen i vittringsapporeringen, gripandet i apporeringen och skiftena i fjärran. Men vi har också ännu mindre beståndsdelar av dessa delmoment, som till exempel var hunden ska söka sig i ingången, var den ska påbörja vändningen och hur den ska röra bakbenen, vilket system den ska använda i sitt sökande efter rätt vittringsapport, hur den ska lägga vikten i gripandet och vad vi kan göra för att ändra hundens teknik i fjärrskiftena beroende på om föregående skifte blev bättre eller sämre.

Hur noga du vill jobba med detaljerna bestämmer du själv baserat på din ambitionsnivå och vilka mål du har.

HELHETSTRÄNING & UTHÅLLIGHET – ATTITYD OCH UTSTRÅLNING

Här tittar vi på den ännu viktigare helhetsträning, där vi lägger ihop detaljer till delmoment, delmoment till moment och moment till kedjor. Utan detaljer kan vi inte nå toppen, men utan helhet kommer vi ingenstans. Det spelar ingen roll om hunden kan göra perfekta apporeringsgripanden om den inte kan göra det på första försöket eller efter att ha gjort flera moment innan.

Helhetsträning handlar om uthållighet, att hunden kan göra flera saker efter varandra utan belöning. Det handlar också om att få med sig de kunskaper man lär hunden i detaljträningen in i momenten. Framförallt handlar det om attityd och utstrålning, att det ser samspelt, stabilt och trevligt ut på lydnadsplanen och att både hund och förare utstrålar glädje och självförtroende.



KUNSKAP GLÄDJE SAMARBETE

TÄVLINGSTRÄNING

När det funkar på detaljnivå och funkar i helheten så ska det även fungera på tävling. Att träna på att prestera optimalt även på tävling går ut på att göra träningen tävlingslik och träna på alla de utmaningar som inte är en del av lydnadsprogrammet men som man ändå ställs inför under en tävling.

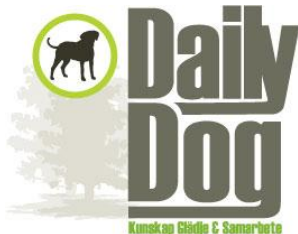
Att tävlingsträna behöver inte innebära att man ställer upp en låtsasdomare, låtsastävlingsledare och låtsaspublik och kör alla moment helt tävlingsmässigt. Vi kommer titta på massor av rolig tävlingsträning som man kan göra utan tillgång till vare sig träningskompisar eller appellplan och som man med fördel kan börja med redan när hunden är valp. Bara en sådan sak som att prestera på första försöket, att äntra en helt ny plan och direkt prestera, att hitta uppvärmningsrutiner, att förbereda hunden inför nästa moment och att behålla hundens (och sin egen!) attityd och fokus även mellan momenten.

När vi ändå har tillgång till träningskamrater oh appellplan är det dumt att slösa bort tiden på att träna på perfekt organiserade träningar. Vi kommer istället jobba med tävlingsträning där det oväntade händer, som klantiga tävlingsledare, oväntade störningar, stor nervositet och annat spännande som kan hända.

STÖRNINGSTRÄNING

Jag vill att hunden ska ha inställningen att stå emot störningar är bland det bästa som finns. Jag vill ha hundar som växer i sin förmåga att klara av saker som händer runtomkring dem, som självsäkert väljer bort frestelser och som faktiskt ser varje störning den kan stå emot som en liten belöning.

Det här är inte ett komplicerat koncept att lära hundarna och det är riktigt rolig träning som inte bara främjar hundens tävlingskapacitet utan även stärker hundens självförtroende och ert samspel. Dessutom innebär det en stor möjlighet för oss att lära känna våra hundar och se vad de har lättare och svårare för samt att kvalitetssäkra det vi lär de och göra färdigheterna starkare befästa.



KUNSKAP GLÄDJE SAMARBETE

ÖVERTRÄNING

Överträning handlar om att göra det svårare på träning och således enklare på tävling. Vi diskuterar kring ytterligare försvåringar för att ta våra moment och våra hundars färdigheter ett steg längre än det som krävs på tävling. Vi kommer diskutera och lägga upp helt nya lydnadsprogram än de som finns för att utmana oss själva i vår kreativitet och fantasi när vi lägger upp en träningsplanering.

När träning är svårt och tävling är enkelt minskar risken för oväntade missar och vi kan känna oss säkrare på hundens prestationer vilket i sin tur minskar risken för oro och nervositet i tävlingssituationen.

TÄVLINGSPSYKOLOGI – tävlingsträning för föraren

Det är inte bara våra hundar som ska prestera på tävlingsplanen, vi också. Även om vi suddar ut skillnaden mellan träning och tävling så mycket det går så kommer tävling med största sannolikhet ändå innebära en helt annan spänning och nervositet än vi kan frambringe på träning.

Målet med den här träningen är att lära sig handskas med sin nervositet. Vi vill inte plocka bort den helt. Nervositet är bra eftersom det visar på att vi vill prestera bra. Att nervositeten påverkar oss negativt och hindrar oss från att prestera bra är dock inte alls bra. Därför jobbar vi här med att hitta verktygen för att kunna fokusera genom sin nervositet, att guida hunden på bästa sätt och sköta mina uppgifter som förare. Vi jobbar med att framkalla nervositet, att lära känna sin nervositet och att handskas med den.

FOKUS

Tävlingspsykologi handlar också om fokus, precis som störningsträning och egentligen all träning vi gör tillsammans med hundarna. Var ska jag lägga fokus, var lägger hunden sitt fokus och hur påverkar mitt fokus hundens?

Vi kommer jobba med konkreta fokusövningar både med och utan hund, för både hunden och föraren. En viktig faktor för "bra fokus" är att titta på hur hela träningssituationen ser ut. Ni kommer få träningstips för att få ut så mycket av varje pass som möjligt, att ha effektiva pauser mellan träningspassen och hur man kan styra och ändra sitt fokus mitt i träningspasset. Att växla mellan uppgift och belöning, aktiv och mer passiv träning, små detaljer och stora helheter.



KUNSKAP GLÄDJE SAMARBETE

LEK OCH MOMENTINLÄRNING

Vi kan inte göra någonting av ovanstående träningsteman om vi inte har bra belöningar. En bred belöningsbank med belöningar av olika form som hunden uppskattar och är villig att jobba för är grundbulten i all träning. När vi har det, är det enkelt att träna.

Vi kommer jobba mycket med att leka med hundarna eftersom det finns så mycket nyttiga grundfärdigheter och kunskaper som man enkelt kan lära hunden genom att bara leka med den. Som några exempel kan nämnas snabba ställanden (framförallt i inkallningarna!), djupa ingångar, fart i framåtsändanden, gripanden i apporteringar och avlevereringar. Leken är även en utmärkt färdighet att ta till för att lära hunden jobba och engagera sig i nya miljöer, växla mellan aktivitet och passivitet och som paus i ett träningspass med mycket koncentration.

PLANERING OCH UTVÄRDERING AV TRÄNINGEN

En hjälp för att hela tiden komma framåt i sin träning, se framstegen om allt känns stiltje i perioder, hitta träningsmotivation och se att träningen tar en närmare målet.

Alla utgår från sina egna målsättningar när man lägger upp sin träning och vi kommer ge varandra läxor och uppgifter mellan träffarna. Det kommer finnas möjlighet att bolla idéer med varandra både under träffarna och mellan träffarna via Facebook eller mail.

Att planera och utvärdera sin träning är den teoretiska biten av effektiv träning och du kommer få hjälp att göra det på ett enkelt sätt som passar just dig.