Oefeningen hond leeftijd 12 weken tot en met 12 maanden



Inhoud

[Aandachtpunten 3](#_Toc82686366)

[Beloningswoord 4](#_Toc82686367)

[Oefening zit 6](#_Toc82686368)

[Oefening lig 10](#_Toc82686369)

[Oefening blijf 13](#_Toc82686370)

[Oefening wachten 15](#_Toc82686371)

[Oefening hier 17](#_Toc82686372)

[Oefening aan de voet 19](#_Toc82686373)

[Oefening links rechts lopen 22](#_Toc82686374)

[Oefening vooruit 24](#_Toc82686375)

# Aandachtpunten

In dit document vind je verschillende stappenplannen om je hond veel gebruikte commando’s in het dagelijks leven aan te leren. De commando’s kun je vervolgens inzetten om je hond op te voeden en ‘onder controle’ te houden in verschillende situaties. Om dit goed te doen zijn er in je training een aantal aandachtspunten.

1. Denk na over welke beloning je in welke situatie gebruikt. Thuis is weinig afleiding en is een beloning van een lage waarde vaak voldoende. Buiten is veel afleiding en is een beloning van een hoge waarde vaak nodig om de hond een commando uit te voeren. Ook de verschillende leeftijdsfasen kunnen invloed uitoefenen op hoe belonend de beloning is voor de hond. Maak voor je hond een beloningsladder met beloningen van weinig waarde tot beloningen van veel waarde. Zo heb je voor jezelf helder naar welk type beloning je terug kan grijpen.
2. Creëer situaties waarin de hond succesvol kan zijn. Soms is het goed ervoor te kiezen een commando niet te geven. Een hond die druk is met zijn omgeving gaat niet het commando zit opvolgen. Iedere keer niet opvolgen van een commando kan een leermoment zijn voor de hond. De hond kan dan leren dat commando’s niet opgevolgd hoeven worden. Vraag alleen iets van je hond als je weet dat hij het gaat uitvoeren of gebruik extra hulpmiddelen zoals armbewegingen en/of beloningen.
3. Honden zijn contextleerders. Dit betekent dat een hond een commando thuis kan leren en perfect kan uitvoeren en op straat je aankijkt alsof hij het commando nog nooit heeft gehoord. De hond moet in verschillende contexten (situaties) de commando’s vanaf stap 1 oefenen. Je zult dat na een aantal situaties je het stappenplan steeds sneller kan doorlopen. Op een gegeven moment is het geleerde commando zo goed opgeslagen in de hersenen van de hond dat hij hem ook kan uitvoeren in nieuwe situaties.
4. Train stappen zorgvuldig. Als je te snel doorgaat naar een volgende stap kan het zijn dat je uiteindelijke commando niet altijd even goed wordt uitgevoerd. Het doorgaan naar een volgende stap is altijd een afweging tussen het beheersen van de stap, de behoefte aan uitdaging en de behoefte aan een rustige opbouw. Dit verschilt per hond en per levensfase.
5. Achteruitgang is soms vooruitgang. In het eerste jaar van je hond merk je dat hij soms snel leert en soms ineens alles is vergeten. De hormonale ontwikkeling van een hond gaat snel en heeft veel invloed op de concentratie en het leervermogen. Er zullen momenten zijn dat een hond de geleerde en goed beheersende commando’s compleet vergeten is. Help hem een paar stappen terug te doen en kleine stukjes overnieuw te trainen. Met rust en consequent zijn is dit een tijdelijke fase.

# Beloningswoord

In de training en opvoeding van een hond is één ding belangrijk en dat is het timen van de beloning. De tijd tussen datgene wat de hond doet en het moment dat je de beloning geeft is vaak ‘lang’. Eigenlijk zou tussen het gedrag en de beloning nog een seconde moeten zitten. De link wordt in de hersenen dan het snelst gelegd. In sommige oefeningen zoals lopen aan de riem of als je hond op afstand staat is het nog lastiger goed te timen. Veel mensen zeggen al tegen hun hond goed zo of braaf, maar dit activeert nog niet altijd (goed) het beloningssysteem in de hersenen. Dat terwijl je in je training en opvoeding wil dat het beloningssysteem vol aanstaat op de momenten dat je hond het gedrag vertoond dat jij wil. We kunnen hiervoor trucjes gebruiken.

Een trucje is de clicker. Veel mensen vinden dit onhandig en weten de timing niet altijd goed te pakken. Een slechte timing werkt averechts in je training en opvoeding.

Een ander trucje is het beloningswoord aanleren. Dit is voor de hond de leukste oefening om te leren. We gebruiken hiervoor de klassieke conditioneringstechnieken van Pavlov.

Hoe ziet de oefening eruit?

De hond heeft een woord aangeleerd waarop het beloningssysteem in de hersenen aanslaat. De hond weet dat na dit woord altijd een beloning gaat volgen. De beloning is in het begin voer, maar kan later ook een knuffel, aai of spel zijn.

Stap 1

Bedenk een woord. Denk hier goed over na. Het moet aan de volgende voorwaarden voldoen:

* Het woord mag uit niet meer dan 1 lettergreep bestaan.
* Het woord wordt niet in het dagelijks leven gebruikt. De hond wordt erg beloont als het woord gebruikt wordt. Als per ongeluk iemand het woord gebruikt als je hond tijdens de verjaardag de kaas van de salontafel pikt of tegen de bezoekers aanspringt dan is dit ‘foute’ gedrag snel aangeleerd.
* Het woord moet vrolijk klinken.

Een voorbeeld is yes

Stap 2

Leer de hond het woord aan en train dit lang. Pak 20 beloningen met een gemiddelde tot hoge waarde bv kipfilet, pens, long of worst. Zeg het woord en geef direct de beloning. Yes, beloning, yes beloning enz. Doe dit 20 keer achter elkaar. Oefen dit minimaal 3 keer per dag gedurende een week. Na een week wil je een hond zien die begint te kwijlen op het woord en blij wordt. Hij kijkt meteen waar zijn beloning blijft. Als de hond niet super enthousiast wordt van het woord train je nog een aantal dagen langer.

Wanneer zet je het woord in?

Het woord gebruik je op het moment dat de hond precies doet wat je graag wil zien. Bijvoorbeeld

* De pup springt tegen je op (fout gedrag). Zodra hij met zijn 4 pootjes de grond raakt (goed gedrag) zeg je yes. Je pakt een beloning en geeft het hem.
* De pup leert zitten. Op het moment dat hij met zijn billen de grond raakt zeg je yes.
* De pup loopt langs de verjaardagstafel met kaas. Hij kijkt naar de kaas en draait zijn hoofd weg, zeg yes.
* De pup komt bij de stoeprand en blijft staan, zeg yes.
* De pup loopt in een strakke lijn en houdt zich iets in waardoor de lijn in een bochtje gaat hangen, zeg yes.

Kijk dus heel goed tijdens de training bij welke stap je bent en welk gedrag daarbij hoort. Bij het laten zien van dat gedrag zeg je yes. Oefen op je timing. Hoe beter je je timing hebt, hoe sneller een hond leert.

# Oefening zit

Hoe ziet de basis zit eruit?

De hond zit met twee billen op de grond. De staart ligt in rust op de grond. De neus van de hond wijst naar de eigenaar. De oren staan licht naar voren gericht. De hond is oplettend en rustig.



Aanleren van de zit

Stap 1:

De eerste stap doen we in stilte. Er mag wel goed zo of braaf worden gezegd als de hond doet wat je van hem verwacht.

Je staat recht voor je hond. Sommige honden geeft het rust als je op je knieën voor de hond gaat zitten.

Je houdt een brokje voor de neus van de hond en beweegt deze langzaam naar boven. Op het moment dat de billen van de hond de grond raken geef je de hond het brokje. Let bij deze eerste stap erop dat het begin van je training al rustig is. Rustige bewegingen en rustige stem.

De eerste stap herhaal je een aantal dagen een paar keer per dag. Je zal merken dat zodra jij je hand omhoog brengt de hond gaat zitten. Als hij dit iedere keer doet dan kun je door naar de volgende stap.

Stap 2:

Je hebt je hond nu geleerd om met een handgebaar recht voor je te gaan zitten. Er zijn situaties waarin je graag wil dat je hond naast je gaat zitten. Bv bij de weg. Je lokt je hond met een brokje naast je. Jullie neuzen wijzen in dezelfde richting.

Je houdt, terwijl je naast je hond staat, een brokje voor de neus van de hond. Je beweegt je hand rustig omhoog. Je geeft net als bij stap 1 het brokje als de billen de grond raken.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties. Laat de hond op verschillende posities rondom je zitten. Zorg er wel altijd voor dat de hond je gezicht kan blijven zien.

Stap 3

De hond kan nu zitten dichtbij je. Je wil straks niet dat je hond direct wegrent als zijn billen de grond hebben geraakt. We gaan daarom een extra commando in de oefening toevoegen. Op het moment dat de hond opstaat van de zit zeg je vrij. De hond is dan al in beweging.

Stap 4

Als je hond gaat zitten als je je hand omhoog brengt en je weet zeker dat hij gaat zitten en niet afgeleid wordt ergens halverwege de oefening mag je het commando zit gaan gebruiken. Je wil dat de hond leert dat zit betekent met beide billen op de grond met aandacht voor de eigenaar. Je zegt daarom het commando zit op het moment dat de billen de grond raken. Hetzelfde moment waarop je het brokje geeft.

Oefen deze stap grondig en in veel situaties. Bv in huis, de achtertuin, op straat, in het bos enz. Het kwartje zit betekent zitten moet goed vallen.

Stap 5

Je hond heeft nu het woord zit aan de handeling zit gekoppeld. De volgende stap is de handbeweging weghalen. Je houdt je hand met een brokje op de rug. De hond staat recht voor je. Je geeft het commando zit. Als je hond gaat zitten geef je hem een brokje. Als je hond het commando niet opvolgt is deze stap nog te vroeg. Ga dan terug naar stap 3 en oefen deze nog een tijdje.

Als de zit recht voor je goed gaat oefen je ook de zit rechts naast je en links naast je. Beide met de handen op de rug.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 6

Je hond heeft nu geleerd om te zitten op commando bij je in de buurt. In de volgende stap leren we de hond te blijven zitten, terwijl de eigenaar in beweging is.

Je hond staat tegenover je. Je geeft het commando zit, terwijl je met een brokje in je hand de handbeweging voor zit gebruikt. Je houdt met je hand een brokje voor de neus van de hond, maar geeft deze nog niet. Met 1 been zet je een stap naar achteren en weer terug. Als de hond is blijven zitten krijgt hij het brokje. Staat de hond op terwijl de eigenaar beweegt dan begin je overnieuw. Gaat het twee keer achter elkaar mis geef de hond dan het basiscommando zit, zodat hij een succeservaring tussendoor heeft voor je weer verder gaat.

Als de hond blijft zitten terwijl de eigenaar beweegt kun je een klein stapje verder. De hond staat recht voor je. Geef het commando zit, terwijl je je hand met een brokje tegen je aan houdt of op de rug. Als de hond zit doe je rustig met 1 been een stapje naar achteren en weer terug. Als de hond blijft zitten geef je hem een brokje. Staat de hond op dan ben je te snel.

Gaat dit ook goed dan stap je met twee benen een stap naar achteren en weer stap terug naar de hond. Blijft de hond zitten dan geef je hem een brokje. Staat hij op dan ben je te snel naar de volgende stap gegaan.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 7

Je hond kan nu recht voor je zitten en blijven zitten terwijl je een stapje naar achteren en naar voren zet. Breidt deze oefening in tijd uit. Je begint met een stapje naar achteren en direct een stapje terug. Geef een brokje. Als dit goed gaat doe je een stapje naar achteren, blijf je 1 seconde staan en doe je weer een stapje terug. Geef een brokje. Bouw dit op naar 10 seconden.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 8

Je hond kan nu recht voor je zitten en 10 seconden blijven zitten. Je breidt deze oefening in positie uit. Dit doe je op twee manieren.

Manier 1:

Je zet de hond naast je (links of rechts). Je zet met 1 been een stapje naar voren en direct weer terug. Als de hond blijft zitten geef je een brokje. Oefen deze positie hetzelfde als je bij stap 6 en 7 hebt gedaan toen je hond voor je zat.

Manier 2:

De hond staat recht voor je. Je geeft het commando zit en doet 1 stap naar achteren. Doe een stap naar links en direct een stap naar de hond om hem een brok te geven als hij is blijven zitten. Doe weer een stap naar achteren en een stap naar rechts. Je geeft weer de hond een brokje bij het blijven zitten. Breidt dit uit in tijd, in beweging en in plek naast de hond. Let erop dat je hond je altijd kan blijven zien en dat je niet meer dan 1 stap afstand hebt van je hond.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 9

De hond kan blijven zitten, terwijl de eigenaar rondom de hond in het zicht beweegt. De hond blijft actief, maar rustig zitten. Nu ga je afstand inbouwen in de oefening. Let hierbij goed op met puppen. Niet alle puppen vinden het fijn als een eigenaar afstand neemt. Deze stap kun je bij sommige puppen pas trainen als ze gewisseld hebben. Kijk heel goed wat je pup aankan.

Je hond staat recht voor je. Geef het commando zit. Begin met twee stappen achteruit zetten, kijk hoelang je kan blijven staan en geef je hond een brok als hij is blijven zitten. Breidt de afstand rustig uit tot een paar meter afstand tussen eigenaar en hond.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 10

De hond heeft nu geleerd te gaan zitten en blijven zitten, terwijl hij oogcontact kan maken met de eigenaar. We gaan de hond leren dat hij blijft zitten als de eigenaar zich omdraait of uit het zicht verdwijnt.

Sta recht voor de hond en geef het commando zit. Draai je rustig om en ga met je rug naar de hond staan. Draai weer terug en geef de hond een brok als hij is blijven zitten. Als dit goed gaat draai je je om en doe je een stap vooruit van je hond weg. Draai je weer om en loop terug naar de hond. Breidt dit uit in afstand tot een paar meter afstand van de hond.

Sta recht voor de hond en geef het commando zit. Doe een stap naar links of rechts en doe een paar stappen naar voren, zodat je naast de staart van de hond staat. De hond vindt deze oefening vaak erg moeilijk en zal zich omdraaien. Als de hond uit de zit komt begin je overnieuw. Blijft hij zitten dan geef je een brok. Oefen eerst een aantal dagen deze stap. Gaat dat goed en blijft de hond rustig dan kun je afstand inbouwen door langs je hond te lopen en een paar meter afstand te creëren. Oefen deze oefening door zowel links als rechts.

# Oefening lig

Hoe ziet de basis zit eruit?

De hond ligt op de grond. Hij heeft de voorpoten naar voren. Beide achterpoten zijn naar 1 zijde gericht. Er is rust in de hond en hij blijft liggen als de eigenaar rechtop staat.



Stap 1

De eerste stap doen we in stilte. Er mag wel goed zo of braaf worden gezegd als de hond doet wat je van hem verwacht. Neem twee brokjes in je hand.

Je staat recht voor je hond. Sommige honden geeft het rust als je op je knieën voor de hond gaat zitten.

Je houdt een brokje voor de neus van de hond en beweegt deze langzaam naar boven. Op het moment dat de billen van de hond de grond raken geef je de hond het brokje. Let bij deze eerste stap erop dat het begin van je training al rustig is. Rustige bewegingen en rustige stem.

Je hond zit en hij heeft de eerste brok gehad. Houd je hand voor zijn neus met de andere brok erin. Beweeg rustig je hand naar beneden, zodat je hond door zijn voorpoten zakt en gaat liggen. Geef hem de tweede brok. Doe dit een paar keer achter elkaar.

Pak twee brokjes in je hand. Houd je hand voor de neus van de hond en breng hem omhoog. Je geeft nu geen brok. In 1 vloeiende beweging breng je je hand naar beneden. De hond gaat liggen en je geeft hem een brok. De meeste honden liggen nu nog met 1 poot aan de linkerzijde en 1 poot aan de rechterzijde van zijn lijf. Je beweegt nu je hand met een brok erin rustig naar de schouder. De hond volgt met zijn hoofd de brok en moet hierdoor op 1 bil gaan liggen om dit te kunnen doen. Als hij met beide poten naar 1 kant heeft liggen, leg je de brok tussen de voorpoten op de grond. Geef de hond vrij.

De eerste stap herhaal je een aantal dagen een paar keer per dag. Je zal merken dat zodra jij je hand omlaag brengt de hond gaat liggen. Als hij dit iedere keer doet dan kun je het commando lig gaan geven. Dit doe je op het moment dat hij zijn bekken draait en op 1 bil gaat liggen. Oefen dit een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 2

Bij de eerste stap heb je de hond geleerd om te gaan liggen. De meeste honden vinden het lastig om te blijven liggen als de eigenaar weer rechtop gaat staan.

Pak 4 brokjes in je hand. Leg de hond in de lig. Leg rustig met 2 tellen ertussen de 4 brokjes tussen de voorpoten op de grond. Als de hond rustig blijft liggen kun je de tijd iets verlengen.

Oefen dit een aantal dagen in verschillende situaties.

Als de hond rustig blijft liggen en je kunt wat tijd laten tussen iedere brok ga je verder. Leg de hond in de lig. Leg de eerste brok tussen zijn voorpoten. Kom rustig overeind. In de beweging van het overeind komen gooi je de overige 3 brokjes tussen de voorpoten van de hond. Als je rechtop staat geef je de hond vrij.

Oefen dit stapje gedurende een aantal dagen in verschillende situaties grondig.

Stap 3

Je hebt je hond geleerd voor je te gaan liggen en blijven liggen terwijl je overeind komt. Uiteindelijk wil je als eigenaar graag rechtop staan en je hond het commando lig geven.

Leg je hond eerst een keer in de lig zoals je bij stap 1 en 2 hebt gedaan. Na een succeservaring kun je verder oefenen. Leg je hond in de lig, terwijl je minimaal vooroverbuigt. Hoever je vooroverbuigt verschilt per hond. De ene hond kun je rechtop staan terwijl je het commando geeft, bij de andere hond heeft het nodig dat je bijna op je knieën voor hem zit. Kijk goed naar de hond van waaruit je kan beginnen. Leg je hond in de lig, geef de 4 brokjes tussen zijn voorpoten en geef vrij. Komt je hond eerder overeind begin je weer overnieuw.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 4

Je hond kan nu gaan liggen, terwijl je rechtop staat. We gaan de hond nu leren te gaan liggen op het woord. Houd je handen op je rug, terwijl je het commando lig geeft. Als je hond gaat liggen geef je hem een brok. Als hij niet gaat liggen help je hem even met een handgebaar.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 5

Nu je hond kan liggen gaan we hem uitbreiden in afstand. Leg je hond in de lig. Doe 1 stap naar achteren met 1 been en weer terug. Geef een brokje tussen de voorpoten.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 6

Als de hond blijft liggen terwijl de eigenaar beweegt kun je een klein stapje verder. De hond staat recht voor je. Geef het commando lig, terwijl je je hand met een brokje tegen je aan houdt of op de rug. Als de hond ligt doe je rustig met 2 benen een stapje naar achteren en weer terug. Als de hond blijft liggen geef je hem een brokje. Staat de hond op dan ben je te snel.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 7

Je hond kan nu recht voor je liggen en blijven liggen terwijl je een stapje naar achteren en naar voren zet. Breidt deze oefening in tijd uit. Je begint met een stapje naar achteren en direct een stapje terug. Geef een brokje. Als dit goed gaat doe je een stapje naar achteren, blijf je 1 seconde staan en doe je weer een stapje terug. Geef een brokje. Bouw dit op naar 10 seconden.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 8

De hond kan nu voor je liggen en 10 seconden blijven liggen. De volgende stap is het bewegen rondom de hond.

Leg de hond in lig. Doe een stap naar achteren en naar links of rechts. Geef de hond een brok en vrij. Breidt de tijd dat je heen en weer kunt lopen binnen 1 stap afstand van de hond uit naar 10 seconden.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Leg de hond in lig. Doe een stap naar links of rechts en een stap naar voren, zodat je naast de hond staat. Je staat nog wel net in zijn blikveld. Geef de hond een brok en vrij.

Als de hond rustig blijft liggen, terwijl je naast hem gaat staan dan ga je verder. Leg de hond in lig en ga links naast hem staan. Loop vervolgens voor zijn neus langs naar de rechterkant. Ga weer voor de hond staan en geef een brok en vrij.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Het laatste onderdeel van deze stap is een rondje om de hond lopen. Leg de hond in de lig en loop rustig om de hond heen. Ga voor hem staan en geef een brok en vrij. Let op of je pup deze stap al aankan. Niet iedere pup vindt het fijn als

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

# Oefening blijf

Tijdens de oefening blijf laat je een hond zitten of liggen op zijn plek, terwijl de eigenaar ergens anders naar toe gaat. De hond blijft op de plek tot de eigenaar terugkomt of vrijgeeft. De oefening blijf is een passieve oefening. De hond hoeft niet te letten op de omgeving of te wachten tot de eigenaar een commando geeft.

Voordat je deze oefening kan gaan trainen moet de hond de oefeningen zit en lig beheersen.

Hoe ziet de basis eruit?

De hond zit of ligt in een rustige houding en is niet druk met zijn omgeving.

Stap 1

Geef de hond het commando lig. Doe twee stappen naar achteren en loop weer terug naar de hond en geef hem een brok voor het blijven liggen. Geef de hond het commando vrij. Check goed of je hond rust heeft.

Stap 2

Als je hond rustig blijft liggen als je een paar stappen naar achter kunt zetten en weer terug kun je het commando blijf geven. Leg de hond in de lig en zeg blijf. Doe twee stappen naar achteren en weer terug. Geef de hond een brok en geef hem vrij.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 3

Leg de hond in lig en geef het commando blijf. Beweeg in het zicht van de hond, binnen 2 passen afstand heen en weer. Geef de hond een brok en vrij. Let goed op dat de hond rustig ligt. Als hij overeind wil komen loop je naar de hond, leg je hem in lig en begin je overnieuw.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 4

Leg de hond in lig en geef het commando blijf. Beweeg zowel in het zicht als net buiten het zicht van de hond. Blijf binnen een paar passen afstand van de hond. Loop terug naar de hond, geef een brok en geef het commando vrij.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 5

Tijdens deze stap ga je afstand inbouwen. Loop steeds verder weg van de hond nadat je het commando blijf hebt gegeven. Blijf bij deze stap goed letten op de rust van de hond.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 6

Tot nu toe ben je tijdens het blijven in dezelfde ruimte gebleven. Tijdens deze stap leer je de hond rustig blijven op zijn plek, terwijl de eigenaar de ruimte uitloopt.

Leg de hond in lig en geef het commando blijf. Loop naar de deur en doe deze open. Je blijft nog in het zicht van de hond, terwijl je 1 stap over de drempel doet. Loop terug naar de hond, geef een brok en vrij.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag.

Leg de hond in lig en geef het commando blijf. Loop naar de deur en doe deze open. Loop het hoekje om en loop direct terug naar de hond. Geef een brok en vrij.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in.

Leg de hond in lig en geef het commando blijf. Loop naar de deur en doe deze open, loop het hoekje om en blijf een paar seconden staan. Loop terug naar de hond, geef een brok en vrij. Breidt deze stap uit in tijd.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag.

# Oefening wachten

Tijdens de oefening blijf laat je een hond zitten of liggen op zijn plek, terwijl de eigenaar ergens anders naar toe gaat. De hond blijft op de plek tot de eigenaar het volgende commando geeft. De oefening wachten is een actieve oefening, waarbij de hond aandacht moet houden voor de eigenaar.

Voordat je deze oefening kan gaan trainen moet de hond de oefeningen zit en lig beheersen.

Hoe ziet de basis eruit?

De hond zit of ligt in een rustige houding en is niet druk met zijn omgeving. Hij is alert en wacht op het volgende commando van de eigenaar.

Stap 1

Geef de hond het commando lig. Doe twee stappen naar achteren en roep de hond bij je. Geef hem een brok.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 2

Als je hond rustig blijft liggen als je een paar stappen naar achter kunt zetten en hem bij je kan roepen dan geef je het commando wachten. Leg de hond in de lig en zeg wachten. Doe twee stappen naar achteren en roep de hond bij je. Geef hem een brok.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 3

Leg de hond in lig en geef het commando wachten. Doe 2 stappen achteruit en draai je om, zodat je met de rug naar de hond toestaat. Roep de hond bij je en geef hem een brok. Als de hond opstaat terwijl je omdraait begin je overnieuw.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 4

Leg de hond in lig en geef het commando wachten. Loop langs de hond tot 2 stappen afstand van de hond. Roep hem bij je en geef een brok. Als de hond opstaat begin je overnieuw.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 5

Tijdens deze stap ga je afstand inbouwen. Loop steeds verder weg van de hond nadat je het commando wachten hebt gegeven. Blijf wel in dezelfde ruimte als de hond.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 6

Tot nu toe ben je tijdens het wachten in dezelfde ruimte gebleven. Tijdens deze stap leer je de hond rustig blijven wachten op zijn plek, terwijl de eigenaar de ruimte uitloopt.

Leg de hond in lig en geef het commando wachten. Loop naar de deur en doe deze open. Je blijft nog in het zicht van de hond, terwijl je 1 stap over de drempel doet. Roep de hond bij je en geef een brok.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag.

Leg de hond in lig en geef het commando wachten. Loop naar de deur en doe deze open. Loop het hoekje om en roep de hond bij je en geef een brok.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag.

Leg de hond in lig en geef het commando wachten. Loop naar de deur en doe deze open, loop het hoekje om en blijf een paar seconden staan. Roep de hond bij je en geef een brok. Breidt deze stap uit in tijd.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag.

# Oefening hier

Hier komen is voor een hond ontzettend lastig. Als eigenaar ga je dagelijks de strijd aan met alle leuke dingen die in de omgeving te doen zijn. Andere honden, de sloot, takken, een konijn alles is leuker dan jou. Hij ziet je immers al de hele dag. De oefening hier moet daarom een leuke oefening zijn en vaak gebruiken we een hoogwaardige beloning om onszelf als eigenaar een stuk leuker te maken. We leren het commando hier als spelvorm aan.

Hoe ziet de basis eruit?

De hond komt naar je toe en stopt voor je. Je kunt het commando verfijnen door de hond te leren voor je te zitten. De hond blijft met 4 poten op de grond.

Stap 1

Pak veel brokjes in je hand. Lok de hond met een brokje recht voor je. Hij hoeft niet te zitten. Je gooit een brokje een meter van je af naar links. Je vraagt om aandacht van je hond en gooit een brokje tussen je voeten op de grond. Je voorkomt hiermee dat de hond in zijn enthousiaste beweging omhoog komt tegen jou aan. Daarna gooi je een brokje een meter van je naar links.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties. Je wil dat je hond als hij naar links of rechts loopt om het brokje te pakken zich meteen omdraait om weer bij jou te komen. Dan kun je door naar de volgende stap.

Stap 2

Als de hond de handeling begrijpt gaan we het commando eraan toevoegen. Op het moment dat de hond het brokje pakt tussen je voeten zeg je hier.

Oefen deze stap grondig voor een aantal dagen.

Stap 3

Gooi een brokje naar links of rechts en vraag aandacht van je hond. Als je contact hebt geef je het commando hier. Als je hond terugkomt geef je hem een brokje. Als je hond enthousiast is en springerig dan gooi je een brok tussen je voeten als beloning om hem laag te houden. Blijft de hond met 4 poten op de grond geef hem dan een brok uit de hand.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 4

Breidt de oefening uit in afstand. Gooi de brokjes verder van je af in verschillende richtingen en roep de hond bij je door het commando hier te geven. Maak het jezelf makkelijk door pas hier te zeggen als je contact hebt met je hond.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 5

Als je de zit wil integreren in je hier kun je daar nu mee gaan oefenen. Roep je hond bij je met hier. Geef de hond niet direct de brok, maar laat hem zitten door het handgebaar te gebruiken die je ook in de beginfase van de zit hebt gebruikt. Gebruik het woordje zit niet! Je wil niet de rest van zijn leven hier, zit roepen. De hier betekent straks voor je komen zitten. Je leert je hond dit aan met het handgebaar en daarna te voeren voor de hele oefening.

Oefen deze oefening grondig een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 6

De hond komt als je de oefening inzet met het weggooien van een brokje en hem dan bij je te roepen. In het dagelijks leven gooi je niet met brokjes om je heen. Je wil dat je hond leert dat als hij ergens is jij hem bij je kan roepen.

Begin in hele eenvoudige situaties bijvoorbeeld binnen in huis of in de achtertuin. Er is weinig afleiding en de omgeving is bekend. Als je hond ergens mee bezig is trek je zijn aandacht, bijvoorbeeld naam noemen, en roep je hier. Als de hond bij je is beloon je hem.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag.

Oefen dit in steeds moeilijkere situaties. Eerst op de standaard wandelroute als er geen afleiding is. Daarna als er een beetje afleiding is bijvoorbeeld geuren. Maak de situatie steeds moeilijker. Ga pas naar een moeilijkere situatie als de hond de oefening goed beheerst.

Aandachtspuntjes

* Tijdens het wisselen gaan honden verder van je af en wordt de omgeving interessanter. Gebruik hoogwaardigere beloningen of doe een stapje terug in moeilijkheidsgraad. In de puberteit kan het zijn dat je hond een tijdje niet los kan lopen, omdat dit te veel voor hem is.
* Zorg dat je hond de hier altijd opvolgt. Hier is een commando die je gaat gebruiken in gevaarlijke situaties. Bijvoorbeeld als er een auto aankomt, hij achter een konijn wegrent. Je wilt zeker weten dat het commando altijd opgevolgd wordt. In de training moet je daarom ervoor zorgen dat je situaties creëert waarin de hond het commando opvolgt en niet negeert. Hogewaardige beloningen en aan de riem als je weet dat hij het niet gaat opvolgen.
* Honden die los lopen vinden het vaak niet leuk om weer aangelijnd te worden. Het is daarom verstandig om ze niet altijd op hetzelfde punt van de wandeling aan te lijnen. De kans dat ze op dat moment komen is kleiner.

# Oefening aan de voet

Je hebt het commando hier aan de hond geleerd. De hond kan bij je komen en eventueel voor je gaan zitten als je hem roept. Tijdens de oefening aan de voet leer je de hond om links of rechts naast je te komen zitten als je hem roept.

Om deze oefening te kunnen trainen moet de hond de commando’s zit, wachten en hier beheersen.

Hoe ziet de basis eruit?

De hond komt vanaf een afstand naar je toe loopt achter rond je heen en gaat vlak naast je been zitten.

Stap 1

Lok de hond vlak voor je. Jullie staan in een rechte lijn en kijken elkaar aan. Houd met je rechterhand een brok tegen zijn neus op neushoogte of net iets eronder. Zorg dat de hond niet gaat zitten. Beweeg rustig je rechterhand naar achteren, zodat je hond langs je heen moet lopen. Beweeg je hand achter je langs, terwijl de hond de brok volgt. Pak met je linkerhand de brok over en beweeg je hand langs je linkerzijde naar voren. Als de hond met zijn billen naast je staat geef je hem een brok.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 2

De hond kan nu achter je langs lopen en naast je komen staan. Begin weer zoals bij stap 1. Lok de hond recht voor je, houd een brok in je rechterhand en lok de hond via rechts achter je langs naar links. Als de hond met zijn billen naast je staat breng je je linkerhand iets omhoog, zodat de hond gaat zitten. Geef niet het commando zit. Aan de voet betekent automatisch zitten en je wil niet jarenlang aan de voet-zit roepen.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 3

Als de hond goed om je heen loopt en snapt wat er van hem verwacht wordt dan kun je het commando aan de voet gaan geven. Lok de hond voor je. Beweeg met je rechterhand naar achteren en zeg aan. Lok de hond met je rechterhand en daarna met links achter je langs. Op het moment dat je de brok van je rechter naar je linkerhand verplaatst zeg je de. Lok de hond links naast je en beweeg je hand iets omhoog. Op het moment dat je hond gaat zitten zeg je voet.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 4

Het is fijn als je hond zowel links als rechts naast je kan zitten. Je hebt nu de hond via de rechterkant achter je langs links laten zitten. Nu gaan we hem andersom doen. Lok je hond voor je. Pak een brok in je linkerhand en lok hem via je linkerzijde naar achteren, geef de brok door aan je rechterhand en lok hem naar rechts. Als hij met zijn billen naast je staat geef je een brok.

Herhaal dit een aantal keer.

Doe nu dezelfde handeling. Lok de hond voor je, lok hem via je linkerzijde achterlangs naar rechts en breng je hand iets omhoog zodat de hond gaat zitten.

Herhaal dit een aantal keer.

Nu ga je het commando aan de voet eraan toevoegen. Als de hond links langs je loopt zeg je aan, als je de brok van je linkerhand naar je rechterhand verplaatst zeg je de en als hij rechts naast je gaat zitten ze je voet.

Herhaal deze oefening een paar keer.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Stap 5

Als je de zit wil integreren in je hier kun je daar nu mee gaan oefenen. Roep je hond bij je met hier. Geef de hond niet direct de brok, maar laat hem zitten door het handgebaar te gebruiken die je ook in de beginfase van de zit hebt gebruikt. Gebruik het woordje zit niet! Je wil niet de rest van zijn leven hier, zit roepen. De hier betekent straks voor je komen zitten. Je leert je hond dit aan met het handgebaar en daarna te voeren voor de hele oefening.

Oefen deze oefening grondig een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties. Wissel zowel de links als rechts aan de voet zitten af.

Stap 6

Zet de hond in zit en geef het commando wachten. Doe 3 stappen achteruit. Sta rechtop en beweeg met je rechterhand in een boog langs je lijf naar achteren. De beweging moet straks ook van een afstand goed te zien zijn. Geef ondertussen het commando aan de voet. De hond loopt nu om je heen. Soms moet je hem even helpen door in je linkerhand een brokje te hebben waarmee je hem via een beweging in de zit zet. Als je hond nog niet achter je langsloopt is hij nog niet toe aan deze stap. Oefen stap 5 nog iets langer.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties. Wissel de linker en de rechter aan de voet af.

Stap 7

Als de hond aan de voet goed beheerst dan ga je uitbreiden in afstand. Maak de afstand steeds groter. Ook kun je de hond schuin ten opzichte van je zetten voor je hem het commando aan de voet geeft.

# Oefening links rechts lopen

Met de oefening links rechts lopen leer je je hond om op commando aan een bepaalde zijde van jou te lopen.

Je hond kan wandelen aan de riem, zit en wachten.

Hoe ziet de basis eruit?

De hond loop naast je. Je stuurt hem achter je langs naar de andere kant van je terwijl je loopt.

Stap 1

Je zet je hond in de zit. Je draait met je rug naar hem toe en doet 1 stapje naar voren. Je pakt een brokje in je rechterhand en laat deze zien aan je hond. De hond pakt het brokje. Zet je hond weer in de zit, draait met je rug naar hem toe en pak weer een brokje in je rechterhand. Zeg het commando rechts als de hond het brokje pakt. Zet de hond weer in zit. Draai met je rug naar hem toe en doe 1 stapje vooruit. Pak een brokje in je linkerhand. Als de hond het brokje pakt zeg je links. Wissel links en rechts af en wees niet voorspelbaar.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 2

Zet de hond in zit en draai met je rug naar hem toe. Pak een brokje in je rechterhand. Loop rustig bij je hond met kleine stapjes weg. Laat het brokje in je rechterhand zien en zeg rechts. Geef het brokje terwijl je in beweging blijft. De hond loopt rechts naast je. Zet de hond in de zit. Pak een brokje in je linkerhand en draai met je rug naar hem toe. Loop weer in kleine stapjes weg van je hond. Laat de brok in de linkerhand zien en geef de brok terwijl je loopt aan de hond. Wissel links en rechts af en wees onvoorspelbaar.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 3

Lijn de hond aan. Loop met je hond aan de rechterzijde een klein rondje en zorg dat hij naast je loopt. Houd de aandacht van je hond vast. Pak een brokje in je linkerhand. Houd je linkerhand achter je rug tegen je rechterheup aan. Ofwel zo dicht mogelijk aan de kant van je hond. Draai je hoofd naar links en kijk naar de grond aan je linkerkant, terwijl je rechtdoor blijft lopen. Zeg links. Met je hand kan je smokkelen door je hond te lokken. Gaat je hond naar links achter je langs dan krijgt hij een brok. Doet hij dit niet en maakt hij ook geen aanstalten ben je te vroeg en moet je stap 2 wat langer trainen.

Doe hetzelfde aan de rechterzijde. Laat je hond een rondje links naast je lopen. Pak een brokje in je rechterhand en houd hem achter je rug tegen je rechterheup. Draai je hoofd naar rechts en kijk naar de grond. Blijf rechtdoor lopen en zeg rechts. Geef de hond een brok.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 4

Laat je hond een rondje rechts naast je lopen. Pak een brokje in je linkerhand. Draai je hoofd iets naar links en zeg links, terwijl je rechtdoor loopt. Geef je hond een brok. Laat je hond een rondje links lopen en pak een brok in je rechterhand. Draai je hoofd iets naar rechts en geef het commando rechts. Geef je hond een brok. Bouw de lichaamsbeweging zoveel mogelijk af, zodat je straks op straat niet veel hoeft te draaien met deze oefening.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

# Oefening vooruit

De oefening vooruit is een basisoefening van waaruit je de hond commando’s kan geven op afstand. Je leert hem door middel van deze oefening om commando’s op afstand op te volgen, zodat je ook in het bos of hondenveld je hond onder controle hebt.

Voor deze oefening heb je 3 WITTE bakjes nodig. Bijvoorbeeld bakjes van de chinees. Gebruik geen bakjes of schaaltjes die je met de verjaardag op de salontafel zet.

Je hond kan het commando zit, wachten en hier.

Hoe ziet de basis eruit?

Bij het commando vooruit stuur je je hond recht van je af. Je kunt vervolgens je hond naar links of rechts sturen, laten zitten of liggen op afstand of weer bij je roepen.

Stap 1

Zet een wit bakje een paar meter van je af. Zet de hond in de zit rechts naast je en geef het commando wachten. Loop naar het witte bakje en leg hier een brok op. Loop terug naar de hond en geef hem een brokje. Als hij is gaan staan zet je hem eerst in de zit en ga je naast je hond staan. Geef hem dan een brokje. Stap met je rechterbeen naar voren en wijs met je rechterarm naar het bakje. De hond loopt naar het bakje en eet de brok op. Roep hem weer bij je. Doe dit een paar keer. Geef daarna bij het wijzen het commando vooruit. Je kan ook vanuit links deze oefening trainen of vanuit beide kanten.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 2

Zet de hond rechts naast je in de zit. Loop naar het bakje en leg hierop een brok. Ga naast de hond staan. Stap met je rechterbeen uit en wijs met rechts naar het bakje en zeg vooruit. Loop rustig achter je hond aan. Als je bij je hond bent geef je het commando zit (nadat hij het brokje op heeft 😉). Loop weer terug naar je plek en roep de hond bij je en geef een brok.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 3

Zet de hond in zit rechts naast je en leg een brok op het bakje. Stuur je hond vooruit en zet hem met zoveel mogelijk afstand tussen jou en de hond in zit. Maak de afstand tot zitten steeds verder totdat je op je plek kan blijven staan, de hond vooruit kan laten sturen en kan laten zitten naast het bakje. Als hij naast het bakje zit loop je eerst naar je hond om hem een brok te geven en dan weer terug naar je plek. Roep hem bij je en geef een brok.

Oefen deze oefening een aantal dagen een paar keer per dag in verschillende situaties.

Als de hond dit goed beheerst kun je hem vanaf je plek vooruit sturen, laten zitten en weer bij je roepen.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 4

Zet drie bakjes op een rij met een paar meter afstand tussen de bakjes. Ga met je hond recht tegenover het middelste bakje staan. Zet je hond naast je in de zit. Loop naar het linker bakje en leg daar een brok op. Loop naar het rechterbakje en leg hier een brok op. Loop naar het middelste bakje en leg hier een brok op. Loop terug naar de hond en geef hem een brok.

Stuur je hond recht vooruit. Let erop dat je met je rechterbeen uitstapt en je rechterhand vooruitwijst. Kijk naar het middelste bakje. Loop achter de hond aan en laat hem zitten naast het middelste bakje. Doe 1 stapje achteruit en zorg dat de hond aandacht houdt voor jou. Kijk welke richting je hond op wil. Wil hij naar links, dan sturen we hem naar links. Sta met je neus richting het middelste bakje. Stap met je linkerbeen uit naar links en je linkerarm wijst naar links. Draai je hoofd en kijk naar links. Je lijf zelf staat dus nog recht naar het middelste bakje. Geef het commando links. De hond loopt naar het linker bakje en eet de brok. Loop achter de hond aan en zet hem in zit. Ga recht tegenover het linker bakje staan. Stap met rechts uit, wijs met rechts en draai je hoofd naar rechts. Geef het commando rechts. De hond loopt naar het rechter bakje. Loop achter de hond en zet hem in de zit. Geef het commando wachten. Ga op de oorspronkelijke plek staan en roep de hond bij je.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 5

Je gaat stap 4 uitbreiden in afstand, zodat je uiteindelijk op je plek kan blijven staan. Zet de hond in de zit rechts naast je. Leg op de bakjes een brokje, waarbij je het laatste brokje op de middelste legt. Ga naast je hond staan. Geef het commando vooruit en geef het commando zit nadat de hond het brokje heeft gegeten. Loop naar hem toe en geef een brokje. Ga zo ver mogelijk van hem afstaan. Bij de ene hond is dit 1 stap de andere kun je alweer op je plek gaan staan. Voel je hond aan. Stuur hem naar links of rechts en laat hem zitten op weer zoveel mogelijk afstand. Stuur hem door naar de andere kant en laat hem zitten. Ga weer op je plek staan en roep de hond bij je. Breidt deze stap langzaam uit totdat je in het midden kan blijven staan en je hond naar alle 3 bakjes kan sturen. Loop wel na iedere zit naar je hond om hem een brokje te geven.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Als je hond rustig zit en blijft zitten bij ieder bakje kun je doorgaan naar stap 6.

Stap 6

Tijdens deze stap staat de eigenaar de hele oefening op de plek. Zet de hond in de zit naast je. Leg op de bakjes een brokje. Ga naast de hond staan. Stuur hem vooruit en zet hem in de zit. Stuur hem naar links of recht en weer zit. Stuur hem door naar de andere kant en zet hem in de zit. Roep hem bij je en geef hem een brokje.

Oefen deze stap een aantal keren per dag een aantal dagen in verschillende situaties.

Stap 7

Als de hond het vooruit sturen naar drie bakjes goed beheerst kun je gaan variëren. Laat je soms eerst hier komen en dan aan de voet. Je kunt ook variëren op de volgende manier:

Zet je hond in de zit naast je en leg 3 brokjes op de bakjes. Stuur hem vooruit en dan zit. Roep de hond bij je. Stuur hem naar links of rechts en zet hem in zit. Roep hem weer bij je en stuur hem naar het laatste bakje. Geef weer zit en roep hem bij je. Geef bij de laatste hier/aan de voet een brokje