



## Kursplan Grunder i Hundträning

1 tillfälle (1,5 timme)

### Tillfälle 1:

- **Trafikljusmodellen** – Ett verktyg för att förstå och bemöta hunden i olika känslolägen. Modellen kategoriserar hundens känslotillstånd i grönt, gult och rött ljus, vilket hjälper hundägaren att anpassa träningen efter hundens trygghet och stressnivå. Genom att läsa av hundens signaler kan man skapa en trygg inläringsmiljö där hunden lär sig på sina egna villkor.
- **80%-regeln** – En riktlinje för att utvärdera hundens träning och känslomässiga tillstånd. Regeln hjälper hundägaren att avgöra om hunden är redo att gå vidare i träningen eller om övningen behöver justeras. Genom att säkerställa att hunden lyckas minst 80% av gångerna skapas en stabil och trygg inlärning.
- **Skapa en trygg miljö inför träning** – En övning som låter hunden utforska och bekanta sig med omgivningen i sin egen takt. Genom att ge hunden tid att acklimatisera sig innan träningen påbörjas skapas en trygg bas där hunden kan fokusera och lära sig på ett avslappnat sätt.
- **Trygg start och tydligt avslut** – Träningen blir mer effektiv om hunden förstår när den börjar och när den slutar. Denna övning handlar om att checka in hunden innan träning, använda signalen "Är du redo?" för att säkerställa att den är redo att samarbeta, och sedan tydligt avsluta träningen med en utcheckningssignal för att ge hunden möjlighet att slappna av.
- **Hitta rätt belöning** – En övning där hundägaren får testa olika typer av belöningar för att identifiera vad som motiverar hunden mest. Genom att använda Trafikljusmodellen för att utvärdera hundens respons kan belöningen anpassas efter situation och behov för att skapa optimal inlärning.
- **Motivationsövning – Backa för uppmärksamhet** – Genom att använda rörelse och uppmärksamhetsljud kan hundägaren öka hundens engagemang och motivation. Övningen hjälper hunden att fokusera på sin förare och inleda ett samarbete på ett lekfullt sätt.
- **Avslappning mellan dina ben** – En trygghetsövning där hunden lär sig att varva ner genom att placera sig mellan hundägarens ben. Genom att belöna avslappnade beteenden och skapa en lugn plats för återhämtning stärks hundens trygghet och förmåga att hantera nya situationer.
- **Betingning av belöningsignalen** – En grundläggande övning för att bygga upp värdet av belöningsignalen. Genom att konsekvent koppla signalen till en belöning lär sig hunden att förknippa signalen med något positivt, vilket förbättrar kommunikationen och samarbetet mellan hund och förare.
- **Bedöm belöningssignalens värde genom hundens respons** – En övning där hundägaren testar hur väl hunden har lärt sig belöningsignalen. Genom att observera hundens reaktion på signalen kan man avgöra om den behöver förstärkas ytterligare eller om den har blivit en tydlig förstärkning i träningen.
- **Motivation för extern belöning** – Träning som hjälper hunden att förstå och fokusera på en belöning som inte är direkt tillgänglig. Övningen stärker hundens motivation och förmåga att arbeta för en belöning som placeras på ett avstånd, vilket ökar dess självkontroll och uthållighet.
- **Skapa en positiv koppling till "Nu är vi klara"** – En övning som hjälper hunden att förstå när en aktivitet är avslutad. Genom att skapa en positiv association till avslutningssignalen minskar risken för frustration och hunden lär sig att växla mellan aktivitet och vila på ett balanserat sätt.



- **Lär hunden att starta och pausa på signal** – Denna övning lär hunden att förstå när det är dags att börja träna och när den ska pausa. Genom att använda en startsignal och en paus-signal skapas en tydlig struktur i träningen, vilket gör att hunden lättare kan reglera sin energi och fokus.
- **Fånga positiva beteenden** – En metod där hundägaren aktivt observerar och belönar spontana beteenden som önskas stärkas. Genom att uppmärksamma och belöna exempelvis ögonkontakt eller lugnt beteende uppmuntras hunden att självmant upprepa dessa beteenden i fler situationer.
- **Fear Free träning** – En träningsmetod som bygger på att ge hunden kontroll över sin egen upplevelse. Genom att använda förutsägbarhet, valmöjligheter och positiv förstärkning kan hunden hantera stressiga situationer på ett tryggt och självständigt sätt.
- **Förstärk önskade beteenden genom belöningsplacering** – Genom att placera belöningen på rätt ställe kan man påverka hundens rörelse och förståelse för träningen. Övningen hjälper till att förstärka följsamhet, stadga, inkallning och lugn genom strategisk placering av belöningen.
- **Fokusera på önskvärt beteende** – En övning där hundägaren medvetet ignorerar oönskade beteenden och istället fokuserar på att belöna rätt beteenden. Genom att uppmärksamma det hunden gör rätt skapas en positiv inlärningsmiljö där hunden vill upprepa de beteenden som lönar sig.
- **Förstärk rätt beteende i rätt ögonblick** – En träningsstrategi där hunden belönas exakt när den utför ett önskat beteende. Tajming är avgörande för att hunden ska förstå vad som förstärks, vilket leder till snabbare och mer effektiv inlärning.
- **Frivillig hantering** – En trygghetsskapande övning där hunden får möjlighet att själv styra hur och när den blir hanterad. Genom att låta hunden delta på sina egna villkor skapas en positiv upplevelse av hantering, vilket minskar stress och ökar samarbetet vid exempelvis veterinärbesök eller pälsvård.
- **Är hunden redo att gå vidare?** – En utvärderingsövning där hundägaren använder Trafikljusmodellen och 80%-regeln för att avgöra om hunden är redo för nästa steg i träningen. Genom att analysera hundens trygghet och engagemang kan man säkerställa att träningen sker i rätt takt och att hunden får de bästa förutsättningarna för att lyckas.