



Kursplan Valpkurs

4 tillfällen (1,5 timme per tillfälle)

Tillfälle 1:

- **Trafikljusmodellen** – Förstå och bemöt din valp i olika känslolägen. Modellen beskriver hur valpens känslor och reaktioner kan variera beroende på situation och miljö. Genom att läsa av valpens signaler och anpassa träningen efter dess känslotillstånd kan du skapa trygghet och stödja en positiv och individanpassad inläring.
- **80%-regeln** – Utvärdera träningens resultat, valpens trygghet och känslomässiga tillstånd. Regeln hjälper dig att avgöra om beteendet är tillräckligt befäst för att utvecklas vidare, om träningen behöver anpassas genom att förändra förutsättningarna, justera belöning eller miljö, eller om det är bättre att backa i träningen för att stärka tryggheten och underlätta inläringen.
- **Övning: Skapa en trygg miljö inför träning** – Låt valpen utforska miljön i sin egen takt utan påverkan. Ge valpen tid att bekanta sig med omgivningen och skapa trygghet innan träning eller aktivitet påbörjas.
- **Övning: Trygg start och tydligt avslut** – Skapa en tydlig inledning och avslutning på träningen. Ta reda på vilken belöning som motiverar valpen genom incheckning. Använd "Är du redo?" för att säkerställa att valpen är redo för samarbete och avsluta träningen genom utcheckning, vilket ger valpen möjlighet till vila och återhämtning.
- **Övning: Hitta rätt belöning** – Identifiera vilken belöning som bäst motiverar din valp genom att testa olika alternativ som godis, leksaker och social interaktion. Använd Trafikljusmodellen för att utvärdera valpens respons och anpassa belöningen utifrån situation och behov för att optimera inläringen.
- **Övning: Motivationsövning – Backa för uppmärksamhet** – Använd rörelse för att öka motivation och engagemang inför träningen. Backa samtidigt som du gör ett uppmärksamhetsljud, exempelvis en smackning eller ett glatt ord, för att uppmuntra valpen att rikta sin uppmärksamhet mot dig och inleda samarbetet.
- **Övning: Motivationsövning - Leta godis (Kan bytas ut mot leksak)** – Använd övningen för att starta upp valpen inför träning och öka motivationen.
- **Övning: Fear Free träning** – Låt valpen göra aktiva val i träningen och delta utefter sin förmåga. Anpassa och uppmuntra valpen så att träningen sker på dess villkor.
- **Övning: Betingning av belöningsignalen** - Den här övningen syftar till att stärka valpens positiva koppling till belöningsignalen, så att den blir mer motiverad och förväntansfull när den hör den. Genom att säga signalen och direkt ge en godbit förstärks associationen och gör signalen mer värdefull.
- **Övning: Återhämtning och vila för valpen** -
- **Övning: Avslappning på filt** – Lär valpen att koppla av genom att erbjuda en filt som trygg plats. Detta hjälper valpen att lära sig att varva ner och finna avkoppling efter träning eller aktivitet.
- **Övning: Avslappning mellan dina ben** – Den här övningen hjälper valpen att finna trygghet och avslappning genom att vila mellan dina ben och främjar återhämtning och vila.



Kursplan Valpkurs

4 tillfällen (1,5 timme per tillfälle)

Tillfälle 2:

- **Övning: Godis eller leksak bakom ryggen** – Håll godis eller leksak bakom ryggen och vänta tills valpen söker ögonkontakt innan belöningen ges. Detta stärker fokus och självkontroll.
- **Övning: Godistanten** – Motivera valpen att söka ögonkontakt genom att en person ger den godis på ett kontrollerat och lugnt sätt.
- **Övning: Lekfarbronn** – Träna ögonkontakt genom lek och interaktion på ett roligt sätt.
- **Övning: Pendlingen** – Öka valpens ögonkontakt och följsamhet genom att röra dig fram och tillbaka i en mjuk, pendlande rörelse.
- **Övning: Omvänt lockande med godis (kan bytas ut mot leksak)** – Lär valpen självkontroll genom att hålla en belöning i handen och vänta på att valpen avstår från att ta den innan du ger belöningen.
- **Övning: Omvänt lockande med ögonkontakt** – Bygg vidare på självkontroll genom att hålla en belöning synlig och vänta på att valpen söker ögonkontakt innan den får den.
- **Övning: Godishanden** – Använd en sluten hand för att träna valpen på att vänta på signal innan den tar en belöning, vilket stärker självkontroll.
- **Övning: Inte hoppa – Handen på hjärtat** – Träna valpen på signalen "Handen på hjärtat" för att sätta sig ner, vilket minskar hoppande beteende vid hälsning.

Kursplan Valpkurs

4 tillfällen (1,5 timme per tillfälle)

Tillfälle 3:

- **Övning: Stanna kvar** – Lär valpen att bli trygg i att vänta och stanna kvar genom att gradvis öka tiden och avståndet.
- **Övning: Stanna kvar med signal** – Koppla en tydlig signal till beteendet att vänta kvar.
- **Övning: Skapa en positiv association till stoppsignalen** – Bygg upp en positiv känsla kring stoppsignalen genom belöning och lugna träningsituationer.
- **Övning: Stoppsignal** – Träna valpen på att stanna och sätta sig på en positiv signal, samt invänta ny instruktion.
- **Övning: Stoppsignal på avstånd** – Utveckla stoppsignalen genom att träna på större avstånd och belöna direkt när valpen stannar.
- **Övning: Tack (släppsignal)** – Lär valpen att släppa ett föremål på signal genom att byta det mot en belöning.
- **Övning: Sluta med oönskade beteenden - Tack, det räcker** – Lär valpen att avbryta beteenden på signal genom att belöna när den slutar.



Kursplan Valpkurs

4 tillfällen (1,5 timme per tillfälle)

Tillfälle 4:

- **Övning: Följsamhet med godis eller leksak** – Motivera valpen att följa dig genom att belöna följsamhet.
- **Övning: Följsamhet genom promenad** – Träna valpen på att följa dig i olika miljöer och situationer.
- **Övning: Leende koppel** - Den här övningen syftar till att öka valpens motivation att gå med löst koppel genom att belöna när kopplet är slakt. Genom att ge både beröm och belöning innan kopplet sträcks lär sig valpen att det lönar sig att hålla kopplet löst.
- **Övning: U - svängen för att gå fint vid sidan** – Den här övningen syftar till att **öka valpens motivation för följsamhet vid sidan** genom att leda den i en U-sväng med hjälp av en godbit. Genom att belöna när valpen placerar sig vid din sida skapas en positiv koppling till att hålla positionen nära dig.
- **Övning: Gå fint runt koner** – Den här övningen syftar till att öka valpens motivation för följsamhet genom att belöna när valpen går fint runt koner och behåller fokus.
- **Övning: Trygga möten för valpar** – Hjälpt valpen att hantera möten med andra hundar genom att skapa en trygghet och positiv känsla.
- **Övning: Leka Pausa** – Växla mellan lek och paus för att hjälpa valpen att reglera start och stopp samt öva impuls kontroll.
- **Övning: Inkallning i koppel** – Motivera valpen att komma genom att träna inkallning i koppel.
- **Övning: Motivationsinkallning** – Använd lek och belöning för att göra inkallning rolig och självmotiverande för valpen.
- **Övning: Godisträd** – Placera ut flera godisbitar på en trädstam eller lågt hängande grenar och låt valpen använda sin nos för att hitta och plocka godisbitarna.
- **Övning: Godisruta** – Skapa en ruta med gömda godisbitar och låt valpen metodiskt söka igenom området för att hitta alla belöningar.