



## Kursplan Valpsmart

3 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: 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.
- **Övning: Spontan belöning för att gå fint i koppel** – Den här övningen syftar till att öka valpens motivation att gå fint i koppel genom att spontant belöna när valpen går med löst koppel utan att dra. Genom att belöna direkt när valpen går fint ökar motivationen att fortsätta med beteendet.



- **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: Följsamhet med godis eller leksak** – Den här övningen syftar till att öka valpens motivation att följa genom att använda godis eller leksak som vägledning. Genom att låta valpen följa belöningen och förstärka rörelsen skapas en positiv koppling till följsamhet.
- **Övning: "Följ John"** – Den här övningen syftar till att öka valpens motivation att följa dig spontant genom att göra promenaden mer lekfull och oförutsägbar. Genom att plötsligt ändra riktning och belöna när valpen följer efter skapas en positiv koppling till följsamhet.
- **Övning: "Tappa kopplet"** – Den här övningen syftar till att öka valpens motivation att hålla kontakt med dig genom att släppa kopplet och observera hur valpen reagerar. Genom att belöna när valpen självmant söker upp dig eller återfår kontakten, stärks följsamheten och tryggheten vid promenader.
- **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.

## Kursplan Valpsmart

3 tillfällen (1,5 timme per tillfälle)

### Tillfälle 2:

- **Övning: Skapa en positiv association till stoppsignalen** - Träna på att skapa en positiv association till stoppsignalen (t.ex. "stopp" eller "nej"). Genom att belöna valpen direkt när den slutar med oönskat beteende lär vi valpen att stoppsignalen är positiv.
- **Övning: Stopp – sätt dig** - I den här övningen lär sig valpen att svara på stoppsignalen genom att sätta sig. Denna signal är användbar för att få valpen att sluta springa eller hålla sig i ett lugnt läge när det behövs.
- **Övning: Tack (släppsignal)** - Genom att använda en släppsignal ("tack") kan du få valpen att förstå när det är dags att sluta med en aktivitet, som att släppa en leksak eller stanna en handling.
- **Övning: Sluta med oönskat beteende - Tack, det räcker** - Den här övningen tränar på att stoppa oönskat beteende genom att säga "tack" när valpen gör något som du inte vill, som att tugga på möbler eller hoppa på människor.
- **Övning: Avbryt oönskat beteende med uppmärksamhetsljud** - Träna på att använda ett ljud för att få valpens uppmärksamhet när den gör något oönskat, vilket kan hjälpa att bryta det negativa beteendet och föra den tillbaka till rätt handling.
- **Övning: Invänta önskat beteende - Belöna** - Träna på att ignorera oönskat beteende och istället belöna valpen när den gör något som du vill att den ska fortsätta med, till exempel att vara tyst eller hålla sig lugn.



## Kursplan Valpsmart

3 tillfällen (1,5 timme per tillfälle)

### Tillfälle 3:

- **Övning: Betingning av inkallningssignalen** – Den här övningen syftar till att stärka valpens positiva koppling till inkallningssignalen, 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: Inkallning i koppel** – Den här övningen syftar till att stärka valpens motivation att komma på inkallningssignalen genom att använda positiv förstärkning. Genom att kombinera rörelse, lek och belöning lär sig valpen att inkallning är något roligt och värt att lyssna på.
- **Övning: "Kasta godis för att locka" – Belöna spontan inkallning** – Den här övningen syftar till att stärka valpens motivation att komma på inkallningssignalen genom att använda godis som en positiv förstärkning. Genom att kasta en godbit bort och sedan kalla in valpen när den är på väg tillbaka skapas en lekfull och engagerande inkallningsträning.
- **Övning: Inkallning från gömd position (med lång lina)** – Den här övningen syftar till att **öka valpens motivation för inkallning** genom att gömma dig och låta valpen använda sin hörsel och nos för att hitta dig. Genom att belöna när valpen kommer fram stärks valpens vilja att komma på inkallningssignalen.
- **Övning: Motivationsinkallning** - Den här övningen syftar till att öka valpens motivation för inkallning genom att göra inkallningen lekfull och engagerande. Genom att springa ifrån valpen och belöna när den kommer skapas en positiv koppling till inkallningssignalen.