

# Handledningsmaterial till boken “Agility - Hinderinläring”



Mikaela Hologård

M.Hologård - [www.hologard.se](http://www.hologard.se)

## Några inledande ord

Det är dags för grundkurs. För många deltagare är det här den första kontakten med agility. Deras första intryck av denna omtyckta hobby (eller sporten, som vi inbitna gärna vill kalla det) och de är säkert nervösa vid första tillfället. Många kommer till agilitykursen med förväntningen att lära hunden något roligt och ser det som aktivering för hunden. Det är faktiskt få deltagare som redan från början har målet att komma ut och tävla, men de finns. Oavsett deltagarens förväntningar, förutsättningar och mål med agilitykursen är det din roll som instruktör att motsvara och bemöta alla deltagarna på en bra nivå.

Vilket upplägg kursen har varierar och styrs logiskt sett kursens innehåll och planering. Jag tänker på antal tillfällen och hur många timmar varje tillfälle är på. Boken "Agility - Hinderinläring" är skriven för att passa en nybörjarkurs i agility, där just hinderinläring brukar vara temat. Boken innehåller tips på olika sätt och metoder att lära in de olika hindren och skapar en förståelse för belöningar, samarbete etc. Det här handledningsmaterialet är en hjälpreda för dig som instruktör att hitta ett bra upplägg och fylla kursen med innehåll på en lagom nivå för deltagarna.

Den tuffaste uppgiften du har som instruktör är att se alla som individer. Det gäller både hundarna och deras förare. Deltagarna har olika mycket kunskap med sig till kursen vilket styr deras förutsättningar att lära sig de olika momenten samt ta instruktioner. En deltagare kanske redan kan lite agility och tränar ambitiöst mellan kurstillfällena vilket gör att han/hon utvecklas fort. I samma grupp kanske det finns ett ekipage som jobbar mest med kontakt och är där för att det är socialt och trevligt att gå kurs. Jag hoppas att mina anteckningar baserade på mina erfarenheter som agilityinstruktör sedan 2005 ska hjälpa dig i din roll som instruktör samt inspirera till bra innehåll och ett bra kursupplägg.

## Första kurstillfället

Jag brukar se det första kurstillfället som en introduktion och “catch up”. Inför kursstart har du säkert fått lite information om deltagarna och deras hundar, men när ni ses första gången har du möjlighet att på riktigt känna av vilka de är.

Vissa startar första tillfället med praktisk information och lite teori inomhus. Jag föredrar att vara ute på planen direkt. Jag hälsar alla välkomna, drar en kort presentation av mig samt kursen. Jag berättar vad jag har för förväntningar på kursen innan jag lämnar ordet till deltagarna för att höra om deras förväntningar. En annan fördel med att vara ute är att jag direkt när ekipagen enrtar planen får en bild av relationen mellan hund och förare.

1. Hälsa välkomna och ge praktisk information om klubben (eller platsen där kursen hålls), kursupplägget med antal tillfällen, tid och om det finns någon uppdelning mellan teori och praktik.

2. Presentera dig lite kortfattat. Är ni flera instruktörer och/eller assistenter ska förstås alla presentera sig. Berätta vad du har för tankar och mål med kursen och berätta gärna lite om ditt sätt att träna hund

Ex. “Jag föredrar att träna operant och att låta hunden ta initiativ och vara delaktig för att... och min hund tar helst leksak som belöning vilket gör att...”

3. Låt deltagarna presentera sig kort. Syftet är att få en känsla för vilka de är, men främst få veta vad de har för mål och förväntningar med kursen.

Efter de tre stegen brukar jag presentera agility i korta drag. Jag berättar lite om vad det går ut på tävlingsmässigt samt betonar det härliga med agility att alla kan träna det, oavsett förutsättningar. De flesta hundar tycker att agility är roligt och det i många fall stärker självförtroendet hos hundarna. Det finns fördelar med att nämna att deltagarna inte ska jämföra sig mellan varandra. Något som är väldigt vanligt i en grupp. Jag har beskrivit det här i boken “Agility - Hinderinlärning” på sidan 4.

Nu är det dags att börja jobba! Många av deltagarna brukar vara otåliga att få testa de olika hindren. Välj ut de hinder som du anser är bra att börja med. Prata om respektive hinder och låt deltagarna testa. Ni behöver inte köra alla hinder vid det första tillfället. Det kan räcka med hopphinder och tunnel. Är ni flera instruktörer är det ofta praktiskt att dela in deltagarna i mindre grupper och köra stationsvis. Beroende på antal tillfällen samt hur många timmar ni har per tillfälle hinner ni olika mycket varje gång. Utifrån det första tillfället får du chans att stämna av deltagarnas nivå och kan planera resterande tillfällen utifrån det.

## Andra kurstillfället

Precis som boken beskriver finns det en mängd olika metoder vid inläring av de olika hindren. Jag tycker att det är bra att du som instruktör är öppen för det och låter deltagarna välja hur de vill träna, om det är möjligt. Någon kanske vill visa med godishand för att lära sin hund slalom. Någon annan kanske vill jobba med bågar... Min erfarenhet är att deltagarna själva är dukiga på att lösa svårigheterna med att utföra hindren. Ge dem förutsättningarna att testa!

Vilken ordning som hindren presenteras under kursen spelar en mindre roll. Det som däremot är viktigt är presentationen av dem så att deltagarna får en chans att skaffa sig en bra plan för hur de ska träna.

1. Förklara hur hindret ska utföras tävlingsmässigt. Har du en hund att visa med tycker jag att det är en fördel att göra det. Får deltagarna se en hund utföra hindret korrekt ger det en bra målbild till deras träning.
2. Beskriv olika metoder och, enligt dig, för- och nackdelar med dessa. Kom ihåg att lämna utrymme för deltagarna att testa sig fram så att du inte styr hur de ska jobba. Däremot kan du ge tips vad gäller valet av belöning, visa belöningspunkterna etc. som påverkar hundens målbild och slutresultatet.
3. Låt deltagarna testa, och var inte rädd för att köra ganska långa pass på planen. Låt deltagarna jobba i grupper om två-tre personer. Då får hundarna automatiskt träna på att vara passiva samt vila när förarna hjälper varandra. Våga även stanna upp och prata till alla om det dyker upp en situation där alla kan ha nytta av att ta del av informationen.

Det är en fördel att presentera target och moment som stanna-träning inför starterna redan vid inledningen av kursen. Dessa två kan därför vara lämpliga att prata om under teoripassen. Även framåtsändande mot skål eller leksak är bra att ha med sig till de tillfällen då externbelöning passar bra.

## Tredje kurstillfället

Redan nu kan du nog ana hur fort ekipagen utvecklas. Vissa ekipage kanske redan kan både rak och böjd tunnel medans någon deltagare har en hund som är rädd för tunneln. Det finns många faktorer som påverkar och styr innehållet i kursen och som gör att du som instruktör behöver anpassa dig efter alla. Är ni flera ledare kan ni lösa det enkelt genom att dela upp gruppen mellan er och hjälpa dem på respektive nivåer. Men hur går man vidare med ekipage som utvecklas fort? Här är några tips:

1. Att utöka avståndet till alla hinder är alltid en svårighet. Om du har ett ekipage som t.ex. kan tunnel bra kan du utmana genom att låta henne/honom att skicka sin hund från **länge avstånd** till tunneln. Föraren kan även variera sin startposition (om inte hunden kan stanna i starten kan någon hålla den för att det inte ska bli något problem i det momentet).

2. Att lägga på fart är också en svårighet. Låt deltagaren testa att springa och vara mer aktiv med hunden mot ett hinder. Förarens fart är ofta en störning för hunden i början, så det kan vara värt att träna på det.

3. Till boken tog jag fram något som jag kallar för *checklistan*. Tanken är att den ska ge inspiration samt vara en hjälp framåt i träningen då användaren kan bocka av de moment som han/hon och hunden redan kan. Den kan förhoppningsvis hjälpa dig att ge deltagare som utvecklas fort nya utmaningar.

Kom ihåg att det kan vara bra att bromsa deltagare som gärna går fort framåt. Påminn om att backa tillbaka i träningen ibland samt att slarv ofta straffar sig längre fram i träningen i form av bakslag.

Prata gärna återkommande om det här med förstärkningar och belöningsspunkter. Hur du arbetar med dessa har en stor inverkan på träningsresultatet. Det är vanligt att deltagarna belönar sina hundar för lite i träningen. Kanske för att de är så upptagna med att göra rätt att de glömmer att förstärka det. Det är inte heller ovanligt att ha deltagare som belönar alldeles för mycket att hundarna knappt behöver göra någonting för att få en godisbit. Det kan vara värt att nämna lite om det här, och gärna upprepade gånger som en påminnelse.

Kom ihåg att stämma av läxan från förra tillfället, om du gav någon.

## Fjärde till sista kurstillfället

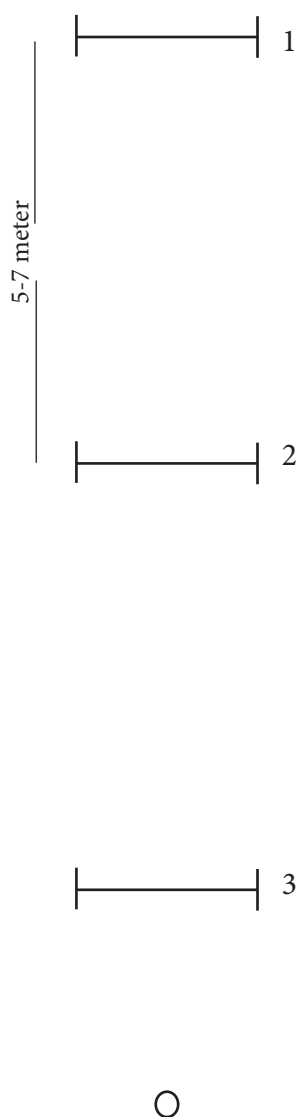
Under kursens gång får du en känsla för hur fort ni kan gå fram och hur snabbt du kan introducera de olika hindren. När ni har gått igenom de stora bitarna blir din roll mer och mer att coacha deltagarna framåt i träningen. Ge och visualisera gärna delmål som de kan klara av. Det gör att de känner att de utvecklas. Påminn gärna om att agility behöver mängdtränas och uppmuntra deltagarna att träna mellan tillfällena. Det finns många sätt att träna agility på utan att man har tillgång till en egen agilitybana. Inspirera och ge tips på sådana övningar. Du har säkert egna knep och tips att dela med dig av.

Hur fort ska man introducera längre kombinationer, och hör handling hemma i en grundkurs?

Jag tycker att hundarna ska ha förståelse för respektive hinder innan man sätter in dem i en kombination. Om det så handlar om två hinder i rad. Deltagarna vill gärna köra flera hinder i rad ganska tidigt, och jag tycker inte att det är något fel med att låta dem göra det, men gör det enkelt. Testa två-tre hopphinder i rad och visa dem hur de ska jobba pedagogiskt med hundarna.

Handling tycker jag faller in lite naturligt om man hinner köra kombinationer. Då blir det automatiskt att du pratar om kroppsspråk och signaler för att lära deltagarna att visa hundarna hindren på ett bra sätt. Ofta springer deltagarna med kopplet kvar i handen, de håller i en godisbit eller leksak samtidigt som de nästan själva hoppar hindret... Visa återigen hur övningen ska gå till och gör det gärna med egen hund så att deltagarna får en bra målbild. Visa skillnaden med att visa med handen närmast hunden jämfört med den andra handen, och så vidare. Var pedagogisk, helt enkelt.

Jag slutar aldrig förvånas över deltagarnas kreativitet, och jag har nämnt det tidigare i det här häftet. Jag tycker att man ska leka agility i början. Att träna så kravlöst man kan och bygga på samt utnyttja hundens egen glädje och vilja att träna och lära sig saker. Den första övningen som jag ska beskriva är en raksträcka med tre hopp hinder. En övning som jag körde under ett kurstillfälle och som gick ut på att få hunden att söka hinder och våga dra framåt.

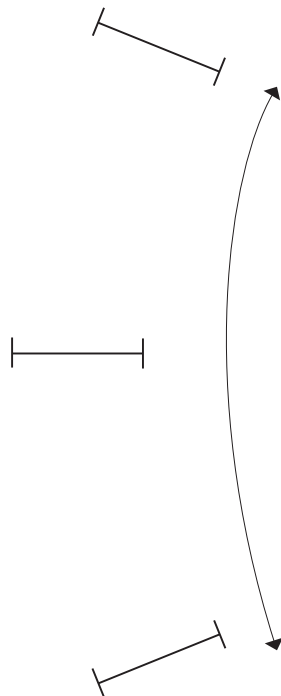


Pedagogiken är att bakåtkedja övningen. Först skickar vi hunden mot en externbelöning över hinder 3. Efter att ha upprepat det 3 gånger skickar vi från hinder 2 och sedan från hinder 1. Tanken är att föraren ska kunna stå kvar vid startpositionen och låta hunden jobba själv (om föraren behöver springa med eller vill göra det är det förstås okej).

Det är bra att ha någon vid belöningen (som markeras med en ring i skissen till vänster) som dels kan passa om hunden fuskar, dels fylla på med ny belöning.

När jag körde den här på kurs lät jag deltagarna arbeta tre och tre där ena föraren var passiv med sin hund, en aktiv med hund och en förare som hjälpte till. Jag lät deltagarna arbeta själva samtidigt som jag hjälpte den andra gruppen med deras övning, och när jag tittar till efter en stund ser jag att deltagarna har utvecklat övningen till en slags budföringslek och sänder hunden över hopp hindren mellan sig! En jätterolig övning, för vilken hund tycker inte om att springa?

När hundarna har bra driv framåt kan förarna börja springa bredvid. Hjälptill att hålla hunden i starten om den inte kan stanna på kommando. Låt förarna variera sin startposition och hjälp dem med att rikta sig rätt med kroppen, visa med rätt hand etc.



När förarna ska springa jämsides med sina hundar är det en fördel att ställa hindren på en båge. Hundarna drar sig gärna mot sina förare vilket gör det svårt att hålla en rak linje. Därför är hinder på en böjd linje oftast lättare att börja med.

Påminn deltagarna om att träna alla hinder och moment på både höger och vänster sida. Det är inte helt ovanligt att både hunden och föraren är betydligt bättre på höger- eller vänsterhandling.

När man introducerar flera hinder i rad tycker jag att det är en fördel att ta bort kravet på att det ska gå fort. Deltagarna vill gärna pressa hundarna att jobba snabbt vilket gör att de slarvar, stressar med kommandon och viftar med händerna. För att föregå det kan du säga att första steget i övningen är att gå den. Gå förbi hindren sakta och belöna hundens intresse att ta hindren. Här får ni även möjlighet att prata om det här med kommandon. Vad ska man säga och när ska man säga det? Vissa förare är tysta när de kör agility, och det funkar bra. Precis som att vissa förare pratar och ropar massor till hunden, och även det går bra. Prata om skillnaderna, men framför allt hur förarens attityd påverkar hunden.



## Några avslutande ord

Hur du väljer att lägga upp din kurs styr du själv och det är någonting som du med största sannolikhet har tränat på och fått verktyg för är du gick din instruktörsutbildning. Mycket av det som du har läst nu var kanske saker som du redan har tänkt på och känner till. Eller så var det inspiration och lite idéer att ta med till nästa kurs. Det är bra att ha en genomtänkt kursplanering att utgå från, men kom ihåg att vara flexibel med innehållet så att du hela tiden anpassar det utifrån deltagarna. Kom även ihåg att se till att alla lär olika och variera ditt sätt att lära ut.

Avslutningsvis vill jag bjuda på några tips på innehåll till grundkursen om ni vill göra annat än enbart hinderinlärning.

---

### **Tips på innehåll:**

#### **Startträning**

Många av deltagarna kommer säkert från en kurs i vardagslydnad eller tävlingsslydnad vilket gör att de har ett bra stannakommando och ordförståelse hos hunden. Annars kan du rekommendera verktyg för vanlig stannträning som sedan appliceras på agilityplanen. Det är med andra ord en fördel att träna det separat så att hunden kan momentet utan hinder som störning.

En annan sak att ta upp är hur hunden placeras vid hindret. Att den inte alltid hoppar rakt över hinder 1, t.ex. Men också förarens placering. Ska man springa eller gå? Hur långt ifrån hunden ska man vara, och hur långt från första hindret placerar man hunden? Ta upp sådana här frågor som kanske är självklart för dig, men inte för någon som är nybörjare.

#### **Sända hunden framåt**

Många vill kalla in hunden och möta upp dem vilket gör att de flesta hundar inte kan jobba från sin förare. Ofta ingår den här träningen i någon form av raksträcka där hunden skickas mot en utplacerad externbelöning. Men träna även på enstaka hinder att hunden kan jobba bort från sin förare. Ofta behöver föraren locka hunden att ta hindret. Genom att sända hunden att jobba självständigt testar ni förståelse för uppgiften samtidigt som ni tränar hinder-sug och hinderintresse.

#### **Runt-träning**

Att lära hunden att springa runt saker är inte bara en bra förberedelse för att ha ett kommando för att runda hinderstöd senare i en mer avancerad agilityträning, utan det är även en rolig lek och aktivering. Tipsa deltagarna om att skicka hunden runt koner, stolpar och träd t.ex. Låt dem även testa på hinderstöd. Utan att "nörda" för mycket handling kan du förklara att den här typen av träning ger mycket till samarbete och följsamhet mellan hund och förare.