

Für Dich

Die Lockdown- Challenge

Ideen und Impulse
für Deinen Alltag mit Hund.



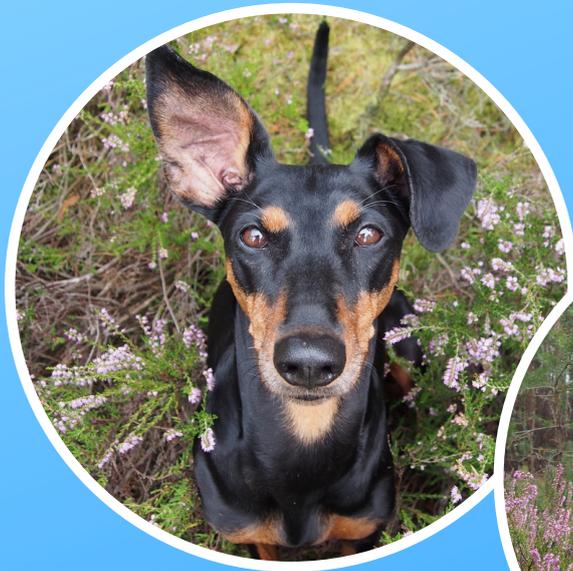
Die Lockdown- Challenge



#1

Setze Deinen Hund in Szene.

Fotografiere ihn dabei aus mindestens
3 unterschiedlichen Perspektiven.



Die Lockdown-Challenge

↙
#2



Immer in Balance bleiben.

Balancieren fördert die Körperkoordination und macht Spaß.

Nutze hierfür ein Kissen oder eine Luftmatratze. Wenn Du Deinen Hund mit Leckerli lockst, achte darauf, dass er sich trotzdem auf seine Pfoten konzentriert.



Die Lockdown-Challenge



#3



Verstecke ein Spielzeug in einem Laubhaufen und lass Deinen Hund danach suchen.



Die Lockdown- Challenge

→
#4



Hund oder Handy.

Schenke Deinem Hund Deine volle Aufmerksamkeit und lass Dein Handy getrost mal liegen, wenn Du Dich mit Deinem Hund beschäftigst.

Er wird es Dir danken!



Die Lockdown- Challenge

→
#5



Verstecke ein paar Leckerlis
zwischen den Spielsachen
Deines Hundes.



Die Lockdown- Challenge

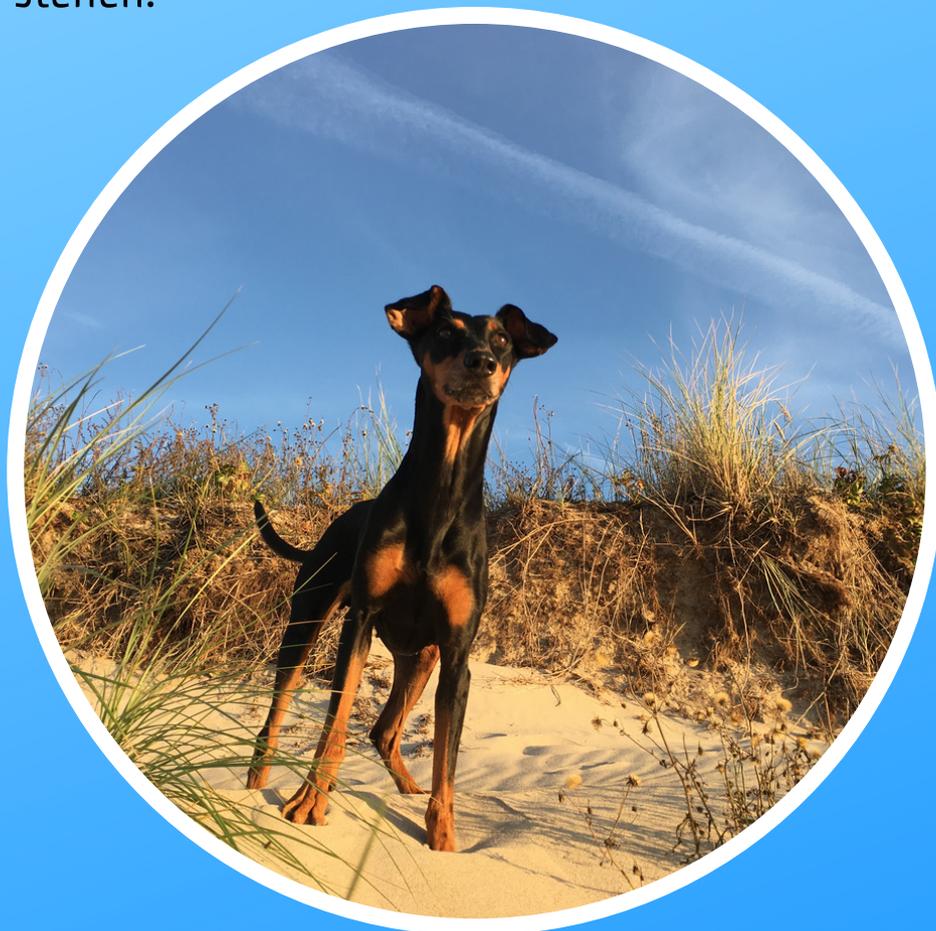
↙
#6



Schau doch mal.

Belohne jeden Blickkontakt, den Dir Dein Hund auf dem Spaziergang schenkt. Achte dabei auf möglichst variable Belohnung mit Spielzeug, Stimme und Leckerli.

Schaut Dein Hund nicht, reduziere die Reize und bleib öfter stehen.



Die Lockdown-Challenge

#7



Entdeckt gemeinsam die Spur
einer fremden Tierart.



Die Lockdown- Challenge

→
#8



Macht einen Sprung über einen
Ast oder einen umgefallenen
Baum.



Die Lockdown- Challenge

→
#9



Kuschelzeit.

Nimm Dir heute ganz viel Zeit um mit Deinem Hund zu kuscheln.

Es fördert die Bindung und gleichzeitig sparst Du Dir an kalten Tagen die Wärmflasche. ;-)



Die Lockdown- Challenge

#10



Super gemacht!

Lobe ALLES, was Dein Hund toll macht.

Du wirst sehen, er wird das Verhalten somit viel häufiger machen und Du bekommst eine viel positivere Sicht auf Deinen Hund.

So macht es zusammen noch mehr Spaß!



Die Lockdown- Challenge

#11



Lass Deinen Hund den
Joghurtbecher ausschlecken.



Die Lockdown- Challenge

#12



Mach mal langsam.

Entschleunige euren Spaziergang und nehme
Dir für die gleiche Strecke doppelt so viel Zeit
wie üblich.



Die Lockdown-Challenge



#13

Alltagsbeschäftigung.

Verstecke in einem Karton, gefüllt mit Papier und leeren Klorollen, ein paar Leckerli. Lass Deiner Kreativität dabei freien Lauf.



Die Lockdown- Challenge

→
#14



Erfolge sehen.

Nimm Dir diese Woche EINE Sache vor, die
Du besonders intensiv übst.

Notiere Dir jeden Fortschritt!

Du wirst erkennen, dass es viele kleine
Erfolge gibt, die im Alltag oft untergehen.



Die Lockdown-Challenge



#15

Taschenkontrolle durch Inspektor Waldi.

Lass Deinen Hund den Einkauf untersuchen. Er wird viiiieel zu schnüffeln haben.



Die Lockdown-Challenge

#16



Leckerlis selber machen.

Dazu brauchst du:

- 250 Gramm Mehl (z.B. Kartoffelmehl oder Maismehl)
- 2 Eier
- 200 Gramm Leberwurst (oder Thunfisch im eigenen Saft)
- Alles miteinander vermengen
- Je nach Konsistenz kannst du den Teig ausrollen und ausstechen oder ihn einfach in kleine Kügelchen formen
- Im Backofen bei 180 Grad etwa 20-30 Minuten backen. Sind die Leckerli noch sehr feucht, lass den Ofen noch etwas auf 80 Grad laufen und halte die Ofentür mit einem Kochlöffel offen.
- auskühlen und trocken lassen
- je trockener die Leckerlis sind, desto länger werden sie halten.
(Also falls Deine Fellnase nicht gleich alle wegfrisst...)



Die Lockdown-Challenge

#17

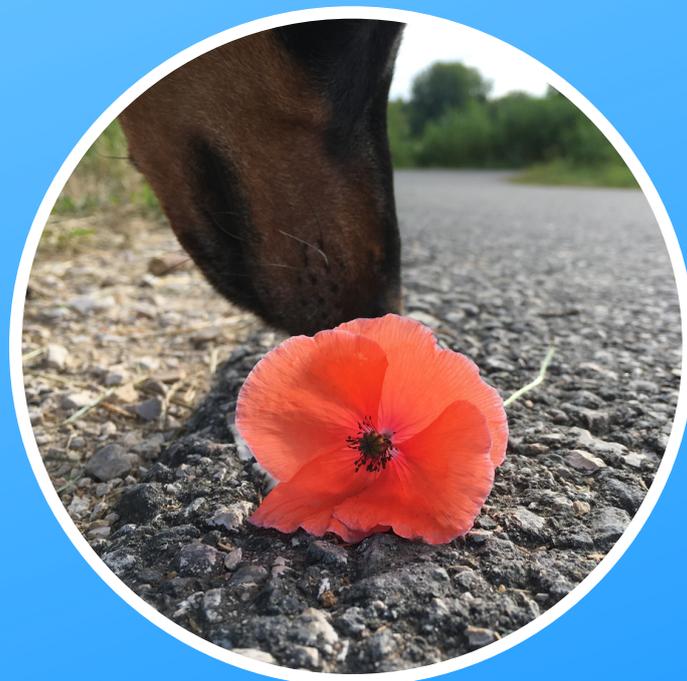


Ui, was hast Du denn da?

Dein Hund findet es spitze, wenn Du Dich für seine Dinge interessierst. Meist klappt das ja ganz wunderbar, wenn er Unrat im Maul hat.

Jetzt drehst Du den Spieß mal um und interessierst Dich für alle (nicht doofen) Dinge, die Dein Hund beim Spaziergang interessant findet.

Ein Blatt, eine Schnüffelstelle - ganz egal. Geh mit Deinem Hund und erkundet gemeinsam was da tolles liegt.



Die Lockdown- Challenge



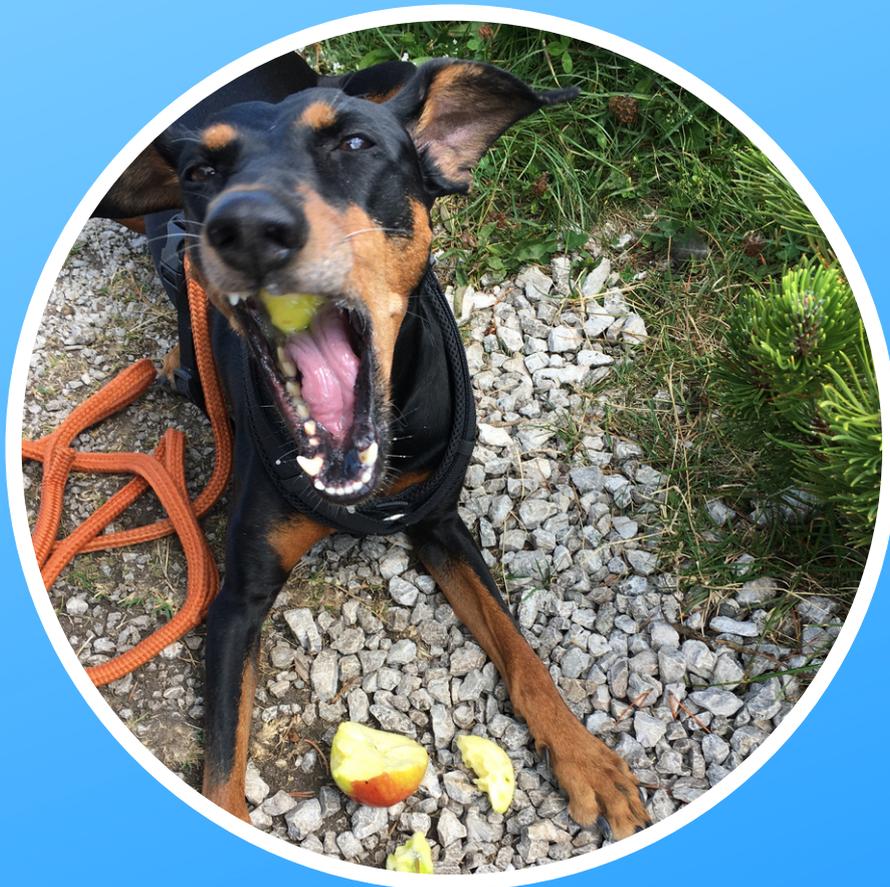
#18

Obstparty.

Teile heute Dein Obst mit Deinem Hund.

Aber:

Nicht Alles ist gesund für Deinen Hund.
Erkundige Dich, wenn Du Dir nicht sicher bist.



Die Lockdown- Challenge

#19



Verstecke auf Deinem
Spaziergang ein paar Leckerli
in der Baumrinde.



Die Lockdown- Challenge

↘
#20



Dankbar sein.

Wir wollen immer so viel von unserem Hund
und der Umwelt.

Erkenne die schönen und guten Dinge in
Deinem Leben und sag heute mal ganz aktiv
"Danke"!



Die Lockdown- Challenge

#21



Suche auf dem Spaziergang
möglichst viele Orte zum
Slalomlaufen.



Die Lockdown- Challenge



#22

Fellness.

Nimm Dir Zeit, Deine Hund ausgiebig zu streicheln. Konzentriere Dich dabei auf das Fell Deines Hundes und fühle mal ganz genau, wo es weich oder etwas rauer ist. Wo wird Dein Hund am liebsten gestreichelt?



Die Lockdown- Challenge

→
#23



Spiel und Spaß.

Spiele mit Deinem Hund so, dass Du mehr als er laufen musst. Verzichte dabei auf Wurfspiele und habt Spaß bei einem Lauf- oder Zieh- und Zerrspiel.



Die Lockdown- Challenge

↙
#24



Dein Hund, der Reiseführer.

Gehe beim Spaziergang den Weg, den
Dein Hund gerne laufen möchte.



Die Lockdown-Challenge



#25

Weiter laufen.

Sage immer "weiter", wenn Dein Hund beim Spaziergang, z.B. nach dem schnüffeln, weiter läuft.

Wenn Du das Verhalten immer mit diesem Wort betitelst, dann lernt Dein Hund es zu verknüpfen. Nach kurzer Zeit wird Dein Hund auf "weiter" einfach loslaufen.

An der Leine ziehen und zerren wird dann Schnee von gestern.



Die Lockdown- Challenge



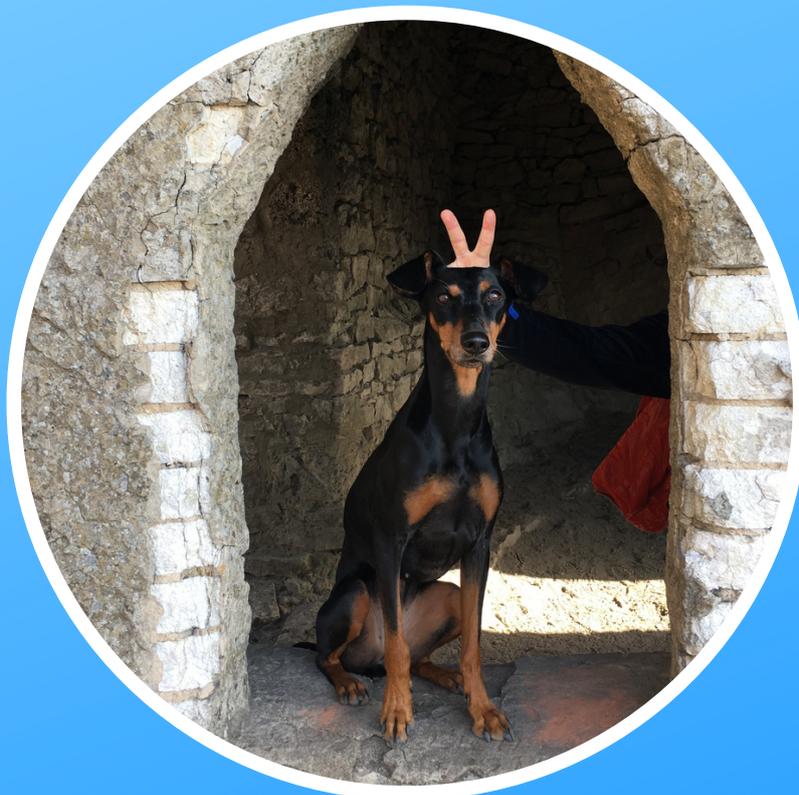
#26



Qualitytime.

Beschäftige Dich heute jede Stunde aktiv 5-10 Minuten mit kuscheln, spielen oder trainieren mit Deinem Hund.

Zeit für Dich und Deinen Hund.



Die Lockdown-Challenge

#27



Verstecken spielen - aber richtig!

Sobald Dein Hund nach Dir schaut, oder auf Deiner Höhe läuft, versteckst Du Dich hinter einem Busch oder Baum. Dein Hund wird gleich mal schauen kommen, was Du da machst. Freue Dich und spiel mit ihm, wenn er bei Dir ist!

Seid Ihr zu Zweit unterwegs, kann sich einer verstecken, während der Andere mit dem Hund hinterher schaut. Geht dann gemeinsam die verschwundene Person suchen - und finden!

Wichtig ist, dass Du Deinen Hund nicht schockierst und einfach weg bist, denn das ist nicht gut für Eure Bindung. Er schaut dann zwar häufiger nach Dir, aber nur aus Angst, weil Du plötzlich wieder verschwinden könntest. Wie Du weißt, lernt es sich mit Angst nicht nachhaltig und stresst Deinen Hund unnötig.

Die Lockdown-Challenge



#28

Pfote drauf.

Dein Hund darf heute überall mit den Pfoten drauf hüpfen.

Mach es ihm entweder mit Leckerli oder mit dem Handtarget klar was Du von ihm willst. Sagst Du dann dazu noch "Pfote drauf", wird Dein Hund schnell lernen, was Du damit meinst.

Versuche jede Möglichkeit zu nutzen!
Das wird ein Spaß. :)



Die Lockdown-Challenge

↙
#29

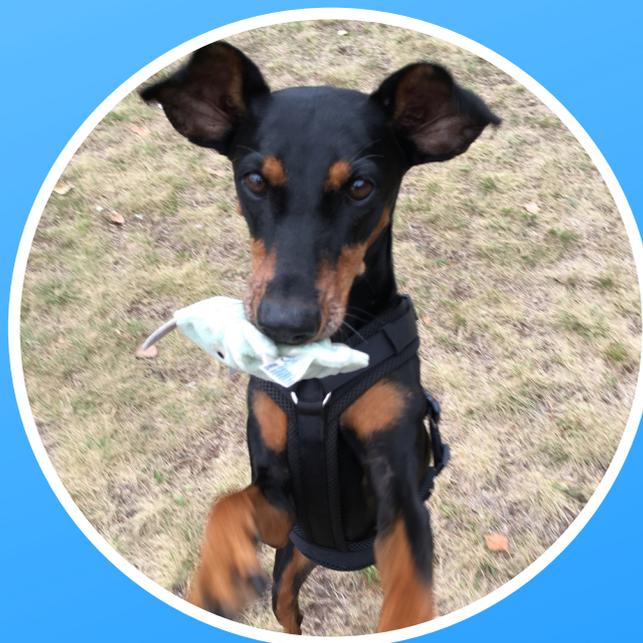


Upsi, das Spielzeug ist weg...

Verliere auf dem Spaziergang ganz zufällig das Spielzeug.
Schicke dann Deinen Hund suchen.

Anfänger dürfen es sehen wie es verschwindet,
Fortgeschrittene können es etwas weiter weg sein und es
nicht direkt mitbekommen.

Achte darauf, dass Dein Hund es auf jeden Fall findet -
wenn auch mit Deiner Hilfe.



Die Lockdown- Challenge

→
#30

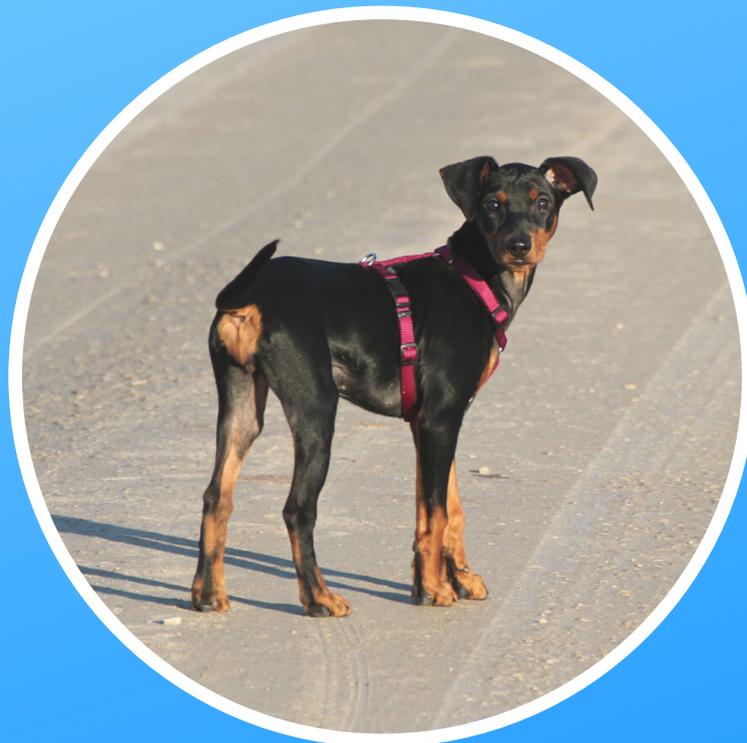


Wie gut (er)kennst Du Deinen Hund?

Achte den ganzen Tag auf die verschiedene Körpersprache, die Dein Hund den Tag über zeigt.

Schau Dir seine Ohren, seine Körperspannung und alles drum herum genau an.

Du wirst ihn besser kennen lernen. Dadurch erkennst Du in vielen Situationen seine Emotionen schneller und kannst dementsprechend schneller handeln.



Die Lockdown- Challenge



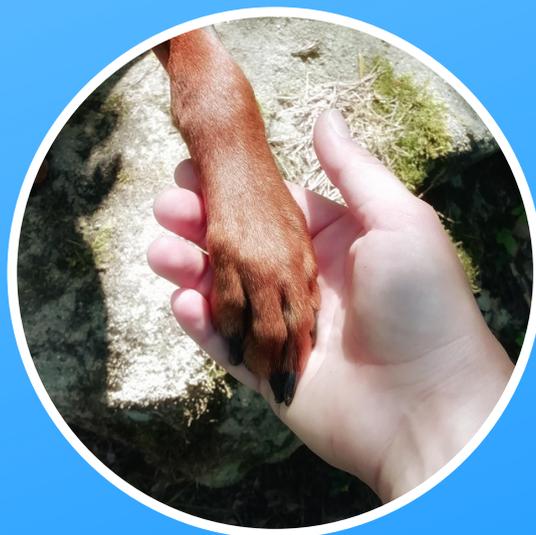
#31

Nimm dir Zeit - für Dich!

Mach es Dir gemütlich und reflektiere was Du dieses Jahr / diesen Monat alles erreicht hast. **Schreib es auf** ein großes Blatt Papier, dann siehst Du erst recht, wie stolz Du auf Dich sein kannst!

Als Challenge ist das als Blick auf das Jahr / Monat mit Deinem Hund gemeint, aber ich kann es Dir nur empfehlen, das auch im Bezug auf Deinen Beruf und Dich als Person zu machen. Du wirst sehen, Du leistest mehr als Du denkst!

Zeit einfach mal Danke zu sagen - Zu Dir selber!
Sei stolz und dankbar über das, was Du erreicht hast!



Die Lockdown- Challenge

→
#32



Dein Hund bekommt einen Keks.
Einfach so, weil Du ihn lieb hast!



Die Lockdown- Challenge

#33



Bitte lächeln.

Mach heute ein lustiges Bild von Dir und Deinem Hund. Vielleicht passt es gut zu einem Anlass wie z.B. Weihnachten, Ostern oder Halloween.



Die Lockdown-Challenge

#34



Das ist ja interessant!

Wann hast Du Dich das letzte mal Rund um Deinen Hund weitergebildet?

Schmöcker ein wenig in Deiner Lieblingsbuchhandlung und gönne Dir neue Lektüre.



Die Lockdown-Challenge



#35

Das Handtarget = Locken 2.0 ;-)

1. Dein Hund steht vor Dir.
2. Stecke Deine Hand aus. Achte darauf, dass sie angespannt ist.
3. Sobald Dein Hund aus Interesse Deine Hand berührt, lobst Du ihn und er bekommt ein Leckerli.
4. Nimm die Hand wieder weg und präsentiere sie immer wieder neu.
5. Mache eine Pause.
6. Zeig Deinem Hund wieder die Hand. In dem Moment, in dem die Hundenase Deine Hand berührt, sagst Du "Stups".
7. Halte die Hand nun immer etwas weiter weg von Deinem Hund. Er soll die Möglichkeit bekommen, auf Deine Hand zuzulaufen.
8. Nutze das Handtarget nun auch draußen und um Deinen Hund zu locken.



Die Lockdown-Challenge

#36



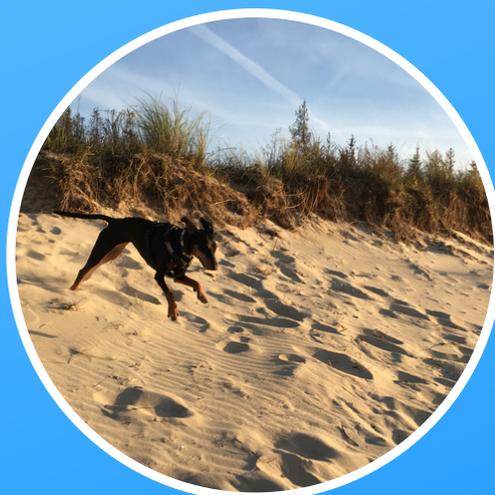
”Hast Du diese Belohnung *wirklich* verdient?”

Achte drauf, dass Du Deinen Hund gezielt *differenziert* belohnst.

Ein Beispiel: Kommt Dein Hund auf den Rückruf angetrödelt und schnüffelt noch ein wenig hier und da, bekommt er maximal ein kurzes Lob. Rennt er aber mit Karacho zu Dir, dann bekommt er eine superduper Keks.

Belohne immer mit dem ”Wert”, den Dein Hund tatsächlich für sein Verhalten verdient hat.

Denk nicht, dass Dein Hund das nicht versteht. Er weiß genau, welche Belohnung es für welches Verhalten gibt. ;-)



Die Lockdown-Challenge

#37



Besuche eine andere Tierart.

Achte darauf, dass Du genug Distanz einhältst, damit Dein Hund ruhig bleibt und die anderen Tiere nicht gestört werden.

Schaut den Tieren ein paar Minuten in Ruhe zu.



Die Lockdown-Challenge

#38



Schlechtes Wetter draußen? Zeit für Indoor-Gymnastik.

Deinen Hund soll sich in die Höhe strecken. Locke ihn hierfür mit einem Leckerli nach oben bis er sich richtig strecken muss.



Die Lockdown-Challenge



#39

"Kuckuck"

So lernt Dein Hund sich auf Kommando zwischen Deine Beine zu setzen.

1. Du stehst mit dem Rücken, breitbeinig vor Deinem Hund.
 2. Nimm ein Leckerli und Locke Deinen Hund zwischen Deine Beine direkt ins sitz.
 3. Löse die Übung mit einem "fertig" auf.
 4. Wiederhole das heute mindestens zwanzig mal und mache dazwischen viele Pausen.
- > weiter auf der nächsten Seite...



Die Lockdown-Challenge

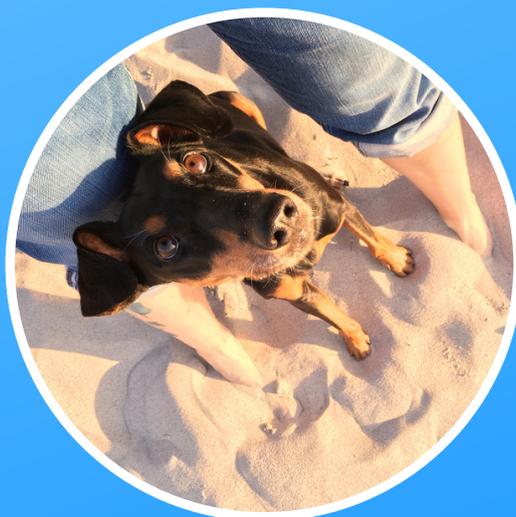


#39.2

5. Stell Dich nun mit etwas Abstand zu Deinem Hund.
6. Locke ihn wieder in die "Kuckuck"-Position, belohne ihn ab jetzt aus der anderen Hand.
7. Sobald er sich zwischen Deine Beine setzt sagst Du nun "Kuckuck". Wiederhole das ein paar Mal.
8. Ab jetzt rufst Du "Kuckuck" und lockst ihn mit Deiner Hand in die Position.

"Kuckuck" ist nicht nur ein lustiger Trick:

- Du kannst deinen Hund so auf eine andere Weise zurückrufen.
- Ebenso kannst Du ihn so besser schützen, falls Du ihn aus einer unangenehmen Situation herausholen musst.



Die Lockdown- Challenge

#40



Dein Hund, er spiegelt Dich.

Kennst Du das:

Dein Hund hat die selben Macken, die Du an Dir nicht so toll findest?

Oder reagiert er auf Deine Emotionen?

Gehe heute achtsam durch den Tag und erkenne, wann Dein Hund Deine Stimmung aufnimmt oder er Verhalten zeigt, an dem Du auch noch an Dir arbeiten könntest.



Die Lockdown- Challenge

#41



Wo ist der Affe?

Das sage ich zu Emma, wenn sie mir den Plüschaffen bringen soll.

Such Dir ein Spielzeug aus, das Du ab heute immer mit einem Namen benennst, wenn ihr euch damit beschäftigt. Bald wird Dein Hund wissen, wer oder was z.B. "der Affe" ist und ihr erschafft eine viel größere Beschäftigungsvielfalt.



Die Lockdown-Challenge

#42



Hoch hinaus.

Suche einen Baumstamm auf dem ihr klettern könnt. Achte aber darauf, dass es für euch ungefährlich ist und der Baumstamm nicht nass ist.



Die Lockdown-Challenge

#43



Welches Hobby hätte Dein Hund?

Überlege, was Deinem Hund besonders viel Freude bereitet und ermögliche ihm das.

Falls Du es nicht ermöglichen kannst, weil es z.B. Jagdverhalten ist, dann finde eine Alternative, die dem Hobby möglichst nahe kommt.

Zum Beispiel:

Benutzt Dein Hund gerne seine Nase?

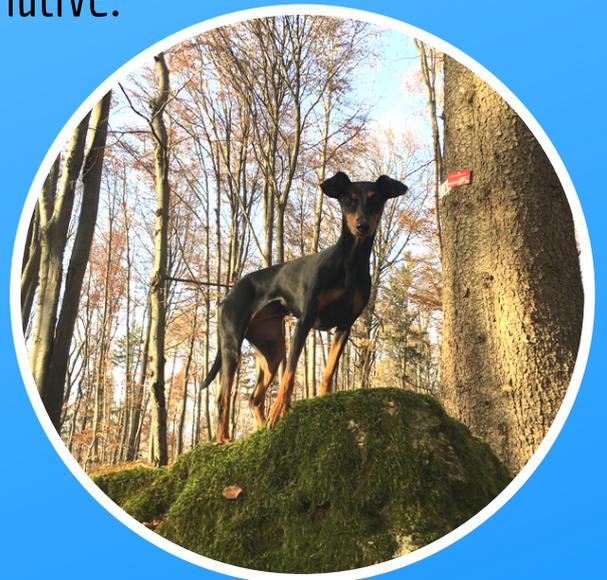
-> Verstecke Leckerli in der Wohnung.

Würde Dein Hund gerne Jagen?

-> Dann ist die Reizangel eine tolle Alternative.

Ist Dein Hund eine Schmusebacke?

-> Dann ab auf's Sofa und kuscheln.



Die Lockdown-Challenge

#44



rummmm-laufen.

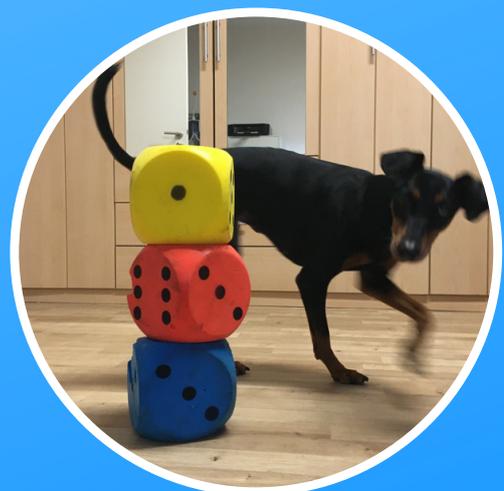
Dein Hund lernt um alles Mögliche herumlaufen zu können.

-> Du brauchst einen Stuhl / eine Kiste oder ähnliches.

1. Locke Deinen Hund mit dem Handtarget oder einem Leckerli um den Gegenstand.
2. Nach der Hälfte des Weges sagst Du "rummm"
3. Wiederhole das etwa 5-10 mal

-> Machst Du zwischen drinnen immer mal Pausen lernt Dein Hund besser.

-> Merkst Du, dass Dein Hund noch nicht so recht weiß, was er tun soll, kannst Du ihm, auf seinem Weg um den Gegenstand, einen Keks auf halber Höhe hinwerfen.



Die Lockdown-Challenge

#45



Attention please.

Mit diesem Spiel schauen wir mal, wie lange Dein Hund seine Aufmerksamkeit bei Dir behalten kann.

- Nimm mindestens 10 Leckerli in eine Hand. Dein Hund darf wissen, dass Du da welche hast und sollte aufmerksam sein.
- Zähle jetzt laut von 1 los, nimm dabei immer ein Leckerli in die andere Hand.
- Du zählst maximal bis 10, dann bekommt er einen Keks.
- Ziel ist es, dass ihr jedes Mal erfolgreich seid und Dein Hund so lange wie möglich schaut.
- Das bedeutet, dass Du aufmerksam sein musst und Deinen Hund früh genug belohnen musst. Also wenn Du z.B. bis 3 oder 7 gezählt hast.
- Schaut Dein Hund weg, fängst Du wieder von 1 an.



Die Lockdown- Challenge

#46



Schritt für Schritt.

Dein Hund soll sich beim Treppenlaufen mal so richtig konzentrieren. Gehe also einen nach dem anderen Schritt und lass Deinen Hund nicht überholen.



Die Lockdown-Challenge

→
#47



Ein kleines Päschen.

Entspannt Euch und macht eine kleine Pause auf dem Spaziergang. Achte darauf, dass Dein Hund auch wirklich nicht in der Gegend rumläuft und sich mit Dir entspannt.



Die Lockdown-Challenge

#48

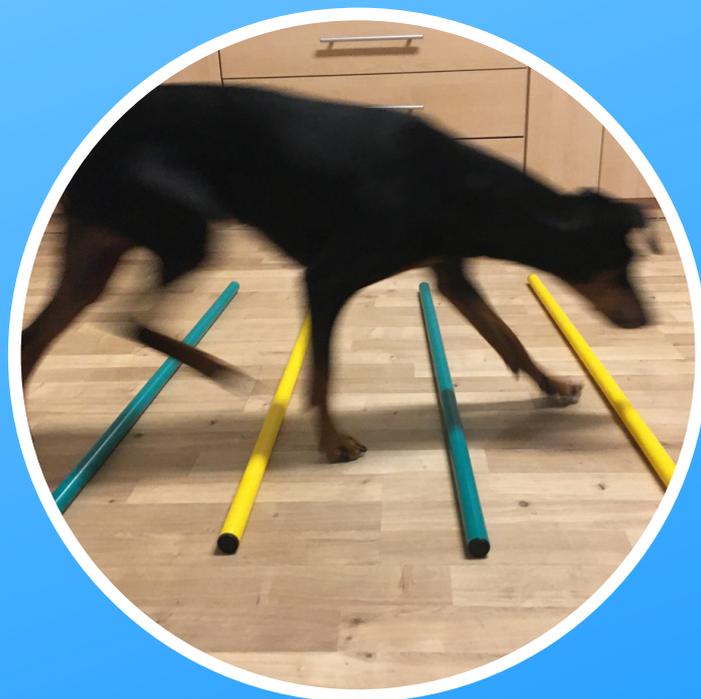


Bewegungstraining.

Suche Dir ein paar Stangen / Regenschirme, oder wenn Du draußen trainieren willst Äste, und lege sie in einem Abstand von einer Hundeschrittlänge nebeneinander auf den Boden.

Führe nun Deinen Hund darüber, er sollte langsam gehen und mit jeder Pfote in einen Zwischenraum treten.

Dein Hund achtet nun auf das Hindernis und es fördert seine Konzentration.



Die Lockdown- Challenge

#49



Lebe im Hier und Jetzt.

Sei achtsam und nimm Dir Zeit für den Moment.

Gehe mit Deinem Hund in den Wald und achte mal genau auf die Geräusche, den Boden, die Farben und versuche Alles wahrzunehmen, was die Situation mit sich bringt.



Die Lockdown-Challenge

→
#50

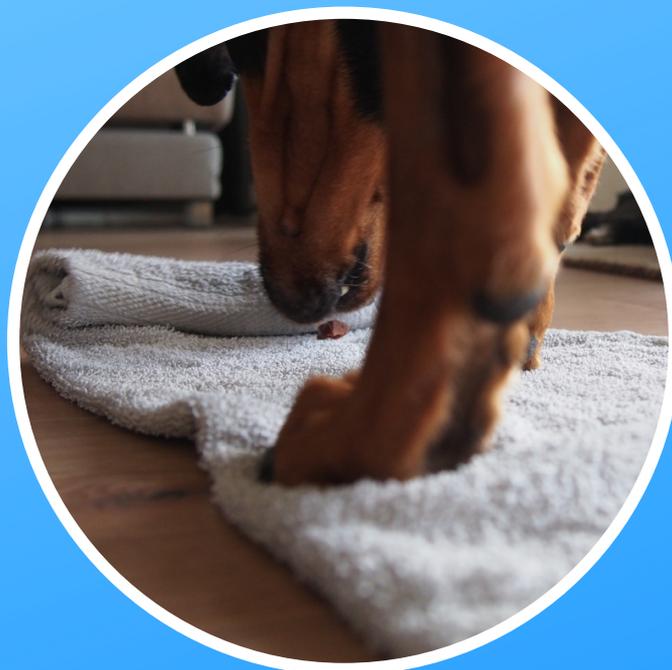


Suchspiele.

Parke Deinen Hund in einem Raum und verstecke das Spielzeug oder ein paar Leckerli in einem anderen Raum.

Für den Anfang solltest Du die Dinge nicht zu schwer verstecken. Gehe dann wieder zu Deinem Hund und schicke ihn los. Begleite Deinen Hund und hilf ihm, wenn er nicht weiter kommt.

Teamwork rockt!



Die Lockdown-
Challenge



#Danke

Gefällt Dir was ich mache?
Dann freue ich mich über Deine Unterstützung!

Wie? Zum Beispiel über eine Rezension auf Google,
meiner Webseite oder Facebook.

Ich danke Dir!



Hast Du Fragen?

Dana Körner

Erziehungssache erlangen

mobil. 0170 80 65 77 4

email. dana@erziehungssache-erlangen.de