WERSJA POKAZOWA

Szkolenie psów

8-tygodniowy plan szkolenia

Rafał Kostrzewa



Spis treści

1. Wstęp – zanim weźmiesz smycz do ręki	3
2. Jak pies się uczy	4
3. Przygotowanie do szkolenia	6
4. Pierwsze dni w domu i socjalizacja	8
5. Marker, kliker i techniki uczenia	10
6. Jak zaplanować sesję treningową	12
7. Ćwiczenia podstawowe krok po kroku	13
8. Ćwiczenia rozwijające i zabawy umysłowe	19
9. Rasa a szkolenie – grupy FCI	21
10. Profile ras – jak szkolić konkretne psy	23
11. Szkolenie dorosłego i adoptowanego psa	29
12. Najczęstsze problemy i jak je rozwiązać	30
13. Ośmiotygodniowy plan treningowy	32
14. Zdrowie, bezpieczeństwo i dobrostan w treningu	34
15. Najczęstsze błędy opiekunów	36
16. Słowniczek i ściągawka	37

O tej wersji pokazowej

To wybrane strony pełnego ebooka: 1-2, 13 i 32. Numery w spisie treści i na stronach odnoszą się do pełnej wersji.

O ebooku

Autor: Rafał Kostrzewa. Ebook „Szkolenie psów” to praktyczny przewodnik dla opiekunów szczeniąt, psów dorosłych i adoptowanych. Treść została opracowana na podstawie ogólnodostępnej wiedzy o szkoleniu psów metodami pozytywnymi, wzorców ras FCI oraz zaleceń trenerów i lekarzy weterynarii, a następnie opisana własnymi słowami autora. Ebook nie zastępuje konsultacji z lekarzem weterynarii ani behawiorystą. Jeśli Twój pies przejawia agresję, silny lęk lub nagłą zmianę zachowania, skontaktuj się ze specjalistą.

Najważniejsza reguła: podnoś trudność tylko w jednym wymiarze naraz. Jeśli wydłużasz czas pozostawania w siadzie, stój blisko psa w cichym miejscu. Gdy przechodzisz do ćwiczenia na rozproszeniach, wróć do krótkiego czasu i małej odległości. Gdy pies myli się dwa razy z rzędu, cofnij się o krok – to nie porażka, tylko informacja, że poprzeczka poszła za wysoko.

Dziennik treningowy

Prowadzenie prostego dziennika bardzo pomaga w ocenie postępów. Zapisuj datę, miejsce, ćwiczone zachowania, liczbę udanych prób na 10 i swoje obserwacje. Po kilku tygodniach zobaczysz czarno na białym, co działa, gdzie pies ma trudności i kiedy czas podnieść poprzeczkę. Na końcu tego ebooka znajdziesz gotowy wzór dziennika do wydruku.

Kiedy nie trenować

Zrezygnuj z nauki nowych rzeczy, gdy pies jest chory, obolały, bardzo zmęczony lub tuż po obfitym posiłku. Nie trenuj także, gdy sam jesteś zdenerwowany i zniecierpliwiony – pies doskonale wyczuwa Twój nastrój, a frustracja opiekuna szybko przenosi się na zwierzę. Lepiej odpuścić jeden dzień niż zbudować w psie negatywne skojarzenia z nauką.

7. Ćwiczenia podstawowe krok po kroku



W tym rozdziale znajdziesz dokładne instrukcje nauki najważniejszych zachowań, które powinien znać każdy pies – bez względu na rasę, wiek i wielkość. Ćwiczenia ułożone są w zalecanej kolejności: zaczynamy od budowania uwagi, a kończymy na chodzeniu przy nodze i pozostawaniu na miejscu. Każde ćwiczenie opisane jest w etapach. Nie przechodź do kolejnego etapu, dopóki pies nie wykona poprzedniego poprawnie w co najmniej 8 na 10 prób.

Ćwiczenie 1: Reakcja na imię

Imię psa powinno być sygnałem: „odwróć się do mnie, za chwilę wydarzy się coś dobrego”. Niestety wielu opiekunów nadużywa imienia, wypowiadając je przy upominaniu, karceniu albo bez żadnego celu. Pies szybko uczy się wtedy, że jego imię to tylko szum w tle.

1. W cichym pomieszczeniu, gdy pies jest blisko, wypowiedz jego imię radosnym, normalnym tonem.
2. W chwili, gdy pies odwróci głowę w Twoją stronę, zaznacz to markerem i podaj smakołyk.
3. Powtórz 10 razy w ciągu dnia, w różnych momentach i pokojach.

Ucieczki i gonienie zwierząt

Przyczyny: instynkt łowiecki, nuda, słabe przywołanie, chęć eksplorowania (szczególnie u niekastrowanych samców wyczuwających suki w cieczce).

Rozwiązanie: bezpieczne ogrodzenie, długa linka na spacerach, systematyczny trening przywołania, gry z kontrolą pogoni (flirt pole), nagradzanie psa za zauważenie zwierzyny i odwrócenie się do opiekuna.

Zjadanie rzeczy z ziemi

Przyczyny: naturalna eksploracja, łakomstwo, nuda, czasem niedobory żywieniowe.

Rozwiązanie: solidnie przećwiczona komenda „zostaw”, uważne spacery, nagradzanie psa za mijanie znalezisk. W miejscach, gdzie ryzyko zatrucia jest duże, dobrze dopasowany kaganiec fizjologiczny, wcześniej pozytywnie wprowadzony.

13. Ośmiotygodniowy plan treningowy



Poniższy plan to gotowa mapa działania dla psa zaczynającego naukę – szczeniaka powyżej 9. tygodnia życia lub dorosłego psa bez wcześniejszego szkolenia. Każdy tydzień obejmuje kilka celów. Ćwicz codziennie, 2–4 razy dziennie po kilka minut. Jeśli Twój pies potrzebuje więcej czasu na dany etap, zostań przy nim dłużej – plan ma Ci pomagać, a nie Cię poganiać.

Tydzień 1 – fundamenty

• Ładowanie markera (kliker lub słowo „tak”).

• Reakcja na imię w domu.

• Kontakt wzrokowy z zaciśniętą dłonią.

• Pierwsze sesje socjalizacyjne (dźwięki domowe, dotyk, nowe podłoża).

• Ustalenie rutyny posiłków, spacerów i snu.

• Wprowadzenie maty lub legowiska jako przyjemnego miejsca.

Tydzień 2 – pierwsze pozycje

• Siad z wabieniem, potem z gestem.

To koniec wersji pokazowej



Co znajdziesz w pełnej wersji ebooka

• Kompletny 8-tygodniowy plan szkolenia, rozpisany tydzień po tygodniu.

• Ćwiczenia podstawowe krok po kroku, od reakcji na imię po chodzenie przy nodze.

• Ponad 20 profili ras: charakter, wyzwania i sposób szkolenia.

• Rozwiązania częstych problemów, m.in. ciągnięcia na smyczy, szczekania i lęku separacyjnego.

• Szkolenie dorosłego i adoptowanego psa.

• Zdrowie i bezpieczeństwo w treningu, słowniczek, ściągawka oraz wzór dziennika treningowego.

Pełną wersję ebooka „Szkolenie psów – 8-tygodniowy plan szkolenia” możesz kupić u autora.

Rafał Kostrzewa