

## Tips på aktiveringsövningar/hjärngymna för din hund

Hundar behöver aktivering/hjärngymna för att må bra! Om du ofta tar initiativ till roliga och nyttiga aktiviteter med din hund så blir du en tillgång för hunden och ni förbättrar er relation och ert samarbete! Dessutom minskar risken att hunden aktiverar sig själv med oönskade aktiviteter. Här följer tips på nyttiga och roliga aktiviteter som du kan göra tillsammans med din hund! **Lycka till!**

### Nosarbete

- Leta godis (inomhus, i gräset, på en knölig stubbe, på en trädstam)
- Äta middagsmaten utspridd i gräset
- Leta efter roliga föremål (leksaker, boll, strumpa, handske)
- Leta efter tråkiga föremål (kam, nycklar)
- Hitta den pinne som doftar av dig
- Leta/söka efter person
- Spåra efter person
- Markera doft (exvis te) i burkar
- Leta efter en doft (exvis te) i hemmet
- Leta efter kantareller

### Problemlösning

- Boll under en uppochnervänd burk
- Godis under en uppochnervänd burk
- Godis/leksaker i burk med lock
- Godis/leksaker i kastrull med lock (skramlar)
- Godis i handduk, godis i strumpa
- Godis i toarulle (stoppa i papper, tejpa ihop, gömma, hänga i snöre)
- Godis i petflaska (med/utan lock)
- Godis i kartong, mjölkpaket, pringles-rör
- Godis på hög klurig sten, godis på klätterställning
- Omvägsproblem (staket, dörrar)
- Gå runt stolpe när kopplet hamnat fel
- Godis under möbel (använda tassarna)
- Leksak under filt/presenning
- Aktiveringsleksaker

### Balansövningar

- Balansera godis på nosen
- Balansera boll på nosen
- Balansera på föremål (stenar, stubbar, stockar, bänkar, hinkar, stolar, räcken, staket...). Låt hunden stå, sitta, ligga, vända runt, etc.
- Sitta vackert (med tassarna i luften)
- Dansa på bakbenen
- Stå på människas rygg
- Agility
- Skogsagility

### Inläring till nytta och nöje:

- Skaka på huvudet (Är du en katt?)
- Nicka (Eller hur?)
- Fnysa/nysa (Är du förkyld? Vad tycker du om katter?)
- Tassen över nosen (Är du blyg?)
- Rulla runt
- Spela död (Pang!)
- Slicka nosen/visa tungan
- ZickZack mellan benen
- Hoppa genom armarna
- Hoppa upp i famnen
- Hoppa över benet
- Hoppa högt upp i luften
- Bocka/buga
- Putta på en boll
- Vacker tass
- Vinka
- Puss på dig
- Puss på någon annan
- Klippa klor utan att bli fasthållen
- Gå till duschen på kommando
- Skaka av sig
- Stanna kvar
- Lyfta tassens när kopplet hamnat fel
- Lyfta tassens för att torka av dem
- Krypa
- Backa
- Gå bakom
- Gå före
- Hämta/apportera
- Hämta rätt föremål (bollen, tuggbenet, ...)
- Kasta iväg saker
- Städa sina saker i en låda
- Springa mellan två personer
- Lämna ett föremål till någon
- Dirigera hunden i olika riktningar
- Skapa en cirkusföreställning
- Assistera hemma (tända/släcka, hämta saker, plocka upp från golvet, ...)