



Dag van de Hond



Sport & Spel

Samen lekker bezig zijn!

In deze folder lees je hoe je niet alleen lekker met je hond bezig kunt zijn door het beoefenen van hondensport, maar ook hoe je gewoon thuis of tijdens de wandeling spelletjes kunt doen met je hond. Hierdoor krijgt je hond niet alleen meer beweging, maar ook een extra uitdaging en een uitlaatklep. Daarnaast helpt het je hond de aandacht op jou – als baas – te houden waardoor jullie band wordt verstevigd. Opvoeden en leren gaat zo spelenderwijs!



Van nature zijn honden actieve dieren, oorspronkelijk gefokt om de mens behulpzaam te zijn bij bijvoorbeeld het hoeden van vee, de jacht of bij de bewaking van huis en haard. Tegenwoordig worden honden meestal gehouden als gezelschapsdier. Toch blijft voor de meeste honden de behoefte bestaan aan een bezigheid, om te ‘werken’ voor de baas. Honden die niet genoeg worden gestimuleerd gaan zich vervelen en zoeken zelf een uitlaatklep.

Vaak leidt dat tot gedrag waar je als baas niet op zit te wachten: op ongewenst gedrag, zoals dat heet. Voorbeelden hiervan zijn het najagen van fietsers en joggers tijdens de wandeling, het extreem reageren op bezoekers of het blijven zeuren om aandacht. Door met je hond bezig te zijn, tijdens sport of spel, zal hij zich lichamelijk en geestelijk moeten inspannen en houd je hem tevreden en gelukkig.

Hoe met je hond te spelen

Speel met je hond voornamelijk op jouw initiatief, niet alleen als de hond daarom vraagt. Als baas bepaal jij dus wanneer het spel begint, maar ook wanneer het eindigt. Wees hier consequent in: klaar is klaar. Gooi bijvoorbeeld niet toch nog een keer die bal weg omdat je hond hem zo lief voor je voeten legt, steek die bal

liever in je zak als teken dat het spel is afgelopen. Door duidelijk en consequent te zijn in het beëindigen van het spel, voorkom je dat je hond gaat zeuren en je probeert te dwingen tot het doorgaan met het spel. Als je dat namelijk toelaat is de hond je –op dat gebied– de baas!

Wat voor ons een spelletje is, kan door honden worden gezien als competitie, als een strijd om de macht. Met name stoei- en trekspelletjes vallen in deze categorie. Let daarom goed op als je dit soort spelletjes met je hond gaat spelen. Op zich schuilt er geen kwaad in als een hond een spelgrom laat horen bij het gezamenlijk trekken aan bijvoorbeeld een flostouw. Zodra het grommen echter van toon verandert –meer serieus gaat klinken– moet je niet schromen in te grijpen en de hond het commando 'LOS' te geven. Nooit zelf loslaten en de hond ermee vandoor laten gaan. De hond ziet dit namelijk als winnen waardoor jouw leiderschap minder waard zal worden. Verliezen van je hond met z'n spelletje is dus niet aan te raden.

Een goede baas beslist niet alleen dat een spelletje is afgelopen –en geeft dat duidelijk aan– maar weet ook op tijd te stoppen met een spel. Stoppen met een spel doe je bij voorkeur op een moment dat je hond het spel nog leuk vindt. Zo hou je je hond scherp en benadruk je je leiderschap.

Het nut van spelen met je hond

Zoals bekend moet een hond regelmatig –het liefst 4 keer per dag of meer– worden uitgelaten, niet alleen om zijn behoefte te doen, maar ook voor de nodige



lichaamsbeweging. Bemoei je tijdens zo'n wandeling ook eens actief met je hond door met hem te spelen en samen spel oefeningen te doen.

Door middel van spel oefeningen:

- Versterk je de band met je hond;
- Leer je de hond zijn aandacht op jou –zijn baas– te houden;
- Leer je een onzekere hond zekerder van zichzelf te worden;
- Stimuleer je zowel het lichaam als de geest van je hond en verschaft je hem een uitlaatklep;
- Kun je hem spelenderwijs allerlei nuttige dingen aanleren.

Tips voor spel oefeningen die je tijdens een wandeling met je hond kunt doen vind je verderop in deze folder.

Veilig spelen

Het is verstandig alleen met je hond te spelen als de veiligheid, voor je hond zowel als voor jezelf, gegarandeerd is. Pas bijvoorbeeld op met gladde vloeren: gooi geen bal als je hond op een ondergrond moet rennen waarop hij kan uitglijden. Pas binnenshuis op met bijvoorbeeld gladde laminaatvloeren of ingewreven parket. In de winter na een stevige vorstperiode kan het buiten op sommige plekken ook te glad zijn voor je hond. Zoek buitenshuis altijd een veilige plek om met je hond te spelen. Let op dat je hond in zijn enthousiasme niet zomaar een (drukke) weg kan oprennen, ga bijvoorbeeld op zoek naar een omheind –en dus veilig– hondenspeelveldje. Houd bij twijfel je hond altijd aangelijnd en pas je spelletjes daaraan aan.



Jonge honden zijn over het algemeen erg enthousiast en kunnen zichzelf dan overlopen. Het achter ballen aanrennen is voor jonge honden dan ook niet zonder risico. De spieren, pezen en banden van een hond krijgen namelijk nogal wat te verduren bij dit spel. Probeer met jonge onvolgroeide honden liever een ander spel te spelen, eentje die zijn lichaam minder belast. Het gooien van stokken of takken is voor elke hond uit den boze: het risico op verwondingen aan met name de mond van de hond is namelijk erg groot.

Sporten en bewegen met een volle maag gaat niet zo lekker, dat weten we allemaal. Dat geldt ook voor je hond: geef hem geen eten direct voor een actieve wandeling of voor een spelsessie binnenshuis. Veel bewegen met een volle maag verhoogt bij de hond de kans op een maagtorsie – een maagkanteling die niet zelden een dodelijke afloop kent. Na het voeren is het daarom verstandig om minstens anderhalf uur te wachten voordat je actief met je hond aan de gang gaat. Geef je hond ook niet onmiddellijk na inspanning te eten, wacht even een half uurtje tot hij is uitgehijgd en weer wat tot rust is gekomen. Pas ook op met het aanbieden van grote hoeveelheden van koud water. Met name in de zomerdag kunnen honden zo dorstig zijn na inspanning dat ze grote hoeveelheden water ineens wegdrinken. Te koud water is niet goed voor het lichaam, geef liever water wat al op kamertemperatuur is. Bovendien drinkt een hond daar minder gulzig van.

Kinderen laten spelen met de hond

Honden hebben moeite om jonge kinderen –tot ongeveer een leeftijd van 12 jaar– als ‘ranghogere’, als baasje, te zien. Het is daarom niet verstandig toe te staan dat kinderen spelletjes met de hond spelen die de hond kan beschouwen als een competitie om het leiderschap. Voorbeelden hiervan zijn trekspelletjes of stoeien. Kinderen mogen wel verstopspelletjes doen en bijvoorbeeld een speeltje voor de hond verstoppen. Het kind kan vervolgens –onder supervisie van een volwassene– het speeltje ruilen met de hond voor bijvoorbeeld een brokje. Het spel kan dan weer van voren af aan beginnen.

Meer informatie over de combinatie Kind en Hond kun je nalezen in onze folder: ‘Kind & Hond kunnen de beste maatjes worden’.



Vijf spel oefeningen - thuis

1. Zoek het brokje of zoek het speeltje (flos, bal, et cetera): deze kun je in huis verstopten en de hond de opdracht geven het te zoeken. Begin, bij honden die dit spel nog niet beheersen, eerst simpel door te laten zien waar je het object verstopt. Als de hond begrijpt wat de bedoeling is kun je het spel steeds moeilijker maken en de hond bijvoorbeeld in de gang laten wachten terwijl jij het item verstopt. Een geschikt spel voor kinderen om met hun hond te spelen.



2. Trek- en sjorspelletjes: neem zelf het ene einde van bijvoorbeeld een flostouw in de hand en biedt de hond het andere uiteinde aan en trekken maar. Let hierbij wel goed op de eerder beschreven regels! Je kunt je hond het commando 'LOS' leren door het speelgoed te ruilen tegen een brokje. Dit spel is niet aan te raden om te spelen met honden die moeite hebben hun baas als leider te accepteren. Goede voorlichting over de regels van dit spel en waar je op moet letten kun je verkrijgen bij je kynologenclub of hondensportvereniging.

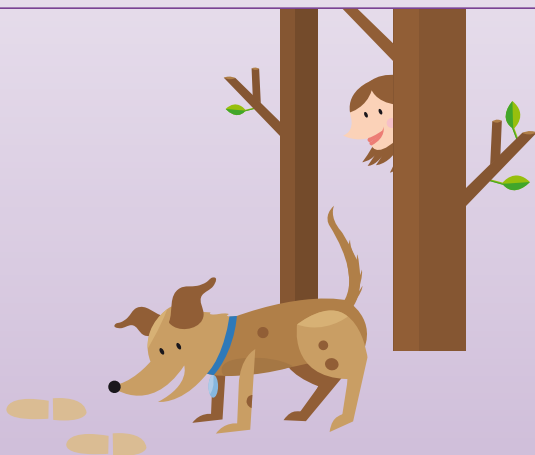
3. Sorteerspelletjes: hierbij geef je jouw geur mee aan een object, bijvoorbeeld aan een tennisbal, aan een lege toiletrol of een oud washandje. Laat de hond aan het object ruiken. Gooi deze vervolgens tussen een aantal andere tennisballen, toiletrolen of washandjes en laat de hond datgene met jouw geur eraan opsporen. Bij een ervaren hond kun je ook een gedragen sok tussen andere, schone sokken verstopten of –nog moeilijker– tussen gedragen sokken van je huisgenoten leggen. Hilariteit gegarandeerd!

4. Er zijn speciale hondenpuzzels of breinbrekers te koop: hierbij wordt de hond uitgedaagd een puzzel op te lossen waarmee een beloning kan worden verdiend. Er bestaan vele varianten van dit soort puzzels, met verschillende moeilijkheidsgraden. Op het internet vind je ook legio voorbeelden om zelf zo'n puzzel te maken.

Een onervaren hond op dit gebied zul je altijd even op weg moeten helpen, zodat hij weet wat de bedoeling is.

5. Je kunt je hond leren zijn **eigen speelgoed op te ruimen**: het aanleren hiervan begint met kleine stapjes. Laat je hond een speeltje in de bek vasthouden en weer loslaten terwijl je een mand of iets dergelijks eronder houdt. Prijs je hond uitbundig als dat lukt. Bouw dit stapsgewijs steeds verder uit totdat je hond uiteindelijk op commando zelf zijn speeltjes pakt en 'opruimt'.

Vijf spel oefeningen - buiten



1. Apporteren: het weggooiën en laten ophalen van ballen of ander speelgoed. Sommige honden zijn er verzot op en blijven rennen tot ze erbij neervallen, anderen vinden er niks aan. Het is de kunst ermee te stoppen voordat je hond er geen zin meer in heeft, zodat zijn interesse in het spelletje blijft. Speel dit spel liever niet met jonge, onvolgroeide honden om het risico op blessures uit te sluiten. Gebruik liever geen stokken want deze kunnen schade in de mond van je hond veroorzaken.

2. Gehoorzaamheidsoefeningen zoals ZIT en BLIJF of AF kun je ook perfect even oefenen tijdens een wandeling. KOM oefenen gaat heel goed als je je hond belooft met een brokje als hij bij je is gekomen. Door tijdens dat belonen ook meteen GOED ZO of BRAAF te zeggen, gaat je hond deze verbale beloning koppelen aan het brokje en kun je het brokje na verloop van tijd (af en toe) laten vervallen.

3. Verstop jezelf: een hond die niet altijd even goed op de baas let tijdens de wandeling kun je bij de les krijgen door jezelf bijvoorbeeld achter een boom of een bankje te verstoppen. Het mooiste is het als jij je hond nog wel kunt zien maar hij jou (even) niet. Hou in de gaten of hij zoekend rondkijkt en roep dan éénmaal zijn naam. Als hij echt op zoek gaat kun je nogmaals zijn naam roepen. Als je hond je dan uiteindelijk vindt wacht hem natuurlijk een beloning!

4. Sorteerspelletjes: zoals beschreven bij de binnenspelletjes kun je natuurlijk ook buiten doen. Je kunt een aantal tennisballen van huis meenemen, maar je kunt ook materiaal dat je buiten tegenkomt gebruiken, zoals dennenappels of iets dergelijks. Geef één dennenappel (of tennisbal) jouw geur mee door deze in handen te nemen en laat je hond eraan ruiken. Gooi deze dennenappel vervolgens tussen een aantal andere op de grond en laat je hond de juiste opsporen. Let er wel op dat je hond niet op de dennenappels kauwt of er stukjes van eet.

5. Gebruik van hindernissen: paaltjes, bankjes, lantaarnpalen maar ook boomstammen die je onderweg tegenkomt, kun je mooi gebruiken in je oefeningen. Laat je hond je bijvoorbeeld volgen terwijl je een rondje om een lantaarnpaal loopt. Leer hem te zigzaggen tussen een paar paaltjes door; de eerste paar keer loop je mee met hem aan de riem, later kun je hem wellicht sturen met je hand. En onder een hoog bankje door kan je je hond misschien wel leren kruipen. Met een beetje fantasie kun je ongetwijfeld zelf nog veel meer van dit soort oefeningen bedenken.

Ben je enthousiast geworden en wil je fanatieker aan de slag met je hond, dan is sporten bij een kynologenclub of hondensportvereniging wellicht iets voor jou. Ook voor vragen over spelen met je hond of over hondenopvoeding kun je bij de instructeur van een kynologenclub terecht. Meer informatie hierover kun je nalezen in onze folder 'Hondenopvoeding en Hondensport', of kijk op: www.raadvanbeheer.nl/kynologenclubs

Illustraties: Merel de Ruijter, Studio Merel