

HOOPERS BEZ PŘEKÁŽEK



...základy hrou

PROHLÁŠENÍ

Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorky je zakázáno a je porušením autorského zákona. Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

Čtením tohoto materiálu rozumíte, že jakékoli použití informací z tohoto materiálu a úspěchy či neúspěchy z toho plynoucí jsou pouze ve vašich rukou a autorka za ně nenese žádnou zodpovědnost.

ÚVOD

Ahoj,

vítám Tě u eBooku „Hoopers bez překážek“. Věřím, že Ti bude dobrou pomůckou pro naučení základů vedení tělem, které s tvým psím parťákem využijete v dalších chvílích na parkuru a užijete si spoustu zábavy.

Jedná se o informace pro začátečníky vycházející pouze z mých zkušeností. Každý trenér i psovod má na sport jiný pohled, proto si vyber co Ti přijde užitečné a zbytek nechej plavat.

Přeji spoustu společné zábavy.

Jana

OBSAH

1. Hoopers – str. 5
2. Komunikace v hoopers – str. 7
 - 2.1. Slovní povely – str. 8
 - 2.2. Pohyb psovoda – str. 10
3. Trénink bez překážek – str. 15
 - 3.1. Motivace vpřed – str. 16
 - 3.2. Fokus na překážky – str. 17
 - 3.3. Vysílání vpřed – str. 18
 - 3.4. Stahování k psovodovi na stejnou ruku – str. 19
 - 3.5. Stahování k psovodovi s prohozením rukou – otočka na čelo – str. 20
 - 3.6. Změna směru s prohozením rukou – křížení za psem – str. 21
4. Závěr – str. 22

1. HOOPERS

Hoopers je úžasný sport, překážky jsou bezpečné, jednoduché k překonání a trasy jsou plynulé a dobře zvládnutelné. Velmi jednoduše je možné zvyšovat i snižovat obtížnost a přizpůsobovat ji zkušenostem týmu i zdravotnímu stavu psa.

Hlavním principem hoopers je **ovladatelnost psa na dálku** pomocí **verbálních povelů** a **posunků** psovoda. V nižších výkonnostních kategoriích se psovod ještě může se psem pohybovat po velké části parkuru (je omezen čtvercem 5x5 m) a navádět ho svým pohybem, ve vyšších kategoriích už se psovod pohybuje pouze v rámci menšího čtverce (3x3 m) a navádí psa na dálku.

Hoopers není fyzicky příliš náročné pro psovoda ani psa a mohou se jím tak bavit i týmy **s pohybovým omezením**. Kouzlo je v **dokonalé souhře psa i psovoda**, vzájemné znalosti svých pohybů, správném načasování povelů na straně psovoda a rychlých reakcích psa.



1. HOOPERS

Většina týmů, pokud se psovod zvládá pohybovat dostatečně rychle a koordinovaně, začíná běhat **tzv. na ruku**, kdy psovod běží se psem a psovi ukazuje zblízka rukou na každou překážku, kterou má překonat. Trable nastávají, pokud psovod svého psa nestíhá, což je u mladých a rychlých psů dost časté, nebo chce tým zamířit na závody a psovod tak bude najednou odkázán pouze na pohyb ve čtverci. V tu dobu nastává čas naučit psa **běhat samotného**, i když se psovod méně hýbe. A tady často začíná **problém** – pes je zvyklý na psovodův pohyb, který ho navádí i motivuje, ale najednou se psovod nehýbe a pes je zmatený. Má běžet nebo nemá? Na tuhle nebo jinou překážku?

Proto je ideální už **od začátku práci na dálku** řešit, tedy postupně zvětšovat vzdálenost od překážek a učit psa překážky překonávat samostatně. Tím se dá předejít následným problémům při omezování pohybu psovoda.

Proč trénovat mimo parkur

Práce na dálku, vysílání od psovoda a stahování zpátky k němu se dá skvěle trénovat i bez překážek, posloužit můžou obyčejné stromy, keře, kyblíky, tedy **cokoli, co naučíme psa obíhat**.

Hoopers začátky bývají pro psovody hodně náročné – sladit slovní povely s pohyby a vše správně načasovat bývá občas hlavolam. Proto je super vše dopředu několikrát natrénovat **mimo parkur**, v klidu doma nebo na procházkách.

Pokud naučíme psa důležité dovednosti mimo parkur, můžeme se rychleji posouvat vpřed, protože na hoopers se pes dostane jen 1–2x týdně, ale na procházku každý den a každý den tak můžeme **potrénovat nějakou konkrétní situaci**.

2. KOMUNIKACE V HOOPERS

A na co všechno pes při hoopers vlastně reaguje? Při hoopers psovod se psem komunikuje dvěma základními způsoby – **slovními povel**y a **svým pohyb**em.

Co má pro psa větší informační hodnotu?

Pro průměrného psa začínajícího s hoopers je vždy pochopitelnější a tím pádem hodnotnější **psovodův pohyb**. Samozřejmě je ideální, pokud jsou slovní i pohybové povel y v souhře, ale v začátcích to tak často není – naopak dochází k protichůdným povelům.

Mezi **nejčastější situace**, ve kterých se pes rozhoduje zda zvolit slovní nebo pohybový povel patří například: psovod psa slovně posílá před sebe, ale zároveň se zaklání; psovod psa stahuje a zároveň se sám pohybuje stále vpřed. V těchto situacích se pes bude vždy řídit pohybem psovoda, samozřejmě i tady existují výjimky.

Samozřejmě můžeme drtit slovní povel y, dokud je pes nebude mít perfektně zmáknuté. Ale jednodušší způsob je věnovat se **řeči svého těla**.

2. KOMUNIKACE V HOOPERS

2.1. Slovní povely

Mezi slovní povely lze zařadit jakákoli **slova, slovní spojení a zvuky**, kterými psovod psa navádí. Jedná se o povely pro jednotlivé překážky a pohyb mezi nimi. Můžeme psovi rozlišit, kdy má po oblouku běžet rovně a kdy zatáčet, z jaké strany má branku nebo barel oběhnout, zda barel jen mine nebo ho oběhne o 360°, a podobně.

Slovní povely mají velkou sílu a pokud na nich opravdu makáme, dokážeme jimi psa po parkuru vést. Ale pro začátečníky má ve většině případů výrazně větší sílu pohyb psovoda, často to platí i pro pokročilé týmy.



2. KOMUNIKACE V HOOPERS

Navádění pouze slovními povely

Jsou tendence vést psa po parkuru pouze slovními povely, bez navádění tělem a pohybem – psovod jen stojí na místě a otáčí se společně se psem. Je úžasné, že se týmy dokáží tímto stylem společně domluvit. Určitě to ale není pro každého.

Pro **začátečníky** je to náročné, psy to může mást a obzvlášť pokud jsou jemné povahy, může je pasivní psovod odradit. Problém vidím i u **rychlých psů**, kteří mají na rozlišení překážek zlomek sekundy a v případě nejistoty nebo špatného vyhodnocení povelu musí rychle brzdit a měnit směr a jsou schopní se o překážky přerazit. Tito psi by měli mít co nejdříve maximum možných informací, aby se dokázali rychle a správně rozhodnout a přizpůsobit svoje tempo a směr. Je to pro ně rozhodně bezpečnější a šetrnější k jejich pohybovému aparátu.

S rostoucími zkušenostmi při společném běhání na parkuru a získání jistoty reagují psi na stále menší posunky a je možné výrazné ukazování pomalu odbourávat.



2. KOMUNIKACE V HOOPERS

2.2. Pohyb psovoda

Pohybem psovod může psovi úžasně napovědět, kam má v parkuru pokračovat dále. Psi jsou **skvělí pozorovatelé** a dokážou rychle rozšifrovat, jestli se psovod pohybuje rovně a on má tedy také pokračovat rovně, nebo psovod zatáčí a měl by zatočit i on.

Občas se ale stane, že jsou **slovní povel a pohyby psovoda v rozporu**. Slovní povel sice psa stahuje, ale tělo míří dále rovně. Co teď? Má pes běžet dál nebo zatočit? Rychlí psi to většinou vyřeší pokračováním rovně, protože je to pro ně pohodlnější, s pomalým psem to psovod většinou nějak vykomunikuje. Ale nejistého psa tím ještě více znejistíme a může v těchto situacích začít zpomalovat a váhat.

Pes dokáže reagovat na **minipohyby**, které si často vůbec neuvědomujeme. Co všechno na nás tedy pes sleduje?

2. KOMUNIKACE V HOOPERS

2.2.1. Směr a plynulost pohybu

Psovodův pohyb je pro psa jedním z **nejdůležitějších ukazatelů** – sleduje jakým jde směrem, zda jde plynule nebo se zastavil. Ve čtverci už je pohyb psovoda samozřejmě omezený, ale i tak je prostor dostatečně velký, aby se s ním dalo pracovat.

Nejen začínajícím psům **plynulý** pohyb psovoda napovídá, kam se bude dále pokračovat. Pohyb by měl být opravdu plynulý, protože často má psovod tendenci zrychlit mezi překážkami a u překážky zabrzdit a čekat, jestli pes překážku opravdu překoná. Ale v okamžiku, kdy **psovod zabrzdí, zabrzdí i pes!**

U pomalejších psů, kteří se většinu času pohybují v závěsu za psovodem, může být problémem například oběhnutí barelu o 270° a více stupňů. Psovod rukou ukáže a sám se zastaví a pes ho následuje také zastavením, nebo psovod nabere směr pryč k další překážce a pes tak pokračuje za ním, aniž by barel oběhl. Proto je potřeba vždy **myslet na aktuální překážku**, ne už na tu další, a **nezastavovat se**.

Skvěle se dá využít pohyb těla při **vysílání psa** dále od nás. Psi dokáží velmi dobře vyhodnotit náš **přenos váhy** – tedy stačí nakročit vpřed **nohou na straně u psa**, přenést na ni váhu a ukázat rukou vpřed. Toho se dá využít pro **samostatné vysílání** na překážky u začátečníků a u pokročilejších týmů pro vyslání na překážku **ve velké vzdálenosti**.

2. KOMUNIKACE V HOOPERS

Častým problémem bývá **nesoulad slovních povelů a pohybu** – například stahování psa po barelu směrem k psovodovi: psovod stahuje psa a zároveň dělá otočku, při jejímž provedení se pohybuje dále v původním směru pohybu psa, pes bude také pokračovat směrem, kterým je rozběhlý, protože psovod ho tak přece vede. Naopak pokud se bude psovod v provedení otočky pohybovat už směrem, kam má pes dále pokračovat, bude ho pes následovat.

2. KOMUNIKACE V HOOPERS

2.2.2. Směr těla

Pes je skvělý pozorovatel a neunikne mu, jakým **směrem míří psovodovo tělo**, zejména **ramena**, ale také psovodův pohled.

Ramena jsou silným pomocníkem ve vzájemném porozumění. Pokud psovod na psa volá, aby zatočil zpět k němu, ale jeho ramena míří stále rovně vpřed, pes bude **směr ramen** následovat. Pokud psovod rameny zatočí, pes zatočí společně s nimi. Naopak pokud psovod už svými rameny spěchá na další překážku, než má pes aktuálně překonat, často ji pes mine, protože ramena míří už jinam.

Obdobně funguje celé tělo – trup, kolena, nohy, proto by to vše mělo být v souladu.

Vždy se soustřeď na překážku, kterou má pes aktuálně překonat. Jakmile se začneš dívat a soustředit až na následující překážku, tělo tvůj pohled následuje. A pes tvé tělo neustále sleduje – je velká šance, že aktuální překážku vynechá.

2. KOMUNIKACE V HOOPERS

2.2.3. Pohyb ruky

V hoopers se samozřejmě využívá pohyb **psovodovy ruky**, která psovi ukazuje jednotlivé překážky. Snažím se začínající psovody učit, aby byla vždy některá **ruka ve vzduchu** a ukazovala psovi správný směr. Když se ruce prohazují – vždy zůstává alespoň jedna ve vzduchu a stále míří přesně do směru dalšího pohybu. V okamžiku, kdy psovodova ruka spadne dolů a přestane ukazovat, většina psů se „odpojí“ a začne se stahovat k psovodovi nebo jinak ztratí směr. Je velmi časté, že psovod při ukazování na překážky **zvedá ruku** a mezi překážkami ji **dává k tělu**.

Pro psa je mnohem lépe viditelné ukazování **celou dlaní** oproti ukazování jedním prstem. Ukazujeme **rukou u psa** a ruka by měla být **ve správné výšce**, aby ji pes dobře viděl – to znamená vodorovně, u malých psů a psů s problémy páteře. Rukou můžeme **psa směřovat** – pohyb rukou vpřed ho posílá dále dopředu. **Protiruka**, tedy ruka na druhé straně než je pes, v závislosti na situaci posílá psa od psovoda pryč, případně ho naopak stahuje blíže k němu.

Dále je důležité myslet na to, aby pes **ruce stále viděl** – pokud je pes za námi a my budeme měnit ruce před tělem, pes je prostě neuvidí, protože je naše tělo zakryje.

3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

Bezpečnost

Pokud se rozhodneš trénovat vedení mimo překážky, vždy si důsledně zkontroluj bezpečnost povrchu i předmětů, které bude pes obíhat. Nejsou na trávě rozházené šišky nebo vyhrabané díry? Nejsou na stromě nebezpečné větve, na které by se pes mohl nabodnout, nebo volné kořeny, o které by se mohl zachytit? Jsou předměty k obíhání pro psa dobře viditelné? Nepobíhají okolo cizí psi, kteří by mohli tvého psa napadnout?

Vybavení

Najdi si ke cvičení například vhodně rozmístěné stromy nebo využij domácí předměty, které můžeš libovolně přesouvat – kužely, kyblíky a podobně.

Hračky a pamlsky

Samozřejmě nezapomeň na oblíbenou odměnu pro psa 😊. Odměňuj hodně a často, ať psa vaše společné cvičení baví.

Trpělivost

A nezapomeň – každá situace, která se nedaří, je tvoje chyba, pes dělá vždy to nejlepší, co umí. Pokud se nedaří, zkus si situaci natočit a prozkoumat.



3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

3.1. Motivace vpřed

Jak na to: odložíme kus od nás hračku nebo misku s pamlsky, přidržíme psa za postroj a hecujeme na odměnu (3-2-1-běž / připrav se...), s vypouštěcím povelom pustíme psa a závodíme s ním k odměně, následuje velká pochvala a hra. Pokud se pes fláká, můžeme si odměnu vzít místo něj.

Časté chyby: psovod se nehýbe a nechá psa běžet samotného, chybí pochvala na konci.

Jak pokračovat: zvětšuj vzdálenost, jakmile pes hecování zná a má ho zafixované, postupně ho začni přenášet i na překážky.

* [video](#)



3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

3.2. Fokus na překážky

Jak na to: odložíme psa kousek před překážkou, přiblížíme se k ní a čekáme, dokud se na ni pes nepodívá. Přesně v okamžiku jeho pohledu na překážku ho povelům vypustíme ji překonat.

Časté chyby: nesprávné načasování – pes si nespojí pohled na překážku s povelům a možností překážku překonat.

Jak pokračovat: postupně zvětšuj vzdálenost od překážky a měň svoji pozici (vedle psa, před ním, za ním).

* [video](#)



3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

3.3. Vysílání vpřed

Jak na to: vysílá ruka i noha na straně u psa, váha se přenáší vpřed.

Časté chyby: nakročení špatnou nohou, záklon, příliš brzký pohyb tělem/rukou zpět, ruka ukazuje jinam.

Jak pokračovat: nejprve posílej psa z místa hned u překážky a postupně zvětšuj vzdálenost.

* [video](#)



3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

3.4. Stahování k psovodovi na stejnou ruku

Jak na to: ruka a ramena (ideálně celé tělo) se stáčí do směru, kam má pes dále pokračovat. V okamžiku, kdy se objevuje psí hlava, už se psovod pohybuje správným směrem.

Časté chyby: ramena zůstávají natočená stále v původním směru, člověk se nehýbe.

Čím méně stočíš ramena, tím větší udělá pes za překážkou oblouk. V parkuru pak může jednoduše dokroužit až na jinou překážku, než je v pořadí.

* [video](#)



3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

3.5. Stahování k psovodovi s výměnou rukou – otočka na čelo

Jak na to: tělo se stáčí společně s prohozením rukou a pohybuje se správným směrem, ruce se prohazují plynule, vždy je alespoň jedna ve vzduchu, míří do směru, kam má pes dále pokračovat.

Časté chyby: člověk pokračuje dále původním směrem, dělá otočku příliš pomalu, při prohazování rukou původní ruka zmizí a nová se objeví pozdě, ruce míří špatným směrem.

* [video](#)



3. TRÉNINK BEZ PŘEKÁŽEK

3.6. Změna směru s prohozením rukou za psem – křížení za psem

Jak na to: na předmět posílá ruka u psa (pes míří na překážku ze strany u psovoda), jakmile pes zamíří správným směrem, ruce se prohodí.

Časté chyby: příliš brzké prohození rukou nebo zatočení ramen, člověk psa svým pohybem vytlačuje mimo dráhu.

* [video](#)



4. ZÁVĚR

Snaž se tyto tréninkové hry natáčet – sledováním videí se toho naučíš nejvíc a pochopíš, proč se některé situace nedaří.

Jakmile budete mít situace dobře nacvičené jednotlivě, začni je postupně spojovat do krátkých kombinací. A následně už nezbývá než vše zařadit do hoopers parkurů 😊. Nejprve začínej pouze s pár překážkami, kde si vše připomenete.

Věřím, že jsem Ti tímto eBookem předala zajímavé informace, které se Ti budou při další hoopers zábavě hodit. Pokud by sis s něčím nevěděl rady, můžeme se potkat na [tréninku nebo intenzivce](#) nebo při rozboru videa.

Pokud by Tě zajímalo jak psovi zpříjemnit život po psychické i fyzické stránce, můžeš načerpat inspiraci v některém z [článků](#).

Přeji spoustu společné zábavy 😊