

11 HER S RUČNÍKEM



...jak psa zabavit doma

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

Děkuji, že čteš tyto řádky. Je skvělé, že jsi se rozhodl načerpat inspiraci jak doma zabavit svého psího parťáka a udělat mu tak jeho běžný psí život zajímavějším.

Pár minut hraní her, při kterých musí pes přemýšlet a zapojit svůj nos, nezkušeného psa poměrně rychle unaví a může tak například nahradit delší procházku, na kterou nemusí být vždy čas. Hry se dají skvěle využít jako náplň dlouhých zimních večerů, při klidovém režimu nebo jako odreagování při volném dnu bez sportovního tréninku. Hry jsou poměrně nenáročné pro lidskou polovinu týmu, takže jsou ideální pokud pes srší energií, ale nám už nezbývá síla na vymýšlení náročnějšího programu.

Hry budou psa nejen bavit, ale také se při nich zklidní a zrelaxuje, což se může hodit třeba u sportovních psů, kteří často neumí odpočívat.

V létě může zajistit psovi příjemné osvěžení hraní her s navlhčeným ručníkem.

Věřím, že si se svým psem u hraní her užijete spoustu skvělých chvil, posílíte váš vzájemný vztah a budete si oba cvičení moc užívat.

Jana

OBSAH

1. Na co dávat pozor – str. 5

1.1. prostředí – str. 6

1.2. pamlsky – str. 6

1.3. samostatné řešení – str. 7

1.4. sebekontrola – str. 7

1.5. obtížnost her – str. 8

1.6. konejšivé signály – str. 8

2. A jde se hrát – str. 9

2.1 srolovaný ručník úzký – str. 10

2.2 srolovaný ručník s většími záhyby – str. 12

2.3 srolovaný ručník široký – str. 14

2.4 srolovaný ručník dvojitý – str. 16

2.5 zmačkaný ručník – str. 18

2.6 ručníkový vír – str. 20

2.7 odhrnování ručníku – str. 22

2.8 ždímání ručníku – str. 24

2.9 ručníkový uzel – str. 26

2.10 omotaný ručník – str. 28

2.11 ručník ve spirále – str. 30

3. Závěr – str. 32

3.1 kam dál – str. 33

1. NA CO DÁVAT POZOR

Principem všech uvedených her je hledání pamlsků, které jsou ukryté v ručníku. Obtížnost i délka her závisí na tobě – hry mohou být velmi jednoduché, ale naopak i velmi složité. Vždy by ale hra měla být pro psa zvládnutelná! Proto vždy promysli s jakým psem pracuješ a podle toho vhodně zvol obtížnost.

Během her by měl být pes uvolněný a klidný a soustředěně pomalu vše propátrávat. Hry vypadají na první pohled velmi jednoduše, ale není tomu tak, pes se při nich musí velmi soustředit a zapojovat svůj čich. Nezkušenému psovi tak bude stačit pár minut jednodušších her, aby byl spokojeně unavený.

Tyto čenichací hry si psi velmi užívají, protože si mohou úkoly vyřešit sami po svém a získají za to spoustu dobrot. Určitě by se nemělo by stát, že úkol bude příliš obtížný a pes jej nezvládne sám vyřešit.

Hry mohou být pro psa mentálně poměrně náročné, proto vždy věnuj pozornost době strávené touto aktivitou. Nikdy bys neměl přesáhnout psovu komfortní dobu hraní!

U psa začátečníka to může být zezáátku klidně jen pár minut, u pokročilejšího psa doporučuji maximálně cca 15 minut (včetně příprav úkolů).

1. NA CO DÁVAT POZOR

1.1. Prostředí

Tyto hry se psem vždy hraj v **klidném a bezpečném prostředí**. Dbej na **neklouzavý povrch**, ať už jde o koberec, trávu nebo protiskluzovou podložku.

Zajisti psovi na hraní **klidné místo**, kde ho nebudou rušit pobíhající děti ani psi, nebude hučet vysavač ani hlasitá televize. Rušivě často působí i pohyb jiných osob v domácnosti.

Dávej také pozor, aby měl pes při cvičení kolem sebe **dostatek prostoru** a mohl se při řešení kolem úkolu různě pohybovat, aniž by na něco šlápl nebo na něj něco spadlo.

1.2. Pamlsky

Používej pamlsky, které se **nelepí** (například sýr na ručníku rád zůstává) ani **nedrobí** (třeba piškoty nejsou dobrá volba), aby je pes byl schopný jednoduše sežrat a nebyl nešťastný z toho, že mu pamlssek zůstal nalepený na druhé straně ručníku nebo se rozpadl na drť.

Vhodné je například **sušené maso** nakrájené na kostičky. U psa se sklony k nadváze můžeš pro hry využít i část granulí z krmné dávky.



1. NA CO DÁVAT POZOR

1.3. Samostatné řešení

Psa s úkoly seznamuj postupně a **obtížnost zvyšuj velmi pomalu** tak, aby byl pes vždy schopný úkol vyřešit **sám** bez tvé pomoci. Snaž se mu do řešení úkolu nezasahovat, nemluvit, ani ho neupozorňovat na zapomenuté pamlsky, dokud řešení úkolu sám neukončí návratem do výchozí pozice nebo jiným, pro vás oba jasným, signálem. Dej pozor, ať se během řešení úkolu bezděčně neprohrabuješ ostatními nachystanými pamlsky, psy to často ruší.

Psovi každý úspěšně ukončený úkol zvýší **sebevědomí**, řešení úkolu si užije a uvolní se. Nechej psovi dostatek prostoru – citlivého psa může znervózňovat, pokud budeš sedět příliš blízko ručníku

1.4. Sebekontrola

Už od začátku uč psa **základní sebekontrolu**, aby byl schopný setrvat v určené pozici a čekat, než mu úkol připravíš.

Jednoduše toho docílíš **průběžným odměňováním** psa v požadované pozici během přípravy úkolu a puštěním k úkolu až na povel. Po vyřešení úkolu počkej, než se pes sám vrátí do výchozí pozice a znovu začni odměňovat během přípravy dalšího úkolu. Zezačátku můžeš psovi po ukončení úkolu, které dá najevo například dlouhým pohledem na tebe, do výchozí pozice pomoci posunkem nebo povel.



1. NA CO DÁVAT POZOR

1.5. Obtížnost her

Obtížnost úkolů zvyšuj pomalu, tak aby byl pes úkol schopný **sám vyřešit**. Během jedné hrací lekce střídej náročnější úkoly s jednoduššími, které už pes spolehlivě zná. Například začni jednoduchým rolováním ručníku, následně vyber jeden dva nebo tři náročnější úkoly a lekci ukonči opět jednoduchým rolováním. Pokud chceš psa odreagovat po náročném dni, kombinuj p ouze jednoduché úkoly.

Bedlivě psa v průběhu lekce sleduj, jestli ti nedává konejšivými signály najevo **příliš obtížný úkol** nebo **příliš dlouhou dobu hraní**. Do tohoto stádia by se pes ideálně nikdy neměl dostat!

1.6. Konejšivé signály

Použité konejšivé signály se mezi psy různí, mezi nejčastější patří olizování, zívání, zrychlené dýchání, odvracení hlavy nebo odvracení pohledu očí, kdy je vidět bělmo, a další.

Jasný signálem o přílišné náročnosti úkolu je **odcházení** pryč od úkolu nebo vracení se do výchozí pozice bez jeho vyřešení. Příliš vysokou obtížnost může dát pes najevo i **snahou o zničení** ručníku nebo chytnutím ručníku do zubů a vytřepáváním pamlsků.



2. A JDE SE HRÁT

I když se Ti bude zdát, že jsou hry podobné, pes musí u každé používat jiný styl řešení. Proto u každé hry začínej s co nejmenší obtížností.

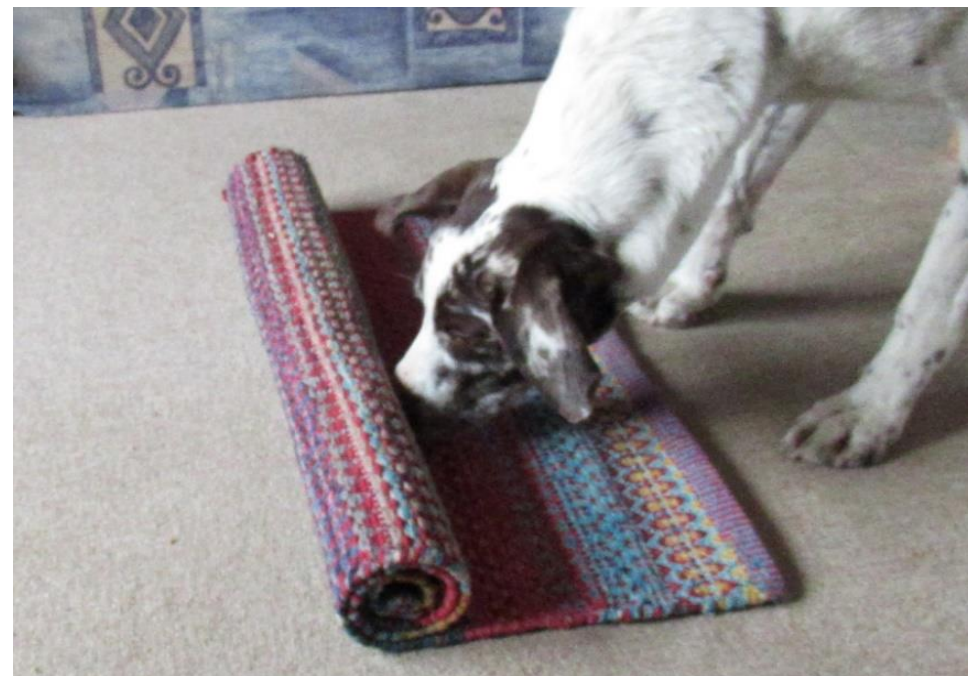
Nezapomínej na následující body:

- klidné a bezpečné místo
- zásoba malých pamlsků (nelepivé, nedrobivé)
- vhodná obtížnost úkolu
- vhodná délka hrací lekce

Klidný a uvolněný pes pomalu a systematicky hledá, má uvolněný postoj a volně svěšený ocas mezi nohama.

Při náročnějších úkolech si pes občas potřebuje **pročistit nos** – může se stát, že se na pár sekund se vzdálí od úkolu a pak se k němu opět vrátí. Nezaměňuj s konejšivým signálem, kdy pes od úkolu odejde úplně.

U her, při kterých se ručník mačká a deformuje, můžeš snížit obtížnost rozmístěním pamlsků až po deformaci ručníku – pamlsky nezapadnou tak hluboko a budou pro psa jednoduše dosažitelné.



2. A JDE SE HRÁT

2.1. Srolovaný ručník úzký

Jednoduchá a pro psy většinou okamžitě jasná hra, z počátku dej pamlsky velmi blízko za sebe, poslední nechej viditelný. Snaž se o hezky utažený válec, pro psa tak bude rozmotávání jednodušší. Psa k úkolu vypouštěj ve směru rozmotávání.

Jak na to:

1. přelož kratší stranu ručníku napůl, aby zůstala šířka zhruba 20 cm
2. vyskládej na něj do řady pamlsky, zpočátku velmi blízko sebe
3. ručník sroluj, snaž se o pevný a pravidelný válec
4. kousek nechej odmotaný, aby byl vidět poslední pamlsek
5. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.1. Srolovaný ručník úzký

Zvyšování obtížnosti:

- neskládej pamlsky do řady, ale rozmísti je náhodně po ručníku
- válec ručníku nechej lehce rozvolněný, rozmotávání bude obtížnější
- zkoušej různé materiály – například pevné kalhoty, podložka na cvičení nebo tuhý kobereček budou pro psa jiné než měkký ručník

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.2. Srolovaný ručník s většími záhyby

Vyšší obtížnost první hry – pokud pes jednoduše zvládá rozmotat válec ručníku, můžeš ručník překládat většími záhyby, které budou pro psa náročnější na otočení. Zpočátku může být pes překvapený, proto obtížnost zvyšuj pomalu a vrať se k pamlskům blízko u sebe a v řadě.

Jak na to:

1. přelož kratší stranu ručníku napůl, aby zůstala šířka zhruba 20 cm
2. vyskládej na něj do řady pamlsky, zpočátku velmi blízko sebe
3. ručník sroluj, nesnaž se o pevný válec, ale úmyslně ho lehce zdeformuj
4. kousek nechej odmotaný, aby byl vidět poslední pamlsek
5. nechej psa vyřešit úkol



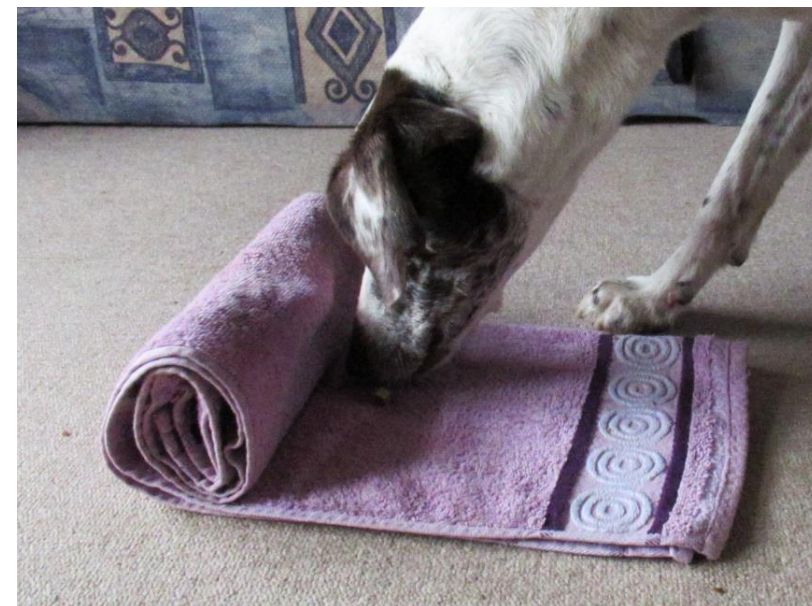
2. A JDE SE HRÁT

2.2. Srolovaný ručník s většími záhyby

Zvyšování obtížnosti:

- neskládej pamlsky do řady, ale rozmísti je náhodně po celé šířce ručníku
- válec zdeformuj na velké záhyby
- použij větší osušku
- zkoušej různé materiály

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.3. Srolovaný ručník široký

Vyšší obtížnost první hry – pokud pes jednoduše zvládá rozmotat válec úzkého ručníku, můžeš nechat ručník rozložený na plnou šířku. Takto bude úkol pro psa náročnější, protože už nebude stačit rozmotávat jen prostředek ručníku, ale bude muset čenichem pracovat na více místech střídavě.

Jak na to:

1. nechej ručník rozložený na plnou šířku
2. vyskládej na něj náhodně po celé šířce ručníku pamlsky, zpočátku hustě
3. ručník sroluj, snaž se o pevný a pravidelný válec
4. kousek nechej odmotaný, aby byl vidět poslední pamlsk
5. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.3. Srolovaný ručník široký

Zvyšování obtížnosti:

- válec zdeformuj na větší záhyby
- použij velkou osušku nebo deku – pes bude muset čenichem pracovat na mnoha místech
- zkoušej různé materiály

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.4. Srolovaný ručník dvojité

Vyšší obtížnost první hry – pokud pes jednoduše zvládá rozmotat válec úzkého ručníku, můžeš vyzkoušet kombinaci dvou válců v opačném směru. Vrať se k pamlskům blízko u sebe a v řadě, vypouštěj psa k úkolu uprostřed mezi oběma válci.

Jak na to:

1. přelož kratší stranu ručníku napůl, aby zůstala šířka zhruba 20 cm
2. vyskládej na něj do řady pamlsky, zpočátku velmi blízko sebe
3. ručník sroluj z každé strany zhruba do poloviny, snaž se o pevné a pravidelné válce
4. kousek mezi válci nechej odmotaný, aby byl vidět jeden pamlsek
5. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.4. Srolovaný ručník dvojité

Zvyšování obtížnosti:

- použij větší osušku
- použij dva ručníky a vytvoř 3 válce, psa vypouštěj z volné strany
- zkus ručník rolovat z rohů jedné strany, aby válce v půlce vytvořily špičku
- můžeš z válců vytvarovat jakýkoli tvar, rozházet do něj pamlsky a například vyplnit měkkými míčky nebo papírovými koulemi, mezi kterými bude pes hledat

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.5. Zmačkaný ručník

Jednoduchá a pro psy okamžitě pochopitelná hra, z počátku mačkej a krabať ručník jen málo, aby se záhyby nepřekrývaly. Zajisti psovi dostatek místa, aby mohl úkol obcházet ze všech stran. Jako jednodušší variantu rozmísti pamlsky až po zkrabacení.

Jak na to:

1. rozlož ručník na zem na plnou šířku
2. vyskládej náhodně po celé ploše pamlsky
3. ručník lehce zkrabať a zmačkej
4. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.5. Zmačkaný ručník

Zvyšování obtížnosti:

- ručník více krabať, u zkušeného psa se záhyby mohou překrývat
- použij větší osušku nebo deku a prodluž tak dobu hledání
- vyzkoušej podélné nebo příčné rovnoběžné záhyb

* [video](#)



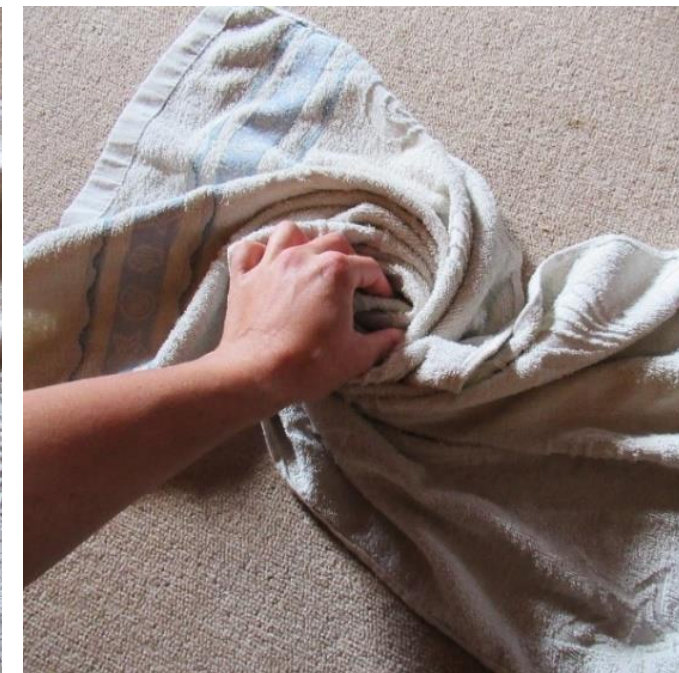
2. A JDE SE HRÁT

2.6. Ručníkový vír

Náročnější hra, proto zvyšuj obtížnost velmi pomalu. Z počátku s ručníkem otáčeš málo a skládej pamlsky spíše dále od středu víru, najít pamlsky blízko středu je pro psa náročnější. Zajisti psovi dostatek místa, aby mohl úkol libovolně obcházet ze všech stran.

Jak na to:

1. rozlož ručník na zem na plnou šířku
2. vyskládej náhodně po celé ploše pamlsky
3. chytň ručník za střed a začni s ním otáčet
4. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.6. Ručníkový vír

Zvyšování obtížnosti:

- středem ručníku více otoč
- pamlsky umístí i blíže ke středu
- použij velkou osušku nebo deku a vytvoř velký vír, nebo více vírů v různých částech

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.7. Odhrnování ručníku

Náročná hra, proto zvyšuj obtížnost velmi pomalu. Z počátku nechej většinu pamlsků volnou a poslední pamlssek viditelný v kapse. Pro zvýšení obtížnosti nechej předposlední pamlssek viditelný v kapse a poslední zakryj ručníkem, apod. Psa vypouštěj vždy ve směru pamlsků a kapsy.

Jak na to:

1. rozlož ručník na zem na plnou šířku
2. na polovinu ručníku blíže u psa vyskládej pamlsky do řady
3. druhou polovinu přelož přes pamlsky, na začátku řady pamlsků utvoř kapsu, aby pes mohl ručník podebrat
4. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.7. Odhrnování ručníku

Zvyšování obtížnosti:

- obtížnost zvyšuj postupně – nejprve nechej odkryté všechny pamlsky a poslední bude v kapse, až si pes bude jistý, nechej odkrytou většinu pamlsků, poslední bude zakrytý ručníkem a předposlední v kapse, atd.

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.8. Ždímání ručníku

Obtížnost hry zvyšuj pomalu, hra může být jednoduchá i velmi složitá. Zajisti psovi dostatek místa, aby mohl úkol obcházet ze všech stran.

Jak na to:

1. rozlož ručník na zem na plnou šířku
2. chytň ručník na koncích a ždímavým pohyb ho zkrť, zpočátku málo
3. do vzniklých záhybů naskládej pamlsky
4. nechej psa vyřešit úkol



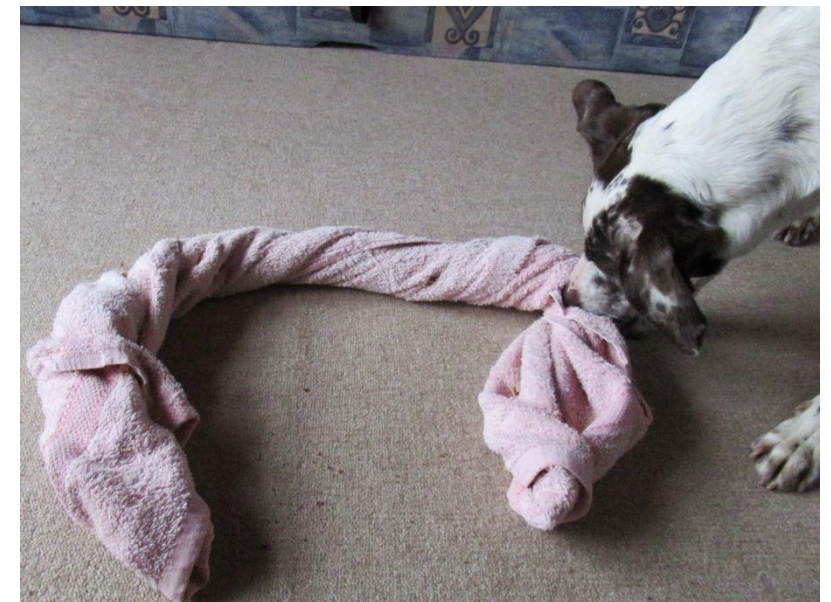
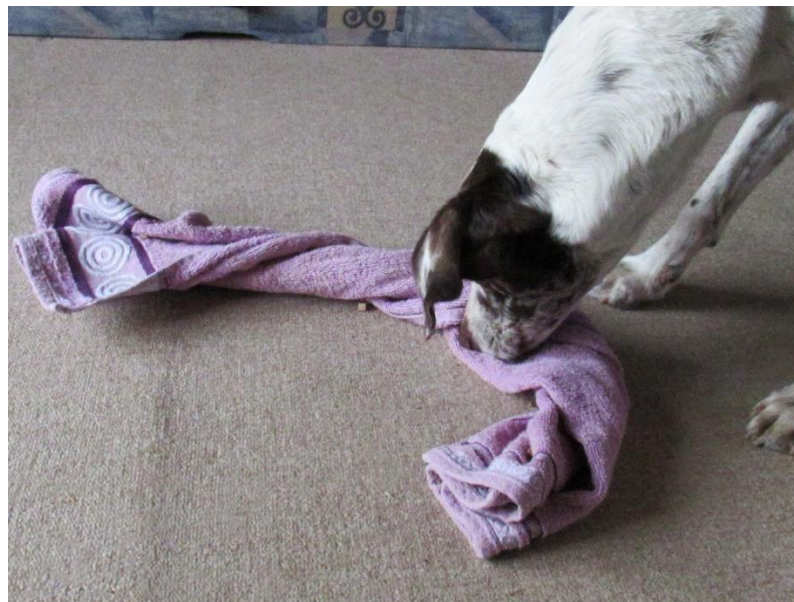
2. A JDE SE HRÁT

2.8. Ždímání ručníku

Zvyšování obtížnosti:

- intenzivnější ždímání ručníku – pro psa bude náročnější vybrat pamlsky z užších záhybů, obzvlášť ve spodní části
- zkus zkroucený ručník tvarovat do oblouku nebo vlnovky
- použij větší osušku nebo deku

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.9. Ručníkový uzel

Pro tuto hru budeš potřebovat dva ručníky. Zajisti psovi dostatek místa, aby mohl úkol obcházet ze všech stran a libovolně s ním pohybovat.

Jak na to:

1. rozlož na zem oba ručníky kolmo na sebe, aby se v půlce křížily
2. postupně přes sebe ručníky uzluj, volné konce zastrč dovnitř
3. do vzniklých záhybů a otvorů naskládej pamlsky, aby byly pro psa dosažitelné, ale při prvním pohybu nevypadly
4. nechej psa vyřešit úkol



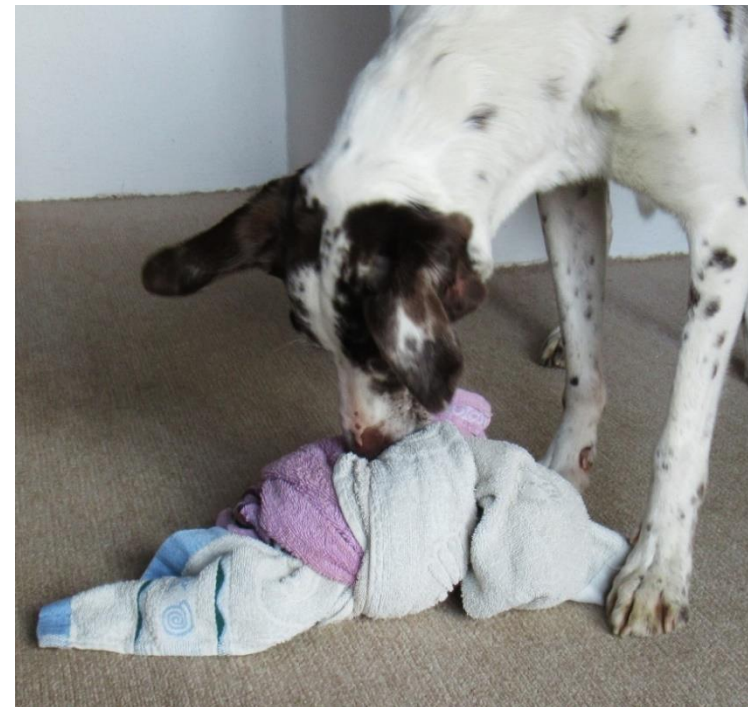
2. A JDE SE HRÁT

2.9. Ručníkový uzel

Zvyšování obtížnosti:

- využij dlouhou látku, na které můžeš udělat více uzlů
- místo kulovitého tvaru nechej některou stranu uzlu delší, aby nebyl pohyb pravidelný

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.10. Omotaný ručník

Pro tuto hru budeš potřebovat židli. Zajisti psovi dostatek místa, aby mohl úkol různě obcházet.

Jak na to:

1. obmotej ručník střídavě kolem dvou nohou židle, maximálně ve výšce hlavy psa
2. vzniklé plochy a záhyby naplň pamlsky tak, aby byly dobře dosažitelné z vnější strany židle
3. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.10. Omotaný ručník

Zvyšování obtížnosti:

- využij více ručníků a obmotej více stran židle
- využij více ručníků a vytvoř více pater – pro psa bude zajímavé hledat v různých výškách

* [video](#)



2. A JDE SE HRÁT

2.11. Ručník ve spirále

Hra, při které můžeš obtížnost jednoduše přizpůsobovat.

Jak na to:

1. smotej ručník do spirály, zpočátku jen volně
2. do vzniklých záhybů naskládej pamlsky
3. nechej psa vyřešit úkol



2. A JDE SE HRÁT

2.11. Ručník ve spirále

Zvyšování obtížnosti:

- spirálu více utáhni
- použij větší osušku nebo deku

* [video](#)



3. ZÁVĚR

Přeji spoustu společné zábavy při hraní her!

Pro jistotu, ještě jednou pro připomenutí, dbej na:

- klidné a bezpečné místo
- vhodné pamlsky (nelepivé, nedrobivé)
- vhodná obtížnost úkolu
- vhodná délka hrací lekce

Během hraní her vždy sleduj psa a dbej na jeho pohodu a uvolnění. Příliš náročné úkoly budou psa frustrovat, proto zvedej obtížnost velmi pomalu. Pes bude raději hrát několikrát dokola hru, která už je pro něj jednoduchá, než řešit velmi náročný úkol, na který ještě není připravený.

Vždy si dopředu promysli, co v hrací lekci zamýšlíš:

- potřebuješ psa **psychicky unavit** – kombinuj lehké i složité úkoly
- chceš psa **zrelaxovat** po náročných závodech nebo dovolené – kombinuj lehké úkoly, které pro něj bude jednoduché vyřešit

3. ZÁVĚR

Vždy hry přizpůsob konkrétnímu psovi a jeho problémům:

- pokud má pes problém se zády, předními končetinami nebo bříškem, raději mu hry vždy přichystej na vyvýšené místo (třeba bedýnku), aby tyto partie příliš nezatěžoval
- pokud máš psa s krátkým čumákem, je pro něj hledání obtížnější a hůře se mu vybírají pamlsky, dělej mu proto úkoly s kratší dobou čmouchání a nedávej pamlsky do hlubokých záhybů
- při vysokých teplotách jsou vhodnější kratší úkoly, aby se pes v pauzách mohl chladit dýcháním

Při vysokých teplotách je pro psa příjemným **ochlazením** hra s vlhkým ručníkem.

Videa ke všem hrám najdeš pohromadě v tomto [seznamu](#).

3. ZÁVĚR

3.1. Kam dál

Věřím, že jsem Ti tímto ebookem předala inspiraci na jednoduché hry, které vás budou s psíkem oba bavit a strávíte při nich spoustu příjemných chvil. Pokud by sis s něčím nevěděl rady, neváhej mi napsat na info.doggytrail@gmail.com.

Pokud bys hledal další tipy, jak zabavit svého chlupáče doma i venku, můžeš se inspirovat v článkách [Čmuchací hry a hlavolamy](#), [Procházkové hry](#) nebo [Funkční cviky](#).

