

Lesplan treibball voor beginners



Na twee basiscursussen treibball te hebben gegeven heb ik een beknopt lesplan gemaakt, waarmee je als instructeur tien lessen (iets meer of minder kan natuurlijk ook) voor beginnende treibballers kunt invullen. Veel lesgeef-plezier!

Tijdens de basiscursus staan eigenlijk vier dingen centraal:

- ✓ Het aanleren van de 'out' (hond achter de bal laten plaatsnemen).
- ✓ Het aanleren van de 'push' (hond de bal leren duwen).
- ✓ Het leren werken op afstand ('vooruit' met 'links' en 'rechts').
- ✓ Het plezier in het werk en het (samen)werken met zo veel mogelijk leuke variaties.

Les 1

Introductie

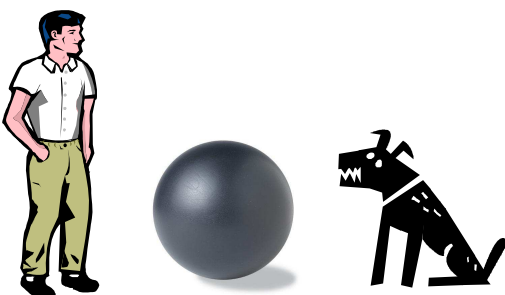
- Voorstelrondje cursisten: wie ben je, vertel eens wat over je hond, waarom treibball? Stel jezelf als instructeur ook voor!
- Korte uitleg van de sport: het belang van balbeheersing en samenwerking, het werken met één, drie, zes en uiteindelijk acht ballen. Wat je wilt dat het (eind)plaatje voor de hond gaat worden: binnenbrengen van de bal tegen de benen van de baas = beloning.
- Laat je cursisten kiezen welke woorden ze willen gebruiken voor 'out' en 'push' én voor hun stembeloning (een vast markeerwoord als bijvoorbeeld 'goed zo' om de hond aan te geven dat dit de handeling is die je graag wilt zien, eventueel aangevuld met bijvoorbeeld 'super' voor een topuitvoering).

Aan het werk

- Start aanleren van 'out': de hond 'op twaalf uur' achter de bal (of pion: handig als de hond te gek is op de bal en die steeds wil duwen) laten zitten, in positie brengen met behulp van een brokje, belonen altijd achter de bal door het voer over de bal aan de hond te geven. Zo leert hond achter de bal te blijven.
- Start aanleren van 'push': brokje eerst bijna en dan helemaal onder de bal, zodat hond de bal met zijn kop moet wegduwen om bij het lekkers te komen. Wijs hond met een 'zoek' op het brokje, zeg 'push' op het moment dat de hond de bal wegduwt.

(Na)praatje

- Uitleg over het grote belang van het goed leren timen bij het belonen met je stem: zeg 'push, goed zo!' op het moment dat de hond doet wat hij moet doen, *en dat is dus als de hij met zijn kop de bal raakt*, niet op het moment dat hij het brokje gevonden heeft!
- Respect voor de bal is belangrijk: geen tanden gebruiken, niet jagen, niet alleen met de bal laten spelen! De bal is alleen interessant in combinatie met de eigenaar.
- Huiswerk voor de komende weken: niet iedereen heeft thuis een bal, maar vertellen en laten zien dat je 'out' ook met een pion of eigenlijk elk ander voorwerp (van stoel tot stofzuiger) kunt oefenen, en 'push' desgewenst ook met een voet- of strandbal.

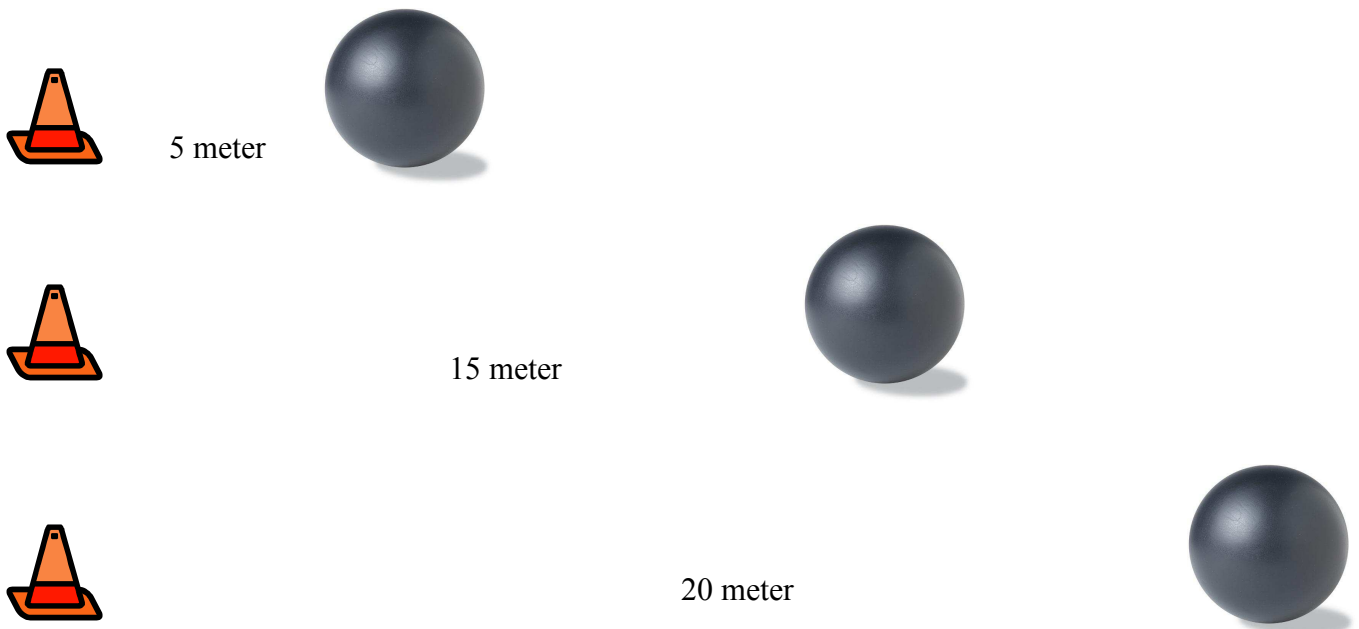


Werken op twaalf uur: hond altijd recht tegenover de baas aan de andere kant van de bal. Maak dat visueel voor je cursisten!

Les 2

Introductie

- Even bijpraten naar aanleiding van eerste les. Zijn er nog vragen? Thuis nog geoefend? Zo ja, hoe is dat gegaan?
- Nieuw in deze les is dat we een beginnetje maken met vooruitsturen. Straks moet de hond namelijk een behoorlijk eind van de cursist af kunnen lopen om een bal op te halen! Laat op het veld, nog niet om mee te werken maar alleen ter info, aan de hand van met drie pionnen en drie ballen naast elkaar uitgezette afstanden zien hoe ver je de hond moet kunnen sturen: bij het eerste niveau ligt de bal op 5 meter, bij het tweede niveau (drie ballen) op 15 meter en bij het derde en vierde niveau (zes en acht ballen) op 20 meter: dat geeft de cursisten een beetje een idee waar ze naar toe zullen gaan werken.



Zo maak je inzichtelijk wat de (uiteindelijke) bedoeling is!

Aan het werk

- 'Out' oefenen: kijk of en hoe de cursisten het doen, heeft iedereen de twaalf uur-positie begrepen? Zorg dat cursist bij 'out' naar de bal kijkt, niet naar de hond!
- 'Push' oefenen: kijk bij wie het brokje onder de bal al af te bouwen is. Hoe sneller je kunt stoppen met iets onder de bal te leggen des te beter, daarmee voorkom je dat de hond blijft hangen in het zoeken onder in plaats van het duwen tegen de bal. Kijk dus of de hond ook al duwt als er geen brokje onder de bal ligt, of als je net doet alsof je een brokje onder de bal legt. Let op: als er niets onder de bal ligt zeg je geen 'zoek' meer (er is immers niets meer te vinden), alleen 'push'.

- Nieuw: het vooruitsturen. Eerst zonder bal, alleen met behulp van een vooruitstuurpaaltje: samen met de hond naar het paaltje lopen, daar iets lekkers op leggen dat de hond er af mag eten, dan iets lekkers neerleggen waar de hond niet bij kan, een klein stukje weglopen (kijk wat lukt: soms begin je bij een meter, soms kun je al een iets grotere afstand nemen), de hond op het paaltje richten/naar het paaltje laten kijken en hem daar dan met een 'vóóruit' daar naartoe sturen. Loop achter de hond aan en leg weer wat op het paaltje wat hij er af mag eten, zodat hij leert dat hij bij het paaltje blijft wachten. Gaat dat goed? Oefening nog een keer herhalen. Hoe meer en lekkerder het lekkers, des te sneller en gretiger de hond vooruit zal willen gaan!

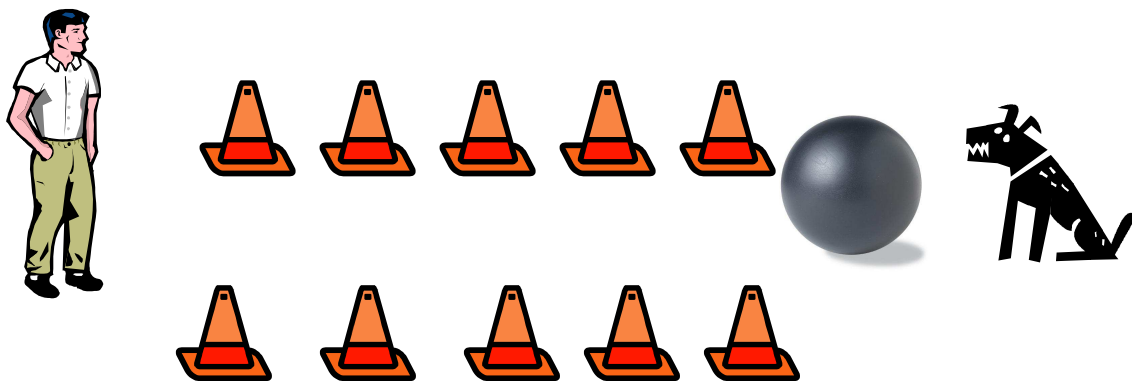
(Na)praatje

- Uitleg over het belang dat je de hond de tijd geeft om zelf na te denken. Dus na bijvoorbeeld 'out' niet meteen nog drie keer 'out' roepen en gebaren, maar geef de hond, als hij de beweging en bedoeling van het commando kent, even de tijd om zelf na te denken en zelf uit te vogelen wat ook alweer de bedoeling is. Tel daarbij in gedachten gerust 30 tot 45 seconden af: zolang de hond nog aandacht voor zijn baas en de bal heeft, is hij aan het denken! Wij zijn vaak te snel met helpen. Kijk of het kwartje valt. Snapt/doet de hond het echt niet, dan natuurlijk wél meteen én goed helpen.
- Grote valkuil bij treibball is dat cursisten geneigd zijn te lang door te gaan: zonder dat men er meestal erg in heeft, worden oefeningen als 'out' en 'push' vaak tientallen keren herhaald. De hond kan daardoor zijn interesse en motivatie verliezen. Leg uit dat drie tot vijf keer een goede 'out' en drie tot vijf keer een keurige 'push' meer dan voldoende zijn. Goed is goed, en klaar is klaar! Niet stiekem tóch nog een keertje proberen! Meestal gaat het dan fout en sluit je de trainingssessie negatief en vooral met een onvoldaan gevoel af.

Les 3

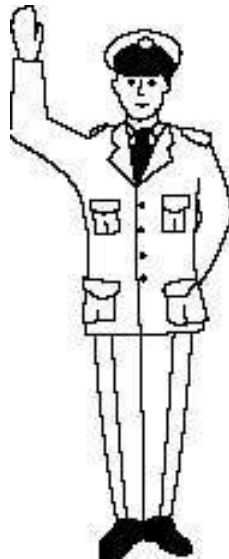
Aan het werk

- Maak met behulp van twee rijen pionnen, hekwerkjes of in de lengte geplaatste cavaletti's een 'push-sstraatje', zodat de hond hulp krijgt de bal in een rechte lijn te duwen. Lukt het om in plaats van maar één keer push de hond twee of zelfs drie keer te laten pushen?



Een straatje van bijvoorbeeld pionnen helpt de hond in een rechte lijn te leren duwen.

- Vooruitsturen: herhaal de oefening van de vorige les en voer de afstand naar het paaltje langzaam op.
- ‘Out’ oefenen: laat de cursisten eens kijken of hun hond de twaalf uur-positie goed begrepen heeft: als de handler een kwart slag draait, draait de hond dan automatisch een kwart slag mee, zodat hij weer op twaalf uur komt? Super! Oefen dit eerst met een (grote) pion en dan met de bal. Leer de cursisten hun lichaam/schouders te gebruiken om de hond te sturen en leer ze te kijken naar de plek waar ze de hond willen hebben: dus niet kijken naar de hond, maar (de plek achter) de bal.
- Nieuw: het ‘halt, politie!’-gebaar, oftewel een teken met je arm (hoog opgestoken met open handpalm naar voren gericht) om de hond te laten zitten. Straks op afstand, nu eerst gewoon dichtbij aan de riem. Laat de mensen met een duidelijk gebaar het politie-stopteken maken en kijk wat er gebeurt: grote kans dat de hond uit zichzelf gaat zitten. Beloon! Oefen dit een paar keer.



Halt, politie! = zit

(Na)praatje

- Benadruk het belang van duidelijke signalen. Hoe duidelijker (en rustiger) de cursist in zijn (lichaams)taal is, hoe beter de hond snapt wat de bedoeling is!

Hoelang duurt een les?

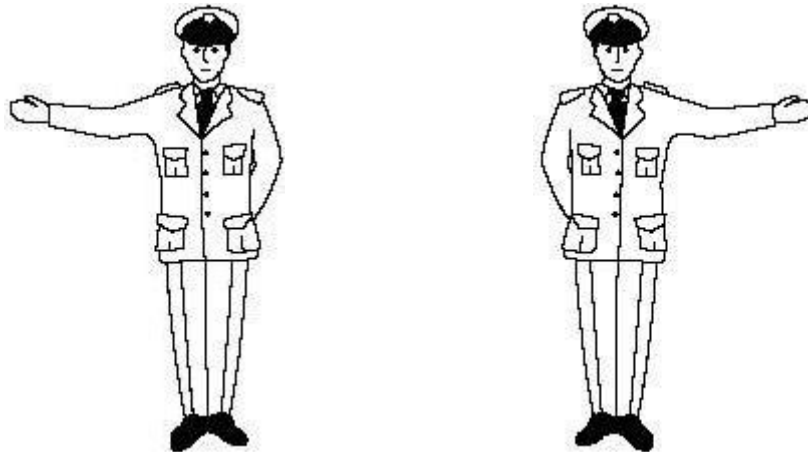
Je zult bij treibball merken dat een les van maximaal drie kwartier vaak al meer dan genoeg is en de honden na even oefenen al snel helemaal ‘op’ zijn. Leg je cursisten uit dat een les slechts zo lang duurt als dat hun honden aankunnen. Soms ben je al na vijftien minuten goed trainen gewoon al klaar! Ga dan gewoon even lekker wat anders doen.



Les 4

Aan het werk

- Het ‘halt, politie!’-zitgebaar van vorige week kort oefenen.
- Vooruitsturen: zo ver als de cursisten aankunnen, eerst met alleen het paaltje, daarna als nieuwe situatie nog een keer, maar dan met een (kleine) treibball direct voor het paaltje gelegd.
- ‘Halt, politie!’ en vooruitsturen aan elkaar koppelen: laat de cursist de hond nu vanaf een kleine afstand naar de bal met daarachter het vooruitstuurpaaltje sturen en laat hem, als de hond achter de bal bij het paaltje staat, het ‘halt, politie!’-gebaar maken. Gaat de hond daarop zitten? Super! Meteen naar de hond toe en hem belonen!
- Push oefenen met behulp van het straatje.
- Nieuw: de hond naar links en rechts leren sturen. Je kunt heel simpel beginnen door de cursist een handvol brokjes te laten pakken, waarna hij achtereenvolgens een brokje naar links en dan een brokje naar rechts gaat gooien, waar de hond achteraan mag gaan om het op te eten. Als de hond dit een paar keer gedaan heeft, kunnen de commando's worden toegevoegd zodra de baas gooit: ‘links!’ en ‘rechts!’.
- Gaat dit sturen al een beetje? Zet dan twee grote pionnen neer. Laat de cursist de hond vanaf kleine afstand naar de linker pion ‘out’ sturen. Zit de hond achter de linker pion? Laat de cursist één pas of enkele stappen naar rechts doen, al naar gelang wat nodig is om de hond in beweging te krijgen, en kijk of hij de hond met een ‘rechts out!’ en een duidelijk armgebaar achter de rechter pion kan laten zitten. Direct belonen als het goed gaat! Vanaf de rechter pion kun je kijken of de hond ‘links out’ wil. Zorg dat de cursist in dit stadium alle stapjes beloont. Veel mensen hebben de neiging om meteen een setje van rechts-links-rechts-links-rechts achter elkaar te willen doen, en dan gaat het vaak fout.



Let op duidelijke armsignalen van je cursist: arm helemaal naar opzij. Veel mensen wijzen bij het links en rechts sturen naar de betreffende pion of bal en houden daarbij hun arm naar voren in plaats van opzij. Voor de hond is dat commando niet goed zichtbaar. Dus niet wijzen, maar echt breed gebaren, in combinatie met je stem.

Is rechts nou links of...

Als je de hond met je rechterarm achter de voor jou rechter pion stuurt, dan is dat voor de hond toch eigenlijk links in plaats van rechts? Inderdaad, maar voor veel cursisten is het moeilijk die ‘vertaalslag’ te maken. Misschien maar niet te veel nadenken over wat links en rechts is, in de praktijk blijkt dat de hond vooral op de armrichting let, wat je ook zegt. ☺

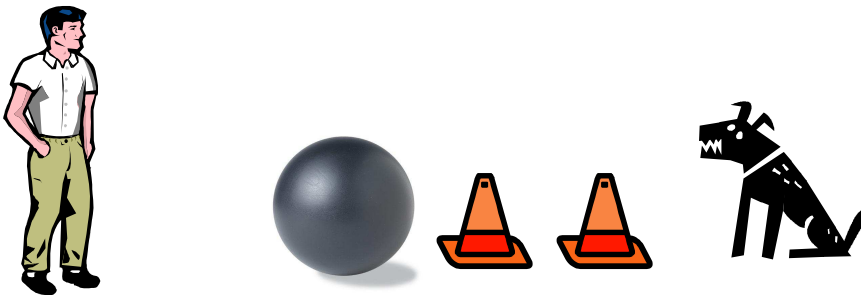
Les 5

Introductie

- Vergeet niet af en toe te checken hoe de cursisten de vorige les(sen) hebben ervaren. Wat vinden ze moeilijk, wat gaat ze goed af? Daar kun je de les dan op afstemmen.

Aan het werk

- Vooruitsturen in combinatie met een 'vóóruit, out!' en later een duidelijk 'halt, politie!'-gebaar: eerst met een bal voor het paaltje en vervolgens zonder paaltje achter de bal. Probeer bij deze laatste fase het paaltje eens weg te halen zonder dat de cursist dit ziet. Die zal dan vol vertrouwen de hond over een grote afstand durven uitsturen, er van uitgaande dat jij iets lekkers op het paaltje hebt gelegd (maar dat paaltje stop je stiekem achter je rug). Vertel de cursist met zijn gebaar en stem een heel duidelijke zit te geven zodra de hond achter de bal is. Als de cursist vervolgens merkt dat hij de hond over een best grote afstand achter de bal kan laten zitten zonder dat er een paaltje stond, zorgt dat voor een extra 'wauw'-effect. Laat cursist blij en snel naar de hond toe lopen om hem achter de bal te belonen.
- 'Out' met naar links en rechts sturen oefenen: eerst met twee pionnen, daarna met twee ballen.
- Leg een bal neer met daarachter een of twee pionnen. Laat de cursist de hond 'out' sturen. Gaat de hond achter de (tweede) pion zitten? Dan heeft hij begrepen dat hij bij 'out' altijd het achterste punt moet opzoeken!



Ja, dát is out!

- Oefenen 'push': eerst door een extra lang straatje, en kijk daarna eens wat er gebeurt als de hond de bal over een kleine afstand 'los' duwt. Gaat hij al een beetje 'sturen'? Leer de cursist om na elke push met zijn stem feedback te geven ('push, goed zo!'), maar pas na een paar pushes met voer te belonen.
- Nieuw: les in brokje gooien en vangen. Bij het over de bal heen belonen zie je dat de hond, als hij het voer daarbij uit de hand van de cursist krijgt, vaak langs bal loopt en naar zijn baas toe gaat om daar de beloning te halen. We willen de hond graag echter achter de bal houden. Dat kan door de cursist te leren het brokje zodanig te gooien dat het óf direct in de bek van de hond belandt (vangen), óf een paar meter achter de hond terechtkomt. Brokje leren gooien oefen je droog, zonder hond: zet iedere cursist op een bepaalde afstand voor een pion neer en geef als opdracht brokjes op één of twee meter precies achter de pion te gooien. Best moeilijk! Let op: goed kunnen gooien is belangrijk om te voorkomen dat de hond heel rare draaien met zijn lijf moet gaan maken om het brokje te bemachtigen. Brokjes leren vangen kan eerst met de hond aan de lijn, daarna los.

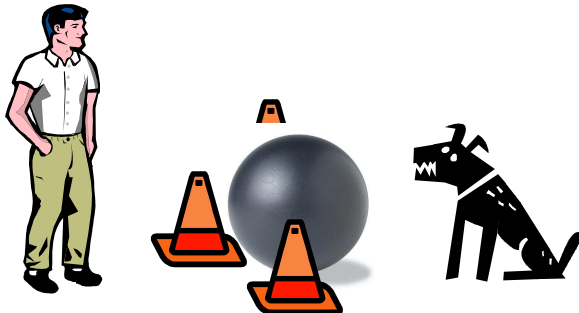
(Na)praatje

- Benadruk het belang van je norm verhogen. Beloon alleen nog voor echt nette outs en voor meerdere pushes. Is de hond het echt even kwijt? Dan natuurlijk even terug naar de basis en belonen voor iedere goede poging tot het gevraagde. Vertel je cursisten dat het altijd een kwestie van balans zoeken is: soms wil de hond niet out en pusht hij alleen maar, het volgende moment kan hij juist het pushen even kwijt zijn. Dat hoort erbij! Hoe sneller en uitbundiger de baas beloont, des te leuker zal de hond het spelletje (blijven) vinden!

Les 6

Aan het werk

- Vooruitsturen: lukt het al om een behoorlijke afstand van tien of vijftien meter te halen?
- 'Push' herhalen: kijk of je de bal in plaats van door een straatje eens over een 'rails' kunt laten lopen. Die rails maak je bijvoorbeeld van twee rijen achter elkaar gelegde pvc-buizen, latten van hoogtesprongen, ronde houtpalen of de lange, ronde balken die je in de paardensport gebruikt.
- Werken aan een 'harde' push: als je straks met meerdere ballen werkt, zal de hond flink moeten doorduwen om de achterste bal door de ballen ervoor heen te krijgen. Leg de bal eens op een wasteiltje: durft de hond de bal daar van af te duwen? Of zet een bal klem met wat kleine pionnen. Kan de hond zo hard duwen dat hij de bal over de pion heen richting handler duwt?

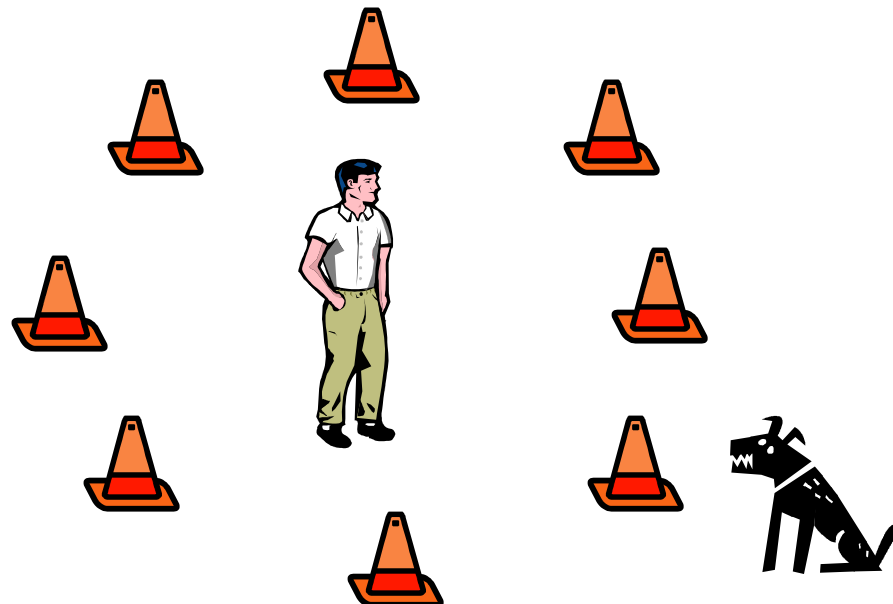


Durft de hond de bal over de (kleine) pion heen naar de baas te duwen?

- Nieuw: introduceer het werken met drie ballen. Leg drie ballen in driehoeksvorm en kijk of de hond 'out' kan achter de achterste bal. Gaat dat goed? Laat de cursist dan draaien en kijkt of de hond meedraait om weer op twaalf uur te komen. Voorbeeld: als de cursist op positie 1 staat, kan hij de hond achter de witte bal 'out' sturen. Als hij daarna doordraait naar positie 2, kan hij de hond achter de witte bal sturen, en vervolgens vanaf positie 3 achter de blauwe bal.



- Nieuw: introduceer het werken op de cirkel. Zet acht pionnen neer in een cirkelvorm en laat de cursist in het midden van de cirkel plaatsnemen. Kan hij de hond met armgebaren in combinatie met ‘links out’ of ‘rechts out’ achter de pionnen rondsturen? Laat de cursist in het begin als hulp meelopen en/of dichterbij de pionnen plaatsnemen om de hond in beweging en van pion naar pion ‘out’ te krijgen. Hij hoeft uiteraard niet het hele rondje af.



Een cirkel uitzetten? Neem een tentharing of barbecuepin met daaraan een stuk plastic lint of koord van vijf meter. Prik de pin in de grond en loop met het lint weg tot je aan het einde van de vijf meter bent. Je staat nu op de rand van je cirkel. Zet zo op noord, zuid, oost en west van de cirkelrand pionnen neer. Daartussen plaats je de overige vier pionnen. Klaar is je cirkel!

(Na)praatje

- Let op dat de cursisten niet te lang achteruit blijven lopen tijdens het pushen, maar op een gegeven moment stoppen en stilstaan, zodat de hond de bal tegen hun benen aan kan duwen en daarmee zijn ‘eindpunt’ heeft.
- De grootte en structuur van de beloning is belangrijk, zeker als je het voer achter de hond gooit: om de vaart erin te houden moet de hond het lekkers goed kunnen zien en vinden, en niet op zoek hoeven naar kleine stukjes en kruimels.

Tijd over?

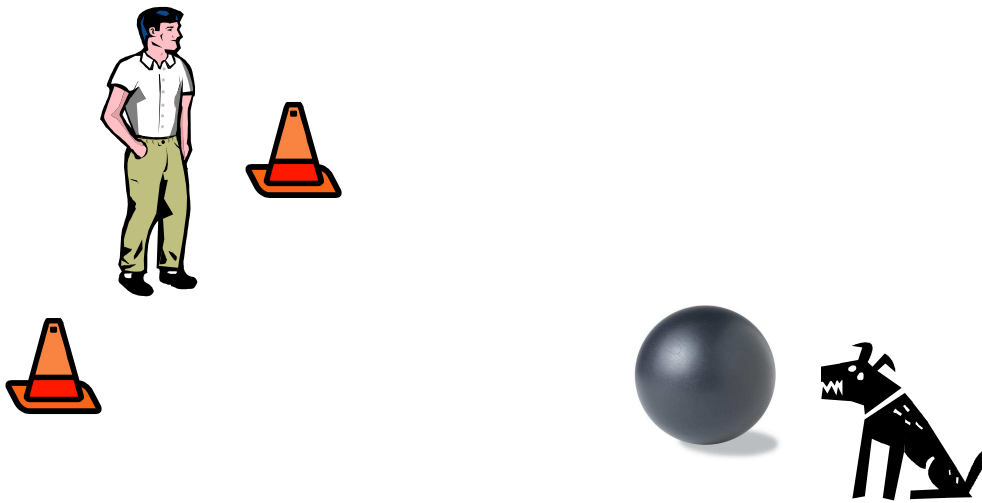
Dan kun je in plaats van de honden ook je cursisten eens wat (balans)oefeningen met de bal laten doen. Misschien was het voor hen nog een goed bewaard geheim, maar je kunt zelf op die bal bijvoorbeeld heel lekker zitten – én toekijken hoe je medecursisten het doen, dat is trouwens heel leerzaam. Als het goed is, is je clubje cursisten nu onderling zo met elkaar vertrouwd geraakt dat ze het niet echt gek of eng zullen vinden om zelf eens wat met de bal uit te proberen. Laat ze bijvoorbeeld zitten op de bal en dan één en vervolgens twee voeten van de grond halen. Oei, het kan best wat spierkracht vergen om daarbij je evenwicht te houden!



Les 7

Aan het werk

- Je zult merken dat je cursisten steeds meer zelfstandig met een bal aan de slag kunnen: in plaats van steeds één voor één iets onder jouw leiding doen zullen ze steeds individueler zelf aan de slag gaan met 'out', 'push', 'vooruit', 'links' en 'rechts', waarbij jij over het veld loopt en bij iedereen langskomt om te kijken hoe gaat en daarbij sturing, tips en advies te geven. Je kunt met pionnen, vooruitstuurpaaltjes, push-straatjes en in formatie neergelegde ballen een parcours uitzetten waarop iedereen, door steeds van oefening naar oefening te rouleren, zelf aan de slag kan.
- Boots eens een wedstrijdssituatie op startersniveau na: maak van twee pionnen een drie meter breed doel waarvoor de cursist komt te staan en leg op vijf meter voor het doel een bal die de hond moet binnenhalen:



- Zet eens verschillende (en zoek daarvoor verrassende) voorwerpen neer waarachter de cursist de hond 'out' kan sturen.
- Ga verder met het werken met drie ballen:



Leg de ballen in driehoeksvorm, de voorste twee zodanig ver uit elkaar dat de hond, na 'out' te zijn gestuurd', de derde achterste bal er zonder al te veel kracht doorheen kan duwen. Gaat dat goed? Dan de ballen steeds iets dichterbij elkaar leggen.



Laat de hond 'out' gaan achter drie ballen die recht achter elkaar liggen. Dappere honden mogen pushen!



Leg drie ballen op een rij naast elkaar en stuur de hond achter de ballen langs van links naar rechts. Herhaal daarbij niet eindeloos 'links out' en 'rechts out' (denk aan het gebruik van goede handgebaren ('halt, politie!' en armsignalen (arm gestrekt naar links of naar rechts), maar laat de hond de bal ook af en toe pushen. Het naar beneden halen van de opgestoken 'halt, politie!' arm dient daarbij, naast het stemcommando, als extra push-sigitaal voor de hond: arm en hand hoog = wacht en zit en arm en hand naar beneden = push is extra handig als je op grotere afstanden werkt en de hond je mogelijk niet altijd goed kan horen!

Het kwartje valt

Je zult naarmate de lessen vorderen steeds vaker cursisten horen roepen dat het kwartje bij hun hond is gevallen. Vaak ligt het omslagpunt ergens halverwege de cursus. De eerste lessen worden vaak wat 'saai' gevonden, maar zodra de hond de bedoeling van het 'out' en 'push' begrijpt én cursist en hond steeds meer vaardigheid krijgen in het samenwerken krijgt iedereen de smaak te pakken. Je zult ook merken dat cursisten, vaak gaat dat bij hen ongemerkt, steeds vaker los van de lijn en op grotere afstand van hun hond gaan werken. Een kwestie van aandacht voor en vertrouwen in elkaar!

Les 8

Aan het werk

- Zet op het veld een aantal oefeningen uit die de cursisten zelfstandig kunnen doen. Herhaal vooral datgene waar volgens jou nog extra aan gewerkt moet worden.
- Maak met behulp van pionnen of halve bollen een parcours met twee, drie of meer poortjes dat de cursisten één voor één kunnen afleggen. Gebruikt de cursist zijn stem en lichaam goed om de hond te sturen? Kan de hond zelf al een beetje sturen?



finish



3

2



1

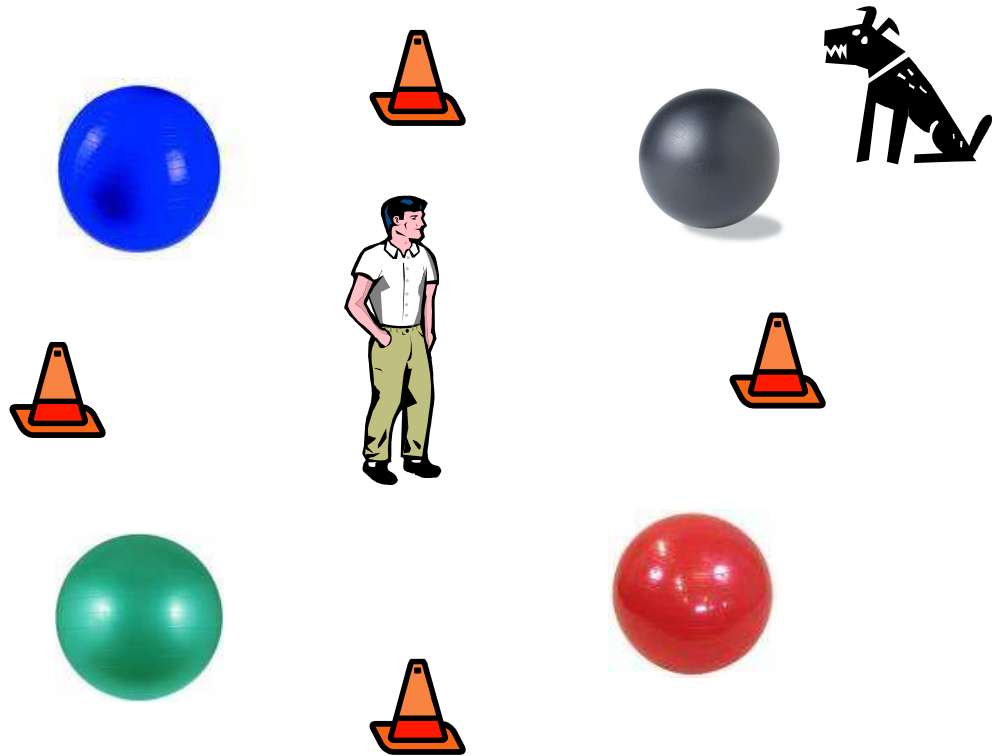


Cursist en hond beginnen bij poortje 1. Baas loopt achteruit richting poortje 2, hond pusht. Onderweg zal de cursist een bocht moeten maken en de hond een kwartslag moeten laten draaien achter de bal om goed bij poortje 2 uit te komen. Idem tussen poortje 2 en 3: halverwege even stoppen, de hond in goede 'out' positie zetten en dan op naar de finish!

Les 9

Aan het werk

- Zet op het veld een cirkel op, ditmaal niet alleen met pionnen, maar ook met ballen. Gebruik vier pionnen en vier ballen. Laat de cursist in het midden van de cirkel staan en geef, al naar gelang de combinatie aankan, verschillende opdrachten:



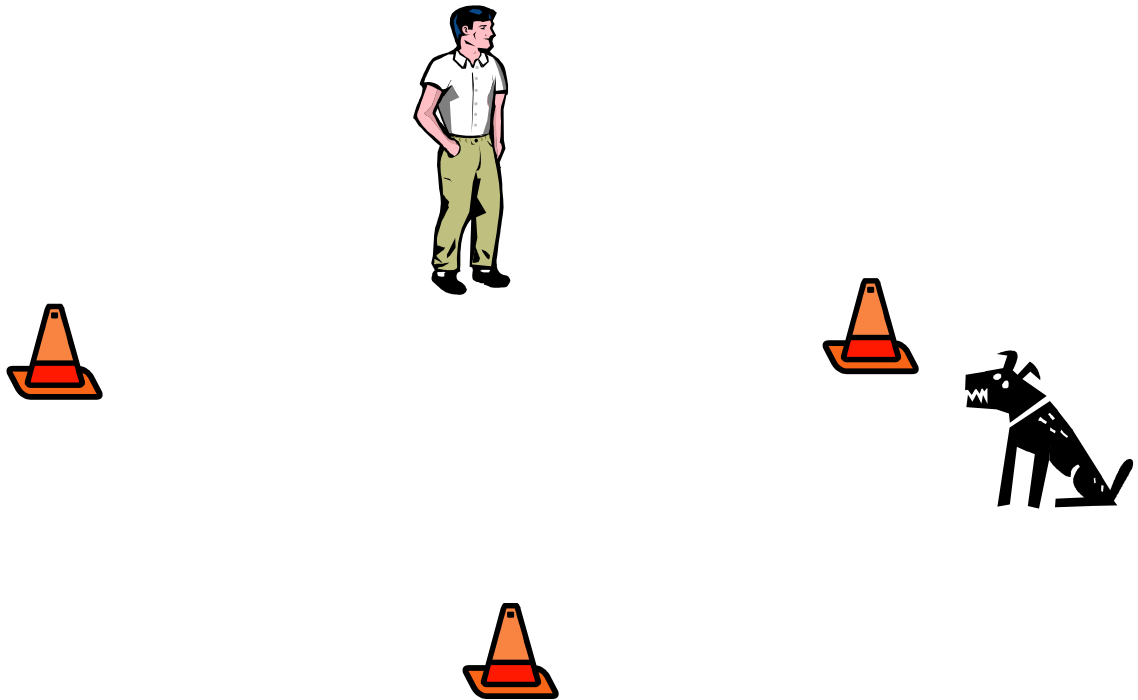
Kan de cursist de hond bijvoorbeeld vanachter de zwarte bal naar de rode bal 'out' sturen? En de hond van de rode bal helemaal laten om/doorlopen naar de blauwe bal? Of kan hij de hond van pion naar pion sturen, achter de ballen langs? Of kan hij de hond van de zwarte naar de groene bal sturen en die groene bal met 'push' laten binnenbrengen? Bij gevorderde groepen kun je de cirkel groter maken en meerdere handlers met honden, mits goed met elkaar vertrouwd, op de cirkel laten werken: iedereen stuurt dan zijn honden gelijktijdig uit achter een bal (vooraf afspreken welke hond welke bal) en laat ze gelijktijdig de bal binnenbrengen.

Time-tip

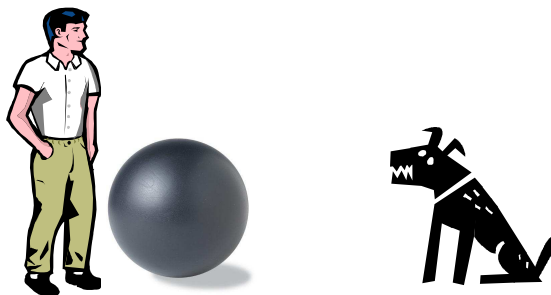
Merk je dat je cursisten moeite hebben met het goed timen van het met hun stem markeren van de juiste 'out'-positie, of het belonen van de 'push'? Geef ze een tennisbal en laat ze die een paar keer op en neer stuiteren, met daarbij de opdracht om *precies* op het moment dat de bal de grond raakt 'goed zo!' (of een ander beloningswoord) te zeggen.



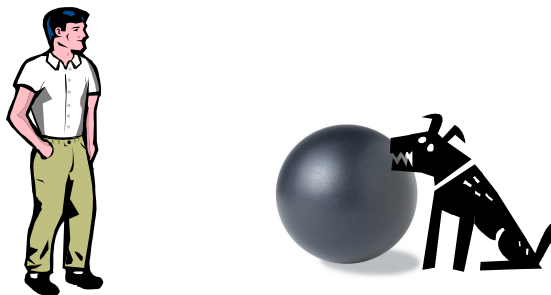
- Variant op het vooruitsturen: zet op het veld een grote driehoek uit met vooruitstuurpaaltjes, die je markeert met pionnen. Kan de cursist, desgewenst met mee- of inlopen en met gebruik van goede armsignalen, zijn hond van paaltje/pion naar paaltje/pion sturen? Maak de afstanden waarover je werkt steeds groter, al naar gelang de combinatie aan kan. Je kunt de paaltjes/pionnen gaan vervangen door ballen.



- Goed voor focus en samenwerking: overrollen. Leer cursist en hond de bal om beurten naar elkaar toe te rollen, waarbij het de bedoeling is dat beiden op hun plek blijven:



Baas staat klein stukje (circa een meter) van zijn hond af en rolt bal zachtjes richting hond.



Hond geeft bal op commando 'push' met zijn neus weer een duwtje terug richting/tegen baas.

Les 10

Aan het werk

- Maak met behulp van pionnen of halve bollen als poortje eens een wat moeilijker/uitdagender parcourtje. Je kunt bijvoorbeeld kijken of de hond de bal door smallere poortjes, een tunnel of zelfs door een hoepel wil duwen. Dat vraagt om stuurkunst!



- Varieer en verras. Gebruik bijvoorbeeld eens heel grote, of juist heel kleine ballen om mee te werken. Kan de hond al heel redelijk ‘out’? Rol de bal dan eens zachtjes weg en leer de hond achter de rollende bal plaats te nemen. Kan de hond al meerdere malen achter elkaar ‘push’? Verander dan eens je positie ten opzichte van de hond en kijk of hij al een beetje kan ‘sturen’ om jou te zoeken en de bal bij je te brengen.
- Misschien is een combinatie aan het eind van de beginnerscursus al toe aan meer? Laat een al gevorderde cursist eens proeven van het grote werk en zijn hond een keertje ‘out’ sturen achter zes in driehoeksvorm neergelegde ballen. Valt dat mee, of misschien toch wel een beetje tegen?
- Ga, als de groep dat aankan, eens gezamenlijk werken: zet alle cursisten met hun hond op een rij, met tegenover iedere cursist op vijf meter afstand (of meer) een bal. Laat de cursisten allemaal gezamenlijk op jouw commando hun hond ‘out’ sturen en de honden vervolgens allemaal tegelijk de bal laten binnenbrengen. Of laat ze juist één voor één de hond uitsturen en weer één voor één binnenbrengen. Ook mogelijk: laat de hele groep in één keer hun hond naar de ‘buurbal’ op rechts sturen, of juist naar de ‘buurbal’ op links. Alle honden schuiven dan in één keer één bal door. Zorg aan weerszijden van de rij ballen voor een extra bal, zodat de honden die aan de buitenkant zitten niet op niets uitkomen.



En nu allemaal tegelijk: push!

Dit is een heel ruwe opzet volgens ‘mijn’ manier van lesgeven. Er valt natuurlijk van alles in te veranderen en soms zul je veel sneller, en soms veel langzamer gaan. Je kunt oefeningen naar voren halen of juist naar achteren schuiven. Heb je op- of aanmerkingen, tips, adviezen, ideeën? Aarzel niet ze te mailen! Je kunt me bereiken via jlissenberg@hotmail.com

Eerste hulp bij treibball

www.treibball.nl, voor alle info rond onder meer reglementen en wedstrijden.

www.treibball.multiforum.nl, forum, heel handig om vragen te stellen aan andere instructeurs.

www.treibballfilmpjes.blogspot.com, grote collectie filmpjes met veel lesvoorbeelden en trainingstips, ideaal om van te leren en als inspiratiebron.

© Judith Lissenberg, juni 2011