

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ!

Квадробинг – это опасное явление, которое может привести к серьезным травмам, а иногда и к смерти подростков.

Вот несколько способов профилактики квадробинга:

1. Повышение осведомленности:

Родители должны открыто обсуждать с подростками опасности квадробинга, подчеркивая возможные травмы, последствия для здоровья.

2. Развитие альтернативных видов

Поддерживайте увлечение детей безопасными видами спорта, такими как плавание, баскетбол, футбол, танцы, шахматы, волейбол и т.д.

* Организация спортивных секций: Поддерживайте клубы по интересам, которые предлагают альтернативные занятия, чтобы увлечь детей и отвлечь их от опасных развлечений.

3. Укрепление семейных связей:

Занимайтесь с детьми интересными делами, ходите в кино, театр, на природу, путешествуйте, играйте в настольные игры.

Важно помнить:

Профилактика квадробинга должна начинаться с раннего возраста.

Квадробика



ПОПУЛЯРНОЕ ПОДРОСТКОВОЕ УВЛЕЧЕНИЕ

РАЗБИРАЕМСЯ ВМЕСТЕ



vk.com/nicmp

ЧТО ТАКОЕ КВАДРОБИКА?



Квадробика – это новый вид физической активности среди подростков, когда они передвигаются на четвереньках, копируя движения животных.



Многие подростки для этого **надевают анималистические маски и костюмы (изображающие животных)**.



Это может быть **безобидным видом спорта**, если **не нарушать правила поведения** в общественных местах.





СВЯЗЬ С СУБКУЛЬТУРОЙ ФУРРИ

- **Квадробика** имеет **некоторые пересечения** с **субкультурой фурри**, члены которой отождествляют себя с **антропоморфными животными персонажами**.
- И **квадроберы**, и **фурри** часто **надевают ушки, маски, хвосты**, копируя повадки животных.
- Однако далеко **не все квадроберы являются фурри** и наоборот. Это **два разных**, хотя и пересекающихся **явления**.
- **Главное** – оценивать конкретное поведение подростка, а **не судить по внешним атрибутам**.



ВОЗМОЖНЫЕ РИСКИ КВАДРОБИКИ



Травмы из-за сложных поз без подготовки.



Нарушение общественного порядка.

Агрессивное поведение к людям и животным.



Порча имущества.





КОГДА СЛЕДУЕТ ПРИНИМАТЬ МЕРЫ?



- Если подросток **проявляет агрессию**, кусается, лает, **нападает на людей/животных**.
- При **порче имущества** во время занятий квадробикой.
- Если **увлечение мешает учебе, работе, отношениям с близкими**.
- Если вы замечаете **замкнутость, депрессию, нежелание общаться**.
- Если подросток **отказывается следовать установленным правилам**.

В ТАКИХ СЛУЧАЯХ НЕОБХОДИМО ВЫЯСНИТЬ ПРИЧИНЫ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ И ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ К ПСИХОЛОГУ.

ВАЖНО ДЕЙСТВОВАТЬ СО СПОКОЙСТВИЕМ И ПОНИМАНИЕМ.

vk.com/nicmp



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ И ПЕДАГОГАМ



- **Не паникуйте**, квадробика сама по себе не опасна;
- обсудите с подростком **правила поведения в обществе**;
- попытайтесь **выяснить причины** в семье или школе;
- напомните о необходимости **контролировать эмоции**;
- **физическую активность** лучше проводить под руководством тренера;
- **при агрессии, протестном поведении обратитесь к психологу**.



vk.com/nicmp