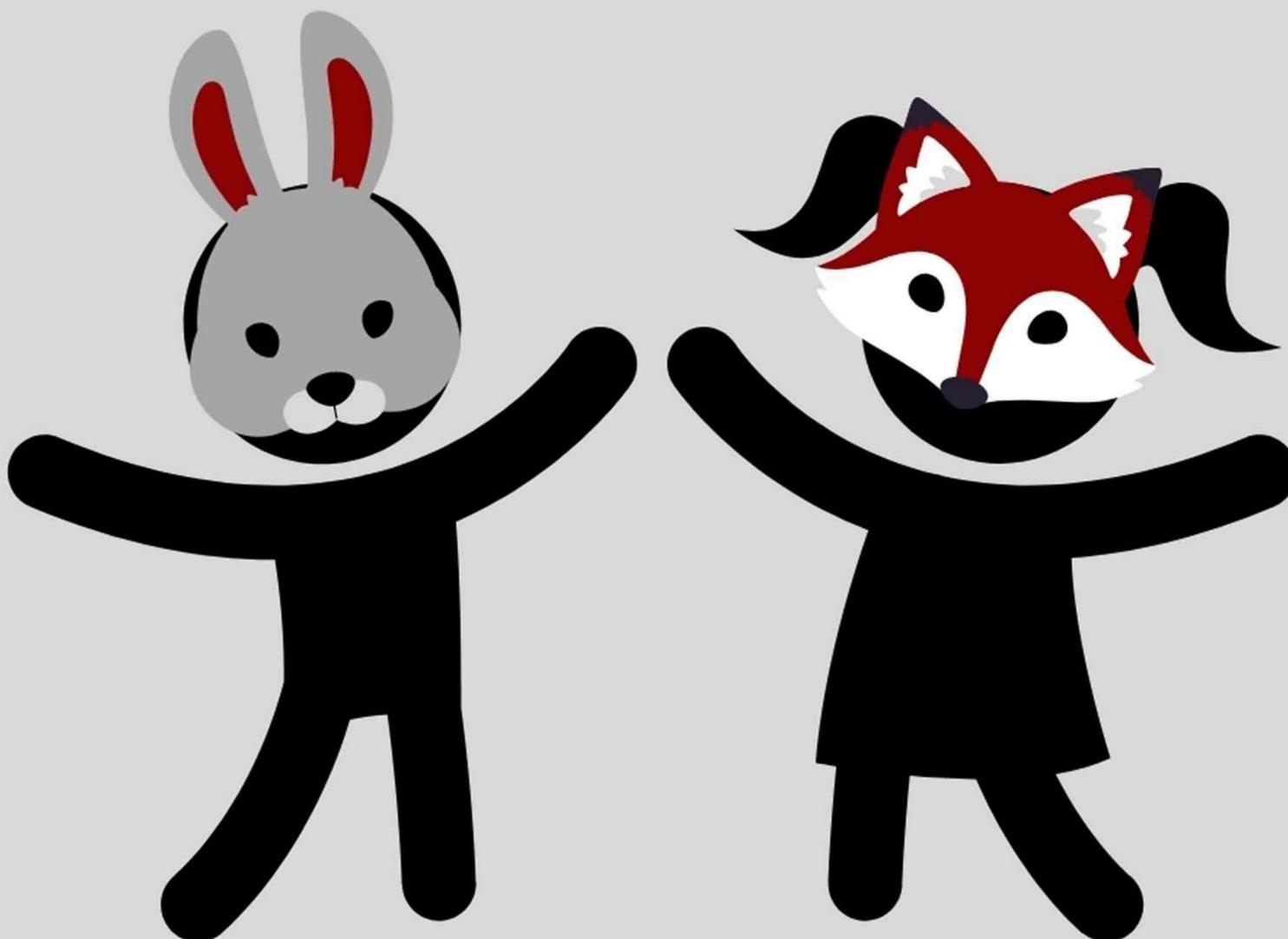


Квадробика

НОВОЕ ПОДРОСТКОВОЕ УВЛЕЧЕНИЕ

РАЗБИРАЕМСЯ ВМЕСТЕ





ВОЗМОЖНЫЕ РИСКИ КВАДРОБИКИ

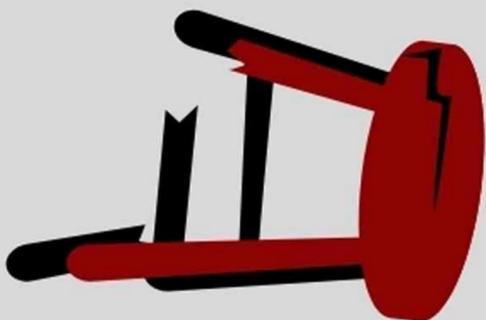


Травмы из-за сложных поз без подготовки.



Нарушение общественного порядка.

Агрессивное поведение к людям и животным.



Порча имущества.





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.





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.



СВЯЗЬ С СУБКУЛЬТУРОЙ ФУРРИ



Квадробика имеет некоторые пересечения с субкультурой фурри, члены которой отождествляют себя с антропоморфными животными персонажами.



И квадратоберы, и фурри часто надевают ушки, маски, хвосты, копируя повадки животных.



Однако далеко не все квадратоберы являются фурри и наоборот. Это два разных, хотя и пересекающихся явления.



Главное – оценивать конкретное поведение подростка, а не судить по внешним атрибутам.





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;
- напомним о необходимости **контролировать эмоции**;
- **физическую активность** лучше проводить под руководством тренера;
- **при агрессии, протестном поведении обратитесь к психологу.**

