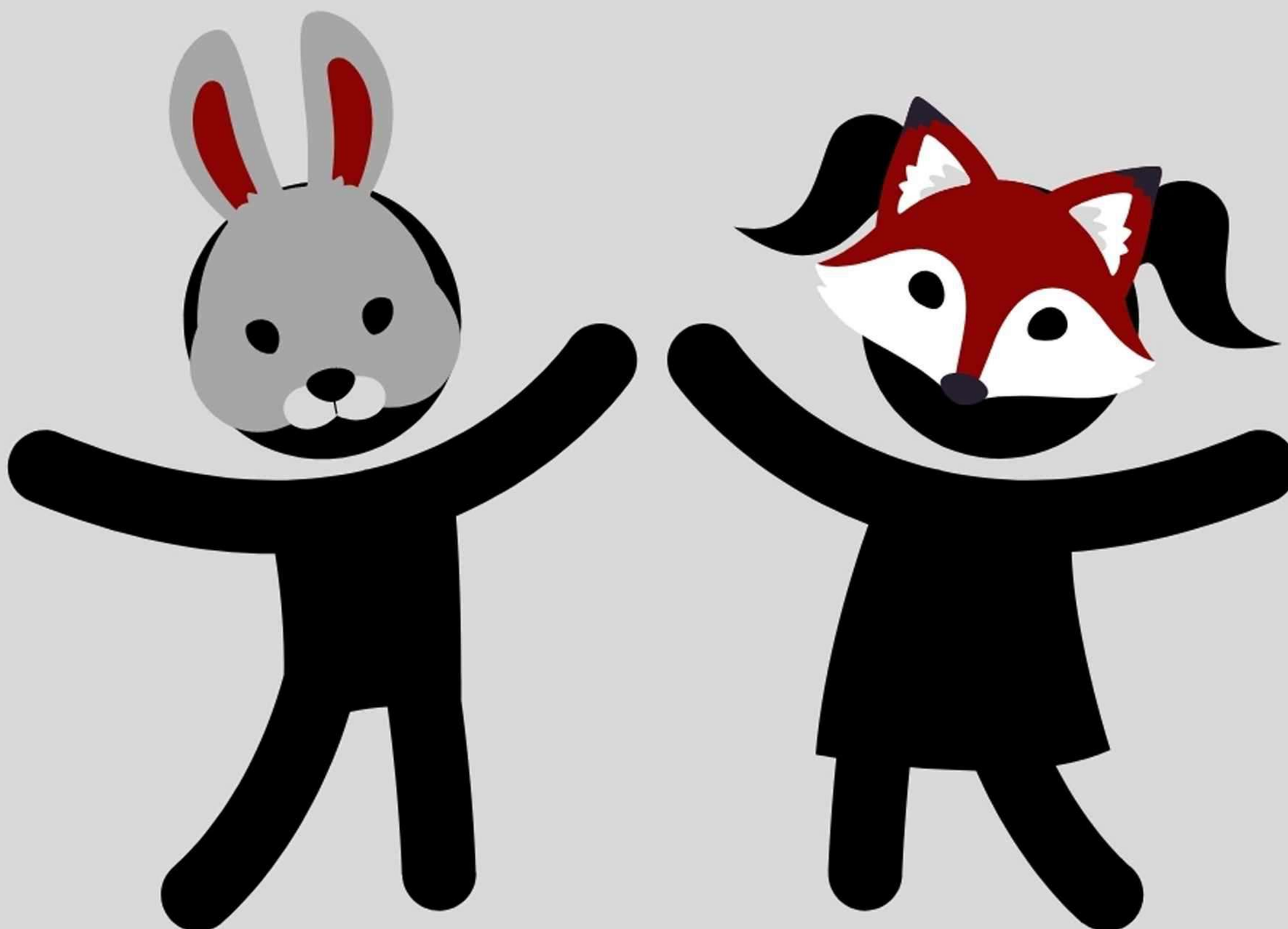


*Квадробика*

**НОВОЕ ПОДРОСТКОВОЕ УВЛЕЧЕНИЕ**

**РАЗБИРАЕМСЯ ВМЕСТЕ**





# ВОЗМОЖНЫЕ РИСКИ КВАДРОБИКИ

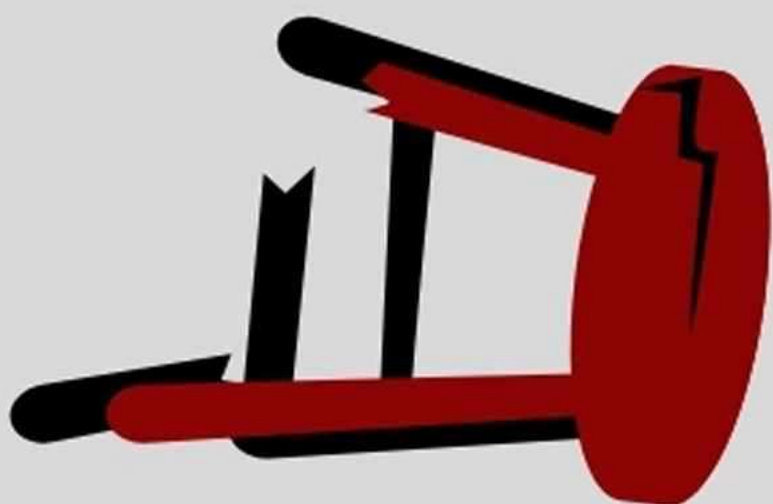


**Травмы** из-за сложных поз без подготовки.



**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 **квадроберы**, 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.**

