**Профилактике квадробинга в образовательной среде. Информация для педагогов.**

Новые субкультуры и движения молниеносно врываются в нашу жизнь и быстро находят последователей. Особенно влиянию модных трендов подвержены дети и подростки. В поиске впечатлений, самоутверждения, единомышленников и для привлечения внимания дети легко подхватывают веяния, поэтому сегодня мы поговорим о профилактике квадробинга в образовательной среде и о том,что могут сделать педагоги в силу своих возможностей для предотвращения квадробинга в классе и школе.

***Профилактика перегрузки учащихся:***

Убедитесь, что учебная нагрузка соотносится с возрастом и возможностями учеников. Еженедельные нагрузки и задания должны быть сбалансированы.

Важно создавать возможности для отдыха и восстановления, чтобы избежать стресса и выгорания.

***Психологический аспект:***

Фокусируйтесь на создании поддерживающей и безопасной атмосферы в классе. Учащиеся должны ощущать, что могут открыто делиться своими чувствами и переживаниями.

Внедряйте программы по управлению стрессом и тревожностью.

***Необходимость личной ответственности:***

Обучайте учеников навыкам тайм-менеджмента и саморегуляции. Это поможет им эффективно организовывать свои занятия и отдых.

Стимулируйте самостоятельность и инициативу в обучении.

***Коммуникация с родителями:***

Регулярно проводите встречи с родителями и информируйте их о состоянии здоровья и успехах учащихся.

Обсуждайте важность равномерного распределения нагрузки на детей и возможности для досуга.

***Дополнительные ресурсы:***

Предложите ученикам различные ресурсы для саморазвития и отдыха, включая кружки, спортивные секции и творческие мероприятия.

Убедитесь, что у учащихся есть доступ к психологической помощи при необходимости.

***Оценка и обратная связь:***

Периодически проводите опросы и анонимные сборы обратной связи, чтобы понять, как ученики ощущают нагрузку и обстановку в классе.

Используйте результаты для корректировки учебной программы и подходов к обучению.

*Эти меры могут помочь в снижении стресса и негативного влияния квадробинга на учеников. Важно помнить, что каждый учащийся уникален, и необходимо подходить индивидуально к его потребностям и состоянию.*



МКОУ Рождественская СОШ

На основании письма от 16.10.24 года комиссии по делам несовершеннолетних и

защите их прав в нашей школе проведены профилактические мероприятия на тему

"квадробинга"по предупреждению асоциального явления «квадробинга», т.е

подражания несовершеннолетними поведения животных. Популяризация указанного

явления среди несовершеннолетних может нанести как психологический, так и

физический вред здоровью. В связи с данной ситуацией социальным педагогом

Бекаревой А.Г. и классными руководителями была проведена работа

1. Информация в группе родителей «Квадробинг: несет ли новый тренд угрозу?»
2. Семинар для педагогов «Различные виды девиантного(отклоняющегося) поведения»(ознакомление с памятками)
3. Беседа «Береги себя от вредной информации» (1-9 классы)
4. Беседа «Культура поведения» (1-4 классы)
5. Беседа «Квадробинг – польза или угроза?» (5-8 классы)
6. ПАМЯТКА ДЛЯ НЕРАВНОДУШНЫХ РОДИТЕЛЕЙ О КВАДРОБИНГЕ

Также, классными руководителями проводится диагностика уровня воспитанности обучающихся 1-9 классов

ПАМЯТКА ДЛЯ НЕРАВНОДУШНЫХ РОДИТЕЛЕЙ О КВАДРОБИНГЕ
*Немного теории и истории...*
Квадробинг (от латинского quattuor — «четыре» и английского aerobics — «аэробика») представляет собой направление, предполагающее копирование поведения животных, в частности, передвижение на четырёх лапах. Этот тренд стал популярен среди детей в возрасте от 7 до 14 лет. Дети надева-ют маски животных, прикрепляют хвосты и воспроизводят повадки животных — прыгают, рычат, высовывают языки. употребляют корм для животных и умываются языком.

Одним из основателей движения квадроберов считают японского спринтера Кэнъити Ито, который в начале 2000-х годов, удивившись технике бега мартышки-гусара, попытался адаптировать ее для человека. В 2015 году он попал в Книгу рекордов Гиннесса, пробежав стометровку на четвереньках за 15,71 секунды. Однако самая первая попытка практиковать квадробику на улице обернулась для спринтера приводом в полицейский участок, а попытка тренироваться в лесу едва не закончилась гибелью – охотник принял Ито за дикого кабана и попытался выстрелить в него.
У данного увлечения нет глубокой идеологии, есть лишь правила: нужно иметь костюмированные атрибуты, уметь передвигаться как зверь и издавать соответствующие звуки.

*Причины популярности:*

* Социальная привлекательность. Став частью субкультуры, подросток заводит друзей, учится взаимодействовать, имеет возможность заявить о себе.
* Психологическая привлекательность. Современные дети и подростки проводят много времени в различных социальных сетях, реализуя потребность в общении. Часто выражают свои мыс-ли, прячась под масками: на аватарках – ненастоящие фотографии, вместо имён – ники. Маски и атрибуты животных дают детям примерно ту же защиту – здесь также нет имен, а есть клички и маски.
* Игровой аспект. Переход из дошкольного детства в подростковый возраст часто затягивается, задерживая ребенка в играх. Известно, что уже с младшего школьного возраста ведущим видом деятельности ребенка является учёба, но по факту люди играют почти всю жизнь, правда игры разные. Квадробинг дает возможность реализовать свои потребности в игровой деятельности.
* Физическая активность. Дети и подростки имеют потребность в физической активности, но не всех интересует спорт или монотонные занятия физкультурой, а квадробинг дает возможность почувствовать приятную физическую усталость.
* Потребность в острых ощущениях. Для квадроберов их увлечение – это экстрим с хорошим выходом адреналина.

*Что стоит за этим увлечением?*
Навязчивое подражание может указывать на проблемы с самовыражением и социальным взаимодействием.
В некоторых случаях подражание животным может быть признаком психических проблем. Особенно следует беспокоиться, если ребенок начинает есть из миски, спать на коврике. Также нужно бить тревогу, если ребенок отделяет себя от существа в маске: это не я укусил, а котик. Другими словами, принимая на себя роль, он отделяет себя от нее и не берет ответственность за последствия.
Важно балансировать между принятием детского стремления к игре и контролем за потенциальными рисками. Нужно наблюдать и понимать, когда игра превращается в смысл жизни.
*Об опасности можно понять по нескольким признакам:*

* ребенок слишком увлекся квадробингом, перестал общаться с родными и друзьями, забросил другие интересы;
* проводит очень много времени в образе животного, даже там, где это неуместно.
* использует квадробинг как средство ухода от реальной жизни: шипит на родителей, прячется под кроватью и др.

*В каком случае нужно обратиться к специалисту?*
− Обращаться за помощью специалистов следует тогда, когда поведение ребенка вызывает обеспокоенность. Также, если в поведении и настроении ребенка наблюдаются следующие признаки:
1. Резкие изменения в настроении, например, агрессия или замкнутость.
2. Постоянная беспричинная усталость, бессонница.
3. Резко начались проблемы с успеваемостью в школе, хотя до этого было все вполне благополучно.
4. Появилась скрытность при использовании гаджетов, нежелание обсуждать происходящее или появление новых знакомств, которые ребенок скрывает.
5. Странные просьбы, слова, выражения и действия.
Эти признаки общие и могут проявляться по отдельности, но чаще всего в совокупности. Они могут сигнализировать взрослым о том, что у ребенка не все благополучно и ему требуется внимание и помощь взрослых.
*Что делать родителям?*
Во-первых, Искренне, без агрессии, без обесценивания расспросите ребенка, кто такие квадроберы. Даже если вы и так все про них знаете.
Как будто вам действительно это интересно. Спросите, есть ли имя у его персонажа, почему он выбрал именно это животное, чем обычно оно занимается. Таким образом вы узнаете, чем ребенок занимается.
Например, ест ли педигри или корм премиум класса, а может это и вовсе для него перебор. Бросается ли он на прохожих, и если да, обязательно узнайте, почему тигреночек такой агрессивный. Почему ребенку хочется этим заниматься? Ему не хватает общения или просто симпатичный мальчик этим занимается и хочется таким образом с ним познакомится.
Во-вторых, обсуждайте с детьми их поведение, объясняйте границы и правила – так дети могут учиться понимать, когда их действия уместны, а когда – нет. Это поможет предотвратить недопонимание и повысит уровень комфорта как для детей, так и для окружающих. В конечном счете, подход к такому феномену, как квадроберы, должен быть комплексным и учитывающим индивидуальные особенности ребенка.

Полученная информация покажет вам действительно ли стоит беспокоиться или это просто очередное увлечение, о котором он забудет послезавтра.
С выявленными проблемами можно попробовать работать самостоятельно, например, объяснив «коту» о недопустимости агрессивного поведения, даже если он кот, либо, обратившись к психологу. Любое поведение квадробера – это проявление мыслей, чувств и эмоций конкретного ребенка, а с этим, как известно, можно и нужно работать.
Известно, что всё запретное особенно привлекает, но, если родитель поддерживает такую самоидентичность, у ребенка не остаётся сомнений в том, что это нормально.
Если поведение ребенка вызывает тревогу, стоит обратиться к специалисту.
Психолог сможет оценить ситуацию и предложить соответствующую терапию или методы по улучшению социализации ребенка.

Социальный педагог :Бекарева А.Г.