

## **ИНСТРУКЦИЯ № 7** **«Профилактика опасными экстремальными занятиями»**

Мы, родители КГБ ПОУ "Дивногорский техникум лесных технологий" проинструктированы и обязуемся донести информацию до наших несовершеннолетних детей о том, что:

За последние годы в России стали набирать популярность опасные экстремальные занятия. По факту, данные занятия экстримом представляют собой опасность для жизни и здоровья. Как известно из средств массовой информации, наибольшей популярностью данные развлечения пользуются у лиц подросткового возраста, студентов образовательных учреждений, молодых людей, решивших получить сверхзапредельные острые ощущения, эмоциональные переживания и просто самоутвердиться перед сверстниками. Проблема состоит в том, что данный вид деятельности изначально возник в зарубежных странах, где молодые люди стали снимать свои действия, представляющие опасность для их жизни на мобильные телефоны, фотоаппараты и видеокамеры. Полученные фотографии и видеозаписи впоследствии выкладывались в Интернет с целью получения признания и известности.

В последнее время становится всё более популярным среди подростков экстремальные виды развлечений. К ним относятся:

1. Руфинг
2. Зацепинг
3. Паркур;
4. Стритрейсинг;
5. Джампинг;
6. Скалолазание.
7. Сноубординг и горные лыжи.
8. Маунтинбайк
9. Скейтбординг
10. Трюковой мотоспорт

Конечно, этим списком не ограничивается всё огромное разнообразие экстремальных видов.

Как бороться с этим, как предупредить смертельную опасность?

### **Важно!**

Чтобы социализация проходила не на улице, в сомнительных компаниях и рискованных увлечениях, детям обязательно нужно предложить альтернативу, где подросток может получить и признание своих заслуг, и ту же самую «славу», и проявить свои лидерские качества, не подвергая опасности свою жизнь и здоровье.

Зачастую сегодня ребята больше времени проводят дома, за компьютером. Поэтому когда выходят на улицу, то оказываются неподготовленными ко многим рискам, соблазнам. С одной стороны, такие занятия, как паркур, прыжки на верёвке, воспитывают ловкость и другие спортивные качества. С другой - иногда цена за это слишком высока. Если есть тяга к экстриму и острым ощущениям, её можно реализовать. Почему бы и нет? Но нужно объяснить детям, что сначала надо по возможности обезопасить себя, направить в положительную сторону свой порыв. Например, всем тем же трюкам можно научиться под присмотром инструктора.

Мы не говорим о катании на крышах электричек. В этом нет ничего спортивного, это абсолютный риск. Хотят ли они стать инвалидами на всю жизнь? Или расстаться с жизнью? Важно предупредить и не допустить!

Ещё один прекрасный способ самоутвердиться - участие в студенческом самоуправлении, различных мероприятиях, спортивных соревнованиях, занятия спортом в секциях. Многие кружки и секции стоят денег, но родители должны отдавать себе отчёт в том, что это не только вложения в развитие своего ребёнка, но и защита его жизни и здоровья. Не важно, что он при этом выберет — футбол или восточные единоборства, скалолазание или паркур. Важно, что на таких занятиях, в отличие от рискованной самодеятельности, дети не только приобретают желанный экстремальный опыт, но и делают это под контролем профессионального инструктора, отвечающего за их безопасность. Но, даже если удалось найти для чада точку приложения сил, это не значит, что теперь родители могут отойти в сторону и умыть руки. Ведь в первую очередь ребёнок нуждается в любви, понимании, поддержке и доверии родителей. Разговаривайте с ним о его жизни и чувствах. Помогите ему почувствовать, что он любим и ценен для вас и что его родным будет больно, если с ним что-то случится. Тогда он скорее прислушается к вашим советам и предостережениям.