

Это зацеперы – безрассудные ребята, которые в силу разных причин предпочитают ездить снаружи, а не внутри. Основная опасность, которая подстерегает зацеперов, это падение на рельсы под колеса движущегося состава. Ежегодно в России фиксируется несколько десятков таких несчастных случаев.

Также беспечные подростки гибнут от удара током. В основном эта участь ожидает тех, кто любит ездить на крыше.

*Альтернатива:* любые кружок или секция, способные увлечь ребенка и охладить его тягу к опасным развлечениям.



**Паркур** – «рациональное» перемещение и преодоление попадающихся на пути препятствий (стен, лестниц и так далее). Сочетает в себе множество довольно сложных и опасных трюков: кувырки, прыжки с опорой на руки. Паркур - травматичный и

опасный вид спорта, особенно если подросток экспериментирует в одиночку или с друзьями-дилетантами. Невозможно встретить паркурщика, у которого не было бы ни одного перелома или растяжения. Наиболее частые травмы: перелом пальцев и запястий, разрыв сухожилий, повреждение голени, пяток и ключиц.

*Альтернатива:* гимнастика, легкая атлетика.

**Бейскламберы** поднимаются на вышки без страховки, при том, чем выше они забираются, тем больше получают адреналина.

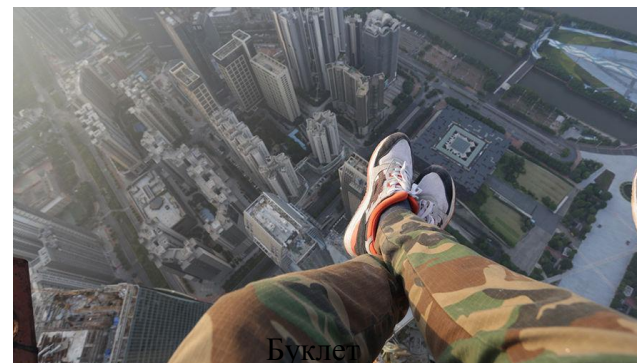
Не меньшая опасность угрожает «**бейсджамперам**» (от англ. jump – прыгать). Они прыгают с высоты со специальным парашютом.

*Альтернатива:* полет на параплане, прыжок с парашютом под руководством опытного инструктора



Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
«Централизованная библиотечная система» г.о.г. Чкаловск  
Вершиловская сельская библиотека

## Опасные увлечения ПОДРОСТКОВ



Буклет

Буклет

Вершилово – 2021

На сегодняшний день мы все чаще начинаем слышать о новых, модных развлечениях, которые созданы для того, чтобы разнообразить досуг подростка. Игры играми, но некоторые увлечения способны не только негативно повлиять на ребенка, но и нанести вред его здоровью.

Некоторые экстремальные занятия могут стать в какой-то степени полезными, но только в том случае, если соблюдается техника безопасности и за тренировками следит опытный наставник. Но часто подростки настолько самоуверенны, что откровенно играют со смертью. Какие бы причины ни толкнули ребят идти на риск, в лучшем случае, они попадают в больницу, в худшем – становятся инвалидами или погибают. Впрочем, поклонников адреналина это не останавливает. И они придумывают новые способы пощекотать себе нервы.

Вот самые опасные увлечения, которые угрожают здоровью и жизни подростка.



**Руферы** - эдакие Карлсоны нашего времени, которых со страшной силой тянет на крыши. Вооружившись фотоаппаратом, руферы готовы сутками бродить по чердакам и крышам многоэтажек и снимать виды, открывающиеся с высоты. Но ружинг заслуженно относится к

самым опасным развлечениям подростков. Само проникновение на крышу уже считается незаконным действием, да и самые мирные развлечения на большой высоте запросто могут обернуться трагедией — соскользнула нога, запнулся, неудачно отшатнулся.

*Альтернатива:* полет на парашюте, на воздушном шаре или на самолете с опытным инструктором.

**Скайукинг** - покорение самых высоких точек в городе без специального снаряжения. Само название этого увлечения

дословно переводится как «хождение по небу». Скайуокеры забираются на самые высокие объекты: крыши небоскребов, башни, мосты. Это им нужно для того, чтобы сделать крутые фотографии и насладиться ощущением свободы и полета. Стоит ли говорить, как опасны такие подъемы и какому риску подвергают себя тинейджеры?

*Альтернатива:* полет на воздушном шаре, скалолазание, прыжок с парашютом с инструктором.



**Диггерство** - спуск и изучение подземных коммуникаций (шахты метро, бомбоубежища и так далее)

Кто-то считает диггеров современными археологами и искателями сокровищ. Однако, к сожалению, в большинстве своем современные

подростки лезут в подземелья не из любви к истории и археологии. Ребятам не хватает адреналина, да и перед товарищами хочется «понтануться». Подземки, бомбоубежища и шахты манят безрассудных тинейджеров, как магнит. Это же настоящий триллер с эффектом присутствия!

*Альтернатива:* изучение истории, поездка в археологический лагерь.



**Зацепинг** – проезд вне салона электрички или трамвая (на крыше, на подножке). Вам наверняка доводилось видеть, как подростки едут на электричке, зацепившись за поручни и другие выступающие части поезда.