

Sveučilište u Zagrebu

Fakultet hrvatskih studija

Roditeljski sastanak

Laura Anić

Medicinska škola Osijek

26.09.2026.

Roditeljski sastanak

Uvod

Roditeljski sastanak 3.s1 razreda održat će se 28. rujna 2026. godine s početkom u 18:00 sati u Medicinskoj školi Osijek (ul. Vukovarska 209) u učionici br. 11

Tema roditeljskog sastanka: Edukacija roditelja o utjecaju videoigara na djecu

Ciljevi roditeljskog sastanka:

- upoznati roditelje sa utjecajem videoigara na djecu
- upoznati roditelje o zdravstvenim posljedicama redovitog igranja videoigrica
- poučiti roditelje kako razgovarati s djecom o ovom problemu
- potaknuti roditelje da surađuju sa nastavnicima i pokušaju prevenirati razvoj ovisnosti o videoigramama

Procijenjeno trajanje: 45 minuta

Sredstva i pomagala: računalo, projektor, Powepoint prezentacija

Točke i tijek roditeljskog sastanka

1. Pozdravljanje roditelja uz objašnjenje razloga zašto je roditeljski sastanak organiziran

(trajanje 5 minuta)

- Pozdraviti sve roditelje. Započeti s uvodnom teorijskom osnovom. Videoigre su popularne kod osoba svih dobi, svoju popularnost su doživjele već davne 1980. godine te se ta popularnost kroz vrijeme samo još više razvija. Mnoga djeca provode iznimno puno vremena igrajući videoigre, iako Američko društvo pedijataru preporučuje da djeca ne provode više od 2 sata dnevno ispred ekrana. Djeca mogu postati pretjerano uključena, pa čak i ovisna o videoigrama, ovaj problem se sve više javlja upravo zbog toga što sve više djece već u vrlo ranoj dobi dobije pristup sadržajima koji se prikazuju na internetu.
- Cilj je ovog predavanja potaknuti roditelje na razmišljanje kako mogu pomoći svojoj djeci da preveniraju nastanak ovisnosti o videoigrama.

2. Pozitivni i negativni utjecaji videoigrica (trajanje 15 minuta)

Pozitivni utjecaji:

- Razvijanje vještina rješavanja problema i kreativnosti;
- Uče djecu povijesti i kulturi;
- Pomažu djeci u stjecanju prijateljstava;
- Razvijanje vještina vođenja;
- Motiviraju djecu da podučavaju druge;
- Poboljšavanje pamćenja

Negativni utjecaji:

- Poticanje nasilnog ponašanja – gledajući simulirano nasilje, mogu postati imuni na nasilje i skloniji nasilnom djelovanju prema drugima.
- Promoviranje socijalne izolacije i antisocijalnog ponašanja – provođenje previše vremena igrajući igre može dovesti djecu do socijalne izolacije i usamljenosti.
- Loš utjecaj na školski uspjeh – neka istraživanja su pokazala da što više vremena djeca provode igrajući videoigre, to je njihov uspjeh u školi lošiji, osim uspjeha također može doći do destruktivnih načina ponašanja poput svađe s roditeljima i profesorima.

3. Povezanost videoigara i zdravlja (trajanje 15 minuta)

- Video igre mogu utjecati na cjelokupno zdravlje i dobrobit djece. Roditelji i skrbnici trebaju biti svjesni mogućeg utjecaja na fizičko, socijalno i mentalno zdravlje.

Fizičko zdravlje:

- San - igranje videoigara prije spavanja može pridonijeti raznim problemima sa spavanjem, uključujući lošu kvalitetu sna i nedovoljno sna.

- Pretilost – reklamne igre mogu promicati nezdrave prehrambene navike, igranje videoigara može pridonijeti povećanoj potrošnji kalorija.
 - Tjelesna aktivnost – Exergames su vrsta videoigara koje od igrača zahtijevaju fizičku interakciju. Exergames su dostupne u formatu virtualne stvarnosti, mobitela, računala i konzola. To može biti dobar način poticanja tjelesne aktivnosti, smanjenja pretilosti i poboljšanja ravnoteže, agilnosti i brzine.
 - Motoričke vještine – igranje videoigara može pomoći u poboljšanju motoričkih sposobnosti
- Socijalno zdravlje:**
- Prosocijalna ponašanja – djeca mogu naučiti ponašanja, poput pomaganja, dijeljenja i suradnje, igrajući videoigre koje uključuju društvenu aktivnost (na primjer, interakciju s likovima iz videoigara za razliku od igre slagalice), također mogu povećati svoju sposobnost suradnje, dijeljenja i održavanja pozitivnih odnosa s drugima izvan igara.
 - Povezanost i zajednica - igrači koji igraju online videoigre sa više igrača manje su usamljeni i tjeskobni, jer te igre potiču društvenu interakciju često u obliku suradnje.

Mentalno zdravlje:

- Anksioznost – djeca koja se bore s problematičnom upotrebom interaktivnih medija u obliku igranja videoigara mogu imati veću vjerojatnost da će razviti anksioznost.
- Depresija - djeca koja već imaju simptome depresije imaju veće šanse za razvoj poremećaja igranja internetskih igara, dok igranje nekih videoigara ima potencijal ublažavanja depresije i anksioznosti.
- Poremećaj nedostatka pažnje i hiperaktivnosti – djeca mogu iskusiti intenzivnije simptome ADHD-a tijekom igranja videoigara, a kod djece koja imaju ADHD postoji veća vjerojatnost da će razviti još teži oblik.

4. Uloga roditelja u prevenciji razvoja ovisnosti djece o videoigramama (trajanje 10 minuta)

Kako bi roditelji pomogli svom djetetu da koristi videoigre na zdrav način, trebali bi razmotriti sljedeće savjete Svjetske zdravstvene organizacije i Američke udruge psihologa:

- Postaviti granice – dogovoriti određeno vrijeme za igranje igrica ili predložiti druge aktivnosti u kojima bi mogli jednako uživati.
- Upoznati se s igrom koju dijete želi – sadržaj onoga što djeca igraju jednako je važan kao i vrijeme koje provode igrajući se, kada djeca zatraže novu igru, roditelji trebaju napraviti domaću zadaću prije nego što ju pristanu kupiti. Trebaju saznati nešto više o ocjeni igre, pročitati recenzije ili čak igrati igru prije nego što dopuste svojoj djeci da igraju. Ukoliko smatraju da igra nije primjerena djetetovoj dobi trebaju pronaći alternativnu zamjensku igru.

- Izbjegavati držanje videokonzola u prostorijama gdje djeca spavaju-studije pokazuju da djeca s elektroničkim medijima u spavaćoj sobi imaju veću vjerojatnost da će imati probleme sa spavanjem.
- Posebna pozornost na igre s mogućnošću online aktivnosti – mnoge igre mogu se prenositi uživo i/ili su igre za više igrača, omogućujući djetetu da razgovara ili dijeli sadržaj s drugim igračima koje možda ne poznaje u stvarnom životu, roditelji obavezno trebaju postaviti kontrolu nad profilom djeteta u igrici te im dati to do znanja.
- Igrati se zajedno s djetetom – videoigre su zabavne i izazovne i za odrasle, roditelji mogu provesti vrijeme sa svojom djecom organiziranjem obiteljske večeri igranja. ▪ Kupnja igara - roditelji trebaju objasniti svom djetetu da shvati da su kupnje u igrama skupe i trebaju postaviti ograničenja na to kako ne bi došlo do nepredviđenih troškova.
- Ostaviti e-mail kontakt stručne službe škole ukoliko roditelji osjete potrebu za stručnom pomoći. Zahvaliti se roditeljima na pozornosti i suradnji.

Pozivnica roditeljima: *Pozivnica roditeljima bit će proslijeđena na e-mail adrese roditelja prikupljene putem e-dnevnika.*

Poštovani roditelji,

ovim putem vas obavještavam da će se roditeljski sastanak 3.s1. razreda održati 28. rujna 2026. godine s početkom u 18:00 sati u Medicinskoj školi Osijek (Vukovarska 209. Osijek) u učionici br. 11.

Tema: Edukacija roditelja o utjecaju videoigara na djecu

Procijenjeno trajanje: 45 minuta

Dnevni red roditeljskog sastanka:

1. Uvod- razlozi održavanja roditeljskog sastanka.
2. Pozitivni i negativni utjecaji videoigara na djecu.
3. Povezanost videoigara i zdravlja.
4. Uloga roditelja u prevenciji razvoja ovisnosti

Molim Vas da se odazovete u što većem broju kako bismo zajedno sudjelovali u što zdravijem razvoju i rastu naših učenika.

Lijep pozdrav,

Laura Anić, univ.mag.med.techn.