

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA STUDENTA Z ERASMUS STUDIJNÍHO POBYTU

Základní údaje o studentovi:

Jméno, příjmení: Tereza Svobodová

Studijní obor: Jazyková a literární kultura

Studijní cyklus, ročník studia: 2. ročník

Údaje o studijním pobytu:

Země pobytu: Norské království

Název zahraniční univerzity: University of Inland Norway

Fakulta či název studijního programu v zahraničí: Language and Communication, Culture and Communication, Norwegian Language Course for beginners

Akademický rok a semestr pobytu: 2025/2026, letní semestr

Termín pobytu (od-do): 5. 1. – 11. 6. 2026

Obecné informace:

Jak jste se dozvěděl/a o programu Erasmus?

- O programu Erasmus jsem se dozvěděla přes e-mail vyhlašující výběrové řízení, který nám byl zaslán na naši školní e-mailovou adresu.

Co Vás motivovalo vyjet do zahraničí?

- Chtěla jsem si vyzkoušet studovat a žít v jiné zemi, poznat nové lidi a nasbírat nové zkušenosti.

Informace o zahraniční univerzitě:

Jak probíhala výuka? (forma, způsob, rozsah)

- Výuka probíhala formou prezenčních přednášek a seminářů.
- U předmětu „Norwegian Language Course for beginners“ jsme měli vždy jednu hodinu prezenčně ve škole a druhou online přes platformu Zoom.

Jazyk výuky na zahraniční škole?

- Angličtina a norština.

Byla možnost zapsání kurzu místního jazyka?

- Ano.

Kdy a jak probíhá registrace kurzů na zahraniční univerzitě?

- Registrace probíhala online přibližně 2–3 měsíce před začátkem mobility.

Jak jste získával/a studijní a pracovní materiál do výuky? (nutná koupě, zapůjčení, zajištění vyučujícím, apod.)

- Materiály byly dostupné ve školním systému Canvas.
- Na předmět Norwegian Language Course for beginners jsem si musela zakoupit učebnici, která mě stála v přepočtu 1000 Kč.

Byl/a jste začleněn/a do výuky s místními studenty, či výuka byla ve třídě pouze s Erasmus/zahraničními studenty?

- Na předmět Language and Communication se mnou chodili i norští studenti a studentky. Na předměty Culture and Communication a Norwegian Language Course for Beginners jsem chodila pouze se zahraničními studenty.

Doporučil/a byste nějaký kurz, předmět?

- Doporučila bych předmět Language and Communication. Ten byl velice zajímavý a obohacující.

Jak probíhá uzavření studia/kurzů na zahraniční univerzitě? (test, písemná zkouška, seminární práce, ústní zkouška, apod.)

- Každý předmět byl uzavřen jiným způsobem:
 - o Předmět Language and Communication byl uzavřen závěrečnou písemnou prací na určité téma, které jsme si mohli z nabídky vybrat.
 - o Předmět Norwegian language course for beginners byl uzavřen ústní zkouškou. Šlo o rozhovor v norštině ve dvojicích.
 - o Předmět Culture and Communication byl uzavřen skupinovou ústní zkouškou. Museli jsme odprezentovat téma, o kterém jsme v průběhu semestru vypracovávali skupinovou esej na námi zvolené téma.

Jaká je dostupnost a vybavenost knihovny/studovny na zahraniční univerzitě?

- Knihovna je dostupná pro všechny studenty univerzity.

Jaký je přístup k počítačům na zahraniční univerzitě?

- Standardní.

Jaký je přístup vyučujících?

- Všichni vyučující ke mně přistupovali velmi vstřícně a ochotně.

Jaké náležitosti zahraniční univerzita po Vás po příjezdu vyžaduje?

- Registrace na městské policejní stanici, založení studentského univerzitního průkazu.

Co Vám zahraniční univerzita na začátku pobytu zařídila, bylo nutné platit nějaký poplatek? (př. průkaz studenta, přístup do knihovny, do sportovišť, kartu na MHD, kartu na studentské slevy?, apod.)

- Univerzita nám zařídila klíče k ubytování, které nám byly předány hned po příjezdu na vlakovém nádraží.

Má zahraniční univerzita nějakou studentskou organizaci, buddy system pro podporu zahraničních studentů?

- Ano.

Pokud ano, jaké druhy aktivit pro Vás připravili (při příjezdu, v průběhu pobytu)?

- První měsíc jsme měli velmi bohatý program aktivit, jako např.: společné procházky, photo hunt, deskové hry, grilování...
- V průběhu pobytu pak na univerzitě každou středu večer probíhaly společenské aktivity jako např.: malování, music bingo, deskové hry, kvízy...

Praktické otázky:

Kde jste během studijního pobytu bydlel/a? (koleje, pronájem, jiné)

- Bydlela jsem na studentských kolejích. Tato možnost pro mě byla cenově nejvýhodnější.

Jak a kdy se zařizuje ubytování? (zahraniční škola, studentská asociace, sám/sama, apod.)

- Ubytování jsem si zařizovala sama cca 2–3 měsíce před odletem na mobilitu.

Jaké jsou možnosti stravování v místě pobytu?

- Restaurace, školní menza a bufet, kavárny...

Nabízí škola stravování, např. ve školní kantýně? Pokud ano, jaká je průměrná cena za jídlo?

- Ano, škola nabízí ubytování ve školní kantýně i bufetu.
- Cena za jídlo se odvíjí dle gramáže pokrmu.

Jak jste se dopravoval/a do místa konání studijního pobytu?

- Z Prahy do Osla letadlem a z Osla do Lillehammeru vlakem.

Máte nějaký tip na výhodnou jízdenku/letenku?

- Při nákupu letenky u společnosti Norwegian platí slevový kód „UNDER26“.

Jaké jsou možnosti dopravy v místě studijního pobytu?

- MHD, taxi, elektrické koloběžky.

Měl/a jste zkušenost s lékařským ošetřením v zahraničí?

- Ne.

Byly nějaké formality, které jste musel/a splnit po příjezdu do zahraničí? (př. hlášení na místním úřadu, apod.)

- Museli jsme se nahlásit/zaregistrovat na místní policejní stanici. Schůzku nám zařizovala univerzita.

Jaké byly možnosti mimoškolních aktivit?

- Pestrý výběr mimoškolních aktivit. Na univerzitě působí několik sportovních klubů, které se nám na začátku představily, např.: dobrovolnictví, lyžování, běžkování, music bingo, kvízy, volejbal, lezení na stěně...
- Ve škole probíhala také každou středu společenská akce, které se mohli zúčastnit všichni studenti, jak norští, tak i zahraniční.

Finance:

Jaká byla cena ubytování za měsíc, resp. celkem za pobyt? (vč. kauce, apod.)

- Platila jsem za měsíc 5 535 NOK (12 150 Kč)
- Měla jsem pokoj s vlastní koupelnou. Kuchyň jsem sdílela s dalšími třemi spolubydlícími.

Kolik Vás stála doprava do/z místa pobytu?

- Cesta z Prahy do Lillehammeru
 - o Letenka z Prahy do Osla mě vyšla na 4 500 Kč
 - o Vlak z Osla do Lillehammeru mě pak vyšel na 204 NOK (443 Kč)
- Cesta z Lillehammeru do Prahy
 - o Vlak z Lillehammeru do Osla mě vyšel 204 NOK (443 Kč)
 - o Letenky z Osla do Prahy mě vyšly na 6 000 Kč
- Celkem mě tedy cesta do/z místa pobytu vyšla na **11 386 Kč**

Kolik Vás stálo stravování (průměrně za měsíc, za pobyt)?

- Stravování mě za celý pobyt vyšlo přibližně na 31 000 Kč, což vychází měsíčně na 5 600 Kč.

Kolik jste zaplatil/a za „povinné“ školní aktivity, materiál pro výuku, apod.?

- Za učebnici norštiny, která byla pro kurz norštiny povinná, jsem zaplatila v přepočtu přibližně 1000 Kč.

Kolik Vás stály další aktivity?

- Vstupní poplatek na lezeckou stěnu mě stál v přepočtu něco okolo 100 Kč.

Do jaké míry Vám stačilo přidělené stipendium Erasmus? (v %)

- Stipendium mi pokrylo ubytování a letenky do Norska a zpět. Pokrylo mi tedy přibližně 60 % výdajů, zbylých 40 % jsem si hradila ze svých vlastních úspor.

Jaké další zdroje jste využil/a na financování pobytu?

- Vlastní úspory.

Byly nějaké aktivity (např. výlety) hrazeny zahraniční univerzitou?

- Ne.

Uznání:

Kolik jste měl/a zapsáno kurzů/předmětů na zahraniční univerzitě?

- Měla jsem zapsány celkem tři kurzy, celkem za 37,5 ECTS kreditů:
 - o Language and Communication (15 ECTS)
 - o Culture and Communication (15 ECTS)
 - o Norwegian Language Course for beginners (7,5 ECTS)

Kolik kreditů jste získal/a ze zahraničního studia?

- Získala jsem 37,5 ECTS kreditů.

Jakou formou probíhá uznání studia?

- Záleží na předmětu a formě jeho zkoušky. Někde šlo o ústní zkoušku, jinde o písemnou esej.

Celkové hodnocení:

Ohodnoťte přínos pobytu po odborné i osobní stránce?

- Pobyt mi přinesl jak osobní, tak akademický růst. Zlepšila jsem se v angličtině, poznala jsem nové lidi, nové kultury a jejich tradice.

Prosím, uveďte klady pobytu?

- Osobní růst, výstup z komfortní zóny, zlepšení angličtiny, cestování, objevení nových kultur, navázání nových přátelství, zkušenost s životem v jiné zemi.

Prosím, uveďte zápory pobytu?

- Žádné.

Setkal/a jste se během pobytu s nějakými problémy?

- Ne.

Doporučil/a byste pobyt ostatním studentům?

- Určitě ano, je to skvělá zkušenost.

Uvažujete o dalším pobytu v zahraničí, dalším studijním pobytu či praktické stáži?

- Ano!

Máte nějaký tip pro ty, co ještě váhají vyjet na studijní pobyt?

- Určitě se toho nebojte! Je to skvělá příležitost pro váš osobní růst. Poznáte nová místa, nové lidi, nové kultury a mnoho dalšího. Vytvoříte si nová přátelství a nakonec zjistíte, že nikdy nejste na nic sami. Vždy se najde někdo, kdo vám pomůže. Zlepšíte se v komunikaci i v cizích jazycích a získáte nezapomenutelné zážitky na celý život.

Uveďte své připomínky, návrhy na zlepšení programu Erasmus?

- Vzhledem k tomu, že Norsko patří mezi drahé země, by bylo dobré navýšit stipendium. I přestože jsem dostala poměrně vysoké stipendium, v porovnání s vycestováním do jiných zemí, pokrylo mi jen ubytování a cestu do Norska a zpět.

Stručně zhodnoťte pobyt, jeho přednosti, co Vás nejvíc zaujalo, co Vám to přineslo, doporučení pro následovníky?

- Byla to úžasná a skvělá zkušenost! Během studijního pobytu jsem byla neustále nucena vystupovat ze své komfortní zóny, což mi pomohlo nejen v mém osobním, ale také ve studijním růstu. Poznala jsem mnoho inspirujících lidí a navázala přátelství, která doufám, že mi vydrží po celý život. Během pobytu jsem poznala lidi z jiných kultur a zlepšila jsem se nejen v angličtině, ale také jsem se naučila norsky. Celou tuto zkušenost hodnotím jako nezapomenutelnou a každému, kdo váhá vyjet do zahraničí, určitě doporučuji tuto šanci využít. Opravdu to stojí za to!