**ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA STUDENTA Z ERASMUS STUDIJNÍHO POBYTU**

**Základní údaje o studentovi:**

Jméno, příjmení: Iva Cabrnochová

Studijní obor: Sociální patologie a prevence

Studijní cyklus, ročník studia: prezenční, 2. ročník

**Údaje o studijním pobytu:**

Země pobytu: Norsko

Název zahraniční univerzity: Volda University

Fakulta či název studijního programu v zahraničí:

Akademický rok a semestr pobytu: zemní semestr akademického roku 2021

Termín pobytu (od-do): 07.01.2021 - 10.06.2021

**Obecné informace:**

Jak jste se dozvěděl/a o programu Erasmus?

* Úvodní představení Erasmu ze začátku studia na UHK, také z hromadných zpráv koordinátorky nabízející tyto pobyty v aplikaci Outlook

Co Vás motivovalo vyjet do zahraničí?

* Vlastní touha poznávat, odjet na půl roku do zahraničí, zažít něco nového

**Informace o zahraniční univerzitě:**

Jak probíhala výuka? (forma, způsob, rozsah)

* Prezenčně, asi s měsíční digitální pauzou kvůli covidu. Mé tři zapsané předměty zabraly cca 10 hodin výuky v škole, týdně plus samostatná práce a úkoly. Způsob výuky byl na rozdíl od UHK velice interaktivní, vyučující dávali prostor práci ve skupině, individuálním názorům žáků

Jazyk výuky na zahraniční škole?

* Angličtina

Byla možnost zapsání kurzu místního jazyka?

* Ano – kurz norštiny a norské kultury pro začátečníky, mířený přímo na studenty Erasmu

Kdy a jak probíhá registrace kurzů na zahraniční univerzitě?

* Jsou zařizované přes koordinátorku ve Volda University, výběr kurzů byl nutný odeslat ještě před příjezdem. Během prvních 20 dní studia platí možnost změny kurzů.

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

* Převážně z knihovny, avšak vyučující jsou velmi ochotní poskytnout pomoc.

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

* Ano, kurzy v angličtině jsou nabízené jak zahraničním, tak místním studentům.

Doporučil/a byste nějaký kurz, předmět?

* Pro studenty z humanitně zaměřených oborů doporučuji předmět ‚Intercultural understanding‘, je vedený velmi zajímavou a praktickou formou.

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

* Ze třech předmětů jsem absolvovala dvě ústní zkoušky a čtyři seminární práce – dva „velké“ předměty za 15 kreditů vyžadovali ústní zkoušení a zpracování dohromady třech esejí. Předmět za 5 kreditů požadoval pouze jednu písemnou práci.

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

* Téměř perfektní, nemám žádné výtky

Jaký je přístup k počítačům na zahraniční univerzitě?

* Bez problémový, personál rád pomůže

Jaký je přístup vyučujících?

* Velice ochotný a přátelský (pro některé možná až nezvykle), pomohou rádi v každém případě. Možnost konzultačních hodin i průběžných schůzek v průběhu semestru, kdy poskytují rady ohledně psaní esejí.

Jaké náležitosti zahraniční univerzita po Vás po příjezdu vyžaduje?

* Kvůli covid-19 nutnost ubytovat se v karanténním hotelu, také registrace na policejní imigrační stanici.

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.)

* Zařídila dopravu na policejní stanici, také byla z nájemného kolejí odečtena částka utracená za karanténní hotel. Bylo nutné si zařídit průkaz studenta, poplatky v rámci univerzity nutné nebyly (kromě tisku).

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

* Ano, organizaci Pangaia

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

* Při příjezdu organizovali seznamovací buddy week, na konci pobytu společný výlet. Během půl roku byla možnost zajít do klubovny na čaj, společenské hry, atd. Kvůli pandemii nebylo možné pořád aktivity do takového rozsahu jako minulé roky.

**Praktické otázky:**

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

* Studentské koleje Porse.

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

* Zařizuje se cca 2 měsíce před odjezdem, přes organizaci SiVolda, která zařizuje studentské bydlení.

Jaké jsou možnosti stravování v místě pobytu?

* Kuchyně na kolejích, školní kantýna.

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

* Ano, nabízí, avšak osobně jsem ji navštívila jen dvakrát, a ceny si bohužel nepamatuji.

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

* Pěšky, univerzita je 5 minut chůze od kolejí.

Máte nějaký tip na výhodnou jízdenku/letenku?

* Nemám.

Jaké jsou možnosti dopravy v místě studijního pobytu?

* Autobusové linky, možnost pronájem kola. Doprava ve Voldě i mimo ní je bez auta velmi komplikovaná a drahá.

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.)

* Hlášení na policejní imigrační stanici.

Jaké byly možnosti mimoškolních aktivit?

* Tento rok poněkud omezené, takže nabídka nebyla tak pestrá jako minulé semestry. Avšak univerzita a jiné organizace se i přes pandemii snažily poskytnout co nejvíce příležitostí. Já byla členkou organizace Natura, která pořádá výlety a různé jiné dobrodružství v přírodě, pak také Greenfingers, kteří učí studenty, jak se starat o plodiny, rostliny atd. Studentská skupina Pangaia nabízí možnost socializace s jinými studenty, hry a občasné občerstvení. Krom toho je tu nesmírně mnoho krásných hor a míst, kam je při návštěvě Voldy možnost vyrazit, sama jsem chodila na túry skoro každý týden. Pokud však student hledá noční život, zábavu v barech, atd, Volda toho nenabízí moc – pouze jeden klub, který byl bohužel většinu času zavřený. Také je možnost využít sportovního centra, avšak je nutnost zaplatit velkou částku.

Finance:

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

* Pronájem kolejí na měsíc vyšel okolo 10 000 Kč.

Kolik Vás stála doprava do/z místa pobytu?

* Letenka do Osla vyšla na cca 4 000 Kč, letadlo z Osla do Voldy pak okolo 1 500 Kč.

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

* Za celý pobyt přibližně 35 000 Kč.

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

* Do školy pro mě nebylo nutné nic kupovat, kromě sešitů a použití tiskárny. Částka se pohybuje okolo stovek korun.

Kolik Vás stály další aktivity?

* Poplatek za členství v organizacích je přibližně 250 Kč za jednu.

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

* 70%

Jaké další zdroje jste využil/a na financování pobytu?

* Vlastní našetřené finance

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

* Pouze jeden výlet na konci semestru.

**Uznání:**

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

* 35 předměty

Kolik kreditů jste získal/a ze zahraničního studia?

* 35 kreditů

Jakou formou probíhá uznání studia?

* Ověření znalostí/dovedností v ústní či písemné zkoušce.

**Celkové hodnocení:**

Ohodnoťte přínos pobytu po odborné i osobní stránce?

* Jako hlavní přínos bych uvedla naučení se samostatnosti, nutnost spolehnutí se jen sama na sebe. Dále zlepšení jazykových schopností

Prosím, uveďte klady pobytu?

* Seznámení se s kulturou, novými lidmi, přáteli, růst osobnosti, nové zkušenosti, zážitky k nezaplacení, neskutečná krajina a sní související výlety a túry, zlepšení fyzické kondice.

Prosím, uveďte zápory pobytu?

* Na české poměry je v Norsku velice draho.

Setkal/a jste se během pobytu s nějakými problémy?

* Žádné závažnější problémy se nevyskytly.

Doporučil/a byste pobyt ostatním studentům?

* Stoprocentně ano.

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

* Pokud bude příležitost a zbyde čas, určitě ano.

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

* Vycestovat do zahraničí s Erasmem je skvělá příležitost, určitě bych ji doporučila každému studentovi. Sama jsem ze začátku měla prvotní obavy, avšak je důležité nenechat se jimi přemoci, vykročit ze svojí konformní zóny a odhodlat se vycestovat.

Uveďte své připomínky, návrhy na zlepšení programu Erasmus?

* Žádné mě nenapadají, ze strany obou přijímající i odesílající instituce vše proběhlo naprosto ideálně.

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

* Studentům vyjíždějící do Voldy bych určitě doporučila nespoléhat se jen na stipendium a našetřit si nějaké finance předem, ceny nejen jídla byly nejen pro mě kulturním šokem a pokud nechcete „žít jen o čínských nudlích“, je nutné si v obchodu připlatit. Až na tuto malou komplikaci byl můj pobyt úžasný a jsem moc ráda za příležitost, která se mi naskytla. Nebojím se říct, že jsem ve Voldě prožila ten nejlepší půlrok mého života. Nelze říct, co mě nejvíce zaujalo, skoro každý moment byl něčím výjimečný a obohacující.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |