POLITECHNIKA RZESZOWSKA
im. IGNACEGO ŁUKASIEWICZA

Studenckie ABC

Przewodnik na dobry start na Politechnice Rzeszowskiej



Droga Studentko, Drogi Studencie!
Serdecznie gratulujemy dołączenia do grona studentek i studentów Politechniki Rzeszowskiej! Mamy nadzieję, że lata spędzone wśród naszej społeczności akademickiej będą dla Was okresem wypełnionym nie tylko nauką, ale również czasem zdobywania nowych doświadczeń, tworzenia wspomnień i nawiązywania nowych znajomości.

Politechnika Rzeszowska

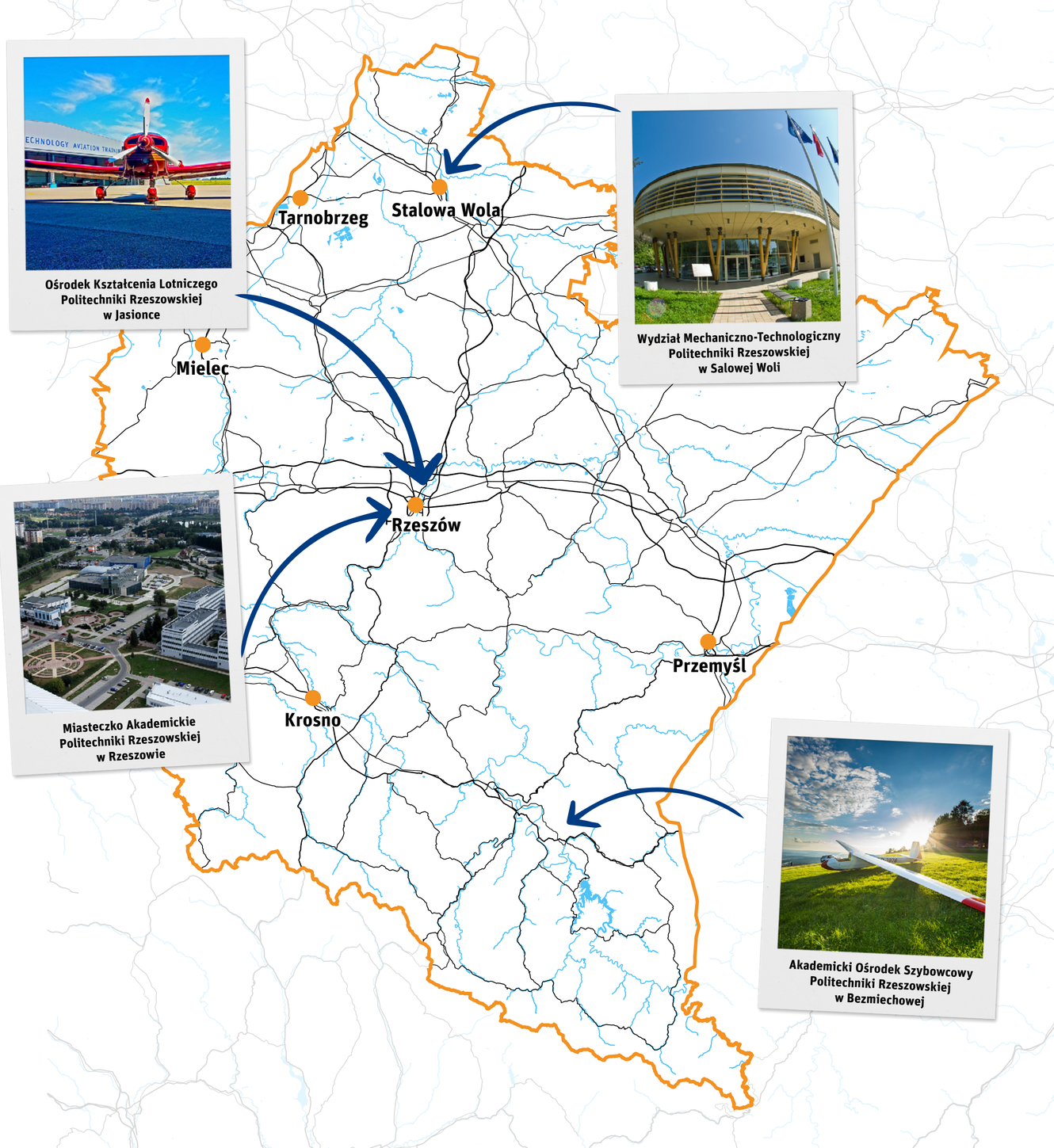
Politechnika Rzeszowska im. Ignacego Łukasiewicza to naukowa wizytówka Rzeszowa i Podkarpacia. Uczelnia została utworzona na potrzeby rozwoju polskiego przemysłu lotniczego. Ponad 70 lat tradycji i dotychczasowe osiągnięcia sprawiają, że uczelnia jest trwałym elementem edukacji inżynierskiej naszego kraju, a zdobyty dyplom otwiera absolwentom drzwi do renomowanych firm i przedsiębiorstw na całym świecie. Poznaj **historię uczelni.**

Czy wiesz, że uczelnia to 7 wydziałów, w tym jeden zamiejscowy w Stalowej Woli? Większość zlokalizowana jest na miasteczku studenckim miedzy ul. Podkarpacką a al. Powstańców Warszawy – Wydział Budownictwa, Inżynierii Środowiska i Architektury, Wydział Budowy Maszyn i Lotnictwa, Wydział Chemiczny, Wydział Matematyki i Fizyki Stosowanej, Wydział Zarządzania, przy ul. Wincentego Pola i ul. Marii Skłodowskiej-Curie – część Wydziału Budowy Maszyn i Lotnictwa, Wydział Elektrotechniki i Informatyki. Wydział Mechaniczno-Technologiczny w Stalowej Woli oferuje studentom możliwość studiowania w innym miejscu, zachowując wysoki standard nauczania. **Czy wiesz, że wielu studentów łączy studia na dwóch kierunkach? Na PRz jest to możliwe. Sprawdź naszą ofertę kształcenia.**

Ośrodek Kształcenia Lotniczego (OKL) kształci przyszłych pilotów, programy edukacyjne obejmują teorię lotnictwa i praktyczne aspekty związane z pilotażem. **Czy wiesz, że Politechnika Rzeszowska była pierwszą uczelnią w Polsce kształcącą pilotów lotnictwa cywilnego, a ukończenie specjalności pilotaż daje gwarancję uzyskania nie tylko licencji pilota, lecz także stopnia magistra inżyniera?**

Akademicki Ośrodek Szybowcowy w Bezmiechowej (AOS) umożliwia praktyczne przygotowanie osób zainteresowanych szybownictwem, przydatne w kształceniu przyszłych lotników.

Poznaj infrastrukturę uczelni z **lotu drona.**



Ośrodek Kształcenia Lotniczego Politechniki Rzeszowskiej w Jasionce

Wydział Mechaniczno-Technologiczny Politechniki Rzeszowskiej w Salowej Woli

Miasteczko Akademickie Politechniki Rzeszowskiej w Rzeszowie

Akademicki Ośrodek Szybowcowy Politechniki Rzeszowskiej w Bezmiechowej

Podkarpacie

Podkarpacie to malownicza kraina w południowo-wschodniej Polsce, gdzie tradycja przenika się z nowoczesnością. Oprócz **Rzeszowa** warto odwiedzić **Przemyśl** – miasto z bogatą historią, otoczone imponującymi fortyfikacjami i urokliwą starówką, **Tarnobrzeg** – ośrodek przemysłowy z dostępem do pięknych akwenów, idealny dla miłośników sportów wodnych, **Mielec** – centrum lotnicze skupiające ważne przedsiębiorstwa i ośrodki badawcze, **Stalową Wolę** – miasto przemysłowe, które równoważy dziedzictwo historyczne z nowoczesnymi inwestycjami, **Krosno** – przez wielu nazywane „małym Krakowem” lub „miastem szkła”.

Podkarpacie to region, który zachwyca kontrastami i bogactwem przyrody oraz historii. To niezwykłej piękności Bieszczady, gdzie pośród gór i malowniczych dolin możesz odkryć niesamowite miejsca, jak np. **Połoninę Wetlińską** z klimatycznym schroniskiem Chatką Puchatka czy **Jezioro Solińskie** – największe sztuczne jezioro w Polsce idealne dla miłośników sportów wodnych.

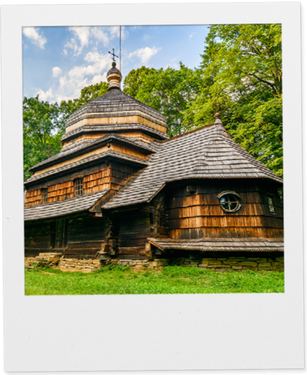
Przekonaj się, jak wiele ma do zaoferowania!











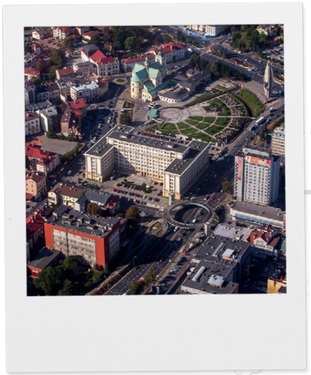




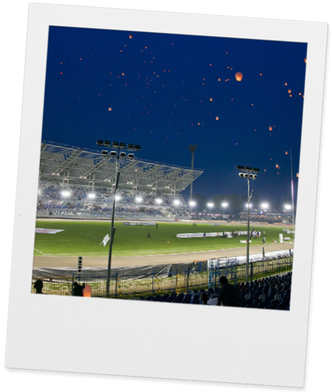
Rzeszów

Rzeszów, perła południowo-wschodniej Polski, zachwyca niepowtarzalnym urokiem i klimatem. To stolica województwa podkarpackiego, gdzie każdy student znajdzie coś dla siebie. Miasto jest jednym z najbezpieczniejszych miejsc w kraju. To idealne miejsce do rozwijania pasji i zainteresowań. Rzeszów oferuje rozbudowaną infrastrukturę, w tym galerie handlowe, kina, teatry, galerie sztuki i muzea. To miasto, w którym kwitnie życie kulturalne, a studenci mają dostęp do różnorodnych wydarzeń i atrakcji. **Czy wiesz, że Rzeszów zajął 2. miejsce w rankingu „miasto przyjaciel młodych”?**

Rzeszów jest ściśle związany z prężnie rozwijającym się przemysłem lotniczym. Dolina Lotnicza to centralny punkt dla licznych przedsiębiorstw, ośrodków szkoleniowych i badawczych. To miejsce, gdzie innowacje i technologia spotykają się z dynamizmem akademickim. Tu przeszłość spotyka się z przyszłością, tworząc niepowtarzalne miejsce do nauki, pracy i rozwoju osobistego.













Miasteczko Akademickie

Domy studenckie
Miasteczko Akademickie Politechniki Rzeszowskiej znajduje się blisko centrum miasta. To tu toczy się życie studenckie. Między ul. Podkarpacką a al. Powstańców Warszawy usytuowanych jest 6 akademików. Możesz się starać o zakwaterowanie w domach studenckich: „Akapit”, „Alchemik”, „Ikar”, „Nestor”, „Pingwin” oraz „Promień”. Wszystkie akademiki są bardzo dobrze wyposażone. W każdym z nich jest siłownia, świetlica, sklepik studencki oraz pralnia. Pokoje są zaopatrzone w telefon stacjonarny, który umożliwia połączenia zarówno między pokojami, jak i połączenia na zewnątrz, gniazdo telewizji kablowej oraz dostęp do lokalnej sieci komputerowej i Internetu. Zobacz mapkę **miasteczka studenckiego** z zaznaczonymi najważniejszymi miejscami.

Biblioteka
Z różnorodnych zbiorów bibliotecznych możesz korzystać na miejscu lub wypożyczać na zewnątrz. Z każdego komputera podłączonego do Uczelnianej Sieci Komputerowej zapewniony jest dostęp do czasopism elektronicznych i baz danych. Na terenie biblioteki jest dostęp do Internetu na stanowiskach komputerowych i sieci wifi. W celu zapisu i korzystania z biblioteki konieczne jest okazanie ważnej Elektronicznej Legitymacji Studenckiej, która jest jednocześnie kartą biblioteczną.

Biuro ds. Osób z Niepełnosprawnościami
BON pomaga osobom z niepełnosprawnościami w diagnozowaniu i niwelowaniu barier dostępności.

Miejsca do nauki
Systematyczna nauka popłaca, ale warto odnaleźć na nią sposób. Może nauka w grupie, w strefach relaksu albo lokalach gastronomicznych? A może jednak zarwane noce przed sesją? Na naszej uczelni znajdziesz wiele miejsc, gdzie można nie tylko się pouczyć, ale także odpocząć. Strefy relaksu znajdziesz na Wydziale Budownictwa, Inżynierii Środowiska i Architektury, Wydziale Budowy Maszyn i Lotnictwa, Wydziale Chemicznym, Wydziale Elektrotechniki i Informatyki.

Gdzie zjeść?
Jeść trzeba smacznie i różnorodnie, dlatego na studiach korzystaj z oferty gastronomicznej naszego miasteczka. Bufet Kwant (budynek P), Fabryka Smaku (budynek O), Bistro Ariani (budynek L).



Kto jest kim na uczelni?

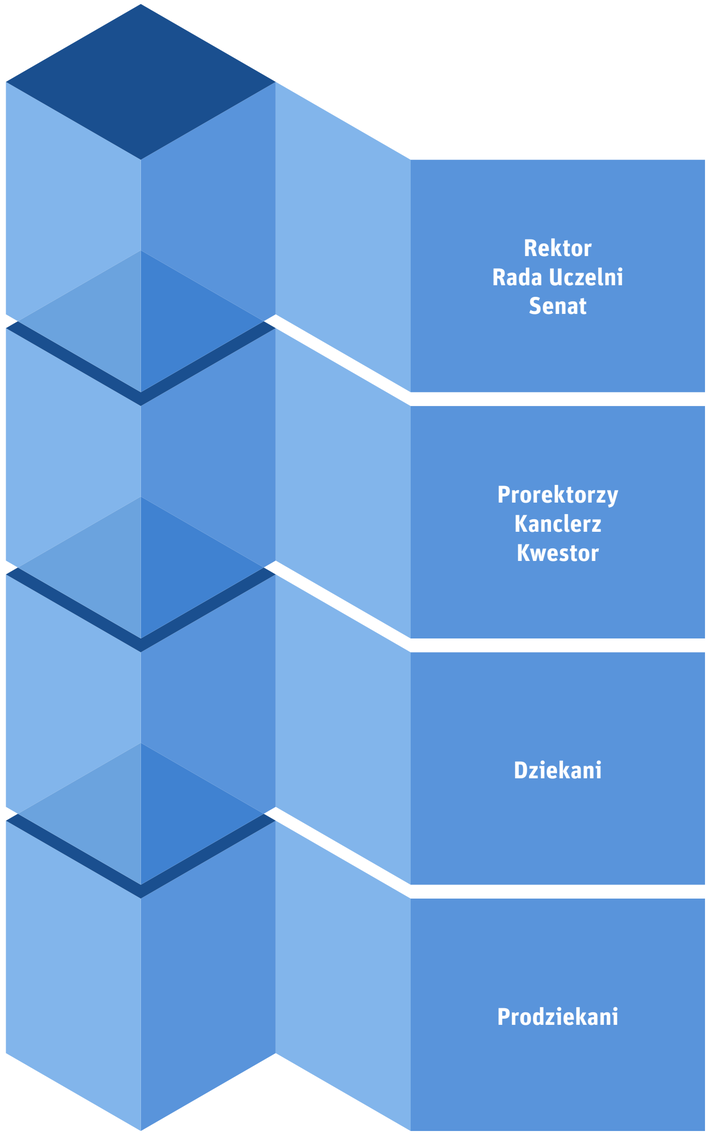
Rektor to szef wszystkich szefów, który kieruje całą uczelnią. W kadencji 2024–2028 JM Rektorem Politechniki Rzeszowskiej jest prof. dr hab. inż. Piotr Koszelnik. Rektor ma swój zespół prorektorów, którzy odpowiadają za określone działy na uczelni. Są to:

- prorektor ds. rozwoju i współpracy, pierwszy zastępca rektora prof. dr hab. inż. Jarosław Sęp,
- prorektor ds. nauki dr hab. inż. Lesław Gniewek, prof. PRz,
- prorektor ds. studenckich i umiędzynarodowienia dr hab. inż. Bartosz Miller, prof. PRz,
- prorektor ds. kształcenia dr hab. Iwona Włoch, prof. PRz.

Kanclerz odpowiada za sprawy administracyjne i organizacyjne.

Kwestor zarządza sprawami finansowymi uczelni, dba o jej budżet.

Dziekan stoi na czele wydziału i odpowiada za realizację zadań wydziału przed rektorem. Podobnie jak rektor również ma zespół prodziekanów. Za sprawy studenckie są odpowiedzialni prodziekani ds. kształcenia.



Akademicki savoir vivre

Do wykładowców zwracaj się, używając odpowiednich tytułów: do profesorów i doktorów habilitowanych Pani Profesor/Panie Profesorze, do doktorów Pani Doktor/Panie Doktorze, a do magistrów Pani Magister/Panie Magistrze. Żeby mieć pewność, jak zatytułować prowadzącego, nazwiska wykładowców możesz znaleźć w **wyszukiwarce pracowników**.

W korespondencji mailowej zadbaj o poprawność językową. Nawet najkrótszy list elektroniczny rozpocznij od „Szanowny Panie/Szanowna Pani” (nie Witam!), dodaj tytuł naukowy adresata, a zakończ formułą „Z wyrazami szacunku” (zamiast „Pozdrawiam”). Przy składaniu podań i oficjalnych pism pamiętaj o odpowiednim zaadresowaniu dokumentu, podaniu swoich pełnych danych osobowych i aktualnej daty oraz o odręcznym podpisie.

⚠ **Pamiętaj! Oficjalnie (mimo przedrostka „pro-„) do prorektorów i prodziekanów zwracaj się: Pani Rektor/Panie Rektorze, Pani Dziekan/Panie Dziekanie.**

I jak tu się nie pogubić?

Warto wiedzieć, z jakimi sprawami można udać się do poszczególnych osób. Do rektora i prorektorów należy udać się w przypadku spraw strategicznych dla uczelni dotyczących np. statutu uczelni czy kwestii reprezentowania środowiska akademickiego na zewnątrz. Dziekani podejmują decyzje związane z tokiem studiów. To u nich możesz uzyskać zgodę na organizację wydarzeń na swoim wydziale. Oczywiście proces uzyskiwania wszelkich zgód i pozwoleń jest sformalizowany i wiele spraw i pism kierowanych do dziekanów przechodzi przez dziekanat.

Dziekanat
W dziekanatach swojego wydziału załatwisz większość formalności związanych ze studiami. Tu na przykład odbierzesz i przedłużysz legitymację. Tutaj też możesz składać różne wnioski, np. o urlop, powtarzanie przedmiotów czy indywidualną organizację studiów. Również tutaj, pod koniec studiów, będziesz składać pracę dyplomową – teraz brzmi to jak bardzo odległe wydarzenie, ale nie bój się, szybko zleci. ⚠ **Pamiętaj! Kontakt do dziekanatu przypisanego do Twojego kierunku studiów znajdziesz na stronie internetowej Twojego wydziału.**

Samorząd Studencki
Reprezentuje studentów naszej uczelni, prowadzi działalność socjalno-bytową i kulturalną. Dba o interesy wszystkich studentów na uczelni i poza nią, inicjuje i wspiera działalności naukową, kulturalną, wychowawczą i turystyczną. 💡 **Czy wiesz, że reprezentantem wszystkich studentów u rektora jest Samorząd Studencki? To tam możesz w pierwszej kolejności zgłaszać swoje pomysły, opinie i sugestie.**



Jak odnaleźć się na uczelni?

Numer albumu
Jest indywidualny dla każdego studenta stanowi część składową Twojego e-maila uczelnianego. Korzystaj z poczty, bo tu trafiają najważniejsze informacje.

Legitymacja studencka
To dokument, który pozwala na identyfikację studenta także poza murami uczelni. Odbierzesz ją w dziekanacie, potwierdzi Twój status studenta, uprawnia do różnego rodzaju zniżek studenckich. Najważniejsze, aby pamiętać o jej przedłużeniu na początku każdego semestru. Tradycyjną wersję możesz uzupełnić o mLegitymację, która m.in. ułatwi skorzystanie z ustawowych zniżek, np. w komunikacji publicznej, jako dodatkową usługę w ramach aplikacji **mObywatel**. Skorzystaj z bezpłatnej aplikacji mLegitymacja oferującej przydatne funkcjonalności systemu. Możesz ją pobrać na Google Play lub App Store.

Stypendia, pomoc materialna, kredyt studencki
Dlaczego warto śledzić USOS już od pierwszych dni studiów? To tam znajdziesz wszystkie informacje, terminy i zasady świadczeń dla studentów. Możesz się starać o przyznanie:

- stypendium Marszałka Województwa Podkarpackiego przeznaczone dla studentów I roku,
- stypendium rektora przeznaczone dla studentów I roku,
- stypendium ministra dla studentów przysługuje na studiach I i II stopnia oraz na jednolitych studiach magisterskich,
- stypendium z własnego funduszu przysługuje studentom I i II stopnia studiów,
- stypendium socjalne, stypendium dla osób niepełnosprawnych i zapomoga,
- zapomogi dla studentów obywateli Ukrainy z Funduszu Wsparcia,
- kredytu studenckiego.

Zaglądnij do **Regulaminu świadczeń dla studentów Politechniki Rzeszowskiej** i dowiedz się więcej. Nie przegap ważnych terminów!



Systemy informatyczne

Przepływ informacji i komunikacji zapewniają systemy, za pomocą których będziesz mógł również zarejestrować się na przedmioty i do grup ćwiczeniowych.

USOS (Uniwersytecki System Obsługi Studiów)
Znajdziesz tu informacje o planach zajęć, przedmiotach, wystawionych ocenach, ankiety itd. Jeśli będziesz ubiegać się o przyznanie np. stypendium socjalnego, stypendium rektora czy stypendium dla osób z niepełnosprawnościami, to wnioski powinieneś wypełnić właśnie w tym systemie. Skorzystaj z bezpłatnej aplikacji **Mobilny USOS** oferującej przydatne funkcjonalności systemu. Możesz ją pobrać na Google Play lub App Store.

Poczta studencka
Korzystaj z poczty, bo to tu trafia dużo ważnych informacji. Pamiętaj! Wszystkie maile do wykładowców i nauczycieli kieruj z maila studenckiego z Twoim numerem albumu. Maile z innych skrzynek mogą nie być dostarczone.

o365
Otrzymasz także dostęp do o365, czyli systemu Microsoft znajdującego się w chmurze. Ważnym narzędziem jest aplikacja Teams, która dostępna jest w pakiecie o365. Pozwala na prowadzenie grupowej konwersacji, koordynację pracy w grupie, a także organizację wideokonferencji i wideochatów.

Eduroam
Masz możliwość dostępu do bezprzewodowej (lub przewodowej) sieci Internet. Dostęp może być realizowany zarówno na terenie uczelni, jak i poza nią – we wszystkich skupionych w **projekcie eduroam** sieciach najczęściej na innych uczelniach w Polsce i na świecie.



Co musisz jeszcze wiedzieć?

Studia to zupełnie inna organizacja zajęć niż w szkole. Aby ułatwić Ci odnalezienie się na uczelni, podzielimy się kilkoma radami dotyczącymi życia studenckiego. Wszystkie istotne daty i wydarzenia znajdują się w **kalendarzu akademickim.**

ECTS
To punkty, które są wartością każdego przedmiotu. Aby zaliczyć kolejny etap studiów, zgodnie z programem studiów musisz zdobyć ustaloną liczbę punktów ECTS. Do zaliczenia całego roku należy uzbierać 60 punktów ECTS.

Dług dopuszczalny
Dług nie może wynikać z niezaliczenia zajęć objętych planem studiów, które są kontynuowane w następnym semestrze. Nie może też wynikać z niezaliczenia zajęć, z których nieosiągnięcie efektów uczenia się nie pozwala na kontynuowanie określonych zajęć objętych planem studiów w następnym semestrze. ⚠ **Pamiętaj! Nie może on przekroczyć 8 punktów ECTS w semestrze.**

Grupa na FB
Dla każdego kierunku zostanie utworzona specjalna grupa na Facebooku, dzięki której będziesz mógł ustalić wszelkie informacje, poznać ludzi czy wybrać starostę/starościnę. Starosta/starościna roku/grupy jest wybierana na początku roku akademickiego. Reprezentuje „interesy" roku/grupy u prowadzących zajęcia, w dziekanacie itp.

Plany studiów
Harmonogram realizacji programu studiów w poszczególnych semestrach i latach danego cyklu kształcenia, czyli co kiedy zaliczyć i podpiąć.

Rzecznik Praw Studenta
Nauczyciel akademicki, **pracownik PRz**, który monitoruje czy przestrzegane są prawa studenckie.



Formy realizowanych zajęć

Wykłady to zajęcia, na które uczęszczasz z całym rokiem. Zdobywasz tam wiedzę teoretyczną wymaganą na pozostałych formach zajęć. Warto na nie chodzić, bo właśnie na nich są przekazywane najważniejsze informacje dotyczące organizacji zajęć i bardzo często na nich odbywają się zaliczenia czy egzaminy.

Ćwiczenia to zajęcia, które w uproszczeniu można porównać do lekcji, które miałeś w szkole. Zeszyt i zadania do rozwiązania. Ćwiczenia odbywają się w mniejszych grupach, liczących do 30 studentów.

Laboratoria tu wiedza wykorzystywana jest w bardziej praktyczny sposób. Korzystasz z komputerów, maszyn, specjalistycznych sprzętów i innych urządzeń.

Zajęcia projektowe – jak sama nazwa wskazuje związane są z tworzeniem jakiegoś projektu. Często projekt ten rozwijany jest przez cały semestr, a podczas zajęć dzielisz się z prowadzącym postępami.

Konsultacje
Są przede wszystkim dla Was. Pamiętajcie jednak, że konsultacje to bardzo indywidualna kwestia i każdy z prowadzących ma do nich inne podejście. Terminy konsultacji znajdziecie również na **wizytówkach nauczycieli akademickich**.

Praktyki studenckie
Czy wiesz, że za praktyki studenckie odpowiadają koordynatorzy na wydziałach? Informacje na temat koordynatora wydziałowego i koordynatorów dla Twojego kierunku uzyskasz w dziekanacie i na stronach wydziałowych.

⚠ Pamiętaj! Ostateczny charakter prowadzonych zajęć niezależnie od formy pozostaje do decyzji prowadzącego. Regulamin studiów określa organizację i przebieg studiów oraz prawa i obowiązki studenta.



Postaw na rozwój, realizuj swoje pasje

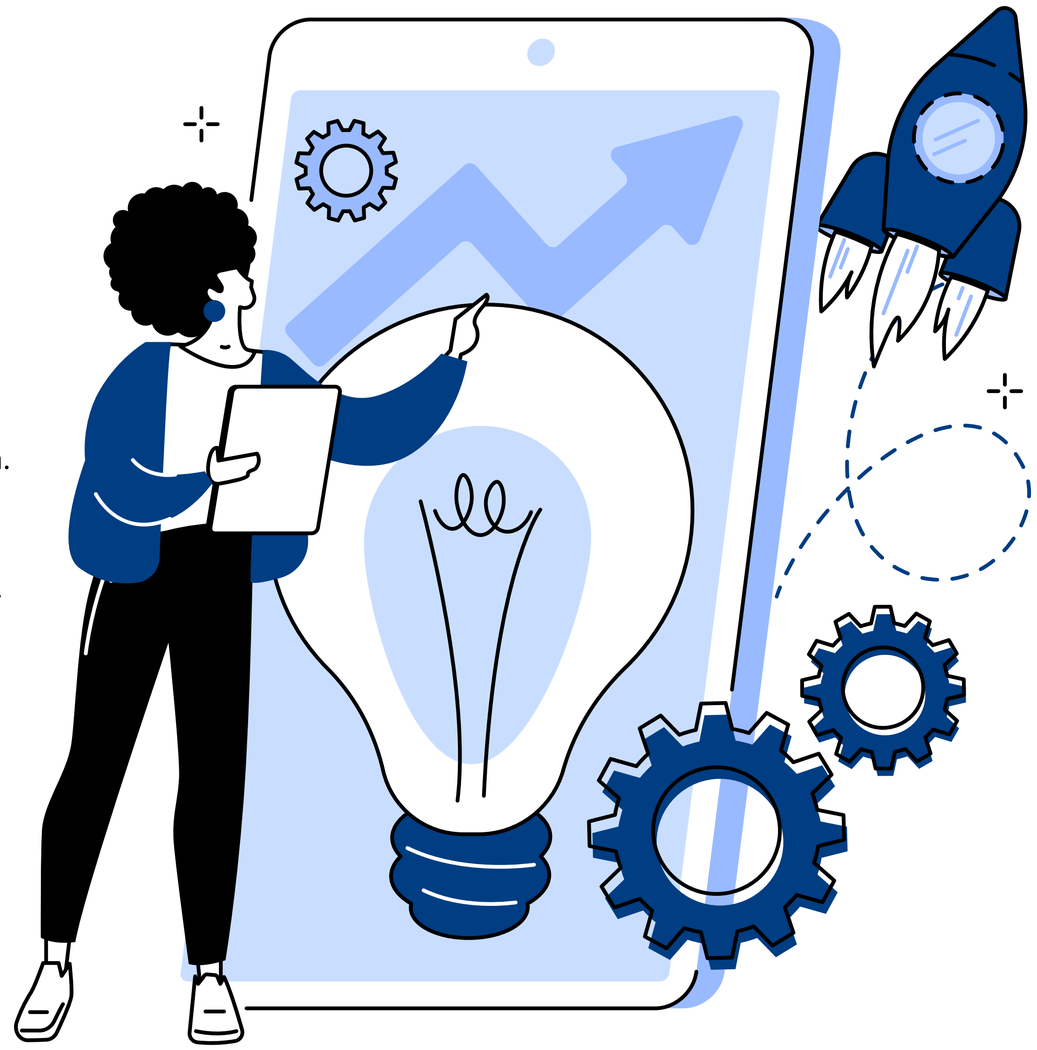
ERASMUS
Studia do doskonała możliwość udziału w programie wymiany akademickiej Erasmus oraz poznania kultury 28 krajów UE i spoza niej: Islandii, Lichtensteinu, Norwegii, Turcji, Macedonii. Wyjeżdżając na Erasmusa, zwiększysz szanse jako absolwent na rynku pracy, zdobędziesz nowe doświadczenia, podniesiesz poziom wiedzy, poznasz nowe kultury, udoskonalisz kompetencje. Obsługą studentów chcących uczestniczyć w Erasmusie+ zajmuje się **Dział Współpracy Międzynarodowej**.

IAESTE
To międzynarodowa organizacja prowadząca program wymiany praktyk zagranicznych dla studentów kierunków technicznych do ponad 80 krajów. Działając w IAESTE, umożliwiasz sobie nawiązywanie międzynarodowych znajomości z praktykantami przybywającymi do Rzeszowa, ze studentami z największych uczelni w Polsce przez udział w cyklicznych zjazdach wszystkich komitetów lokalnych.

Koła naukowe
Czy wiesz, że na 7 wydziałach działa **77 kół naukowych**? Jeśli chcesz realizować swoje pasje i zgłębiać tajniki wiedzy pod opieką znakomitych fachowców, koła naukowe są najlepszym miejscem. Działalność w kołach to nie tylko szansa na zdobywanie doświadczenia i znalezienie atrakcyjnej pracy. To przede wszystkim wspólna inicjatywa, często wspólne wyjazdy, których wartością dodaną jest nawiązywanie nowych kontaktów. Najbardziej wyróżniające się koła naukowe: PRz Racing, KN Legendary Rover Team, KNS Esprit, Euroavia Rzeszów, Rzeszowska Grupa IT.

Samorząd Studencki
Reprezentuje studentów naszej uczelni, prowadzi działalność socjalno-bytową i kulturalną. Dba o interesy wszystkich studentów na uczelni i poza nią, inicjuje i wspiera działalności naukową, kulturalną, wychowawczą i turystyczną. Organizuje wydarzenia cykliczne, m.in. Adapciak PRz, otrzęsiny, akcję charytatywną „Studenckie Mikołajki”, Galę Diamenty Politechniki, Rzeszowskie Juwenalia.

Biuro Karier
Organizuje spotkania z doradcą zawodowym i firmami. Prowadzi portal, na którym znajdziesz aktualne **oferty pracy**.



Studia to nie tylko nauka

Juwenalia
Największa impreza studencka na Podkarpaciu, trzykrotnie doceniona w plebiscycie ProJuvenes na najlepsze juwenalia w Polsce. Na tę coroczną, huczną imprezę składają się nie tylko koncerty, lecz także wydarzenia kulturalne oraz sportowe. Na scenie znajdującej się w samym sercu naszego miasteczka akademickiego można zobaczyć największe gwiazdy polskiej sceny muzycznej. Impreza co roku przyciąga ponad 100 tys. osób.

Kultura
Na Politechnice Rzeszowskiej możesz realizować swoje pasje. Chcesz rozwinąć swoje umiejętności artystyczne i komunikacyjne, dołącz w dowolnym momencie do Studenckiego Zespołu Pieśni i Tańca „Połoniny", Chóru Akademickiego czy Akademickiego Radia i Telewizji „Centrum". Miejscem integrującym społeczność akademicką jest Strefa Kultury Studenckiej. Dołączając do radia, rozwiniesz umiejętności komunikacyjne, zdobędziesz doświadczenie w prowadzeniu audycji i uczestniczeniu w tworzeniu treści radiowych. Członkostwo w chórze lub zespole folklorystycznym pozwoli natomiast rozwijać umiejętności muzyczne i artystyczne.

Akademicki Ośrodek Szybowcowy
To najlepsze miejsce nie tylko dla miłośników lotów, ale też pięknych widoków. AOS zlokalizowany jest w Bezmiechowej u podnóża Gór Słonnych. Ośrodek znajduje się na wysokości ponad 600 m n.p.m., co daje możliwości podziwiania najpiękniejszej panoramy Bieszczadów. Bezmiechowa to kolebka polskiego szybownictwa, nazywana „świętą górą szybowników". Wspaniałe miejsce na spędzenie wyjątkowego weekendu na Podkarpaciu. Oferuje bazę noclegową, gastronomiczną oraz loty szybowcem. Tu też studenci mogą odbyć **szkolenie szybowcowe**.

Centrum Języków Obcych
W Centrum odbędziesz lektoraty na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych I i II stopnia realizowane z języków: angielskiego, niemieckiego, rosyjskiego i francuskiego oraz polskiego jako obcego. Naukę zakończysz egzaminem na poziomie nie niższym niż B2 według Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego.



Wychowanie Fizyczne i Sport – jak to wygląda na naszej uczelni?



Studia to nie tylko nauka! To również czas dobrej zabawy, zdobywania nowych doświadczeń, tworzenia wspomnień i zawiązywania nowych znajomości. Jak to zrobić? Najlepiej przez aktywność fizyczną i sport.

WF na studiach wzbudza wiele emocji. Niektórzy uważają, że jest stratą czasu. Pamiętaj jednak, że jest to doskonała okazja do integracji i nawiązywania nowych znajomości, także w ramach kierunków i roczników. Poza tym aktywność fizyczna wyzwala endorfiny – hormony szczęścia. Jest prostym sposobem na redukcję stresu i poprawę samopoczucia. Same korzyści!

Jak wygląda WF na studiach i czy zajęcia odbywają się w podobny sposób jak w szkole średniej? Wychowanie fizyczne jest przedmiotem obowiązkowym na pierwszym roku studiów na większości kierunków. Wymiar godzin, termin zajęć znajdziesz w swoim programie studiów i na stronie **Centrum Sportu Akademickiego**.

Na pierwszych zajęciach na hali sportowej (budynek Ł) od prowadzących dowiesz się wszystkiego o możliwościach i zasadach zaliczenia WF. Aby zdobyć zaliczenie, należy systematycznie i aktywnie uczestniczyć w zajęciach. Do wyboru masz wiele różnorodnych zajęć: rekreacyjne na hali sportowej CSA (gry zespołowe, gry rakietowe, siłownia), na pływalni (nauka pływania, doskonalenie), w salach fitness CSA PRz, w pracowni usprawniania ruchowego CSA PRz (realizujemy tam zajęcia dla osób z problemami zdrowotnymi oraz ze zwolnieniami lekarskimi), treningi w sekcjach sportowych CSA/AZS PRz, treningi w sekcjach rekreacyjnych CSA/AZS PRz, zajęcia taneczne w Studenckim Zespole Pieśni i Tańca PRz „Połoniny”.

⚠ **Pamiętaj! Na zajęcia z pływania, treningi sekcji, zajęcia w pracowni usprawniania ruchowego, zajęcia SZPiT „Połoniny” obowiązują osobne zapisy.**

Zajęcia z WF-u możesz również zaliczyć jako zawodnik **sekcji sportowych**. Są to zajęcia skierowane do studentów, którzy mają już doświadczenie w danej dyscyplinie sportowej. Na te zajęcia obowiązują zapisy bezpośrednio u prowadzących daną sekcję.

Bądź na bieżąco

Sprawdzaj, co się dzieje na uczelni. Wszystkie ważne informacje najszybciej pojawiają się na naszych mediach społecznościowych. Odniosłeś sukces? Podziel się z nami swoją pasją, oznacz nas, napisz do **Gazety Politechniki**.

Koniecznie zobacz też nasz mural, przy którym możesz zrobić sobie zdjęcia na Instagrama.

Chcesz mieć wyjątkowy gadżet, fajną bluzę albo notatnik z logo uczelni? Odwiedź **nasz sklep** i wybieraj wśród wielu propozycji.

