



GUIDE

INTERNSHIP

PRZEWODNIK PO PRAKTYKACH

1. OBOWIĄZKOWE PRAKTYKI STUDENCKIE

- ☐ Informacje ogólne - obowiązkowe praktyki zawodowe wymagane są wyłącznie na kierunkach o profilu praktycznym:

1. [Analityka Biznesu i Bezpieczeństwa \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2023/24 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w latach 2024/25-2025/26 nie są zobligowani do odbywania praktyk ze względu na zmianę profilu kierunku.
2. [Architektura \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2025/26 - 607,5 godz.
Studenci rekrutowani w roku akad. 2024/25 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2020/21-2023/24 - 750 godz.
3. [Dziennikarstwo i Komunikacja Społeczna \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2025/26 - 607,5 godz.
Studenci rekrutowani w roku akad. 2024/25 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2019/20-2023/24 - 750 godz.
4. [Filologia Angielska \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2025/26 - 607,5 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2021/22-2024/25 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w roku akad. 2020/21 - 750 godz.
[Filologia Angielska \(Magister\)](#)
Studenci rekrutowani w latach akad. 2022/23-2025/26 - 360 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2020/21-2021/22 - 375 godz.
5. [Grafika \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2025/26 - 607,5 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2023/24-2024/25 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2019/20-2022/23 - 750 godz.
Studenci rekrutowani w roku akad. 2018/19 - 360 godz.
[Grafika \(Magister\)](#)
Studenci rekrutowani w latach akad. 2023/24-2024/25 - 360 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2019/20-2022/23 - 750 godz.
6. [Informatyka \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2025/26 - 607,5 godz.
Studenci rekrutowani w roku akad. 2024/25 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2019/20-2023/24 - 750 godz.
[Informatyka \(Magister\)](#)
Studenci rekrutowani w latach akad. 2024/25-2025/26 - 360 godz.
Studenci rekrutowani w latach akad. 2019/20-2023/24 - 420 godz.
7. [Logistyka \(Licencjat\)](#)
Studenci rekrutowani w roku akad. 2023/24 - 720 godz.
Studenci rekrutowani w latach 2024/25-2025/26 nie są zobligowani do odbywania praktyk ze względu na zmianę profilu kierunku.

- Zalety praktyk i staży:
 1. Pierwsze doświadczenie zawodowe
 2. Budowanie CV
 3. Nawiązywanie relacji zawodowych
 4. Rozwój kompetencji miękkich
 5. Możliwość zatrudnienia
- Zeskanuj kod QR, aby obejrzeć poradnik dotyczący składania dokumentów związanych z praktykami:



2. JAK ZNALEŹĆ ODPOWIEDNIE MIEJSCE PRAKTYK?

- Zaczynaj od wykonania Testu Gallupa oraz Testu Kompetencji - dostępnych u naszych Doradczyń Zawodowych (d.wojcik@vistula.edu.pl oraz k.gromadka@vistula.edu.pl) - poznaj swoje mocne strony i wykorzystaj je nie tylko podczas praktyk, ale również w dalszej karierze zawodowej. Zeskanuj kod QR i zarezerwuj spotkanie:



- Gdzie znaleźć oferty praktyk:
 1. Dział Karier i Praktyk 116
 2. Portale pracy - np. Rocketjobs.pl, pracuj.pl, praca.pl, itp.
 3. Media Społecznościowe - LinkedIn, Strony internetowe - zazwyczaj w sekcji „KARIERA”
- Jak rozpoznać dobre miejsce praktyk - weryfikacja:
 1. Płatne praktyki / staże zazwyczaj świadczą o bardziej zorganizowanym miejscu pracy, jednak wiele bezpłatnych ofert pozwala zdobyć równie cenne doświadczenie
 2. Realne zadania
 3. Mentoring
 4. Możliwość dalszej współpracy / perspektywy zatrudnienia

- Sygnały ostrzegawcze - jak rozpoznać nieuczciwe oferty:
 1. Brak jasno określonego zakresu obowiązków - **Uważaj!** Kserowanie dokumentów i przygotowanie kawy nie powinny być głównymi zadaniami praktykanta, zwłaszcza że nie jest to zgodne z celami praktyk określonymi w Programie Praktyk
 2. Pełnoetatowy zakres obowiązków bez wynagrodzenia
 3. Pobieranie opłat od praktykantów za możliwość odbycia praktyki / stażu
 4. Niechęć do udzielania dodatkowych informacji podczas rekrutacji
 5. Negatywne opinie / recenzje na temat firmy w Internecie

3. JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ NA ROZMOWĘ REKRUTACYJNĄ?

- Czytanie ze zrozumieniem, czyli jak wyciągnąć jak najwięcej informacji z ogłoszenia o praktykach: dowiedz się jaki jest profil poszukiwanego kandydata i porównaj czy posiadasz wymagane umiejętności
- Wsparcie naszych Doradczyń Zawodowych - istnieje możliwość umówienia się na konsultację online bądź stacjonarnie w pokoju 116
- Baza wiedzy - na naszym portalu e-kariera jak i w mediach społecznościowych dodawane są na bieżąco artykuły dotyczące kariery oraz rozwoju osobistego

4.0 PRAKTYKI ZAWODOWE – TRZY MOŻLIWOŚCI

Student może spełnić wymagania przedmiotu „Praktyki Zawodowe” w jeden z następujących sposobów:

1. **Odbycie praktyk** - realizując praktyki przez wymaganą liczbę godzin określoną w programie studiów (zobacz stronę 1)
2. **Poprzez zatrudnienie / wolontariat / długoterminowy staż** - będąc zatrudnionym w firmie przez co najmniej 6 miesięcy, pod warunkiem że wykonywane zadania są związane z kierunkiem studiów
3. **Prowadzenie działalności gospodarczej** - prowadząc firmę związaną z kierunkiem studiów przez co najmniej 1 rok

Aby znaleźć wymagane dokumenty kliknij w [ten link](#) i wybierz swój kierunek studiów poniżej.

4.1 ODBYCIE PRAKTYK

- Lokalizacja i weryfikacja:
 - Pierwszym krokiem do rozpoczęcia praktyki jest znalezienie odpowiedniego miejsca.
 - Miejsce odbywania praktyki może zostać wybrane przez studenta lub zarekomendowane przez Dział Karier i Praktyk. Przykłady miejsc odbywania praktyk znajdują się w Programie Praktyk Zawodowych danych kierunków.

- ☐ Podpisanie umowy:
 - Drugim krokiem jest wydrukowanie **dwóch** egzemplarzy Umowy o Organizację Zawodowej Praktyki Studenckiej, uzyskanie podpisu Pracodawcy, a następnie złożenie dokumentów w Dziale Karier i Praktyk (pokój 116), gdzie zostaną podpisane przez Opiekuna Praktyk.
 - Niektóre miejsca odbywania praktyk mogą wymagać skierowania - w takim przypadku należy wydrukować Skierowanie na Zawodową Praktykę Studencką i złożyć je w Dziale Karier i Praktyk do podpisu przez Opiekuna Praktyk. Podpisany dokument należy następnie odebrać i dostarczyć do miejsca odbywania praktyki.
- ☐ Prowadzenie dzienniczka praktyk
 - Podstawą oceny praktyki przez Opiekuna Praktyk jest Dzienniczek Praktyk. Dokument ten musi zawierać: dni i godziny odbywania praktyki oraz zadania wykonywane w tym czasie wraz z podpisem pracodawcy.

Pamiętaj, aby nie przekroczyć limitu pracy wynoszącego 40 godzin tygodniowo (8 godzin dziennie, 5 dni w tygodniu).
- ☐ Złożenie dokumentów w Dziale Karier i Praktyk
 - Ostatnim krokiem w realizacji praktyki jest złożenie Dziennika Praktyk oraz Zaświadczenia o Odbyciu Zawodowej Praktyki Studenckiej. Dokumenty należy dostarczyć w ciągu **3 tygodni** od zakończenia praktyki.
 - Prawidłowo wypełnione dokumenty zostaną przekazane Kierunkowemu Opiekunowi Praktyk, który dokona ich oceny, a następnie wpisze ocenę do systemu USOS.

4.2 PRACA ZAWODOWA / WOLONTARIAT / DŁUGOTERMINOWY STAŻ – MIN. 6 MIES.

- ☐ Praca zawodowa / Wolontariat / Staż długoterminowy
 - Studenci, którzy pracowali przez okres nie krótszy niż 6 miesięcy, mają możliwość zaliczenia obowiązkowych praktyk poprzez pracę zawodową, staż lub wolontariat.

UWAGA - Okres aktywności zawodowej wymagany do zaliczenia obowiązkowego stażu jest taki sam dla wszystkich programów i nie może być krótszy niż 6 miesięcy!
- ☐ Potwierdzenie spełnienia wymogów Programu Praktyk Zawodowych
 - Planując zaliczenie obowiązkowych praktyk poprzez pracę zawodową, staż lub wolontariat, należy najpierw upewnić się, że miejsce pracy znajduje się na liście przykładowych miejsc praktyk. Jeśli miejsce pracy nie jest wymienione, należy upewnić się, że spełnia przynajmniej jeden cel każdego rodzaju praktyk (wiedza, umiejętności, kompetencje społeczne - program praktyk) i skonsultować się z Opiekunem Praktyk.
- ☐ Składanie dokumentów w Dziale Karier i Praktyk

Wymagane dokumenty:

 - Wniosek o zaliczenie praktyki aktywnością zawodową na kierunku Filologia Angielska
 - Opinia pracodawcy dotycząca przebiegu zatrudnienia lub innej aktywności zawodowej
 - Kopia umowa o pracę, zlecenie lub staż / wolontariat - na okres min. 6 miesięcy
 - Aktualny odpis z KRS lub CEIDG firmy/instytucji/działalności

Prawidłowo wypełnione dokumenty zostaną przekazane Kierunkowemu Opiekunowi Praktyk, który dokona oceny i wpisze ocenę do systemu USOS.

4.3 PROWADZENIE WŁASNEJ DZIAŁALNOŚCI – MIN. 12 MIESIĘCY

- ☐ Prowadzenie własnej działalności gospodarczej, która spełnia cele Programu Praktyk Zawodowych, również uprawnia do zaliczenia praktyki.
 - Wymagane dokumenty do zaliczenia praktyk:
 - Wniosek o zaliczenie praktyki - własna działalność
 - Aktualne zaświadczenie o wpisie do CEIDG

5. DODATKOWE ZASOBY I WSPRACIE

- ☐ Pokój 116 zgodnie z harmonogramem dyżurów
- ☐ e-Kariera + media społecznościowe - informacje o webinarach, ofertach praktyk
- ☐ Doradczynie Zawodowe
- ☐ Wydarzenia takie jak JobSpot

