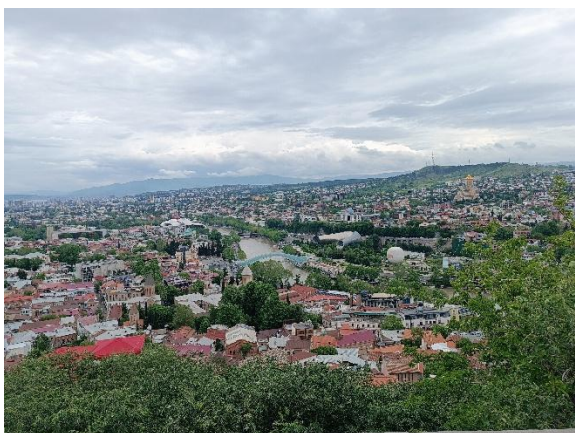


Łódź, dn. 24.09.2026

SPRAWOZDANIE

z wyjazdu w celu prowadzenia zajęć w ramach programu Erasmus+



W dniach 18-22 maja 2026 roku odbyłam wyjazd dydaktyczny w ramach programu Erasmus+ do Ivane Javakhishvili Tbilisi State University, Faculty of Medicine w Tbilisi (Gruzja). Celem mobilności było przeprowadzenie zajęć dydaktycznych dla studentów oraz wymiana doświadczeń w zakresie kształcenia.

W ramach pobytu przeprowadziłam 8 godzin zajęć dydaktycznych w języku angielskim dla grupy 20 studentów kierunku lekarskiego. Tematyka zajęć koncentrowała się wokół aktywności fizycznej i jej znaczenia dla zdrowia. Omówione zostały m.in. aktualne zalecenia dotyczące aktywności fizycznej, zasady bezpiecznego i zdrowego treningu oraz metody oceny poziomu aktywności fizycznej i możliwości ich praktycznego zastosowania. Poruszono również zagadnienia dotyczące motywacji i barier związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej, wykorzystania nowych technologii do jej samodzielnego monitorowania oraz powiązań pomiędzy aktywnością fizyczną, zdrowiem, zmianami klimatu i realizacją celów zrównoważonego rozwoju.



Istotnym elementem mobilności była możliwość wymiany wiedzy i doświadczeń w międzynarodowym środowisku akademickim. Prowadzenie zajęć dla studentów zagranicznej uczelni pozwoliło nie tylko na zaprezentowanie własnych doświadczeń dydaktycznych i naukowych, ale również na poznanie innej perspektywy dotyczącej edukacji i promocji aktywnego stylu życia.

Podsumowując, wyjazd uważam za wartościowy zarówno pod względem dydaktycznym, jak i możliwości rozwoju współpracy

międzynarodowej. Mobilność umożliwiła wymianę doświadczeń, rozwój kompetencji związanych z prowadzeniem dydaktyki w środowisku międzynarodowym oraz wzmocnienie kontaktów pomiędzy obiema uczelniami. Nawiązana współpraca jest kontynuowana również po zakończeniu mobilności. Obecnie, wraz z pracownikami uczelni partnerskiej pracujemy nad przygotowaniem artykułu naukowego. Stanowi to wymierny rezultat wyjazdu oraz tworzy podstawę do dalszej współpracy naukowej i dydaktycznej, w tym realizacji wspólnych badań, projektów oraz kolejnych inicjatyw międzynarodowych. Działania te przyczyniają się również do wzmacniania internacjonalizacji Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.



Sprawozdanie na potrzeby programu Erasmus+ opracowała:

Anna Lipert

*Kierownik Pracowni Prewencji Chorób Układu Krążenia i Metabolicznych
przy Zakładzie Medycyny Zapobiegawczej UM*