



שעת מבחן

לעבור את תקופת הבחינות בשלום

משרד דיקן הסטודנטים
הבית שלך בדרך להצלחה

לשאלות ופניות ניתן להתקשר למשרד דיקן הסטודנטים 02-5882355

או להכנס לאתר <http://studean.huji.ac.il>



תוכן עניינים

- **כיצד להתכונן לבחינות** 3
- התארגנות מספר שבועות לקראת הבחינות 3
- ארגון זמן לתקופת מבחנים 3
- אסטרטגיות למידה מומלצות למבחנים 4
- שיטות לשיפור הזיכרון 5
- טיפים לערב לפני הבחינה 5
- טיפים למהלך המבחן 6
- טיפים למהלך המבחן לפי סוגי מבחנים 6
- לאחר המבחן 7
- **איך להתמודד עם חרדת בחינות** 8
- מהי חרדת בחינות 8
- מה עושים? 8
- **למי פונים בבעיה אקדמית או כזו הקשורה לבחינות** 10
- **דיקן הסטודנטים וטיפול בנושאים מיוחדים** 11
- **נציבת קבילות סטודנטים** 13



כיצד להתכונן לבחינות

מומלץ לכלל הסטודנטים

התארגנות מספר שבועות לקראת הבחינות

בדקו היטב:

- האם יש לכם את כל החומר הנדרש? האם החסרתם שיעורים? לא הספקתם לכתוב במהלך השיעורים? כתב היד שלכם אינו קריא? דאגו להשלים את החומר החסר בעזרת חברים ללימודים ובעזרת מקורות נוספים.
- האם כל החומר מובן לכם? האם יש שאלות בלתי פתורות? מושגים ומונחים לא ברורים? פנו עכשיו אל המרצה/מתרגל בשעות הקבלה לבירור.
- ערכו "הערכת מצב" לגבי מצבכם בכל אחד מהקורסים - האם יש פערים בהבנה, האם הכנתם את כל תרגילי הבית?
- בנו סדרי עדיפויות להשלמת החומר על פי מצבכם בכל אחד מהקורסים, בשילוב עם מידת הקושי שלכם בכל אחד מהקורסים.
- וודאו(!!!) מה החומר למבחן, מהו סוג השאלות, מהי רמת הבקיאות הנדרשת וכו'. וודאו כי בידכם מבחנים לדוגמא וכי הם תואמים את המבחן השנה (סוג השאלות במבחן, האם יש אפשרות בחירה, משך זמן הבחינה וכו').

ארגון זמן לתקופת המבחנים

- לקראת המבחנים יש לערוך לוח למידה למבחנים ובו תאריכי המבחנים כעוגנים וביניהם פריסת זמני הלימוד לכל מבחן. וודאו כי זמן הלמידה שהקצתם עבור כל מבחן אכן ריאלי ומספיק על מנת להקיף את כל החומר ולתרגל מבחנים לדוגמא. יש להתייחס לרשימת הנושאים שהועברו בקורס, התכנים שצריך לעבור עליהם (שיעורים, תרגילים, מבחנים לדוגמא, ספרים).
- ניתן להשתמש לשם יצירת הלוח ביומן, פאלם, outlook או כל כלי אחר לארגון זמן.
- ערכו במודע הפסקות ריענון. יש הזקוקים להפסקה כל 15 דקות ויש המסוגלים להתרכז גם במשך שעה ויותר. היו מודעים למגבלות הריכוז שלכם והתאימו את הלמידה.
- בעת הפסקת ריענון מומלץ להפעיל את שרידי הגוף, ניתן לערוך תרגילי התעמלות פשוטים, סיבוב קצר של הליכה/ריצה או כל פעילות שאתם מעדיפים. פעילות גופנית מגבירה את זרימת הדם לאיברי הגוף ולמוח.
- חלקו את המטלות הלימודיות למשימות קטנות יותר, בדקו את עצמכם אחרי סיום כל פרק זמן לימוד.

- אל תאמרו לעצמכם 'היום אשב ללמוד', דעו בדיוק מה אתם מתכוונים ללמוד בזמן הנתון. איזה מקצוע, האם תרגיל, מעבר על שיעור וכו'. ככל שתהיו ממוקדים יותר ותדעו מה מטרותיכם, כך יקל עליכם להתיישב ולשמור על ריכוז לאורך זמן.

אסטרטגיות למידה מומלצות למבחנים

1. החליטו על דרך **ארגון של החומר**, כזו שתסייע לכם לראות את התמונה השלמה של הקורס (מהם הנושאים המרכזיים, כותרות משנה, נוסחאות המתאימות לכל נושא וכו'). הצגה גראפית, דרך תרשים, גרף, טבלה, ראשי פרקים או כל דרך אחרת, תעזור לכם להבין את הקשרים בין הנושאים השונים. ככל שהחומר מאורגן יותר, כך קל לנו יותר להבין, לזכור ולשלוף את המידע בעת מבחן.
2. בנו **רשימת ביקורת** למבחנים: רשמו לעצמכם את כל החומר שעליו עליכם להיבחן (שיעורים, תרגילים, בחינות לדוגמא, חומר עזר) והכינו רשימה. רשימת ביקורת זו תאפשר לכם לחלק את הלימוד למבחן לחלקי לימוד מאורגנים וברורים.
3. התחילו ללמוד ולחזור על הנושאים השונים, **פעולת למידה יעילה כרוכה בעיבוד מנטאלי של החומר הנלמד**. כלומר, ככל שהמוח יעבד את החומר על ידי פעולות מנטליות שונות, ככה תזכרו טוב יותר את החומר.

להלן דוגמאות לעיבוד החומר:

4. טבלאות לצורך השוואות בין מונחים/מושגים/גישות וכו'.
5. מיפוי ויזואלי - ציירו מפה הכוללת רעיונות/נושאים/מושגים חשובים ויחסי הגומלין ביניהם. המפה ברורה ויזואלית, הכנה תעזור לכם לראות עד כמה אתם שולטים בחומר.
6. כרטיסיות - הכינו כרטיסיות עבור הגדרות, נוסחאות, רשימות שצריך ללמוד בעל פה. אפשר לרשום מצד אחד שאלות ומצד שני את התשובות. הדבר מסייע לכם לבחון את עצמכם לאחר תהליך הלימוד.
7. רשימה של שאלות אפשריות - חשבו מה אתם עשויים להישאל במבחן.
8. הכנת דף מארגן של חומר הקורס
9. הכנת דף נוסחאות.
10. יש לזהות את דרך הלימוד המועדפת עליכם - יש מי שלומד עם חברים, לבד, מקריאה, משמיעה - לכל אחד דרך מועדפת וחזקה יותר.
11. נסו לגוון את דרכי הלימוד שלכם ולהשתמש בחושים רבים ככל הניתן - קריאה של החומר, פתרון תרגילים, למידה עם חברים - הסבר לאחרים מביא להבנה טובה יותר ושליטה טובה יותר בחומר.
12. ערכו סימולציה למבחן - תרגול של מבחנים עם הגבלת זמן על פי הזמן הנתון בבחינה.
13. ערכו בדיקה של הפתרונות וזיהוי הטעויות, חשוב לא להשאיר "פינות פתוחות".
14. בפתרון של הרבה מאוד תרגילים ומבחנים, תנו דגש לעבודה עצמאית, אקטיבית ולא לשינון ולזיהוי פאסיביים. לא לוותר לעצמכם היכן שקשה, לוודא שאתם מבינים הכל ויודעים לפתור את כל התרגילים. לרשום בצד בעיות ולחזור על תרגילים אלו שוב.

שיטות לשיפור הזיכרון

כשחוזרים על מידע, מעמיקים את עקבות הזיכרון שלו. חזרה מיידית עוזרת בשימור החומר. חזרות באוזני אחרים או בקול לעצמי הן שיטה נוספת לשיפור הזיכרון. לכן, מומלץ לשלב גם למידה עם קבוצת חברים ולדבר בה על החומר, מעבר ללימודים לבד.

ריבוי דרכי קידוד - סיכויי השליפה של מידע גדלים אם המידע מקודד בדרכים רבות, כלומר בדרכים חושיות רבות (מילולי, ויזואלי, תחושתי). ההמלצה המרכזית ביותר היא להשתמש בכל "ערוץ" אפשרי על מנת לזכור. ככל שמפעילים יותר חושים בעת הלמידה, כך יגברו הסיכויים לזכור!

כלומר - קריאה, שיחה עם חברים על החומר הלימודי, תרשימים גראפיים, אמירה של התכנים, כתיבה ועוד.

שינון לעומת הבנה - שינון ללא הבנה אינו יעיל מספיק ללמידה. ככל שיש קשרים רבים יותר בין המידע החדש ומידע קיים, הסיכוי שנצליח לזכור ולשלוף את המידע בזמן בחינה - גבוה יותר.

למידה וזכירת חומר למבחנים - חוקרים טוענים כי חזרות מרווחות בפסקי זמן ההולכים וגדלים משפרות בצורה דרמטית את הזיכרון של המידע הנלמד ואת שמירתו לזמן ממושך יותר. לכן ההמלצה היא (אם ניתן) לחלק את מספר השעות בהן אתם מתכוונים למבחן על פני תקופה של כשבועיים ולא רק בשלושת הימים האחרונים לפני המבחן.

אסוציאציות אישיות וחוקיות: קישור המידע החדש אל ידע קיים המעוגן היטב בזיכרון ונתנת משמעות למידע אשר לכאורה חסר משמעות עשוי לסייע לזכירה משופרת. ניתן להפוך את החומר למשמעותי עבורך על ידי יצירת קשרים אישיים אתו, כגון אסוציאציות אישיות, השוואה לידע קודם, גיבוש עמדה אישית, שימוש בהומור וכו'.

יצירת ראשי תיבות: יצירת מילה/מילים חדשות מאותיות ראשונות בכל מילת מפתח מתוך חומר הלימוד שיש לזכור. את המילים או המשפט נזכור בעזרת דימויים חזותיים ואסוציאציות אישיות.

שימוש בהומור: הומור מסייע לנו לזכור, דימויים חזותיים מצחיקים או סיפורים מצחיקים נזכור טוב יותר מאשר ניטרליים.

הצמדת לחן מוכר לטקסט חדש: למוזיקה יש כוח מארגן ויוצר תבנית (ראה דוגמת ABC, חודשי השנה וכו'), ניתן לעשות בו שימוש לטובת זכירת מילות מפתח או זכירה של התרחשות מסוימת.

טיפים לערב לפני הבחינה

- ארגנו יום קודם לכן - לבוש, חפצים הדרושים לבחינה (עט, עיפרון, מחק, וכו'), אוכל ושתיה וכו'.
- וודאו - שעת הבחינה, היכן נערכת, האם צריך להביא חומר עזר.
- הכינו את עצמכם מנטאלית - דמיינו עצמכם בבחינה, היזכרו בהצלחות קודמות, הירגעו.
- חשוב לישון היטב בלילה!! - מומלץ לא ללמוד אחרי השעה 20:00 ובוודאי לא לנסות ללמוד עד הבוקר בלילה שלפני הבחינה, למידה בדחיסה גורמת לשכחת כל הלמידה המצטברת. במצב זה אנשים נוטים לזכור רק את החומר האחרון שלמדו.

טיפים למהלך מבחן

עם קבלת טופס הבחינה כדאי:

- לעבור ברפרוף על הטופס. לקרוא הוראות, לברר חלוקה לסעיפים והמשקל הניתן לכל סעיף.
- לקרוא את השאלות.
- לשים לב להוראות. ניתן להדגיש ולסמן את החלקים השונים של השאלה ומילות ההוראה. למשל, להדגיש מילות פעולה (השוו, תארו) ומילים המציינות מספרים (שתי דוגמאות, שלוש תופעות).
- לקבוע חלוקת זמן, על פי הסעיפים השונים.
- לתכנן את הסדר בו תענו על השאלות.
- רצוי לא "להיתקע" בשאלה מסוימת. היו מודעים לזמן העובר.
- בקרה - וודאו העתקה מדויקת, שגיאות חישוב, נתונים בשאלה.
- נסו להתמקד בבחינה עצמה: לא במחשבות על הצלחה או כישלון ולא להשוות את קצב עבודתכם לזה של אחרים.
- מותר ורצוי לבקש עזרה מהמרצים או המתרגלים.
- היזהרו מנטייה "לדעת" מה הפתרון ולא לשים לב לאפשרויות הפתרון השונות.

טיפים למהלך המבחן לפי סוגי מבחנים:

מבחן אמריקאי (רב ברירה):

- התחילו מהשאלות הקלות ביותר.
- סמנו מילים חשובות, כגון "כל", "לא", "אינו", "תמיד". יש לעשות זאת הן בשאלה והן בתשובות.
- קראו את השאלה מבלי להסתכל על אפשרויות התשובה. אמרו לעצמכם את התשובה ואז בדקו איזו מבין התשובות דומה לתשובתכם.
- לאחר שמסיימים יש לעבור שוב על השאלות ולחזור אל השאלות הקשות שלא עניתם.

מבחן שאלות פתוחות:

- קראו היטב את הוראות הבחינה, סמנו מילים חשובות.
- סרקו את כל הבחינה.
- תכננו כמה זמן יש לכם עבור כל שאלה/חלק. שימו לב כי מומלץ להקדיש זמן רב יותר לשאלות עם ניקוד גבוה יותר. מומלץ להתחיל עם השאלות הקלות יותר.
- שאלות מורכבות יש לחלק לחלקים ברורים שיעזרו לכם לארגן את התשובה.
- ארגנו את התשובה לפני שאתם מתחיל לענות בפועל, רשמו נקודות וראשי פרקים, מושגים וכו'.
- הקפידו על כתיבה ברורה, בהירה, מאורגנת.

מבחן עם חומר פתוח:

- לא להקל ראש!
- המפתח הוא ארגון טוב ונכון של החומר שיקל עליכם להתמצא בו בעת הצורך בבחינה.
- הכינו סיכומים תמציתיים טובים.

לאחר המבחן

- חשוב מאוד לעבוד על המבחן, לזהות היכן הצלחתם והיכן ירדו נקודות - לברר על מה, מה היו נקודות החולשה. להסתכל על המבחן כדרך ללמוד ולהשתפר לפעם הבאה.
- לצבור תובנות אישיות לגבי: מה בדרך הלמידה שלי היה נכון ויעיל עבורי, מה עיכב אותי ולא התאים לי. להסיק מסקנות למבחנים הבאים.



איך להתמודד עם חרדת בחינות?

מהי חרדת בחינות?

חרדת בחינות הינה תופעה שכיחה, המוכרת בכל מוסד לימודי. זוהי חרדה המתעוררת כאשר אדם חש שהוא נבחן על ידי אחרים או נשפט על ידיהם. כשהיא נשמרת ברמה אופטימאלית היא מסייעת לתהליך הלמידה, אולם כשהחרדה עוברת סף מסוים, מתעוררת בעיה אשר מובילה לפגיעה ניכרת בהישגים. כתוצאה מכך גוברת החרדה ונוצר מעגל שלילי. החרדה כוללת לרוב שלושה מרכיבים: **תגובות פיזיולוגיות**, כגון דפיקות לב מוגברות, קשיי נשימה, הזעה ועוד; **מחשבות אוטומטיות**, לרוב שליליות, לגבי הסיכוי להצליח במבחן, וההשלכות של אי הצלחה על חיי הסטודנט; **התנהגויות** שונות שמטרתן להוריד את החרדה, כגון הימנעות מלמידה, הימנעות מלגשת למבחן, או למידת יתר.

כדי להבין איך להתמודד עם חרדת בחינות, חשוב להבין כי יש קשר חזק בין הרגשות שלנו למחשבות שלנו ולהתנהגות שלנו.

הרבה פעמים כשאנחנו לומדים (במיוחד אם הלימודים קשים לנו) אנחנו חושבים מחשבות שליליות (למשל: אין לי סיכוי להצליח בבחינות, אני לא מספיק טוב/ה בשביל המכינה...). בעקבות המחשבות השליליות עולות אצלנו רגשות לא נעימים כמו: לחץ, חרדה, מועקה, חוסר סבלנות, ואפילו ייאוש!

השילוב הזה של מחשבות ורגשות בדרך כלל מקשה עלינו להתרכז, וגורם לנו גם להתנהגויות שלא מועילות לנו (למשל: לקום ולעזוב את השולחן, ללמוד רק את הדברים שאנחנו כבר יודעים ועוד).

אז מה עושים!?!

יש שיטה שנועדה לעזור לנו להתמודד עם הרגשות והמחשבות שלנו, והיא כוללת שלושה שלבים:

שלב 1: לזהות את המחשבות השליליות שלנו:

הרבה פעמים המחשבות השליליות הן אוטומטיות, ואנחנו כמעט לא שמים לב שאנחנו חושבים אותן, אלא רק מגלים פתאום שאנחנו בלחץ ולא מסוגלים ללמוד. לכן חשוב להתחיל לשים לב למחשבות האלה וגם לכתוב אותם.

לא לפחד מהמחשבות האלו - הן בדרך כלל לא ממש נכונות ומוגזמות. אבל חייבים להכיר אותן כדי להתחיל להתמודד אתן.

שלב 2: למצוא מחשבות נגד:

אחרי שאנחנו מכירים את המחשבות שמפריעות לנו ללמוד, אנחנו מתחילים לבדוק אותן: האם הן באמת נכונות? האם הן מוגזמות? האם יש לנו הוכחה אחרת? בדרך כלל כשבוחנים את המחשבות מגלים שאנחנו רואים את הדברים השליליים ומתעלמים מהדברים החיוביים.

דוגמה: אם המחשבה השלילית שלי היא - "אני אף פעם לא מבין את החומר ולכן אני טיפש". בשלב הזה אני בוחן את המחשבה ושואל את עצמי האם באמת אף פעם אני לא מבין? אולי אני לא מבין במצבים מסוימים? אולי מדובר רק בחומר מסוים? מה אפשר לעשות כדי להבין יותר?

אחרי שבדקתי את המחשבות השליליות - מנסחים "משפט נגד", שהמטרה שלו היא להילחם במחשבה השלילית ולהחליש אותה. משפט הנגד מחליש את המחשבה השלילית, וכך הוא גם מפחית את הלחץ או את התחושות הרעות, ומפחית את הרצון שלנו לברוח מהתמודדות עם החומר.

בדוגמה שהבאנו המשפט יכול להיות: "בדרך כלל אני מבין את החומר, ורק כשמלחיצים אותי אני לא מבין. זה אומר שאני לא טיפש, רק שכשמלחיצים אותי קשה לי להבין. עכשיו צריך לחשוב מה לעשות כשמלחיצים אותי..."

שלב שלישי: התמודדות ברגע הלחץ:

אחרי שזיהינו את המחשבה השלילית, ומצאנו לה משפט נגד, אנחנו כותבים את שני המשפטים אחד ליד השני.

אחר כך, אנחנו משתמשים במשפטים כשאנחנו נמצאים במצב לחץ כמו בזמן הלימודים על חומר קשה, או בזמן המבחן עצמו. המשפטים שכתובים על הפתק מזכירים לנו מצד אחד מה מלחץ אותנו, וגם שהלחץ הזה לא מבוסס, ושיש לנו מה לעשות נגדו. בדוגמה שהבאנו: כשאני יושב ללמוד ולא מבין, אני שולף את הפתק עם המשפטים, ומזכיר לעצמי שאני לא טיפש ושאל רק אירגע קצת, אקח נשימות ארוכות, אז אני אראה שאני בעצם מבין.

חשוב לזכור שהרבה פעמים יש כמה משפטים או אמירות שליליות שגורמות לנו למצב הלחץ, וככל שנתרגל יותר את השיטה תהיה לה השפעה יותר גדולה.



נתקלת בבעיה אקדמית או בבעיה הקשורה לבחינות, הנך מוזמן/נת לפנות אל הגורמים המטפלים על פי הסדר הבא:

מזכירות החוג

מזכירות החוג היא מקור של ידע. אנו ממליצים לפנות קודם כל אל מזכירות החוג בכדי לקבל פתרון לבעיה.

יועץ/ת התואר

יועץ התואר (בוגר או מוסמך) הוא דמות אקדמית, בד"כ מרצה בחוג, שעיסוקו הוא ליעץ לסטודנטים. את רשימת היועצים ושעות הקבלה תוכלו למצוא במזכירות החוג.

ראש החוג

כשמו כן הוא. החלטה בתוך החוג היא בהשפעתו. כדאי להגיע אליו על מנת להתייעץ או במקרה של בעיות אקדמיות שונות.

יועץ תומך / יועצת תומכת (יות"ם)

תמיכה אישית, אקדמית וחברתית, תוך היעזרות במגוון השירותים שמציע דיקנט הסטודנטים. היועץ/ת מציע/ה מגוון פתרונות לקשיים השונים בהם אתם יכולים להיתקל במהלך שנת הלימודים בכלל ובתקופת המבחנים בפרט.

מזכירות לענייני הוראה

המזכירים לענייני הוראה אמונים על הנושאים האקדמיים בפקולטה. אנו ממליצים להתייעץ איתו/ה לפני הפנייה אל דיקן הפקולטה.

יו"ר הועדה לענייני הוראה \ סגן דיקן לענייני הוראה

בסמכותו/ה לאשר מועדים מיוחדים לבחינות (מועד ג'), הגשת עבודות סמינריוניות באיחור, ולטפל בנושאים אקדמיים. ניתן למלא טופס רשמי לגבי פנייתך (ניתן להשיג במזכירות התלמידים \ המזכיר האקדמי). יש להתחשב בכך שהטיפול בפנייה עלול לקחת זמן.

דיקן הפקולטה

הדיקן הוא הסמכות העליונה בכל פקולטה. במידה והבעיות לא נפתרו ברמת החוג אנו ממליצים לפנות אליו.



דיקן הסטודנטים וטיפול בנושאים מיוחדים

דיקן הסטודנטים ומשרד דיקן הסטודנטים (הדיקנט) הם כתובת חשובה שבה תוכלו למצוא תשובות למגוון נושאים הנלווים ללימודים. דיקנט הסטודנטים משרת את כלל הסטודנטים, וזה גוף שונה בתכלית מדיקני הפקולטות שהוזכרו קודם.

משרד דיקן הסטודנטים מופקד על מערכת שבאה לסייע לרווחתם של תלמידי האוניברסיטה כחברים בקהילייה האוניברסיטאית. עובדי המשרד ערוכים להושיט עזרה בפיתרון בעיות אישיות, חברתיות וכלכליות הנוגעות לחיי הסטודנט.

ניתן למצוא בין יחידות הדיקנט את היחידה למלגות וסיוע כלכלי, את השירות הפסיכולוגי, המרכז לאבחון ותמיכה בסטודנטים עם ליקויי למידה, היחידה למעורבות חברתית המציעה מגוון פעילויות מרתקות בקהילה, שבצידן מלגות סיוע, היחידה לנגישות המספקת סיוע ותמיכה לסטודנטים עם מוגבלות פיזית ונפשית, רכזת לענייני סטודנטים ערבים המלווה ומסייע בבעיות שונות, רכז לקידום שיוון הזדמנויות לענייני סטודנטים מהפריפריה, עולים ויוצאי אתיופיה, ורכזת מגדר והורות המסייעת בפתרונות הנוגעים לבעיות הורות ולימודים.

על כל אלו ועוד, ניתן לקרוא באתר הדיקנט <http://studean.huji.ac.il>.

פרטי התקשרות ליחידות הדיקנט

מייל	פקס	טלפון	
studean@savion.huji.ac.il	02-5812738	02-5882355	משרד דיקן הסטודנטים:
idd@savion.huji.ac.il	02-5880101	02-5881183	מרכז אבחון ותמיכה בסטודנטים עם לקויי למידה:
psyserv@mail.huji.ac.il	02-5817212	02-5882685	השירות הפסיכולוגי:
			היחידה לשוויון הזדמנויות:
asep@savion.huji.ac.il	02-5812738	02-5880263	רכזת לענייני סטודנטים ערבים:
equality.huji@gmail.com	02-5812738	02-5880067	רכז לענייני סטודנטים מהפריפריה, עולים ובוגרי החינוך החרדי:
feuerstein.huji@gmail.com	02-5880059	052-6091408	רכז לענייני סטודנטים יוצאי אתיופיה:
negishut@savion.huji.ac.il	02-5812738	02-5880118	יחידת נגישות:
nathan.huji@gmail.com		050-6822234	חונכות אקדמית לסטודנטים עם קשיים נפשיים:

lcb@savion.huji.ac.il	02-5826166	02-5882155	מרכז למידה לסטודנטים עיוורים וכבדי ראייה:
hujiparentpluse@gmail.com	02-5812738	02-5880262	רכזת מגדר והורות:
anagu@savion.huji.ac.il	02-5812738	02-5882355	רכזת מילואים
aries@savion.huji.ac.il	02-5813204	02-5883886	רכז דת ומסורת:
taeystudentim@gmail.com	02-5812738	054-8820576 02-5881578	רכזת תאים ופעילות ציבורית
sociali@savion.huji.ac.il	02-5880174	02- 5882364/6	מעורבות חברתית:
hujidorms@savion.huji.ac.il	02-5882992	02-5882358 02-6503761	מעונות הסטודנטים:
	02-6429019	02-6758784	שאטל - שירות הסעות בין קמפוסים:
hatrada@savion.huji.ac.il		02-5882355	נציבת תלונות לעניין הטרדה מינית
kvilot@savion.huji.ac.il		02-5882911	נציבת קבילות סטודנטים (ימי ג')
http://pnyot.huji.ac.il/mador_siua		02-5882881	היחידה למלגות ולסיוע כלכלי
			ביטחון
itahonms@savion.huji.ac.il	02-5882993	02-5883000	ביטחון הר הצופים
bitahongr@savion.huji.ac.il	02-6586990	02-6585000	ביטחון אדמונד י. ספרא
bitahonek@savion.huji.ac.il	02-6784010	02-6757000	ביטחון עין כרם
bitahonagri@savion.huji.ac.il	08-9489320	08-9489290	ביטחון רחובות

נציבת קבילות סטודנטים

הנציב הנו סמכות עצמאית ובלתי תלויה.

בתפקיד הנציבה מכהנת פרופ' אסתר שהמי. נציבת קבילות הסטודנטים מטפלת בקובלנות המוגשת על ידי תלמידים באוניברסיטה ועל-ידי מועמדים ללימודים באוניברסיטה בעניינים אקדמיים או מנהליים אישיים במסגרת הלימודים, ורשאית לבדוק בין היתר, אם החלטות התקבלו בהתאם לנוהלי האוניברסיטה, ללא משוא פנים או שרירות לב.

הנציבה בודקת כל קובלנה המוגשת אליה ומשיבה לה תשובה מנומקת, בתוך זמן סביר. במידה ומוצאת הנציבה כי קובלנה היא מוצדקת, היא רשאית להמליץ על תיקון ההחלטה הנוגעת לקובל.

הנציבה רשאית להסתפק בהפניית תשומת ליבה של כל רשות באוניברסיטה להחלטה או לדרך התנהלות הנראית לה כבלתי הולמת.

הנציבה רשאית להמליץ לרשויות האוניברסיטה על שינוי נהלים או חוקים אשר התבררו במהלך בירור הקבילה כשגויים, לוקים בחסר או פוגעים בעקרונות הצדק הטבעי.

לתיקון המלא של נציבות קבילות סטודנטים באתר:

<http://academic-secretary.huji.ac.il/?cmd=regulations.638>

ניתן להפנות את הקבילות לכתובת דוא"ל: kvilot@savion.huji.ac.il

קבלת קהל בתאום מראש יום ג' 09:00-12:00,

נא לפנות למזכירת הנציבה, שירלי גנור בטלפון **02-5882911**

