



مابعد التحصيلي إلى مابعد التأسيسي

تجربتي في السنة التأسيسية
للكتليات الصحية في جامعة
الأميرة نورة بنت عبد الرحمن 🌸

Sawsan alruwili

في البداية بعرف عن نفسي...

أنا سوسن الرويلي طالبة مسار صحي
دفعة ١٤٤١ في جامعة الأميرة نورة بنت
عبد الرحمن، خريجة من أحد المدارس
الثانوية في منطقة الرياض، سفيرة لمبادرة
#أنت_أنا.

أجتزت والله الحمد السنة التأسيسية للكليات
الصحية وأنا هنا الآن عشان أحكي لكم
تجربتي من بعد ما أنهيت الاختبار
التحصيلي إلى هذه اللحظة.



مابعد التحصيلي...

بعد التحصيلي بدأت أفكر بأي أطور من مستوى اللغة الإنجليزية عموماً، ومن ناحية تطوير اللغة في فترة الإجازة انا مع وبقوة ولا تأجلون هالشي لفترة الدراسة بنفس الوقت لاتضغتون نفسكم وتذكروا انكم بإجازة، كنت عارفة أنو مستوى اللغة عندي ماكان ممتاز ولا ضعيف وعشان أتأكد أكثر كنت أبحث عن مواقع تحديد المستوى ولكن معظمها ماكانت دقيقة للأسف وهذا شيء وارد لأنها بالنهاية هي مواقع...ك بداية حبيت أبدا بالمسلسلات والأفلام وهذا شيء ممتع وتعليمي بنفس الوقت وبالذات لما تكون اللغة واضحة 👍، بعدها بديت أركز على مهارة الأستماع واللي فادني من هالناحية هو تطبيق Learn English by conversation تطبيق رائع وفيه لهجات متعددة والحلو انو تختارين الموضوع اللي حابة تسمعين عنه جداً جميل وحسينته مشابه الى حد كبير عن اللي نسمعه بالجامعة 👍 قواعد اللغة أعمدت على قناة (Z American English) بعد كذا نجي للقراءة موقع جداً جداً رائع لكل أحد حاب يطور من مهارة القراءة ضروري يدخل هذا الموقع English club وانصحكم انكم تبدأون تدريجياً من مستوى مبتدئ الى ما هو أعلى...

اما بالنسبة لمهارة الكتابة ماكنت للأسف متدربة ولا كان عندي فكرة عن طريقة القطع
اللي ممكن يتطلب مني كتابتها في الجامعة 🙄 ولكن نصيحة مني لكم اتدربو على كتابة
القطع الأكاديمية الإنجليزية عموماً بتستخدمونها (بالآسي) اللي بيواجهكم بالمستوى الثاني
والبحت اللي راح تشتغلون عليه من وسط المستوى الأول إلى نهاية المستوى الثاني...

المقابلة : بعد ما تم قبولي ولله الحمد بشكل مبدي بجامعة الأميرة نوره وتم ابلاغني بموعد

المقابلة مشاعر كانت متضاربة، فرحة وتوتر بنفس الوقت ❤️ قبل ما ندخل للمقابلة عطونا

مستند نعبيه وكان هو ورقتين من ضمن الأسئلة كان (اسمك الرباعي وتاريخ ميلادك

ومكان ميلادك واسم الثانوية ومن وين تخرجتي وترتيب التخصصات الصحية اللي ترغبين

باللتحاق لها وليه اخترتي اول رغبة وهل هي عن رغبة شخصية وايجابيات المسار الصحي

والسليبات والاعمال التطوعية اللي شاركتي فيها) بعد مادخلت على غرفة المقابلة كان فيه

ثلاثة بس اللي بالوسط هي اللي كانت تسألني ... جداً مُطمئنين ولطيفين وكان من ضمن

الأسئلة اللي سألوني : ليه اخترتي جامعة الأميرة نورة ؟ اذا كانت طفلتك بالمستقبل

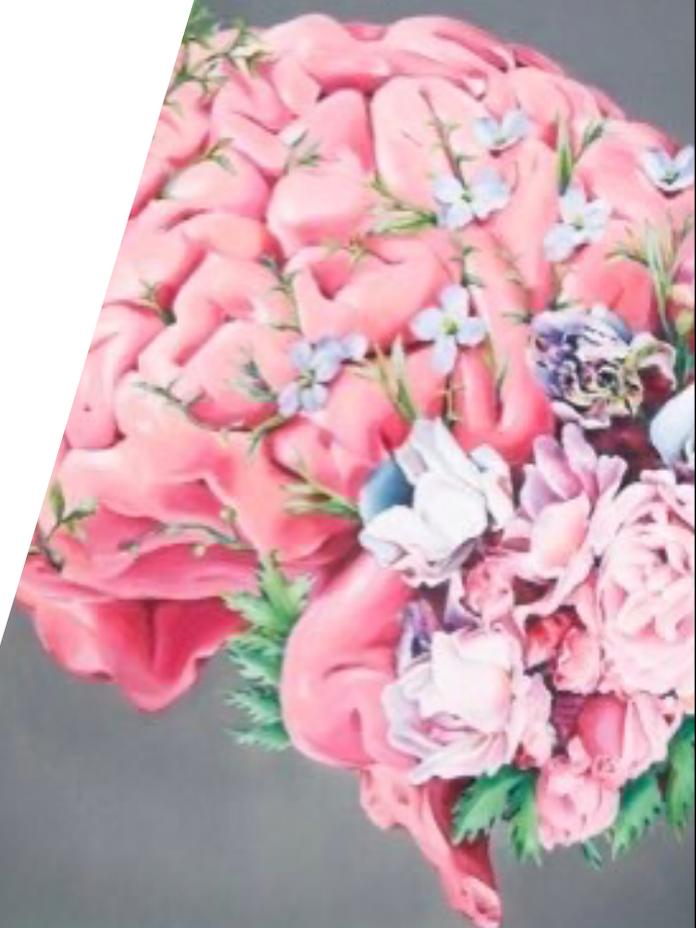
مريضه وسخنت وانتي بالمستشفى تمارسين مهنتك ... كيف راح تتصرفين ؟ حديثنا عن

عملك التطوعي هذا ؟ ايش أكثر مشاكل المجتمع في الوقت الحالي ؟ هل تعتقدن انو المرأة

في المملكة ماخذه حقوقها بالكامل ؟ ليه اخترتي المسار الصحي ؟ اعتقدت مقابلتي اخذت

١٥ دقيقة ماكنت متوترة اثناء المقابلة اللي قابلوني كانوا جداً سمحين وبشوشين

الحمد لله 🥰



تحديد المستوى واستخراج البطاقة...

كان اختبار تحديد المستوى واستخراج البطاقة كلهم في نفس اليوم ولكن بموقعين مختلفين اختبار تحديد المستوى كان عبارة عن إستماع وقواعد أنجليزية بسيطة وفيه أسئلة متفاوتة المستوى، كان فيه سؤال يراودني بعد ما خلصت وهو كيف أعرف أنا أي مستوى؟ سألت أحد المتخصصات وقتها وقالت تعرفون مستواكم ان شاء الله بأول كلاس 🍊 وفعلاً هذا اللي حصل ومستواي كان B وهو متوسط، بالضبط نفس أحساسي.

التأسيسي...

في خلال السنة التأسيسية درست إحدى عشر مادة مقسمة على مستويين، المستوى الأول درست (1- اللغة الإنجليزية 2- أحياء 3- كيمياء عامة* 4- رياضيات* 5- مصطلحات طبية 6- ثقافة إسلامية) المستوى الثاني درست (1- اللغة الإنجليزية 2- أحياء الإنسان 3- فيزياء عامة* 4- مقدمة بالإحصاء* 5- مقدمة بالمهن الصحية 6- ثقافة إسلامية 7- لغة عربية) تقسيم الدرجات في المواد متشابهة إلى حد كبير بس عشان أوضح أكثر بفصلكم مادة مادة وطريقة مذاكرتي لها 🍊

اللغة الإنجليزية...

في البداية بتكلم عن اللغة الإنجليزية في كلا المستويين المادة عليها ٦ ساعات في المعدل وهي المادة اللي عليها أكثر ساعات في المعدل بترفع المعدل حيل بتنزله لاسمح الله حيل ولكن المستوى الأول ماكان داخل معنا بالتخصيص أي بمعنى أن لما تجيب تحسين المعدل اللي يؤهلك للتخصيص مراح يكون أنجل ١٠١ من ضمن الحسبة ولكن داخل في المعدل التراكمي 🤝 ...

هذي المادة كان فيها اختبارين من ١٥ درجة اثناء المستوى واختبار نهائي من ٤٠ درجة وتقويم مستمر من ٢٠ درجة و ١٠ درجات على الواجبات في موقع بيرسون ، أول اختبار (ميد) كان كله اختيار من متعدد مكون من ٣٠ فقرة وكل فقرة من نص درجة اما ثاني اختبار (ميد تو) كان ٢٠ اختيار من متعدد وال ٥ درجات المتبقية كانت على القطعة الأكاديمية اللي نكتبها اما النهائي كان كله اختيار من متعدد ولكن من درجة واحدة و ٤٠ فقرة... التقويم المستمر كان كل اسبوعين او ثلاثة تقريباً ناخذ تقييم واحد وتبلغنا التيتشر متى راح يكون، آخر تقييم كان عن يوم الثقافة culture day وكان بالشراكة مع كل شعب المستوى B و C اما مستوى A وهو أعلى درجة في اللغة الإنجليزية كان عندهم مناظرة وهي زي المناقشة في مواضيع مختلفة اقاموها على المسرح.

كيف كنت أستعد لإختباراتي ؟ أولاً كنت احدد شنو راح أدرس بعد كذا أشوف شنو المصطلحات اللي معاي وأحاول قد ما أقدر أشوف أمثلة عليها ومن المواقع اللي أفادتني بهالخصوص sentencedict رائع جداً بعد ما أشوف وأراجع معناها وأعرف هي أي قسم من أقسام الكلام أنتقل للقواعد القواعد اللي معنا سواء المستوى الأول أو الثاني كانت بسيطة إلى حد ما ، أفهمها وأحاول أحل الأنشطة اللي معنا بالكتاب أما القراءة سبق وذكرت الموقع جداً جداً رائع ، لو كان فيه كتابة ف التدريب ثم التدريب من البداية ومع التيتشر حتى لو حسيتو أنه مو كفاية أو حسيتو أنكم تحتاجون تدريب زيادة مايمنع أنك تروحين للتيتشر وتطلبينها تعطيك موضوع تكتبين وهي تصح لك سبق وسويتها 🤝 .

أما فيما يخص البحث بدينا فيه من نص المستوى الأول إلى تقريباً نص المستوى الثاني عبارة عن بحث عن مرض أو متلازمة أنتو تختارونها من المواضيع اللي تطرحها اللجنة مليون تفاصيل دقيقة لازم تتبعونها كان زوجي كل طالبتين يشتغلون سوا من البداية وإلى التسليم النهائي 🤝



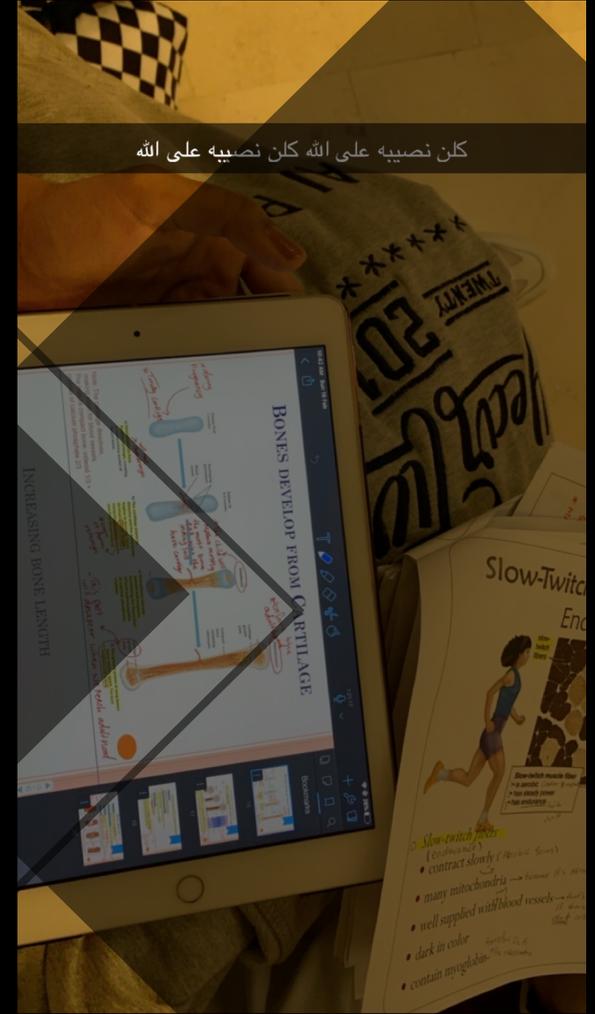
الأحياء...

مادة الأحياء في المستوى الأول وأحياء الأنسان في المستوى الثاني كلهم عليهم ثلاث ساعات في المعدل وفي كلا المستويين داخل في معدل التخصيص 🍊 ، المادة تنقسم إلى قسمين قسم نظري من ٨٠ درجة وقسم عملي من ٢٠ درجة في القسم العملي راح ندخل معامل ونسوي تجارب وهالشئ جداً ممتع 🤩 ...

تقسيم الدرجات سيكون ١٥ درجة للميد الأول ومن ٣٠ فقرة وكل فقرة بنص درجة طبعاً كان اختياري صح وخطأ و ١٥ للميد الثاني ونفس توزيع ميدون و ٤٠ درجة اختبار نهائي من ٦٠ فقرة اختياري صح وخطأ من نص درجة لكل فقرة و ١٠ أكمل الفراغ من درجة واحدة لكل فقرة كلمات فقط وكان بسيط الحمد لله والعشرة الباقية واجبات على منصة بيرسون كل نهاية أسبوع يكون اختياري صح وخطأ ومن درجة واحدة وأحياناً درجتين، أما بالنسبة للعملي فهو كان خمسة درجات اختبار قصير (كويز) و ١٥ نهائي، يكون النهائي مقسم إلى جزئين جزء تحريري على الورق وعليه نص الدرجة ٨ درجات وجزء يكون ملاحظات وعليه ٧ درجات إما تحت المجهر أو على المحسبات تكون مرقمة المجاهر والمحسبات واتني تتعرفين عليها بس لازم بسرعة 🕒 🤩 ...

من الأخطاء الفادحة اللي أرتكبتها في أحياء المستوى الأول أمسك المحاضرة أي أدرسها ولكن التركيز يمين وأنا يسار بدون تركيز وكأنيها "غفرة هم" وماكنت معطية القسم العملي أهميته على بساطة المعلومات وسهولة دراستها إلا أن أول كويز صدمني حسيت فعلاً لا مجال للإستتار هنا كان دقيق ولكن مو صعب نهائياً بس الحمد لله تداركت الوضع وعرفت كيف أدرس عرفت لنفسني أكثر وش يناسبني وشنو مايناسبني أنا ك سوسن من بعد الكويز، أما طريقة مذاكرتي اللي نفعت معالي للمستوى الثاني هي المذاكرة وفهم المحاضرات أول بأول وانتخيلون قد أيش هذي الطريقة تفرق وبالذات البايو ليه بالذات هو ؟ كمية المعلومات النظرية فيه تعتبر كثيرة وبعض الميكازم والعمليات تحتاج لفهم أول بأول 🍊 والمراجعة ثم المراجعة يعني مو خلاص أنا مذاكرته ما يحتاج أراجعه لا راجعي حتى الأشياء اللي حافظتها 🍊 ومافي أحلى من لما تجين تراجعين المراجعة النهائية اللي تكون ليلة الاختبار تحسبن خلاص حافظه السلايدر ... 🤩 ويقولكم شيء جداً جداً فادني بعد ما خلاص أكون مخلصه كل شيء حتى المراجعة النهائية أروح لقول اكتب اسم العنوان اللي معنا وأكتب جنبه pdf with answer key أو tests with answers وما إلى ذلك وأحاول أحل وأشوف التصحيح لو كان خطأ لو كان في فكرة ما مرت عليك ؟ سكيب 🤩 جداً أفادتني هذي الطريقة مو بس بالبايو بالكيمياء والإحصاء بعد 🍊

كلن نصيبه على الله كلن نصيبه على الله



الرياضيات والإحصاء ...

مادتي الرياضيات والإحصاء كان من نصيبهم ساعتين في المعدل وأيضاً داخلين في معدل التخصيص ، وبالضبط نفس الفيزياء والكيمياء شُعب بتكون تدرس كيمياء ورياضيات المستوى الأول وشُعب راح تدرس احصاء وفيزياء أما من ناحية توزيع الدرجات فهو كان ٢٠ درجة أول ميد ، ٢٠ درجة ثاني ميد وعشرة درجات للكويز و ٥ لحلول الواجبات الصفية " تعطيك التيتشر واجبات وانتو تحلوها وتأخذ الحل في المحاضرة العملية اللي بعدها" و ٥ درجات لواجبات منصة بيرسون. هالمادتين كانوا لطيفين صراحة وبالذات الاحصاء جداً جداً كان عكس توقعاتي !! فعلاً لو أخذتو الاحصاء بجدية من البداية ف انتو ضمنتمو ال ... A+ الرياضيات كان عبارة عن الاشياء اللي سبق ودرسناها بالمتوسط والثانوي نهائياً ماكان جديد علي يمكن بس لكنتشر واحد هو اللي كان جديد علي كلياً ، الرياضيات كان توزيع الدرجات بالميد ٥ درجات صح أو خطأ و اختياري من نصف درجة والمسائل يختلف توزيع الدرجات فيها ، بالنسبة للمذاكرة أنا أشوف مسائل الكتاب كفيه ووافيه للتدريب في كلا المادتين والسلايدز جداً مهم تذاكره كامل 🌸👍

المصطلحات الطبية...

هذي المادة عليها ساعتين في المعدل وداخلة أيضاً في معدل التخصيص ، توزيع الدرجات في هذه المادة ٢٠ للميد الأول و ٢٠ للميد الثاني و ١٠ درجات زي الاختبار البسيط للنطق والاستماع وال ١٠ المتبقية لواجبات بيرسون و ٤٠ درجة للاختبار النهائي، طبعاً الميدات ماكان فيه فقرة عليها درجة كاملة ولكن النهائي لا كان ٤٠ فقرة وكل فقرة بدرجة واحدة. خرائط المفاهيم أنا أشوفها جداً مهمة في هذه المادة 🐱 تبسط المعلومة لك! كون المادة راح تدرسون فيها اسماء الأمراض والاعتمالات والأعضاء طبيياً، أشوفها من أمثع المواد وأبسطها ❤️❤️

المهن الطبية...

هذي المادة عليها ساعة وحدة فقط في المعدل ندرس فيها عن المهن الصحية والاسعافات الأولية والقوانين في الصحة والانعاش القلبي الرئوي ❤️ ، طبعاً توزيع الدرجات الاساسي في المادة ٢٠ ميد ، ٢٠ ميد ثاني و ٢٠ درجة على التقويم المستمر التقييمات كانت على (يوم التعريف بالتخصصات الصحية، الانعاش القلبي الرئوي، الاسعافات الأولية، ويوم المهنة العالمي) ولكن عشان الظروف الراهنة تغير توزيع الدرجات عشان الميد الثاني انلغي وصار الفاينل من ٢٠ درجة... 👍



الثقافة الإسلامية...

طبعاً هذي المادة عليها ساعتين في المعدل ولكن ماتدخل في معدل التخصيص سواء المستوى الأول أو المستوى الثاني... 🍷❤️ توزيع الدرجات كان ٣٠ اختبار نصفي واحد و ٢٠ درجة على الاختبارات القصيرة متفرقة يعني الدكتوراة بتعلمكم قبل بفترة متي راح يكون، واختبار نهائي من ٤٠ درجة كل فقرة بدرجة واحدة والعشرة درجات عبارة عن نشاط جماعي...المادة محاضراتها واختباراتها القصيرة والتواصل مع الدكتوراة كله يتم الكترونياً (عن بعد) ولكن إختبارتها تتم حضوريا في الجامعة سواء نهائي ولا نصفي.

اللغة العربية...

هذي المادة نفس الشيء عليها ساعتين في المعدل وماتدخل في معدل التخصيص واخذناها في المستوى الثاني ،🌸 توزيع الدرجات في هذي المادة يكون ٢٥ درجة اختبار نصفي و ٢٥ درجة اختبارات قصيرة متفرقة و ٥٠ درجة للإختبار النهائي...🌸 والتواصل مع الدكتوراة كله يتم الكترونياً (عن بعد) ولكن إختبارتها تتم حضوريا في الجامعة سواء نهائي ولا نصفي.المادة بشكل عام هو نفس مادة اللغة العربية اللي في الثانوي ولكن بعض الدروس كان فيها تعمق بسيط 🍷

بعد التأسيسي...

بعد ما انهيتم مشواري والله الحمد في كلية السنة التأسيسية للكليات الصحية (المستوى الأول - المستوى الثاني) راح يتم تخصيصي في مختلف التخصصات الصحية والتي تكون من ضمن خمسة كليات في مختلف الأقسام وهي :

كلية الطب البشري : الطب البشري

كلية طب الأسنان : طب الأسنان

كلية الصيدلة: الصيدلة

كلية التمريض: التمريض - القبالة "جديد الدفعة القادمة"

كلية علوم الصحة والتأهيل:

قسم علوم التأهيل <دكتور علاج طبيعي- علاج وظيفي - علاج تنفسي "جديد الدفعة القادمة">

قسم العلوم الإشعاعية > اشعة تشخيصية- طب نووي - التصوير بالموجات فوق صوتية - علاج

بالأشعة<

قسم علوم الصحة > علم النفس الأكلينيكي- التغذية الأكلينيكية - التنقيف الصحي - الوبائيات <

قسم علوم الإتصال الصحي > سماع وتوازن - تخاطب وبلغ ولغة <

وهذي هي أعداد المقاعد لكل تخصص:



الكلية	القسم	البرنامج	الطاقة الاستيعابية
كلية الطب البشري	كلية طب الأسنان	كلية الصيدلة	70
		علوم التأهيل	38
		علوم الصحة	72
كلية الصحة وعلوم التأهيل	العلوم الإشعاعية	علم النفس الأكلينيكي	25
		التغذية الأكلينيكية	30
		الوبائيات	30
		علم النفس الأكلينيكي	30
		الأشعة التشخيصية	25
كلية التمريض	العلوم الإشعاعية	العلاج بالأشعة	15
		تقنيات الطب النووي	15
		السمع والتوازن	20
كلية التمريض	العلوم الإشعاعية	أمراض التخاطب والبلع واللسان	20
		اللغة	20
المجموع			200
			650

أسئلة شائعة...

كم لازم أجيب عشان أقدر أدخل السنة التأسيسية للكليات الصحية في جامعة الأميرة نورة؟

ما في نسبة محددة هي نسبة تتغير سنوياً بناءً على مستوى الدفعة ككل وتوفر المقاعد يقعدون يقبلون الين تمتلي الـ ٧٠٠ مقعد 👍 وقف عليه القبول في ١٤٤١ للمسار الصحي ١٩.٢٥. ممكن ترتفع وتقل حسب مستوى الدفعة.

كيف يتم القبول؟ يتم القبول القبول بناءً على النسبة الموزونة وشهادة ثانوية علمية (٣٠٪ قدرات + ٣٠٪ ثانوية عامة + ٤٠٪ تحصيلي).

هل التأسيسي صعب؟ من وجهة نظري مو صعب ولا سهل لازم تعطينه حقه وكل مادة حقها الفعلي 👍

ماهي منصة بيرسون؟ هو موقع الكتروني تعليمي متعاقد معاه جامعتنا 🍀❤️ تتوفر فيه واجبات وانشطة تعليمية مختلفة تساعدك لتعلم أفضل 👍 مثل فيديوهات شرح وأنشطة تدريبية

هل المواد اللي فيها قسمين نظري وعملي محاضراتهم مدمجة ام منفصلة؟ طبعاً منفصلة محاضرة عملي ومحاضرة نظري في أوقات وايام مختلفة 👍

ايش هو اللبس الموحد للسنة التأسيسية للكليات الصحية؟ سكراب عنابي + لاب كوت أبيض.

كيف راح يتم تخصيص في الكلية المرغوبة؟

تنافسياً على المقاعد بناءً على المعدل التراكمي مستثنى منه (اللغة الإنجليزية ١٠١ - ثقافة إسلامية ١٠١ - ثقافة إسلامية ١٠٢ - لغة عربية ١٠١)

تجوي الرياح كما تجوي سفينتنا...نحن الرياح ونحن البحر والسفن
إن الذي يرتجي شيئاً بهمته...يلقاه ولو حاربته الجن والإنس
فاقصد إلى قمم الأشياء تتركها...تجوي الرياح كما رادت لها السفن

إنتهى ...

لأسئلتكم :

Telegram;

@sawsanAlruwili