

Утверждаю
Ректор ФГБОУ ВО ЮУГМУ
Минздрава России
О.С. Абрамовских
от 14.09.2026 г.

Ректор ФГБОУ ВО Юг
Минздрава
О.С. Абра
от 14.08.2019

ПЛАН

модульной программы «Формирование
нового образа жизни ФГБОУ ВО Юг
права России»

330 учебные годы

1. МОДУЛЬ «ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОЙ СРЕДЫ ОБУЧЕНИЯ И ПРОЖИВАНИЯ»

1.1. Обеспечение безопасных и комфортных условий труда и обучения, а также создание условий по формированию «бездымной» среды на территории, в том числе в местах проживания.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Реализация программ оздоровления и продвижения здорового образа жизни среди студентов и сотрудников, включая лекции, тренинги и информационные кампании.	Постоянно (не менее 2 крупных акций в год)	Рачковский К.В. Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А.
2. Распространение информационных материалов о вреде курения, профилактике зависимостей, наркомании и алкоголизма; духовно-нравственное воспитание и просвещение, а также социально-психологическая адаптация первокурсников. Использование электронных и печатных ресурсов, включая материалы портала «Так здорово».	3 корпус/ морфокорпус/ общеежития	Агеева О.В. Зорина И.Г.
3. Организация мероприятий, направленных на мотивацию к отказу от	3 мероприятия	Зорина И.Г. Крупко М.С.

Егорова М.В. Семенова В.Е. Шумакова О.А.
--

2-3 раза в год (с целевым увеличением охвата до 200 чел.)

Зорина И.Г.
Шамурова Ю.Ю.
Тюрина Н.А.

Постоянно

Медиацентр

1.2 Создание условий для снижения распространенности злоупотребления алкоголем.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация информационно-просветительских лекций и круглых столов с участием специалистов, психологов.	Ежеквартально	Зорина И.Г. Тюрина Н.А. Шамурова Ю.Ю. Кузин А.И. Камерер О.В.
2. Распространение печатных и цифровых материалов по теме вреда алкоголя и психоактивных веществ.	Постоянно	Агеева О.В. Шамурова Ю.Ю.
3. Проведение анонимных соцопросов для оценки отношения к алкоголю и выявления группы риска (сравнительный анализ с предыдущими годами).	1 раз в год	Агеева О.В. Зорина И.Г.
4. Проведение тренингов по психосоциальной поддержке и навыкам отказа от алкоголя.	2 раза в год	Анфимова И.А. Шумакова О.А.

1.3 Обеспечение условий, направленных на восстановление трудового потенциала, в том числе и в местах проживания, создание условий по формированию психологически комфортной «дружелюбной» среды.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация ежемесячных психологических тренингов и лекций по управлению стрессом, профилактике эмоционального выгорания.	Ежеквартально	Шумакова О.А.
2. Формирование волонтерской программы поддержки и наставничества для первокурсников.	Постоянно	Коменданты учебных корпусов и общежитий
3. Организация «Досок благодарности», проектов командного взаимодействия, конкурсов на «Лучшую комнату» и «Лучший этаж» в общежитиях.	Постоянно	Коменданты учебных корпусов и общежитий
4. Благоустройство территории вокруг корпусов и общежитий: зоны отдыха, скамьи, клумбы, велопарковки, спортплощадки (воркаут), пешеходные аллеи.	В течение года	Кривохижин Н.В. Коменданты учебных корпусов и общежитий

2. Поддержание условий для повышения доступности медицинской помощи и оздоровление в санатории.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация профилактических медицинских осмотров и диспансеризации сотрудников и студентов.	Не менее 70 %	Боровлева Л.Н. Поздеева О.Г. Михалева Ю.В.
2. Информационные кампании и беседы о возможностях санаторного лечения и	Постоянно	Михалева Ю.В. Поздеева О.Г.

реабилитации (включая размещение информации на сайте и в соцсетях).		
3. Мотивация сотрудников и студентов к участию в оздоровительных программах через систему поощрений и акций (льготные абонементы, корпоративные путёвки).	Постоянно	Анфимова И.А.

2. МОДУЛЬ «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

1. Формирование мотивации и культуры питания.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Проведение ежегодного анкетирования студентов и сотрудников по удовлетворённости организацией и качеством питания.	1 раз в год (с анализом динамики)	Зорина И.Г. Семенова В.Е. Тюрина Н.А.
2. Методическое сопровождение работы по вопросам здорового питания: консультации диетологов, обновление методических материалов, создание электронного справочника «Здоровое питание в ЮУГМУ».	Постоянно	Кузин А.И. Агеева О.В. Поздеева О.Г. Камерер О.В.
3. Организация и проведение конкурсов, викторин, кулинарных мастер-классов и челленджей («Здоровая тарелка», «Полезный завтрак») для студентов и сотрудников.	2 раза в год	Зорина И.Г. Пешиков О.В. Крупко М.С. Шамурова Ю.Ю.
4. Организация учебно-методических и научно-образовательных семинаров, вебинаров и круглых столов по вопросам рационального и здорового питания (с приглашением экспертов Роспотребнадзора).	2 раза в год	Зав. кафедрами
5. Введение тематических дней «Здорового питания» с дегустациями и лекциями в точках общепита.	3 раза в год	Камерер О.В.

6. Организация практических занятий и лекций с приглашением экспертов в нутрициологии, спортивном питании и диетологии.	2 раза в год	Камерер О.В. Шамурова Ю.Ю. Кузин А.И.
---	--------------	---

2. Оказание содействия в организации здорового питания в Университете.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Обеспечение комфортных пунктов приема пищи (кафе, буфеты), обновление ассортимента с акцентом на здоровую еду (салаты, кисломолочная продукция, сезонные овощи и фрукты).	Морфокорпус	Рачковский К.В.
2. Модернизация оборудования: закупка удобных столов и стульев, установка дополнительных вендинговых аппаратов с полезными напитками (вода, чай, молочные коктейли).	Морфокорпус	Кривохижин Н.В.
3. Установка дополнительных водораздатчиков (водороботов) с чистой питьевой водой в коридорах и зонах отдыха.	В помещениях ВУЗа	Кривохижин Н.В.

3. Формирование принципов и повышение уровня информированности в вопросах здорового питания.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Подготовка и издание научно-методических материалов (буклеты, памятки, рекомендации) по основам здорового питания, в том числе для лиц с хроническими заболеваниями.	1 раз в год	Агеева О.В. Кузин А.И. Зорина И.Г. Камерер О.В.
2. Постоянное распространение печатной продукции и информационных	Постоянно	Агеева О.В.

материалов в учебных корпусах и общежитиях.		Петрушкина Д.С. Зорина И.Г.
3. Ведение активного информационного сопровождения в социальных сетях: публикация видеороликов, интервью с диетологами и экспертами, рубрика «Вопрос-ответ».	Постоянно	Антропова А.В. Самкова Ю.И.
4. Регулярное консультирование по диетологии и проведение групповых занятий для сотрудников и студентов в рамках «Школы здоровья профессора Кузина».	Постоянно	Кузин А.И. Камерер О.В.
5. Участие сотрудников и преподавателей с докладами на научных конференциях по вопросам рационального питания.	Постоянно	Кузин А.И. Камерер О.В. Макарова В.В. Зорина И.Г.

3. МОДУЛЬ «ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ – НОРМА ЖИЗНИ»

1. Формирование у обучающихся и работников университета осознанного отношения к занятиям физическими упражнениями и спортом.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Регулярное освещение тем рациональной двигательной активности и здорового образа жизни в СМИ, на корпоративных порталах и в социальных сетях университета (рубрика «Спортивная неделя»).	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А. Медиацентр
2. Организация и проведение мотивационных кампаний, челленджей («10 000 шагов», «Зарядка с чемпионом», «Активная перемена») и интерактивных мероприятий.	4 раза в год	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
3. Развитие волонтерского движения спортивной направленности, создание команд поддержки и помощников в	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г.

организации спортивных мероприятий (спортивный актив факультетов).		
4. Проведение ежегодного анкетирования сотрудников и студентов для выявления уровня двигательной активности, потребностей и барьеров (сравнение с 2025-2026 гг.).	1 раз в год	Кинсфатор В.Г. Зорина И.Г. Тюрина Н.А.
5. Внедрение регулярных онлайн-сессий и видеороликов по вопросам двигательной активности (утренняя зарядка, разминка для офисных работников).	Постоянно	Антропова А.В. Самкова Ю.И.

2. Оказание содействия спортивному клубу университета в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Аренда и координация спортивных площадок и бассейна для тренировок и соревнований.	Постоянно, по договору	Колупаев В.А.
2. Приобретение и обновление спортивного инвентаря, оборудования, спортивной формы.	По договору	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
3. Организация и оснащение тренажёрных залов, и фитнес-зон в общежитиях и учебных корпусах.	В течение года	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
4. Постоянное взаимодействие с внешними партнёрами по линии спорта (федерации, спортивные клубы, другие вузы), обмен опытом и совместная организация мероприятий.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
5. Внедрение тренировок на свежем воздухе, workout-площадок и велодорожек на территории университета.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.

3. Вовлечение работников и обучающихся университета в систематические занятия физической культурой и спортом.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация и проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, включая турниры, спортивные праздники, Дни здоровья, Спартакиаду факультетов.	6-8 раз в год	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
2. Вовлечение коллектива в подготовку и сдачу нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (с акцентом на сотрудников ППС).	2 раза в год	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
3. Системное взаимодействие со спортивным клубом и кафедрой физической культуры для организации тренировок, консультаций и мероприятий.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
4. Организация корпоративных спортивных лиг и турниров (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, дартс, шахматы) с призами и наградами.	В течение года	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
5. Создание программы «Спорт и здоровье» с регулярными чек-листами и челленджами по физической активности для сотрудников и студентов.	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.
6. Внедрение коротких утренних «зарядок» и перерывов с элементами ЛФК на факультетах и рабочих местах (в том числе в формате видеотрансляций).	Постоянно	Рачковский К.В. Кинсфатор В.Г. Колупаев В.А.

4. МОДУЛЬ «ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ»

1. Формирование мотивации к информированию по вопросам эпидемиологии и профилактики инфекционной заболеваемости (грипп, ОРВИ, коронавирусная инфекция).

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Организация интерактивной Недели здоровья с мастер-классами, квестами, викторинами по профилактике гриппа, ОРВИ и COVID-19, с участием волонтеров-медиков.	2 раза в год (сентябрь, апрель)	Зорина И.Г. Конькова-Рейдман А.Б. Шамурова Ю.Ю. Крупко М.С. Шумакова О.А.
2. Создание и публикация видеоматериалов и подкастов с врачами-инфекционистами на корпоративных ресурсах (ВКонтакте, Мессенджер Макс).	Постоянно (не менее 4 в год)	Конькова-Рейдман А.Б. Миронов И.Л.
3. Акция «Стоп-инфекция» с флешмобами, публичным отчетом по вакцинации, конкурсом на лучший пост о вакцинации.	Постоянно	Худякова О.Ю. Зорина И.Г. Крупко М.С. Тюрина Н.А.
4. Организация учебно-методических и научно-практических мероприятий по вопросам профилактики инфекционных заболеваний.	1 раз в год (с учетом эпид. ситуации)	Миронов И.Л. Конькова-Рейдман А.Б. Лучинина С.В.

2. Формирование правовой грамотности в области специфической профилактики инфекционных болезней.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Онлайн-семинары «Твои права на здоровье и безопасность во время эпидемий» с анализом кейсов и разбором законодательства.	1-2 раза в год	Лучинина С.В.
2. Обновлённый дайджест с законодательством и памятками алгоритмов действий при контакте с	1-2 раза в год	Медиацентр Конькова-Рейдман А.Б.

инфекционными больными (распространение через соцсети и мессенджеры).		Лучинина С.В.
---	--	---------------

3. Повышение уровня информированности по инфекционным социально-значимым заболеваниям (ВИЧ-инфекция, гепатиты, туберкулез, ЗППП).

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Серия инфороликов «Один день без риска» о безопасности и личном опыте борьбы с инфекциями (с привлечением студентов).	Постоянно	Лучинина С.В. Конькова-Рейдман А.Б.
2. Экспресс-тестирование на ВИЧ, гепатит и туберкулез в дни профилактики на базе медпункта.	2 раза в год	Радзиховская М.В. Поздеева О.Г.
3. Обучающие видеолекции и вебинары с записью на темы профилактики инфекций.	Постоянно	Радзиховская М.В. Агеева О.В.

5. МОДУЛЬ «ПРОФИЛАКТИКА ХРОНИЧЕСКИХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ»

1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

1.1. Изучение методов профилактики, выявления и коррекции факторов риска ХНИЗ и полипатий.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Анализ и обновление образовательных программ кафедр по профилактике ХНИЗ и формированию ЗОЖ с учётом современных клинических рекомендаций.	1 раз в год (по мере необходимости)	Шамурова Ю.Ю. Сотрудники кафедр

2. Создание и поддержка системного электронного каталога и сетевых образовательных программ по профилактике ХНИЗ (доступ для студентов и ординаторов).	Постоянно	Агеева О.В. Шамурова Ю.Ю.
3. Вовлечение студентов, ординаторов и молодых специалистов в образовательный процесс по профилактике ХНИЗ (в том числе через научные кружки).	Постоянно	Шамурова Ю.Ю. Зорина И.Г. Кузин А.И.
4. Методическое сопровождение и развитие программы ВДВ «Виртуальный кабинет (Отделение профилактики)», обучение и поддержка пользователей.	Постоянно	Шамурова Ю.Ю. Зорина И.Г.

1.2. Ознакомление с наиболее частыми формами сочетанных заболеваний внутренних органов и изучение основ диспансеризации населения с ХНИЗ и лиц с высоким риском их развития.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Комплексное обучение по междисциплинарным программам по ХНИЗ и диспансеризации для студентов лечебного факультета и ординаторов (с разбором клинических случаев).	Постоянно	Шамурова Ю.Ю. Сотрудники кафедр

1.3. Развитие навыков просветительской деятельности, касающейся факторов риска ХНИЗ и сочетанных форм заболеваний.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Проведение конкурсов профессионального мастерства для студентов и ординаторов на темы факторов риска ХНИЗ, профилактики	1 раз в год	Агеева О.В. Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А.

заболеваний и социально значимых патологий.		
2. Организация регулярных тренингов на ВДВ для обучающихся 4 курса лечебного факультета с разработкой видеоматериалов по профилактике ХНИЗ и публикацией их в открытом доступе.	Постоянно	Шамурова Ю.Ю.
3. Подборка и распространение обучающих видеороликов, презентаций и электронных материалов через внутренние и публичные каналы коммуникации.	1 раз в год	Агеева О.В. Медиацентр
4. Вовлечение студентов университета, колледжа и сотрудников в плановые профилактические мероприятия совместно с региональными органами здравоохранения (ГБУЗ «ЧОЦОЗ и МП»).	Ежегодно	Агеева О.В. Медиацентр
5. Подготовка и проведение докладов и круглых столов на тему актуальных вопросов диспансеризации и профилактики ХНИЗ в регионе.	В течение года	Агеева О.В. Поздеева О.Г.

2. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

2.1. Диагностика ХНИЗ и их факторов риска среди сотрудников и обучающихся на основе анкетирования и данных профилактических медицинских осмотров.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Анкетирование сотрудников и студентов в рамках профилактических осмотров и диспансеризации с целью выявления факторов риска и ХНИЗ (с использованием платформы «АТРИЯ» и Google Forms).	1 раз в год (с увеличением охвата до 200 сотрудников и 2000 студентов)	Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю. Тюрина Н.А. Шумакова О.А.

2. Анализ данных обследований, выявление ведущих факторов риска и патологии с разработкой профилактических стратегий (в разрезе факультетов).	Постоянно, в рамках учебных программ	Зорина И.Г. Шамурова Ю.Ю.
---	--------------------------------------	------------------------------

2.2. Формирование групп здоровья среди сотрудников и обучающихся и индивидуальных профилактических программ.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Систематический анализ и предоставление отчётов по результатам обследований студентов (распределение по группам здоровья).	1 раз в год	Боровлева Л.Н.
2. Анализ и отчётность по результатам профилактических осмотров сотрудников.	1 раз в год	Боровлева Л.Н.
3. Разработка и обновление индивидуальных профилактических программ по группам здоровья на основе диагностических данных (в том числе для ППС с ХНИЗ).	Постоянно	Агеева О.В. Поздеева О.Г.

2.3. Разработка и реализация плана мероприятий по устранению и/или коррекции факторов риска ХНИЗ, выявленных в коллективе у сотрудников и обучающихся.

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Проведение «Школы здоровья профессора Кузина» с тематическими лекциями и практическими занятиями (в том числе выездные занятия).	1 раз в месяц	Кузин А.И.
2. Регулярное групповое профилактическое консультирование с тематическими тренингами (по	1 раз в месяц	Кузин А.И. Камерер О.В.

питанию, физической активности, стресс-менеджменту).		
3. Организация углубленных индивидуальных консультаций для сотрудников и обучающихся с хроническими заболеваниями.	По мере необходимости	Шамурова Ю.Ю. Михалева Ю.В.
4. Расширение спортивно-оздоровительных программ: реализация льготных абонементов (бассейн, тренажёрный зал), организация спортивных состязаний, создание и развитие спортивной базы в университете и лагерях.	Постоянно	Анфимова И.А.

6. МОДУЛЬ «РАЗВИТИЕ ВОЛОНТЁРСКОЙ И ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Участие в XVI открытом Всероссийском конкурсе «ВУЗ здорового образа жизни» (Минздрав России) с целью улучшения позиций (в 2026 г. – 9 место).	Ежегодно	Рачковский К.В., Зорина И.Г.
2. Участие в областном конкурсе на лучшую программу в сфере профилактики наркомании и наркопреступности.	Ежегодно	Зорина И.Г.
3. Расширение волонтерской деятельности: проведение выездных акций в школы, колледжи, общественные организации (Всероссийское общество глухих, кризисные центры).	Постоянно (не менее 5 выездов)	Рачковский К.В., Волонтерский центр «Пульс», Волонтеры-медики

4. Организация «Школы здоровой семьи» для студентов и сотрудников (лекции по здоровому питанию, физической активности, профилактике заболеваний для всех возрастов).	2 раза в год	Кузин А.И., Зорина И.Г., Камерер О.В.
--	--------------	---

7. МОДУЛЬ «ПРОФИОРИЕНТАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»

Название мероприятия	2026-2030 г.г.	Ответственное лицо
1. Дни открытых дверей с интерактивными площадками по ЗОЖ (измерение давления, пульса, консультации по питанию).	2 раза в год	Центр довузовской подготовки, Зорина И.Г., Волонтерское движение
2. Профориентационные мероприятия в школах г. Челябинска и Челябинской области с лекциями по ЗОЖ и профилактике.	В течение года	Центр довузовской подготовки, Зорина И.Г.
3. Информационно-просветительские мероприятия для школьников: «Личная гигиена», «Вред курения и алкоголя», «Режим дня и здоровье» «Гигиена подростка: изменения в организме и правила ухода», «Режим дня и его значение для здоровья школьника», «Гигиена зрения: профилактика близорукости при использовании гаджетов», «Правильное питание школьника: что полезно, а что вредно», «Профилактика нарушений осанки и сколиоза», «Гигиена сна: как выспаться и быть продуктивным» и др.	Постоянно	Центр довузовской подготовки, Зорина И.Г.

Проректор по молодежной политике
и общественным коммуникациям

К.В. Рачковский

Председатель Комитета

И.Г. Зорина