

НАО «Западно-Казахстанский  
медицинский университет  
им. Марата Оспанова»



## путеводитель ПЕРВОКУРСНИКА



[zkmu.edu.kz](http://zkmu.edu.kz)



[zkmu\\_official](https://www.instagram.com/zkmu_official)

г.Актобе - 2024

## СОДЕРЖАНИЕ . . .

Первый шаг в студенческой жизни .....	4
Глоссарий (термины и сокращения).....	6
Карта ... ..	8
Этический кодекс студента.....	10
Что такое «академическая честность»? .....	12
Организация учебного процесса .....	13
Оценки по дисциплине .....	13
Сра – ключевой показатель успеваемости .....	14
Студенческие общежития .....	20
Научная библиотека .....	21
Клиника семейной медицины.....	21
Социально-психологическая поддержка .....	22
Служба по делам молодежи.....	22
Контакты.....	22



# УВАЖАЕМЫЙ ПЕРВОКУРСНИК!

## ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ЗАПАДНО-КАЗАХСТАНСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАРАТА ОСПАНОВА!

### *Дорогие первокурсники!*

• • •

*Вы вступаете в новый прекрасный этап вашей жизни, который для большинства людей в мире становится самым счастливым временем в жизни. В университете каждый находит возможность проявить себя, выбрать свой путь, завести друзей на всю жизнь. И ЗКМУ имени Марата Оспанова предоставляет для этого все возможности.*

*Наш Университет, созданный в далеком 1957 году, прошел большой путь и накопил опыт инноваций и побед. Сегодня ЗКМУ им. Марата Оспанова – один из сильнейших вузов Казахстана, дающий фундаментальные знания в области клинической медицины, что подтверждает рейтинг Независимого агентства аккредитации и рейтинга в образовании (IAAR) и международные рейтинги.*

*Мы готовы передать Вам этот опыт и помочь успешно войти в новую студенческую жизнь и совершить рывок к своей мечте. Добро пожаловать в наш вуз!*

# ПЕРВЫЙ ШАГ В СТУДЕНЧЕСКОЙ ЖИЗНИ . . .

## УВАЖАЕМЫЙ СТУДЕНТ!

Учебный год для всех первокурсников начинается со знакомства со своим ДЕКАНАТОМ И КУРАТОРАМИ. Это специалисты, которые будут сопровождать вас во время адаптации, отвечать на все вопросы, помогать с документами, стипендией, регистрацией на учебных порталах университета, военным билетом и расписанием. Запишите их телефоны и обращайтесь со всеми вопросами. Кураторы отдельно создадут с вами чаты в приложении WhatsApp, проследите чтобы ваши номера телефонов были у деканов.

### ДЕКАНАТ «ОБЩАЯ МЕДИЦИНА»

**Месторасположение:** Главный учебный корпус, 3 этаж  
**Декан** – Абилов Талгар Сатыбаевич  
Тел – 8 (7132) 54-91-96; 56-72-51;  
Эл.почта – om@zkm.kz

#### **Заместители декана:**

Сраж Бекболсын Бекболатович  
Купенова Айгуль Алибековна  
Умирзакова Жанат Серикбаевна

#### **Специалисты:**

Кошкарбаева Жайнагул Талгатовна  
Абишева Ботагөз Сембайқызы

#### **Образовательные программы:**

- Медицина
- Педиатрия

### ДЕКАНАТ СТОМАТОЛОГИИ, СЕСТРИНСКОГО ДЕЛА, ФАРМАЦИИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

**Месторасположение:** Главный учебный корпус, 5 этаж  
**Декан** – Султанова Гульнар Достановна.  
Тел – 8 (7132) 56-21-67;  
эл.почта- stomfak.zkgmu@mail.ru

**Заместители декана:**

Кожанова Гульнар Рапагатовна;  
Жайлыбаев Мухтар Саинович.

**Специалисты:**

Угизбаева Ботагоз Тенизбаевна;  
Талмұратова Гүлдана Алпысбайқызы.

**Образовательные программы:**

- Стоматология
- Общественное здравоохранение
- Фармация
- Сестринское дело
- Медико-профилактическое дело

**СЛУЖБА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ**

Месторасположение: Общежитие №5, Аккагаз Дожанова, 6,  
корпус 3, комната 105

**Руководитель** – Бисекова Гульнур Дуйсенбековна

Тел: +77058375259

Почта: ospp@zktmu.kz. Телефон доверия: 87066855330

Психологи:

Нариманов Дастан Нариманович +77086306697

Алмахан Алтынай Алмахановна +77765737576

**Служба по делам молодежи**

Месторасположение: Общежитие №5, Аккагаз Досжанова  
6, блок 2, каб 109

Руководитель – Жумагалиева Мирамгуль Сериккалиевна

Эл.почта: odm@zktmu.kz

Телефон: +77057305329

# ГЛОССАРИЙ

## (термины и сокращения)

**АК** – Академический календарь.

**Апелляция** – процедура, проводимая для выявления и устранения факторов, способствовавших необъективной оценке знаний обучающихся.

**ГУК** – Главный учебный корпус.

**ДО** – Дистанционное обучение.

**ДОТ** – Дистанционно-образовательные технологии.

**ИУП (индивидуальный учебный план)** – документ, отражающий образовательную траекторию конкретного студента, составляемый студентом самостоятельно на академический период на основании Рабочего учебного плана (РУП); содержит перечень учебных дисциплин, на которые он/а записался, и количество кредитов.

**I-II УК** – Первый и второй учебный корпус

**Офис регистратора (ОР)** – служба, занимающаяся регистрацией обучающихся на преподаваемые дисциплины, регистрацией всех их учебных достижений на протяжении всего периода обучения, обеспечивающая организацию рубежного и итогового контроля знаний и расчет академического рейтинга.

**Пререквизиты/постреквизиты** – дисциплины, обязательные для освоения перед изучаемой дисциплиной/дисциплины, обязательные для освоения после изучаемой дисциплины.

**Проктор** – независимый наблюдатель из числа сотрудников Университета, ответственный за соблюдение правил проведения экзамена.

**Рубежный контроль (аттестация)** – проверка учебных достижений студента по завершении раздела (модуля) учебной дисциплины. Проводится преподавателем данной дисциплины обучения.

**РУП (рабочий учебный план)** – документ, содержащий полный перечень учебных дисциплин обязательного компонента и компонента по выбору с указанием количества кредитов, последовательности изучения дисциплин, видов учебных занятий и форм контроля.

**Силлабус** – учебная программа, включающая описание, краткое содержание, а также цели и задачи изучаемой дисциплины; перечень знаний и навыков, получаемых студентом; темы и продолжительность каждого занятия; задания самостоятельной работы; требования преподавателя; критерии оценки знаний; график сдачи работ и список используемой литературы.

**СРО** – самостоятельная работа обучающегося. Состоит из самостоятельной работы студента (СРС) и самостоятельной работы студента с преподавателем (СРСП).

**Транскрипт** – документ установленной формы, содержащий перечень пройденных дисциплин за соответствующий период обучения с указанием количества кредитов, оценок и среднего балла. Официальный транскрипт, на котором есть подпись и печать, можно получить в Офисе регистратора (ОР), окно №4.

**Эдвайзер** – преподаватель, выполняющий функции консультанта по академическим вопросам, который оказывает содействие студенту в выборе образовательной траектории и освоении образовательной программы в период всего обучения.

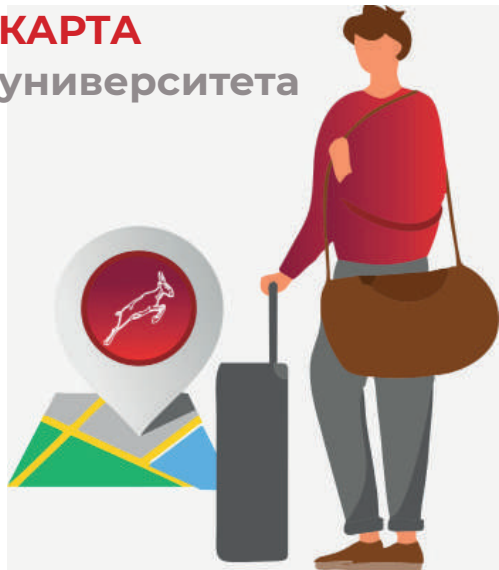
**GPA (Grade Point Average)** – средний балл аттестата или диплома. Показывает общую успеваемость студента. По европейской шкале он может принимать значение от 0.0 до 5.0, по американской и казахстанской – от 0.0 до 4.0.

ул. Аккагаз Досжановой



ул. Маржасева

## КАРТА университета



ул. Пацаева



## **1. ГЛАВНЫЙ УЧЕБНЫЙ КОРПУС (ГУК)**

- 1.1 Деканат ОМ
- 1.2 Деканат стоматологии, ОЗ, СД, фармации
- 1.3 Центр тестирования
- 1.4 Офис регистратор
- 1.5 Студенческий отдел

## **2. ПЕРВЫЙ УЧЕБНЫЙ КОРПУС (I УК)**

- 2.1 Студенческое научное общество
- 2.2. Столовая
- 2.3 Спортзал 1

## **3. ВТОРОЙ УЧЕБНЫЙ КОРПУС (II УК)**

- 3.1 Кафедра патологической анатомии и судебной медицины
- 3.2 Кафедра патологической физиологии
- 3.3. Кафедра естественно-научных дисциплин (ЕНД)

## **4. МОРФОЛОГИЧЕСКИЙ КОРПУС (МК)**

- 4.1.Кафедра нормальной и топографической анатомии с оперативной хирургией
- 4.2 Кафедра гистологии

## **5. Военный корпус (ВК)**

## **6. Клиника семейной медицины (КСМ)**

## **7. Конференц-холл имени Аккагаз Досжановой**

## **8. Научная библиотека**

## **9. Памятник А.Досжановой**

## **10. Общежитие №5**

## **11. Стадион**

## **12. Спортивный комплекс «Жастар Арена»**

# ЭТИЧЕСКИЙ КОДЕКС СТУДЕНТА

*Нравственные принципы и ценностные ориентации Кодекса, соблюдаемые в учебе и повседневной жизни, повышают эффективность учебной и общественной деятельности студента, способствуют формированию и развитию его лучших качеств как профессионально и культурно ориентированной личности, так и духовно-нравственной.*

## СТУДЕНТ ЗКМУ ИМЕНИ МАРАТА ОСПАНОВА

- Самостоятельный, инициативный, целеустремленный, ответственный;
- Проявляет уважение и доброжелательность по отношению к другим студентам, профессорско-преподавательскому составу, администрации, всем сотрудникам Университета
- Соблюдает этические нормы и правила поведения, принятые в обществе/Университете, соблюдает дресс-код, подает положительный пример своим внешним видом и поведением;
- Не допускает грубости и ненормативной лексики, непристойного поведения в любой форме и при любых обстоятельствах;
- Не пропускает занятия, добросовестно учится, принимает активное участие в учебной, научно-исследовательской и общественной жизни Университета;
- Не использует родственные или служебные связи для получения привилегий в учебе; не допускает проявления коррупции во время учебного процесса (предлагающий и берущий взятки несут юридическую ответственность);
- Call-центр Антикоррупционной службы – тел. 1424

- Соблюдает требования пропускного режима, без напоминания предъявляет сотрудникам службы безопасности карту банка, информирует их об обнаруженных (оставленных) на территории университета вещах и посторонних предметах;
- Бережно относится к имуществу Университета, соблюдает чистоту и порядок в помещениях и на территории ВУЗа, не курит на территории и в зданиях университета;
- Придерживается «Кодекса Академической чести обучающихся».



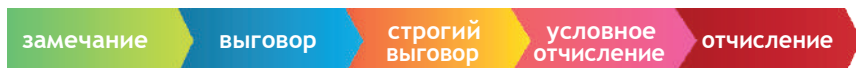
# ЧТО ТАКОЕ «АКАДЕМИЧЕСКАЯ ЧЕСТНОСТЬ»?

Академическая честность в Университете регулируется «Кодексом академической чести обучающихся». Согласно этому документу, недопустимо:

- использование личных, родственных или служебных связей, проявление коррупционных отношений для получения привилегий в учебе;
- содействие проявлениям коррупции;
- проявление неуважения к преподавателям и сокурсникам;
- списывание и обращение к другим лицам за помощью при контрольных работах;
- представление различных учебных заданий (готовых рефератов, курсовых, контрольных и др. работ), в том числе Интернет-ресурсов, в качестве результатов собственного труда, то есть плагиат;
- прохождение процедур контроля знаний (особенно экзаменов!) подставными лицами;
- подделка документов, имеющих прямое или косвенное отношение к обучению в Университете.

## ВАЖНО ЗНАТЬ!

Все случаи нарушения студентами 1 года обучения норм академической честности, правил внутреннего распорядка Университета, а также правил проживания в общежитии рассматриваются Дисциплинарной комиссией. За нарушение может быть применено одно из следующих дисциплинарных взысканий:



## УЧЕБНЫЕ ПЛАТФОРМЫ УНИВЕРСИТЕТА

Все студенты имеют персональные аккаунты на платформе

Platonus.zkmu.kz (электронный журнал)  
Портал moodle.kz.

Логины и пароли во всех системах едины.

## ОЦЕНКИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Итоговая оценка по дисциплине включает оценки текущей успеваемости – два рубежных контроля и итоговый экзамен.

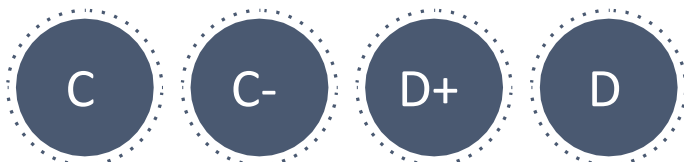
### СТАНДАРТНЫЕ ОЦЕНКИ:



- оценка «отлично»



- оценка «хорошо»



- оценка «удовлетворительно»



FX» – неудовлетворительная оценка, которая означает, что экзамен необходимо пересдать.

Оценка «FX» проставляется, если студент в течение семестра набрал суммарно не менее 25 баллов (за 2 аттестации) и на экзамене набрал более 20 баллов, но не смог подтвердить суммарный пороговый уровень 50 или более баллов за дисциплину.



Оценка «F» (fail) – неудовлетворительная оценка, которая означает, что дисциплину необходимо повторно изучить на платной основе.

Оценка «F» выставляется, если студент:

- пропустил более 20% занятий по дисциплине.

(во время обучения следует обязательно посещать все занятия).

- набрал суммарно менее 25 баллов за две аттестации;
- набрал за экзамен менее 20 баллов;
- не явился на экзамен без уважительной причины.
- при использовании запрещенных средств (шпаргалки, гаджеты) и иных нарушениях на экзамене.
- при повторной пересдаче экзамена с оценки «FX» не смог подтвердить суммарный пороговый уровень 50 и более баллов.

## **GPA – КЛЮЧЕВОЙ** ПОКАЗАТЕЛЬ УСПЕВАЕМОСТИ

Grade Point Average – средняя оценка за все изучаемые дисциплины.

Высший балл GPA = **4.0**, всё, что выше **3.0**, считается хорошей оценкой, а ниже **2.33** – «зона риска».

**Минимальный средний балл успеваемости GPA, необходимый для перевода на следующий год обучения и сохранения государственного образовательного гранта, составляет – 2.33**

Оценка по буквенной системе	Цифровой эквивалент	Баллы	Описание	Оценка по традиц. системе
A	4,0	95-100	Показывает самые высокие стандарты знаний, превышающие объем преподаваемого курса	«Отлично»
A-	3,67	90-94	Соответствует самым высоким стандартам знаний	
B+	3,33	85-89	Очень хорошо и соответствует высоким стандартам знаний	«Хорошо»
B	3,0	80-84	Хорошо и соответствует большинству высоких стандартов знаний	
B-	2,67	75-79	Более, чем достаточные знания, приближающиеся к высоким стандартам	
C+	2,33	70-74	Достаточные знания, соответствующие общим стандартам	
C	2,0	65-69	Удовлетворяет и соответствует большинству общих стандартов знаний	«Удовлетворительно»

C-	1,67	60-64	Удовлетворяет, но по некоторым знаниям не соответствует стандартам	
D+	1,33	55-59	Минимально удовлетворяет, но по большому спектру знаний не соответствует стандартам	
D-	1,0	50-54	Минимально удовлетворительный проходной балл с сомнительным соответствием стандартам	
FX	0	25-49	Неудовлетворительные низкие показатели, требуется пересдача экзамена	«Неудовлетворительно»
F	0	-	Не пытался освоить дисциплину. Выставляется также при попытке студента получить оценку на экзамене обманом	





# ПЕРЕВОД, ВОССТАНОВЛЕНИЕ И ОТЧИСЛЕНИЕ ИЗ УНИВЕРСИТЕТА

- Государственная стипендия
- Лишение студента государственного образовательного гранта
- Академический отпуск
- Перевод и восстановление
- Отчисление

## ГОСУДАРСТВЕННАЯ СТИПЕНДИЯ

Всем студентам, зачисленным на первый год обучения на основе государственного образовательного гранта, в первом академическом периоде назначается государственная стипендия.



- В последующие семестры обучения назначение и выплата государственной стипендии производится, если по итогам экзаменационной сессии (включая все формы контроля знаний) обучающийся имеет только оценки «хорошо» («В+(85-89)», «В(80-84)», «В-(75-79)» или «С+(70-74)»), либо «отлично» («А(95-100)», «А-(90-94)»).

- Инвалидам по зрению и инвалидам по слуху, детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей и находящимся под опекой (попечительством), обучающимся по государственному образовательному заказу, государственная стипендия выплачивается **при отсутствии академической задолженности** по результатам экзаменационной сессии.

- При назначении государственной стипендии учитываются **только оценки**, а не GPA обучающегося.

## **ЛИШЕНИЕ СТУДЕНТА ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ГРАНТА**

Государственный образовательный грант даётся на один год. Студент лишается государственного образовательного гранта, если:

- не набрал установленного переводного балла GPA (2.33 для 1-го курса) и переведен на условный статус обучения. В этом случае студент может продолжить обучение на платной основе, при этом в ИУП включаются дисциплины в объеме не более 14 кредитов.

- при отчислении по собственному желанию;

- в иных случаях, установленных нормативными правовыми актами Республики Казахстан и решениями уполномоченных органов.

Студентам, лишённым государственного образовательного гранта, предоставляется право обучения на платной основе.

Студент, обучающийся на платной форме обучения, при высоком GPA и наличии вакантных грантов, может претендовать на обладание Государственным образовательным грантом на конкурсной основе.

### **АКАДЕМИЧЕСКИЙ ОТПУСК**

Временный перерыв в обучении по состоянию здоровья, в том числе по беременности и родам, оформляется в виде академического отпуска. Его продолжительность может составлять 6 – 12 месяцев. Академический отпуск предоставляется на основании заключения *врачебно-консультативной комиссии (ВКК)* городской студенческой поликлиники.

*За дополнительной информацией обращаться в деканат своего факультета и Медицинский пункт университета.*

### **ПЕРЕВОД И ВОССТАНОВЛЕНИЕ**

- Перевод обучающихся осуществляется из одной организации образования в другую; с одной формы обучения на другую; с одной образовательной программы на другую; с платной основы на обучение по государственному образовательному заказу и наоборот,.

- Обучающиеся высших учебных заведений могут переводиться или восстановиться после отчисления,

если ими был завершен первый академический период осваиваемой программы.

- Обучающийся может восстановиться на любую образовательную программу с учётом разницы дисциплин учебных планов.

- Перевод обучающегося с одной образовательной программы на другую осуществляется только для обучения на платной основе.

- Студент, обучающийся по образовательному гранту, может перевестись с сохранением образовательного гранта в другой вуз.

- Перевод и восстановление производится только в каникулярное время. Студент, желающий перевестись в другой вуз, подает заявление о переводе на имя Ректора в деканат своего факультета. Получив письменное согласие на перевод, скрепленное печатью, с копией транскрипта, подписанного проректором по академической работе и Офис регистратором, и заверенные печатью свидетельства обладателя государственного гранта (если обучается по государственному гранту) обращается к руководителю интересующего его вуза.

## **ОТЧИСЛЕНИЕ ИЗ ЗКМУ ИМЕНИ МАРАТА ОСПАНОВА**

**Обучающийся может быть отчислен:**

1) по собственному желанию (в том числе, в связи с переводом в другой вуз, по медицинским показаниям, по семейным обстоятельствам и др.);

2) за академическую неуспеваемость;

3) за систематическое или грубое нарушение учебной дисциплины, в том числе – непосещение учебных занятий без уважительной причины в течение более пяти недель; за финансовую задолженность по оплате обучения; нарушение Устава, настоящих Правил, Правил внутреннего распорядка, Кодекса академической честности, нарушение норм законодательства Республики Казахстан, условий заключённого с Университетом договора на обучение;

4) при переводе в другой вуз;

5) по иным основаниям, предусмотренным настоящими Правилами, иными внутренними документами Университета и/или законодательством Республики Казахстан.

Обучающийся, желающий отчислиться из Университета, должен написать заявление на имя Ректора в свой деканат с просьбой об отчислении.

## **ЗАЧИСЛЕНИЕ В ЗКМУ им. М. Оспанова**

В первую неделю вам нужно оформить все документы для успешного обучения в университете:

- Активировать свою корпоративную почту и узнать расписание;
- Авторизоваться на учебных платформах
- Получить банковскую карту “Centercredit” для получения стипендии и входа в университет;
- Подать заявку на общежитие, если оно вам нужно;
- Встать на воинский учет, если вы юноша;
- Получить и передать родителям подписанный договор об обучении с университетом;
- Связаться с сектором социальной работы с обучающимися, если вы входите в социально-уязвимую группу населения.

**По всем этим вопросам обращайтесь к своему куратору или в деканат.**

## **СТУДЕНЧЕСКИЕ ОБЩЕЖИТИЯ**

Прием заявок осуществляется в режиме онлайн на сайте [Platonus.zkmu.kz](http://Platonus.zkmu.kz)

Перечень необходимых документов для заселения в общежития:

1. Копия удостоверения личности – 2 шт.
2. Фотографии 3\*4 – 4 шт.
3. Файл твердый – 2 шт.
4. Копия квитанции об оплате за проживание.
5. Флюорография
6. Ордер, договор, заявление (загрузить с Платонуса)

После утверждения списка студентов Комиссией по распределению мест в общежитиях университета документы на заселение необходимо предоставить в Службу по делам молодежи по адресу: Аккагаз Досжанова 6, 2 блок общежития №5. Режим работы с 9:00 до 18:00.

### **Адреса общежитий Университета:**

- Общежитие №1 – улица Пацаева 2
- Общежитие №2 – улица Тургенева, 98 корпус 3
- Общежитие №3 – улица Маресьева 76А
- Общежитие №4 – улица Маресьева, 76
- Общежитие №5– улица А. Досжановой, 6

## НАУЧНАЯ БИБЛИОТЕКА

Вы стали студентом и получили право пользоваться фондами и информационными ресурсами Научной библиотеки ЗКМУ имени Марата Оспанова.

Для успешной учебы в университете Вам предстоит научиться ориентироваться в большом потоке научной информации, самостоятельно вести поиск и работать с учебной литературой.

В библиотеке широко представлена учебная, учебно-методическая, научная литература по профилю образовательных программ и научных исследований вуза, художественная литература.

Вы можете воспользоваться электронным каталогом, базами данных, электронно-библиотечными системами, которые представлены на сайте университета. Получить доступ к необходимым документам, можно путем авторизации в Электронном каталоге библиотеки и подписных базах данных.

При возникновении вопросов по поиску информации, работе с базами данных Вы можете обратиться к сотрудникам библиотеки по электронному адресу – [library@zkm.kz](mailto:library@zkm.kz)

*Библиотека расположена в 1-ом учебном корпусе университета по адресу: ул.Маресьева, 68.*

## КЛИНИКА СЕМЕЙНОЙ МЕДИЦИНЫ

КЛИНИКА СЕМЕЙНОЙ МЕДИЦИНЫ (КСМ) оказывает студентам первичную медицинскую помощь.

**Адрес и телефон:** ул.Маресьева 74

**Время работы:** понедельник – пятница, с 09.00 до 20.00.

В субботу с 9.00–14.00

**Выходной:** воскресенье.

**Контактные телефоны:** 8 (7132) 24-98-77

8- 701 -710 -0359

**Ведут прием:** стоматолог, невропатолог, оториноларинголог, гинеколог, уролог, эндокринолог, офтальмолог, хирург, кардиолог и др. Функционируют: УЗИ-кабинет, процедурный кабинет, физиотерапия, ЭКГ, лаборатория, а также **дневной стационар** на 7 коек.

## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

С целью оказания социально-психологической поддержки Службой по социально-психологической поддержке предоставляются услуги психолога по следующим направлениям:

- психодиагностика;
- психологическая коррекция и развитие;
- психологическое консультирование;
- профилактическая и воспитательная работа;
- повышение уровня психологических знаний.

Также отдел дает информацию по социальным льготам и скидкам, выдаче справок для назначения пособий.

*Обращаться в кабинет социально-психологической помощи в Общежитие №5, Аккагаз Дожанова, дом 6, блок 3, комната 105.*

## СЛУЖБА ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ

Служба по делам молодежи предоставляет все условия для тех, кому интересно участвовать в общественной жизни университета, заниматься в спортивных секциях и кружках художественной самодеятельности.

По всем вопросам обращайтесь на почту:  
odm@zkmu.kz

Официальный сайт НАО «ЗКМУ имени Марата Оспанова:  
[www.zkmu.edu.kz](http://www.zkmu.edu.kz)

Официальный канал в Instagram:  
[www.instagram.com/zkmu\\_official](https://www.instagram.com/zkmu_official)

Официальный канал в YouTube:  
<https://www.youtube.com/@user-sk4vv9by5s/about>