

**Об утверждении Методики нормативов питания и фармакологического обеспечения спортсменов, в том числе военнослужащих всех категорий и сотрудников правоохранительных и специальных государственных органов, в период учебно-тренировочного процесса и спортивных мероприятий**

Приказ Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 22 ноября 2014 года № 107. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 25 декабря 2014 года № 10005

      В соответствии с подпунктом 17) статьи 7 Закона Республики Казахстан от 3 июля 2014 года «О физической культуре и спорте», **ПРИКАЗЫВАЮ:**
      1. Утвердить Методику нормативов питания и фармакологического обеспечения спортсменов, в том числе военнослужащих всех категорий и сотрудников правоохранительных и специальных государственных органов, в период учебно-тренировочного процесса и спортивных мероприятий согласно приложению 1 к настоящему приказу.
      2. Признать утратившими силу некоторые приказы уполномоченного органа в области физической культуры и спорта согласно приложению 2 к настоящему приказу.
      3. Комитету по делам спорта и физической культуры Министерства культуры и спорта Республики Казахстан в установленном законодательством порядке:
      1) представить настоящий приказ на государственную регистрацию в Министерство юстиции Республики Казахстан;
      2) после государственной регистрации в Министерстве юстиции Республики Казахстан обеспечить официальное опубликование настоящего приказа в периодических печатных изданиях и в информационно-правовой системе «Әділет».
      4. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на вице-министра культуры и спорта Республики Казахстан Есентаева Т.К.
      5. Настоящий приказ вводится в действие по истечении десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования.

*Министр                                    А. Мухамедиулы*

 Приложение 1
 к приказу Министра культуры
 и спорта Республики Казахстан
 от 22 ноября 2014 года № 107

 **Методика нормативов питания и фармакологического обеспечения**
**спортсменов, в том числе, военнослужащих всех категорий и**
**сотрудников правоохранительных и специальных государственных**
**органов в период учебно-тренировочного процесса и спортивных**
**мероприятий**

 **1. Общие положения**

       1. Настоящая Методика нормативов питания и фармакологического обеспечения спортсменов, в том числе, военнослужащих всех категорий и сотрудников правоохранительных и специальных государственных органов в период учебно-тренировочного процесса и спортивных мероприятий
(далее – Методика) разработана в соответствии с Законом Республики Казахстан от 3 июля 2014 года «О физической культуре и спорте».
      2. Методика разработана в целях разработки нормативов питания и фармакологического обеспечения спортсменов, в том числе, военнослужащих всех категорий и сотрудников правоохранительных и специальных государственных органов по различным видам спорта на основании физиологических потребностей в энергообеспечении и пищевых ингредиентов с учетом специфической деятельности спортсменов.
      3. В настоящей Методике используются следующие понятия:
      1) виды единоборств – виды спорта, где предусмотрен обязательный физический контакт между двумя соревнующимися, по определенным правилам;
      2) скоростно-силовые виды спорта – виды спорта, где соревнование сводится к сопоставлению скоростных и силовых качеств спортсменов;
      3) командные и игровые виды спорта – виды спорта, где проводится состязание между командами, состоящими из двух и более спортсменов по определенным правилам;
      4) координационные виды спорта – виды спорта, которые обуславливаются постоянным усложнением двигательной координации спортсмена;
      5) рацион питания – набор и количество продуктов питания, потребляемых во время каждого приема пищи, необходимых для восстановления энергетических затрат спортсмена;
      6) суточный расчет калорий – расчет необходимого количества килокалорий, в сутки формируемый из продуктов питания;
      7) циклические виды спорта – виды спорта, где проводится цикличное повторение движений спортсмена для перемещения собственного тела в пространстве.

 **2. Определение нормативов питания и фармакологического**
**обеспечения**

      4. При разработке нормативов питания учитываются:
      1) содержание макроэлементов и микроэлементов необходимых веществ должно находиться в соответствии с физиологическими потребностями организма спортсмена;
      2) потребление основных пищевых веществ (белки, жиры, углеводы) должно находиться, как в пределах физиологически необходимых соотношений между собой, так и в физиологических величинах, обеспечивающих энергетическую потребность организма спортсмена;
      3) содержание минорных и ортомолекулярных комплексов, биологически активных веществ при нутритивной поддержке должно соответствовать трофическому статусу организма спортсмена;
      4) соответствие энергетической ценности рациона питания спортсмена энергетическим затратам его организма;
      5) в рационе питания предусматриваются физиологически необходимое количество животных белков, углеводов, физиологические пропорции ненасыщенных и полиненасыщенных жирных кислот, оптимальное количество витаминно-минеральных элементов.
      5. В соответствии с различной спортивной специализацией и квалификацией спортсмена, распределение норм питания спортсмена проводится по следующим группам видов спорта:
      1) скоростно-силовые виды спорта;
      2) виды единоборств;
      3) командные и игровые виды спорта;
      4) циклические виды спорта;
      5) координационные виды спорта.
      6. Нормативы питания основаны на суточном расчете калорий спортсмена в соответствии с их оптимальным энергообеспечением, химического состава набора рациона питания и норм взаимозаменяемости одних продуктов другими.
      7. Фармакологическое обеспечение спортсмена по видам спорта формируется на основании физиологических потребностей организма спортсмена.
      8. Фармакологическое обеспечение спортсмена осуществляется в годичном цикле, охватывая все этапы его спортивной деятельности:
      1) специальный этап – этап совершенствования специальных тактических и технических навыков спортсмена;
      2) подготовительный этап – этап формирования функциональной и спортивной формы спортсмена;
      3) предсоревновательный этап – этап проверки готовности спортсмена в условиях приближенных к соревнованиям;
      4) соревновательный этап – этап участия в спортивном мероприятии;
      5) базовый этап – этап совершенствования основных навыков спортсмена;
      6) восстановительный этап – этап прохождения восстановительно-оздоровительных комплексных мероприятий.
      9. Фармакологическое обеспечение учитывает уровень физического здоровья и функциональной подготовленности спортсмена.
      10. Фармакологическое обеспечение включает в себя применение фармакологических средств зарегистрированных на территории Республики Казахстан, ортомолекулярных комплексов и биологически-активных добавок спортивной направленности позволяющих повысить работоспособность, и способствующих быстрому восстановлению ресурсов организма спортсмена после физической нагрузки.
      11. При составлении фармакологического обеспечения учитываются:
      1) статистические данные физкультурно-спортивных организаций о заболеваемости и травматизме спортсмена в период проведения спортивных мероприятий в предшествующем году;
      2) потребность спортсмена в медикаментах, ортомолекулярных комплексах и биологически активных добавках из расчета на год;
      3) срок проведения спортивных мероприятий;
      4) сведения о состоянии здоровья спортсмена по результатам последнего углубленного медицинского обследования.
      12. В соответствии со спортивной специализацией и квалификацией спортсмена, нормы фармакологического обеспечения спортсмена распределяются в соответствии с видами спорта:
      1) скоростно-силовые виды спорта;
      2) виды единоборств;
      3) командные и игровые виды спорта;
      4) циклические виды спорта;
      5) координационные виды спорта.
      13. В целях установления нормативов питания и фармакологического обеспечения в физкультурно-спортивные организации привлекаются дополнительные медицинские работники и комплексные научные группы.

 Приложение 2
 к приказу Министра культуры
 и спорта Республики Казахстан
 от 22 ноября 2014 года № 107

 **Перечень утративших силу приказов уполномоченного органа в**
**области физической культуры и спорта**

      1. Приказ Председателя Агентства Республики Казахстан по туризму и спорту от 11 сентября 2002 года № 06-2-2/208 «Об установлении норм питания участникам спортмероприятий» (зарегистрированный в Реестре государственных регистрационных нормативных правовых актов № 2007, опубликованный в Бюллетене нормативных правовых актов Республики Казахстан, 2002 г., № 45-46, ст. 740).
      2. Приказ Председателя Агентства Республики Казахстан по туризму и спорту от 11 сентября 2002 года № 06-2-2/209 «О фармакологических восстановительных средствах, витаминах и белково-глюкозных препаратах участникам спортмероприятий» (Реестре государственных регистрационных нормативных правовых актов № 2008, в Бюллетене нормативных правовых актов Республики Казахстан, 2002 г., № 45-46, ст. 736).
      3. Приказ Председателя Агентства Республики Казахстан по туризму и спорту от 9 июня 2004 года № 06-2-2/197 «О внесении изменений в некоторые приказы Председателя Агентства Республики Казахстан по туризму и спорту» (Реестре государственных регистрационных нормативных правовых актов № 2903).

© 2012. РГП на ПХВ Республиканский центр правовой информации Министерства юстиции Республики Казахстан