

Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс-шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерінің әдістемесін бекіту туралы

Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрінің 2014 жылғы 22 қарашадағы № 107 бұйрығы. Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2014 жылы 25 желтоқсанда № 10005 тіркелді.

"Дене шынықтыру және спорт туралы" Қазақстан Республикасының Заңының 7-бабының 17) тармақшасына сәйкес **БҰЙЫРАМЫН:**

Ескерту. Кіріспе жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

1. Осы бұйрықтың 1 қосымшасына сәйкес Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс-шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерінің әдістемесі бекітілсін.

2. Осы бұйрықтың 2 қосымшасына сәйкес дене шынықтыру және спорт саласындағы уәкілетті органның кейбір бұйрықтарының күші жойылды деп танылсын.

3. Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігінің Спорт және дене шынықтыру істері комитеті заңнамамен белгіленген тәртіпте:

1) Қазақстан Республикасы Әділет министрлігіне осы бұйрықты мемлекеттік тіркеуге ұсынсын;

2) осы бұйрықты Қазақстан Республикасы Әділет министрлігінде мемлекеттік тіркеуден өткеннен кейін мерзімді баспа басылымдарында және "Әділет" ақпараттық-құқықтық жүйесінде ресми жариялауды қамтамасыз етсін.

4. Осы бұйрықтың орындалуын бақылау Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт вице-министрі Т.Қ. Есентаевқа жүктелсін.

5. Осы бұйрық алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі.

Министр

А. Мұхамедіұлы

Қазақстан Республикасы
Мәдениет және спорт министрінің
2014 жылғы 22 қарашадағы
№ 107 бұйрығына
1-қосымша

Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс-шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерінің әдістемесі

Ескерту. Орыс тіліндегі тақырыптың мәтініне өзгерістер енгізілді, қазақ тіліндегі мәтін өзгермейді - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

1-тарау. Жалпы ережелер

Ескерту. 1-тараудың тақырыбы жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

1. Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс-шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтері (бұдан әрі - Әдістеме) "Дене шынықтыру және спорт туралы" Қазақстан Республикасының Заңының 7-бабының 17) тармақшасына сәйкес әзірленген.

Ескерту. 1-тармақ жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

2. Әдістеме әртүрлі спорт түрімен айналысатын спортшыларды, сонымен қатар барлық санаттағы әскери қызметкерлерді, құқық қорғау және арнайы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін фармакологиялық жабдықтармен және тағаммен қамтамасыз ету нормативтерін әзірлеу мақсатында әзірленген.

3. Бұл әдістемеді келесі түсініктер қолданылады:

1) жекпе-жек спорт түрлері – екі қарсыластың арасында арнайы талапқа сәйкес физикалық қатынас міндетті түрде қарастырылған спорт түрлері;

2) жылдамдық-күштік спорт түрлері – спортшының шапшаңдығы мен күштік сапасы ескеріле отырып жарысатын спорт түрлері;

3) командалық және ойындық спорт түрлері – екі және оданда көп спортшылардан құралған командалар арасында жарыс арнайы талапқа сәйкес жүргізілетін спорт түрлері;

4) калорияның тәуліктік есебі – тағамдық өнімдерден құрастырылатын тәулігіне қажетті килокалория мөлшерінің есебі;

5) спорттың циклдік (кезеңдік) түрлері – спортшы өзінің денесін кеңістікте орын ауыстыруы үшін қимылдарды циклді түрде қайталайтын спорт түрлері;

6) тағам үлесі – спортшының энергия шығынын қалпына келтіруіне қажетті, әрбір тағам қабылдау кезінде қолданылатын тағамдық өнімдердің жиынтығы және саны;

7) үйлестіруші спорт түрі – спортшы қимылының үнемі күрделенуімен жүргізілетін спорт түрлері.

2-тарау. Тағам және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерін анықтау

Ескерту. 2-тараудың тақырыбы жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

4. Тағам нормативтерін әзірлеу кезінде ескерілуі қажет:

1) қажетті макроэлементтер мен микроэлементтердің мөлшері спортшы организміне физиологиялық қажетті деңгейде болуы қажет;

2) негізгі тағамдық заттарды (нәруыз, май, көмірсу) қабылдау мөлшері физиологиялық қажеттілігі бойынша бір-біріне сәйкес қарым-қатынаста болуы қажет және спортшының физиологиялық энергетикалық қажеттілігін қамтамасыз етуі керек;

3) нутритивті қолдау кезінде минорлы және ортомолекулярлы жиынтықтардың, биологиялық белсенді заттардың мөлшері спортшы организмінің трофикалық деңгейіне сәйкес болуы керек;

4) спортшының тағам үлесінің энергетикалық құндылығы оның организмінің энергетикалық шығындарына сәйкес келуі қажет;

5) тағам үлесінде жануар текті нәруыз, көмірсу деңгейінің физиологиялық қажетті мөлшері, қанықпаған және көпқанықпаған май қышқылдарының физиологиялық қарым-қатынасы, витаминдер мен минералды заттардың оңтайлы мөлшері ескеріледі.

5. Спорттық мамандандырылуына және спортшының біліктілігіне сәйкес, спортшылардың тағамдық үлесінің нормалары келесі спорт түрлеріне қарай топтарға бөлінуі керек:

1) жылдамдық-күштік түрлері;

2) жекпе-жек сайыстары;

3) командалық және ойындық түрлері;

4) спорттың циклдік түрлері;

5) үйлестік түрлері.

6. Тағам нормативтері спортшының тәуліктік калориясында энергиямен қамтамасыз етілуінің, тағамдық үлестегі азықтардың химиялық құрамы және тағамдарды бір-бірімен алмастырудың оңтайлы сәйкестендірілуіне негізделген.

6-1. Осы Әдістемеге 1-қосымшаға сәйкес мемлекеттік бюджеттен қаржыландырылатын дене шынықтыру-спорт ұйымдары оқу-жаттығу процестеріне

және спорт іс-шараларына қатысатын спортшылардың тамақтану нормаларын белгілейді.

Ескерту. Әдістеме 6-1-тармақпен толықтырылды - ҚР Мәдениет және спорт министрінің 16.11.2015 № 353 (алғаш ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

7. Спортшыны спорт түріне қарай фармакологиялық қамтамасыз ету спортшы организмнің физиологиялық қажеттілігіне сәйкес негізделеді.

8. Спортшыны фармакологиялық қамтамасыз ету оның барлық спорт саласындағы қызмет ету кезеңдері ескеріле отырып жылдық цикл бойынша жүргізіледі:

1) арнайы кезең – спортшының арнайы тактикасын және техникалық машықтарын жетілдіру кезеңі;

2) дайындық кезеңі – функционалдық және спортшының спорттық формаларын қалыптастыру кезеңі;

3) жарыс алды кезең – спортшының жарыс уақыты жақындаған жағдайда дайындығын тексеру кезеңі;

4) жарыс кезең – спорттық шараларға қатысу кезеңі;

5) негізгі кезең – спортшының негізгі машықтарын жетілдіру кезеңі;

6) қалпына келтіру кезеңі – қалпына келтіру және сауықтандыру шараларын өту кезеңі.

9. Фармакологиялық қамтамасыз ету кезінде спортшының физикалық денсаулық және қызметтік дайындық деңгейі ескеріледі.

10. Фармакологиялық қамтамасыз ету физикалық жүктемеден кейін спортшы организмін жылдам қалпына келтіруге және жұмысқа қабілетін жоғарылатуға бағытталған Қазақстан Республикасының аумағында тіркелген фармакологиялық заттарды, ортомолекулярлық жиынтықтар мен биологиялық белсенді заттарды қолдануды ескереді.

11. Фармакологиялық қамтамасыз етуді құрастыру кезінде ескеріледі:

1) алдыңғы жылдары жүргізілген спорттық іс-шаралар кезінде анықталған спортшының аурушандығы мен жарақаттары жөніндегі дене шынықтыру және спорт ұйымдарындағы статистикалық ақпараттар;

2) бір жылдық шамада спортшының дәрілік заттарға, ортомолекулярлық жиынтықтар мен биологиялық белсенді заттарға қажеттілігі;

3) спорттық іс-шараларды жүргізу уақыты;

4) соңғы тиянақты жүргізілген медициналық тексеру нәтижесі бойынша спортшының денсаулық жағдайы жөніндегі мәлімет.

12. Спортшының спорттық мамандандырылуына және біліктілігіне сәйкес спортшының фармакологиялық қамтамасыз ету нормалары спорттың түріне сәйкес үйлестіріледі:

- 1) жылдамдық-күштік түрлері;
- 2) жекпе-жек сайыстары;
- 3) командалық және ойындық түрлері;
- 4) спорттың циклдік түрлері;
- 5) үйлестік түрлері.

12-1. Осы Әдістемеге 2-қосымшаға сәйкес мемлекеттік бюджеттен қаржыландырылатын дене шынықтыру-спорт ұйымдары оқу-жаттығу процестеріне және спорт іс-шараларына қатысатын спортшыларға арналған жедел кезек күттірмейтін көмек көрсету бойынша дәрілік заттарға, қалпына келтіру құралдарына, витаминді және белоктық-глюкозалық препараттарға, спорт бағытындағы биологиялық белсенді қоспалар мен медициналық мақсаттағы бұйымдарға шығыс нормаларын белгілейді.

Ескерту. Әдістеме 12-1-тармақпен толықтырылды - ҚР Мәдениет және спорт министрінің 16.11.2015 № 353 (алғаш ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

12-2. Мемлекеттік бюджеттен қаржыландырылатын дене шынықтыру-спорт ұйымдары Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2021 жылғы 18 мамырдағы № ҚР ДСМ-41 бұйрығымен (Нормативтік құқықтық актілерді мемлекеттік тіркеу тізілімінде № 22782 болып тіркелген) бекітілген Қазақстандық ұлттық дәрілік формулярға сәйкес спорт іс-шараларына тартылатын медицина қызметкерлері арқылы оқу-жаттығу процестеріне және спорт іс-шараларына қатысатын спортшыларға жедел кезек күттірмейтін көмек көрсету бойынша дәрілік заттармен қамтамасыз етіледі.

Ескерту. Әдістеме 12-2-тармақпен толықтырылды - ҚР Мәдениет және спорт министрінің 16.11.2015 № 353 (алғаш ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

12-3. Мемлекеттік бюджеттен қаржыландырылатын дене шынықтыру-спорт ұйымдары осы Әдістемеге 3-қосымшамен көзделген спорт іс-шараларына тартылатын медицина қызметкерлері арқылы оқу-жаттығу процестері мен спорт іс-шараларына қатысатын спортшыларға арналған қалпына келтіру заттары, витаминді, ақуыз-глюкозалы препараттар, спорт бағытындағы биологиялық белсенді қоспалар және медициналық мақсаттағы бұйымдар тізбесіне сәйкес қамтамасыз етіледі.

Ескерту. 2-тарау 12-3-тармақпен толықтырылды - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

13. Тағаммен және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерін анықтау мақсатында дене шынықтыру және спорт ұйымдарына қосымша медициналық қызметкерлер мен ғылыми топ жиынтығы жұмылдырылады.

Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс- шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерінің әдістемесіне 1-қосымша

Оқу-жаттығу процестері мен спорт іс-шараларына қатысатын спортшылардың тамақтану нормалары

Ескерту. Әдістеме 1-қосымшамен толықтырылды - ҚР Мәдениет және спорт министрінің 16.11.2015 № 353 (алғаш ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; өзгеріс енгізілді - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

p/c№	Спорт түрлерінің атауы	1 адамға шаққандағы тәулік ішіндегі күш-қуат шығыны, каллориямен	1 күнге 1 адамға арналған азық-түліктің орташа нормасы, граммен		Бір адамға шаққандағы тәулік ішіндегі шығыс нормасы, теңге
	Ашихара-каратэ, аударыспақ, батуттық гимнастика, биатлон, бирма бокс, бокс, белбеу күрес, велосипед спорты, велосипед спорты (тас жол), велосипедтік мотокросс (		Нан өнімдері (ұн, ұнға есептегендегі нан және макарон, жармалар)	537	
			Картоп	410	
			Өртүрлі көкөністер	548	
			Жас жемістер, оның ішінде	924	
			жеміс шырыны	114	

1.	BMX), велотрек, еркін күрес, байдарка мен каноэде есу, академиялық есу , есу слаломы, грек-рим күресі, грэпплинг (AIGA нұсқасы), грэпплинг UWW , джиу-джитсу, дзюдо, жекпе-жек, әйелдер күресі, қазақ күресі, каратэ (WKF), шинкиокушинка й каратэ, кҰкушин будокай каратэ, каратэ-до кекушин, каратэ-до шотокан, кҰкусин-кан каратэ-до, кекушинкай каратэ, кикбоксинг, киокушинкай-ка н каратэ, комбат дзю-дзюцу, конькимен жүгіру спорты, жеңіл атлетика, шаңғы жарыстары, маунтинбайк, мейбукан годзю-рю карате-до, муайтай (муай, тай боксы), панкратион, пара велоспорт, паракаратэ, пара дзюдо, пенчак силат, жүзу, ашық суда жүзу, су асты спорты, қоян-қолтық ұрыс, спорттық гимнастика, жауынгерлік	7 000 дейін	кептірілген жемістер	43	3 айлық есептік көрсеткішке дейін
			Жаңғақтар (грек, миндаль, фундук және басқалар) оның ішінде	100	
			балмен грек жаңғақтары	43	
			Қант	150	
			Өсімдік майы	46	
			Жұмыртқа	52	
			Сүт өнімдері (сүт, сүтке есептегендегі ашыған сүт), оның ішінде	2657	
			сүзбе	42	
			қаймақ	50	
			кілегей	15	
			ірімшік	24	
			сары май	51	
			Ет өнімдері	535	
			Балық өнімдері	195	
			Өзге өнімдер (шай, кофе,	13	

	жекпе-жектің аралас түрлері (MMA), сноуборд, спорттық самбо және жауынгерлік самбо, таеквондо ИТФ (I.T.F.), таэквандо WT, таеквон-до GTF, ауыр атлетика, унифайт, ушу, фристайл, шорт-трек, Nomad MMA		ашытқылар, тұз, бұрыш және сол сияқты)		
2.	Альпинизм, американдық футбол, қол күресі, әртістік жүзу (үйлесімді жүзу), асық ату, аэробты гимнастика, баскетбол, баскетбол 3x3, биатл, бодибилдинг, бочча, брейкинг, су добы, волейболды отырып ойнау, қол добы, гір спорты, голбол, гольф, тау шаңғысы спорты, жамбы ату, индорхоккей, классикалық волейбол, көкпар, лазер-ран, шаңғы қоссайысы, үстел теннисі, мұздағы хоккей жұбы, желкенді қайық спорты, пауэрлифтинг, жағажай волейболы, тәжірибелік ату,	5700 дейін	Нан өнімдері (ұн, ұнға есептегендегі нан және макарон, жармалар және бұршақтар) Картоп Әртүрлі көкөністер Жас жемістер, оның ішінде жеміс шырыны қант Өсімдік майы Жұмыртқа Сүт өнімдері (сүт, сүтке есептегендегі ашыған сүт), оның ішінде сүзбе кілегей қаймақ ірімшік сары май Ет өнімдері Балық өнімдері	677 300 621 669 143 68 51 60 2908 32 4 54 24 69 401 100	2,3 айлық есептік көрсеткішке дейін

	президенттік көпсайыс (полиатлон), шаңғымен тұғырдан секіру, нысана көздеу, регби, спорттық күзға өрмелеу, спорттық туризм, спорттық бағдарлау, стенд ату, садақ ату, жылжымалы нысана көздеу, қазіргі бессайыс, тенге ілу, теннис, триатл, триатлон, семсерлесу, конькимен мәнерлеп сырғанау, футбол, футзал, көгалдағы хоккей, допты хоккей, шайбалы хоккей, черлидинг, эстетикалық топтық гимнастика		Өзге өнімдер (шай, кофе, ашытқылар, тұз, бұрыш және сол сияқты)	17	
3.	Авиация спорты, автототспорт, бадминтон, бәйге, бильярд, варминтинг, делбеші спорт, керлинг, киберспорт, ат спорты, ордабасы, құсбегілік, паралимпиадалық мәнерлеп жүру, петанк, өрт сөндіру және өрттен құтқару, суға секіру, радиоспорт, шана спорты, скейтбординг, снaipинг, пилондағы	4900 дейін	Нан өнімдері (ұн, ұнға есептегендегі нан және макарон, жармалар, бұршақ) Картоп Әртүрлі көкөністер Жас жемістер, оның ішінде жеміс шырыны Қант Өсімдік майы Жұмыртқа Сүт өнімдері (сүт, сүтке	541 262 544 713 114 92 47 51 2287	1,7 айлық есептік көрсеткішке дейін

спорт, спорттық акробатика, көркем гимнастика, спорттық балық аулау, спортинг, кеме модельдеу спорты, би спорты (спорттық би, қазіргі заманғы би, арбадағы би, спорттық-би хореографиясы), тоғызқұмалақ, шахмат, дойбы	есептегендегі ашыған сүт), оның ішінде	
	сүзбе	42
	қаймақ	46
	ірімшік	15
	сары май	48
	Ет өнімдері	417
	Балық өнімдері	135
	Өзге өнімдер (шай, кофе, ашытқылар, тұз, бұрыш және сол сияқты)	7,3

Ескертпе: тамақтану нормалары спорттағы дарынды балаларға арналған мектеп-интернаттары, олимпиадалық резервтің мамандандырылған мектеп-интернат-колледждер, спорт колледждері бойынша, сондай-ақ Спортты дамыту дирекциясының, Дене мүмкіндіктері шектеулі тұлғаларға арналған спорттық даярлау орталығының, Ұлттық және ат спорты түрлері орталығының штаттық ұлттық командаларының мүшелері - спортшылардың оқу-жаттығу сабақтары болмаған күндері осы Әдістеменің 1-қосымшасының 3-тармағына сәйкес қамтамасыз етіледі.

Тамақтану нормалары республикалық ұйымдар бойынша ең жоғары шығыстар бойынша қамтамасыз етіледі.

Спортшылардың тамақтану нормалары олимпиадалық, олимпиадалық емес және ұлттық спорт түрлерімен ортақ атаулары бар паралимпиадалық, сурдлимпиадалық және паралимпиадалық емес спорт түрлеріне қолданылады.

"Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс-шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерінің әдістемесіне
2-қосымша

Ескерту. 2-қосымшаның оң жақ жоғарғы бұрышы жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 28.05.2024 № 111 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

Оқу-жаттығу процестеріне және спорт іс-шараларына қатысатын спортшыларға арналған жедел кезек күттірмейтін көмек көрсету бойынша фармакологиялық заттардың, қалпына келтіру

заттарының, витаминді және белоктық-глюкозалық препараттардың, спорт бағытындағы биологиялық белсенді қоспалардың, медициналық мақсаттағы өнімдер мен химиялық реагенттердің шығыс нормалары

Ескерту. Әдістеме 2-қосымшамен толықтырылды - ҚР Мәдениет және спорт министрінің 16.11.2015 № 353 (алғаш ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; өзгеріс енгізілді - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

p/c №	Спорт іс-шараларының атауы	Бір адамға шаққандағы тәулік ішіндегі шығыс нормасы, теңге
1.	Облыстық спорт іс-шаралары	0,2 айлық есептік көрсеткішке дейін
2.	Республикалық спорт іс-шаралары	0,4 айлық есептік көрсеткішке дейін
3.	Дене шынықтыру және спорт жөніндегі облыстық атқарушы органдар өткізетін Қазақстан Республикасының чемпионаттары мен халықаралық жарыстарға дайындық бойынша оқу-жаттығу жиыны	0,7 айлық есептік көрсеткішке дейін
4.	Халықаралық спорт жарыстарына дайындық, жалпы дене даярлығы бойынша халықаралық спорт жарыстары, оқу-жаттығу жиындары, Қазақстан Республикасының ұлттық командалары үшін, кешенді тексерулер, арнайы жиындар.	1,5 айлық есептік көрсеткішке дейін

Оқу-жаттығу процесі мен спорттық іс- шаралар кезеңінде спортшыларды, оның ішінде барлық санаттағы әскери қызметшілерді және құқық қорғау және арнаулы мемлекеттік органдардың қызметкерлерін тамақтандыру және фармакологиялық қамтамасыз ету нормативтерінің әдістемесіне
3-қосымша

Оқу-жаттығу процестері мен спорт іс-шараларына қатысатын спортшыларға арналған қалпына келтіру заттары, витаминді, ақуыз-глюкозалы препараттар, спорт бағытындағы биологиялық белсенді қоспалар және медициналық мақсаттағы бұйымдар ТІЗБЕСІ

Ескерту. Әдістеме 3-қосымшамен толықтырылды - ҚР Мәдениет және спорт министрінің 16.11.2015 № 353 (алғаш ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен; жаңа редакцияда - ҚР Туризм және спорт министрінің 31.07.2025 № 150 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

p/c №	Атауы
1. Базалық қамтамасыз ету құралдары	
1.1	Витаминді-минералдық кешендер (витаминдер, күрделі және аралас витаминді-минералдық кешендер, темір препараттары, жеке витаминдер және минералдар)
1.2	Адаптогендер және іс-қимылды жалпы нығайтатын заттар
1.3	Иммунокорректорлар (иммуномодуляторлар)
1.4	Антиоксиданттар
1.5	Антигипоксантилар, коферменттер
1.6	Микроайналымдарды реттеудің вазобелсенді құралдары және қан реологиясын, қанның ұйығыштығын реттеу құралдары
1.7	Жүрек бұлшық етін қорғайтын заттар (кардиопротекторлар, кардиометаболиктер)
1.8	Бауыр жұмысын қорғайтын заттар (гепатопротекторлар, холеретиктер, холекинетиктер)
1.9	Байланыс-буын аппаратын және сүйек талшықтарын қорғау және қалпына келтіру заттары (хондропротекторлар, коллаген)
1.10	Энзимдер және ферменттер
1.11	Сыныптық қанықпаған майлы қышқылдар (Омега 3 – Омега 6 және фосфолипидтер – лецитин)
1.12	Пробиотиктер, пребиотиктер
2. Пластикалық бағыттылық заттары	
2.1	Протеинді қоректену заттары (мамандандырылған клиникалық тамақтану, ақуыз және көмірсутегі қоспалары, протеиновые снектер және батончиктер, протеинді, ақуызды және ақуызды-көмірсутекті сусындар)
2.2	Аминокислоттар (кешенді, ВСАА)
2.3	Ақуызды және ақуызды-көмірсутекті сусындар
2.4	Анаболикалық тура және жанама әрекетті рұқсат етілген заттар
3. Энергетикалық бағыттағы заттар	
3.1	Лактат-ацидоза реттеушісі және буферлі жүйені кеңейту заттары
3.2	Көмірсутекті және липидті (майлы) алмасу заттары

3.2	Макроэргиялық және құрамында креатин бар заттар (фофокреатин, фруктоза-1,6-дифосфат натрий тұзы, көліктік креатин, рибоза)
3.3	Аэробты шыдамдылықты және жұмыс қабілетін арттыратын заттар (ақ кристалды ұнтақ және изолимонды қышқыл, карнозин, Л-карнитин, коэнзим Q10, аргенинді таурин, цитруллин)
3.4	Көмірсутегін жүктеу заттары және күш-қуат шығынын шұғыл қалпына келтіретін заттар (гипотониктер, изотониктер, цитратты көмірсутектер және бикарбонатты негіздер, жеңіл сіңірілетін және ұзақ тізбекті көмірсутектері, ақуыз-көмірсутекті сусындар, орташа ұзындықты тізбекті триглицеридтер)
3.5	Несепнәр деңгейін реттейтін заттар
3.6	Психофизиологиялық реакцияларды және энергетиканы ынталандырушы (гуарана, кофеин)
4. Мамандандырылған заттар	
4.1	Нестероидті қабынуға қарсы заттар
4.2	Ангиопротекторлар
4.3	Жүйке-психикалық мәртебені және ОЖЖ қорғауды реттейтін заттар (ноотроптар, нейропротекторлар, седативті препараттар)
4.4	Көздің көруін қалыпна келтіру заттары (каротиноидтер)
4.5	Антианемикалық препараттар
4.6	Су, электролиттік және негізгі-қышқылдық теңгерімді дұрыстау үшін қолданылатын ерітінділер
4.7	Бүйректің микроайналымын жақсартатын уроантисептиктер және препараттар
5. Биологиялық белсенді қоспалар (ББҚ-тар)	
5.1	ББҚ-тар – бальзамдар, шайлар, жиынтықтар
5.2	ББҚ-тар – ақуыздар, аминокислоттар және олардың туындылары
5.3	ББҚ-тар – антиоксиданттар, антигипоксантилар
5.4	ББҚ-тар – гейнерлер, энергетиктер
5.5	ББҚ-тар – хондропротекторлар
5.6	ББҚ-тар – витаминді-минералдық кешендер, дәрумен тәәрізді заттар және коферменттер
5.7	ББҚ-тар – табиғи метаболиттер
5.8	ББҚ-тар – майлар, май тәріздес заттар және оның туындылары
5.9	ББҚ-тар – макро- және микроэлементтер
5.10	ББҚ-тар – полифенолді қоспалар
5.11	ББҚ-тар – пробиотиктер және пребиотиктер
5.12	ББҚ-тар – орман шаруашылығының өнімдері

5.13	ББҚ-тар – өсімдік, жануар, минералдық текті өнімдер
5.14	ББҚ-тар – көмірсулар және оларды қайта өңдеу өнімдері, батончиктер және сусындар
5.15	ББҚ-тар – өсімдік, микробтекті ферменттер
5.16	Басқа ББҚ-тар
6. Жақпамайлар және майлар	
6.1	Спорттық массаж заттары
6.2	Сезгіш жүйке нүктелері маңында әсер ететін заттар
7. Медициналық мақсаттағы бұйымдар мен химиялық реагенттер	
7.1	Таңғыш дәке
7.2	Жеке орамадағы мақта
7.3	Лейкопластырь
7.4	Бактерицидті пластырь
7.5	Латексті зарарсыздандырылмаған қолғаптар
7.6	Латексті зарарсыздандырылған қолғаптар
7.7	Нитрилді көк қолғаптар
7.8	Иммобилизациялық шиналар
7.9	Бір рет пайдаланылатын шприц
7.10	Инсулин шприці
7.11	Бір рет пайдаланылатын көктамырға енгізетін инфузияға арналған жүйе
7.12	Бір рет пайдаланылатын "көбелек" көктамырға енгізетін инфузияға арналған жүйе
7.13	Сыртқы аппликациялық гемостатикалық заттар
7.14	Тейптер
7.15	Химиялық реагенттер

Қазақстан Республикасы
Мәдениет және спорт министрінің
2014 жылғы 22 қарашадағы
№ 107 бұйрығына
2-қосымша

Дене шынықтыру және спорт саласындағы уәкілетті органның күші жойылған кейбір бұйрықтарының тізбесі

1. "Спорттық іс-шараларға қатысушылардың тамақтану нормаларын белгілеу туралы" Қазақстан Республикасы Туризм және спорт агенттігі төрағасының 2002 жылғы 11 қыркүйектегі № 06-2-2/208 бұйрығы (Мемлекеттік тіркеу нормативтік құқықтық актілері тізілімінде № 2007 тіркелген, Қазақстан Республикасының нормативтік құқықтық актілер бюллетенінде жарияланған 2002 ж., № 45-46, 740-құжат)

2. "Спорттық іс-шараларға қатысушыларға берілетін фармакологиялық қалпына келтіру құралдары, витаминдер және белоктық-глюкозальық препараттар туралы"

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт агенттігі төрағасының 2002 жылдың 11 қыркүйегіндегі № 06-2-2/209 бұйрығы (Мемлекеттік тіркеу нормативтік құқықтық актілері тізілімінде № 2008 тіркелген, Қазақстан Республикасының нормативтік құқықтық актілер бюллетенінде жарияланған 2002 ж., № 45-46, 736-құжат).

3. "Қазақстан Республикасының Туризм және спорт агенттігі төрағасының бұйрықтарына өзгерістер енгізу туралы" Қазақстан Республикасы Туризм және спорт агенттігі төрағасының 2004 жылғы 9 маусымдағы № 06-2-2/197 бұйрығы (Мемлекеттік тіркеу нормативтік құқықтық актілері тізілімінде № 2903 тіркелген).