ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №570
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
педагогическим советом
ГБОУ школы №570 Невского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 01.09.2026 №03

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 01.09.2026 № 01-ДО

Директор ГБОУ школы №570
Невского района Санкт-Петербурга
_____ Е.Ю.Панасюк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Фиджитал-футбол»

Срок освоения программы: 1 год
Возраст обучающихся: 14-17 лет

Разработчик:
Самоделов Константин Николаевич,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Основные характеристики программы

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Фиджитал-футбол» (далее – программа) является программой ***физкультурно-спортивной направленности***.

Адресат программы

Программа разработана для детей 14- 17 лет, желающих освоить приемы игры в баскетбол.

Актуальность программы

Актуальность общеразвивающих программ по фиджитал-футболу связана с несколькими важными аспектами современного спорта и образования:

1. Развитие физической активности среди молодежи.
2. Интеграция новых технологий в спорт.
3. Социальная адаптация и командный дух.
4. Здоровье и физическая подготовка.
5. Популяризация спорта и здорового образа жизни.
6. Инновационный подход к обучению.

Использование инновационных методов обучения, таких как интеграция физических упражнений с цифровыми технологиями, позволяет сделать образовательный процесс более эффективным и интересным. Это повышает мотивацию учащихся и улучшает усвоение материала.

Отличительные особенности

Фиджитал футбол — это инновационный вид спорта, который сочетает физические активности с цифровыми технологиями. Дополнительная общеразвивающая программа по фиджитал футболу обладают рядом отличительных особенностей, которые делают этот спорт уникальным и привлекательным для детей и подростков.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы– общекультурный.

Объем ДОП

Программа рассчитана на 72 часа.

Срок освоения

Срок реализации программы – 1 год.

Цель программы

Цель - развитие физических, тактических и цифровых компетенций учащихся через синтез реального и виртуального футбола.

Задачи программы

Обучающие:

- Освоить технику и тактику футбола (удары, передачи, дриблинг);
- Научить использовать цифровые инструменты (игровые симуляторы, приложения для анализа);

- Изучить основы киберспортивного футбола;
- Научить чтению и применению в игре тактических схем;
- Научить технике игры в киберфутбол (FIFA, eFootball).

Развивающие:

- развить способность ставить цель, удерживать ее в процессе достижения;
- развитие физической подготовленности;
- развить умение работать в паре, в группе, согласовывать свои действия с другими учащимися-участниками команд.

Воспитательные:

- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитывать стремление доводить начатое дело до конца, способность к самоорганизации;
- воспитать стремление к конструктивному разрешению конфликтов.

Планируемые результаты

Результат	
Предметные	• Освоят технику и тактику футбола (удары, передачи, дриблинг); • Научатся использовать цифровые инструменты (игровые симуляторы, приложения для анализа); • Изучат основы киберспортивного футбола; • Научатся читать и применять в игре тактические схемы; • Научатся технике игры в киберфутбол (FIFA, eFootball).
Метапредметные	• разовьют способность ставить цель, удерживать ее в процессе достижения; • улучшат физическую подготовленность; • разовьют умение работать в паре, в группе, согласовывать свои действия с другими учащимися-участниками команд.
Личностные	• воспитают волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщатся к общечеловеческим ценностям; • воспитают стремление доводить начатое дело до конца, способность к самоорганизации; • воспитают стремление к конструктивному разрешению конфликтов.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы – государственный язык РФ – русский.

Форма обучения – очная.

Условия набора в коллектив - на обучение по программе принимаются все желающие без специальной подготовки и без ограничений здоровья (справка о допуске от врача). Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Условия формирования групп - группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные.

Количество учащихся в группе - 15 человек.

Формы организации занятий – всем составом, аудиторные.

Формы проведения занятий –учебное занятие, мастер-класс.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях – всем составом, групповая.

Кадровое обеспечение программы - педагог дополнительного образования.

Материально-техническое обеспечение
Спортивный зал для учебных занятий должен быть просторным и чистым, хорошо освещенным и проветренным.

- LED-телевизор черный [Direct LED, 4K UltraHD, Wi-Fi, 60 Гц,
- Google TV, HDMI x 3, USB x 2 шт]
- Беспроводная музыкальная система BBK BTA601 черный
- Игровая консоль PlayStation 5 Slim 1ТБ
- Геймпад Sony DualSense для PS5
- Игры для приставки
- Мячи

Учебный план

№ п\п	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж. История создания нового направления «Фиджитал-спорт»	2	1	1	опрос
2.	Общая физическая подготовка	20			Сдача нормативов
3.	Киберспортивные игры	20			игра
4.	Техническая подготовка	8			Сдача нормативов
5	Тактическая подготовка	8			Сдача нормативов
6	Соревнования фиджитал-футболу	12	1	11	игра
7	Итоговое занятие	2	0	2	Контрольные испытания
Итого		**72**			

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Фиджитал -футбол»

Педагог: Самоделов Константин Николаевич

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год Группа 1						

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Задачи программы

Обучающие:

- Освоить технику и тактику футбола (удары, передачи, дриблинг);
- Научить использовать цифровые инструменты (игровые симуляторы, приложения для анализа);
- Изучить основы киберспортивного футбола;
- Научить чтению и применению в игре тактических схем;
- Научить технике игры в киберфутбол (FIFA, eFootball).

Развивающие:

- развить способность ставить цель, удерживать ее в процессе достижения;
- развитие физической подготовленности;
- развить умение работать в паре, в группе, согласовывать свои действия с другими учащимися-участниками команд.

Воспитательные:

- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитывать стремление доводить начатое дело до конца, способность к самоорганизации;
- воспитать стремление к конструктивному разрешению конфликтов.

Ожидаемые результаты

Результат	
Предметные	• Освоят технику и тактику футбола (удары, передачи, дриблинг); • Научатся использовать цифровые инструменты (игровые симуляторы, приложения для анализа); • Изучат основы киберспортивного футбола; • Научатся читать и применять в игре тактические схемы; • Научатся технике игры в киберфутбол (FIFA, eFootball).
Метапредметные	• разовьют способность ставить цель, удерживать ее в процессе достижения; • улучшат физическую подготовленность; • разовьют умение работать в паре, в группе, согласовывать свои действия с другими учащимися-участниками команд.
Личностные	• воспитают волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщатся к общечеловеческим ценностям; • воспитают стремление доводить начатое дело до конца, способность к самоорганизации; • воспитают стремление к конструктивному разрешению конфликтов.

Содержание программы

№ п\п	Раздел (тема):	Содержание:
1	Вводное занятие. Инструктаж. История создания нового направления «Фиджитал-спорт»	Теория. Вводное занятие. Техника безопасности. История развития фиджитал-спорта. Характеристика классических игровых видов спорта, киберспорта как средства физического воспитания молодежи. Развитие фиджитал-спорта в России. Игры Будущего. Самоконтроль спортсмена. Отличительные особенности и требования к организации спортивных мероприятий по фиджитал футболу. Практика. Подвижные игры и специальные виды физической деятельности в подготовке фиджитал-спортсмена. Одиночные и групповые игры; игры с предметами и без. Формы контроля. опрос.
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	Теория. Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений,

		кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Практика. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега. Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты. Формы контроля. Сдача нормативов
3	Киберспортивные игры	Теория. Киберспортивные игры. FIFA, мини-футбол. Этапы фиджитал футбола. Практика. Цифровой этап — команды сражаются в футбольном симуляторе FIFA. В виртуальном матче играют 2 тайма по 3 минуты, в каждом тайме участвуют по 2 спортсмена от команды. Физический этап — команды перемещаются на мини-футбольную площадку, где играют 2 тайма по 10 минут. От каждой команды играет по 5 игроков, 2 — на замене. Формы контроля. Учебная игра
4	Техническая подготовка	Теория. Правила, связанные с использованием цифровых технологий и взаимодействием с игровой платформой. Персональные компьютеры, гаджеты, игровые системы. Правила расположения на площадках. Практика. Работа за компьютером. Выполнение упражнений, работа над тактикой, связанные с использованием цифровых технологий и взаимодействием с игровой платформой. Игровая практика. Формы контроля. Сдача нормативов
5	Тактическая подготовка	Теория. Сочетание классического вида спорта с киберспортом. Условия в которых приходится действовать занимающимся и индивидуально, и во взаимодействии с другими игроками. Тактические умения: принять правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях, умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия, умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником. Практика. Отработка навыков игры, слаженность команды. Формы контроля. Сдача нормативов
6	Соревнования по фиджитал футболу	Теория. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии. Практика. Судейская практика.Соревнования. Формы контроля. игра

7	Итоговое занятие	Практика. Контрольные испытания по общей физической подготовке. Контрольные испытания по технической подготовке. Контрольные испытания по киберспорту. Подведение итогов за год. Анализ проводимых игр. Формы контроля. Контрольные испытания

Календарно-тематический план
рабочей программы «Фиджитал-футбол»
группа № 1, 1 год обучения
2026-2027 учебный год

№ п\п	Наименование тем занятий		Количество часов		Дата занятий	
		всего	теория	практика	план	факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж. История создания нового направления «Фиджитал-спорт»	2	1	1		
2.	ОФП.Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.	2	1	1		
3.	Киберспортивные игры. FIFA, мини-футбол.	2	1	1		
4.	ОФП.Упражнения для развития скорости: гладкий бег.	2	0	2		
5.	Техническая подготовка. Правила, связанные с использованием цифровых технологий и взаимодействием с игровой платформой	2	0.5	1.5		
6.	Тактическая подготовка. Сочетание классического вида спорта с киберспортом.	2	1	1		
7.	ОФП.Упражнения для развития скорости: комбинированный бег со сменой скорости и направлений.	2	0	2		
8.	Киберспортивные игры. Цифровой этап.	2	0.5	1.5		
9.	Техническая подготовка. Упражнения по работе над тактикой	2	0.5	1.5		
10.	ОФП.Упражнения для развития скорости: кроссовый бег.	2	0	2		
11.	Тактическая подготовка. Отработка навыков игры, слаженность команды.	2	1	1		
12.	Киберспортивные игры. Цифровой этап.	2	0	2		
13.	ОФП.Упражнения для развития скорости: общеразвивающие упражнения.	2	0	2		
14.	Техническая подготовка. Упражнения, связанные с использованием цифровых технологий и взаимодействием с игровой платформой.	2	0.5	1.5		

15.	Киберспортивные игры.Цифровой этап.	2	0	2		
16.	Соревнования. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии	2	1	1		
17.	ОФП. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега.	2	0.5	1.5		
18.	Техническая подготовка. Игровая практика.	2	0	2		
19.	Киберспортивные игры.Цифровой этап.	2	0	2		
20.	ОФП.Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.	2	0.5	1.5		
21.	Тактическая подготовка.Отработка навыков игры, слаженность команды.	2	0	2		
22.	Киберспортивные игры. Физический этап.	2	0.5	1.5		
23.	ОФП. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза.	2	0.5	1.5		
24.	Соревнования. Судейская практика.	2	0	2		
25.	Киберспортивные игры. Физический этап	2	0	2		
26.	ОФП.Спортивные игры: баскетбол, футбол.	2	0.5	1.5		
27.	Киберспортивные игры. Физический этап	2	0	2		
28.	Тактическая подготовка.Отработка навыков игры, слаженность команды.	2	0	2		
29.	ОФП. Подвижные игры и эстафеты.	2	0	2		
30.	Киберспортивные игры. Физический этап	2	0	2		
31.	Соревнования.	2	0	2		
32.	Соревнования.	2	0	2		
33.	Киберспортивные игры. Физический этап	2	0	2		
34.	Соревнования.	2	0	2		
35.	Соревнования.	2	0	2		
36.	Итоговое занятие	2	0	2		
ИТОГО		**72**	**10,5**	**61,5**		

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Образовательные технологии, используемые при освоении программы:

- проблемное обучение – перед учащимся ставится задача, которую он должен решить самостоятельно или с помощью педагога,
- обучение в сотрудничестве – выполнение коллективной работы,
- здоровьесберегающие технологии,
- информационные.

Методы проведения занятий

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный - беседа, рассказ, пояснение, анализ
- наглядный – показ педагогом элементов и упражнений;
- практический – выполнение заданий педагога;
- игровой – проведение игр;
- проблемный (ставится перед учеником проблема и показывается путь ее решения)

также учащимся в ходе занятия предлагается вслух проговаривать те действия, которые они выполняют (для лучшего закрепления практических навыков).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- Объяснительно-иллюстративный - учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию.
- Репродуктивный метод – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.
- Частично-поисковые методы – учащиеся решают поставленную задачу самостоятельно или с помощью педагога.

Список используемой литературы

Для педагога дополнительного образования

1. Рассел, Д. Киберспорт / Джесс Рассел, Рональд Кон = Jess Russell, Ronald Cohn. -: VSD, 2012 - 118 с.
2. ProGamer. Как организовать киберспортивный турнир [Электронный ресурс]/ Режим доступа: http://www.progamer.ru/esports/mag/how-to- tournaments-day9.htm.
3. Библиотека международной спортивной информации. Информационное обеспечение Управления спортивным соревнованием. [Электронный ресурс]/ Режим доступа: http://bmsi.ru/doc/9bcceec2-1516-4cd4-8d8c- 9810f6228bba.
4. Скаржинская Е.Н. Спортивная педагогика в информационном обществе / Е.Н. Скаржинская, М.А. Новоселова, А.Д. Борисов // Теория и практика физ. культуры. - 2013 - N 6 - С. 51-55.

Электронное сопровождение:

1. CyberSport.ru - Портал о киберспорте, новости, репортажи [Электронный ресурс] – Режим доступа: http:// cybersport.ru.
2. Russian e-Sport Portal [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://resp.su

3. International e-Sports Federation [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.ie-sf.com.
4. Федерация компьютерного спорта России [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://resf.ru.
5. Федерация компьютерного спорта г.Москвы [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://fcs.moscow.
6. История развития киберспорта в России и мире [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://киберспорт.рф.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Критерии оценки результативности определяются в соответствии с реализуемой дополнительной общеразвивающей программой

При реализации программы используются три вида контроля: входящий, текущий, итоговый.

Входящий контроль — это оценка начального уровня образовательных возможностей учащихся ранее не занимавшихся по данной дополнительной общеразвивающей программе, проходит в виде опроса учащихся по общим вопросам о футболе и киберспорте.

Текущий контроль – это оценка уровня и качества освоения тем программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего обучения по программе в виде педагогического наблюдения и выполнения заданий.

Итоговый контроль результативности освоения дополнительной общеразвивающей программы — это оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительных общеразвивающих программ по итогам окончания освоения программы. Итоговый контроль осуществляется в мае (Приложение 2-4). Результаты итогового контроля фиксируются в Карте оценки результативности учащегося по дополнительной общеразвивающей программе (Приложение 1).

Приложение 1

Карта оценки результативности учащегося по дополнительной общеразвивающей программе

№ п/п	Результаты	Параметры оценки уровня освоения программы	Характеристика низкого уровня освоения программы	Оценка уровня освоения программы (в баллах)					Характеристика высокого уровня освоения программы
				Очень слабо	Слабо	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	
1	**Предметные результаты**	**Опыт освоения теоретической информации (объём, прочность, глубина)**	Информация не освоена	1	2	3	4	5	Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы
2	**Предметные результаты**	**Опыт практической деятельности (степень освоения способов деятельности: умения и навыки)**	Способы деятельности не освоены	1	2	3	4	5	Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы
3	**Личностные результаты**	**Опыт эмоционально-ценностных отношений (вклад в формирование личностных качеств учащегося)**	Отсутствует позитивный опыт эмоционально-ценностных отношений (проявление элементов агрессии, защитных реакций, негативное, неадекватное поведение)	1	2	3	4	5	Приобретён полноценный, разнообразный, адекватный содержанию программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств учащегося
4	**Личностные результаты**	**Опыт общения и поведения в социуме**	Общение отсутствовало (ребёнок закрыт для общения)	1	2	3	4	5	Приобретён опыт взаимодействия и сотрудничества в системах «педагог- учащийся» и «учащийся-учащийся».

5	**Метапредметные результаты**	**Опыт творчества**	Освоены элементы репродуктивной, имитационной деятельности	1	2	3	4	5	Приобретён опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результата)
6	**Метапредметные результаты**	**Мотивция и осознание перспективы**	Мотивация и осознание перспективы отсутствуют	1	2	3	4	5	Стремление ребёнка к дальнейшему совершенствованию в данной области (у ребёнка активизированы познавательные интересы и потребности)
			Итоговый балл						-

Общая оценка уровня освоения программы:

7-18 баллов – программа освоена на низком уровне;

19-24 баллов – программа освоена на среднем уровне;

25-30 баллов – программа освоена на высоком уровне.

Приложение 2

Шкала оценки уровня физической подготовленности
обучающихся по программе «Фиджитал - футбол»

Общая физическая подготовка

возраст	Уровень выполнения	Бег 30 м.	Отжимание в упоре лежа	Прыжок в длину с места
14 лет	высокий	5.6	21	188
	средний	5.7	19	184
	низкий	5.8	17	180
15 лет	высокий	5.5	22	194
	средний	5.6	20	190
	низкий	5.7	18	186
16 лет	высокий	5.3	24	200
	средний	5.5	22	196
	низкий	5.6	20	192
17 лет	высокий	5.2	26	210
	средний	5.3	24	206
	низкий	5.4	22	200

Приложение 3

Шкала оценки уровня физической подготовленности
обучающихся по программе «Фиджитал - футбол»

Специальная физическая подготовка

возраст	Уровень выполнения	Челночный бег 3х10м	Бросок мяча 1 кг из-за головы двумя руками сидя	Прыжок вверх с места со взмахом рук
14 лет	высокий	8.3	8.2	41
	средний	8.4	8.3	39
	низкий	8.5	8.4	37
15 лет	высокий	8.2	8.1	43
	средний	8.3	8.2	41
	низкий	8.4	8.3	39
16 лет	высокий	8.1	8.0	45
	средний	8.2	8.1	43
	низкий	8.3	8.2	41
17 лет	высокий	8.0	7.9	47
	средний	8.1	8.0	45
	низкий	8.2	8.1	43

Приложение 4

Шкала оценки уровня физической подготовленности
обучающихся по программе «Фиджитал - футбол»

Технико-тактическая подготовка

возраст	Уровень выполнения	Жонглирование мячом правой и левой ногой	Ведение мяча 5 м., с обводкой 3-х стоек змейкой и ударом по воротам с 7 м.	По пять ударов каждой ногой по воротам на точность с 7м.
14 лет	высокий	15	9.4	9
	средний	14	9.5	8
	низкий	13	9.6	7
15 лет	высокий	16	9.3	10
	средний	15	9.5	9
	низкий	14	9.6	8
16 лет	высокий	17	9.2	10
	средний	16	9.3	9
	низкий	15	9.4	8
17 лет	высокий	18	9.0	10
	средний	17	9.1	9
	низкий	16	9.2	8

Всего прошито, пронумеровано
и скреплено печатью
14 (четырнадцать
) лист 08
Должность директор
Подпись / Е.Ю.Банасюк
«01» 09 2026 г. М.П.