

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
КОЛЬЧУГИНСКОГО РАЙОНА  
ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
от «28» июня 2025 г.  
протокол № 3

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
МБУДО «ЦВР»  
от 28.06.2025 г. № 55-У

Адаптированная дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
***"Кулинарные секреты "***  
(для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями))

Автор-составитель:  
Кухарчук Галина Михайловна,  
педагог дополнительного образования

г. Кольчугино, 2025 г.

## Раздел №1 "Комплекс основных характеристик программы"

### Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Кулинарные секреты" (далее «программа») разработана и реализуется в соответствии с нормативно-правовой базой:

- ✓ Федерального Закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Федерального закона РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- ✓ Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- ✓ Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- ✓ Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- ✓ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Национальный проект «Молодёжь и дети» указ [президента России Владимира Путина](#) от [7 мая 2024 года](#) № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»<sup>[1]</sup>.
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- ✓ Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844"О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей";
- ✓ Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
- ✓ Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации МР-81/02-вн от 28.06.2019, утвержденные заместителем министра просвещения РФ М.Н. Раковой, по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме;
- ✓ Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

✓ Письмо Министерства Просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

✓ Муниципальное положение о проектировании (разработке) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

**Направленность программы** – социально-гуманитарная.

**Уровень реализации программы** – базовый.

### **Психолого-педагогическая характеристика**

Развитие детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормы, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, приносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности. Относительно сохранной оказывается чувственная ступень познания – ощущение и восприятие. Моторная сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Наибольшие трудности, обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. Дети с интеллектуальными нарушениями испытывают трудности самоконтроля поведения, нуждаются в постоянном внимании со стороны взрослого, направленного на регуляцию поведения. Контакт с нормативно развивающимися сверстниками вызывает затруднения, или, как правило, у ребенка нет (недостаточный) опыта общения со здоровыми детьми. Имеются индивидуальные особенности эмоционально-волевой сферы, требующие учета при обучении (своеобразие реакции на ситуацию успеха и неуспеха в собственной и чужой деятельности, поведения при утомлении, недомогании, переживании, реакции на новизну и т.п.).

**Реализация программы предусматривает учет особых образовательных потребностей адресной группы обучающихся, а именно:**

1. Соотношение факторов (органический дефект, социальные факторы, индивидуальные психологические особенности обучающихся с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью)).
2. Соотношение деятельности педагога дополнительного образования и других педагогических работников образовательной организации.
3. Содержательная наполненность психолого-педагогического воздействия определена ведущим видом деятельности (общение).
4. Взрослый выступает для ребенка образцом деятельности и отношений с окружающим миром (поведение, манера общения и т.д.).

**Актуальность программы** определяются

- социальным запросом общества на обеспечение реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования;
- гуманистической парадигмой образования, ориентированной на создание равных возможностей для людей с ограниченными возможностями здоровья.

**Новизна.**

Особенностями содержания программы «Секреты кулинарии» является интегрированный характер знаний, расширение практической деятельности учащихся, формирование информационной культуры через разные способы получения информации и предъявления, формирование универсальных учебных действий и профессиональных умений и навыков, способов деятельности, что дает возможность осуществлять межпредметные связи с другими предметами, изучаемыми в школе. Программа представляет собой систематизированный обучающий комплекс, состоящий из трёх взаиморазвивающих этапов «Я - кондитер», «Я – повар».

**Педагогическая целесообразность:** программа нацелена на формирование у учащихся социально значимых знаний, умений и навыков, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к творчеству. Программа способствует ранней профориентации обучающихся.

**Значимость программы для муниципалитета** определяется ее социально-гуманитарной направленностью, помогающей адаптации и самоопределению детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), что, в конечном счете, способствует воспитанию достойных граждан своего города и развитию кадрового потенциала муниципалитета.

**Адресат программы** - Дети с интеллектуальными нарушениями (легкой степенью умственной отсталости) от 11 до 17 лет. Подростковый возраст. Ведущая педагогическая идея в работе с подростками: создание ситуации успеха в наиболее значимых видах деятельности, которые дают возможность позитивного самоутверждения; воспитание ценностных ориентаций; предупреждение отклонений в поведении и нравственном развитии.

**Режим занятий** – режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком - 2 раза в неделю, по 3 академических часа, всего 6 часов в неделю. 1 академический час равен 40 минутам.

**Количество обучающихся в объединении: 8-10 человек.**

**Форма обучения** – очная.

**Срок освоения программы** – 2 года.

**Особенности программы.**

Дополнительная программа «Кулинарные секреты» позволяет просто, весело и доступно включить детей с нарушением интеллекта в интересную для них продуктивную деятельность. В процессе занятий совершенствуется сенсорное развитие детей, активизируются все органы чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), при этом раскрывается вся палитра ощущений и впечатлений, из которых складывается полноценный опыт приготовления пищи. Даже самые простые кулинарные пробы в рамках программы становятся способом выражения личности, вызывают творческие переживания каждый раз, когда в результате приготовления одного и того же блюда, изменяя ингредиенты, способ приготовления или форму подачи, получается разный результат. Немаловажен и социальный аспект занятий кулинарным делом: приготовление пищи не только для себя, показывает окружающим заботу о них, создает особый момент общения, повышает самооценку детей.

**Цель:** приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для формирования компетенций в области кулинарии и культуры питания; создание условий для социальной адаптации учащихся в коллективе и интеграция их в обществе; развитие мотивации детей к познанию и творчеству в интересах личности, общества и государства.

**Задачи:**

а) Предметные

- формирование знаний и умений в области кулинарии, физиологии питания, о разнообразии профессий в рамках направленности программы;

б) **Метапредметные**

- развитие творческих способностей, кругозора подростков, их интереса к познавательной деятельности;

- развитие коммуникативных навыков у подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе изучения курса;

в) **Личностные**

- пробуждение интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширения знаний об истории и традициях своего народа, формирования чувства уважения к культуре своего народа и культуре, и традициям других народов.

### **Формы занятий.**

При реализации программы используются разные формы организации образовательной деятельности: групповая, индивидуальная, всем составом объединения.

Разделы программы связаны между собой и дополняют друг друга. При проведении каждого занятия выделяется основная теоретическая часть, включающая ведущее понятие, практическая часть и рефлексия, на которой учащийся анализирует свои компетенции в реализации программы. При проведении занятий используются логико-содержательные, тренинговые и игровые технологии, включающие методы и приемы самооценки учащимся своего питания. Для реализации программы используются активные формы обучения: беседа с игровыми элементами (сказка, сюжетно-ролевая игра, игра-путешествие, игра-имитация), викторины, конкурсы, экскурсии; коллективное творческое дело; тематические задания по подгруппам, семинары у плиты, практические и лабораторно-практические работы, исследовательская деятельность. «Погружение в профессию»: экскурсия на производство и в организации реального сектора экономики, мастер-класс, встреча с успешными людьми в отрасли, конкурс профессионального мастерства

Программа реализует принцип непрерывного дополнительного образования как механизм обеспечения полноты и цельности образования в целом, и является подготовительным этапом, к профессиональному образованию. Учащиеся могут продолжить обучение в учреждениях СПО на профильные специальности.

### **Учебный план**

|    | Тема                       | Кол-во часов | 1 год  |          | 2 год  |          |
|----|----------------------------|--------------|--------|----------|--------|----------|
|    |                            |              | теория | практика | теория | практика |
|    |                            |              |        |          |        |          |
| 1. | Вводное занятие            | 3            | 2      | 1        |        |          |
| 2. | Гигиена приготовления пищи | 12           | 2      | 4        | 2      | 4        |

|       |                                                        |     |    |     |    |     |
|-------|--------------------------------------------------------|-----|----|-----|----|-----|
| 3.    | Правила безопасности труда. Организация рабочего места | 9   | 2  | 4   | 2  | 1   |
| 4.    | Характеристика профессий                               | 6   | 1  | 2   | 1  | 2   |
| 5.    | Сервировка стола                                       | 6   | 1  | 2   | 1  | 2   |
| 6.    | Физиология питания                                     | 6   | 2  | 1   | 2  | 1   |
| 7.    | Технология приготовления блюд                          | 366 | 15 | 165 | 10 | 176 |
| 8.    | Экскурсия на предприятие ОП                            | 6   |    | 3   |    | 3   |
| 9.    | Итоговое занятие                                       | 6   |    | 3   |    | 3   |
| 10.   | Резерв времени                                         | 12  |    | 6   |    | 6   |
| Итого |                                                        | 432 | 25 | 191 | 18 | 198 |

### Содержание программы «Секреты кулинарии»

#### *1 год обучения «Я - кондитер»*

| Название темы                                             | Кол-во часов |                                                                        |                                                                                                                                 | Формы аттестации / контроля |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
|                                                           | всего        | теория                                                                 | практика                                                                                                                        |                             |
| Вводное занятие                                           | 3            | История выпечки. 2ч                                                    | Игра «Как стать кондитером?» 1ч.                                                                                                | Наблюдение                  |
| Гигиена приготовления пищи                                | 6            | Санитарно-гигиенические требования к кондитерскому производству. 2ч.   | Личная гигиена работников ОП 1ч.<br>Санитарная обработка продуктов 1ч.<br>Санитарная обработка посуды 2ч.                       | Тестирование                |
| Правила безопасности труда.<br>Организация рабочего места | 6            | Инструктаж по технике безопасности и пожарной безопасности. 2ч.        | Экскурсия по кухне. 1ч.<br>Изучение инструкций по безопасному использованию оборудования. 1ч.<br>Организация рабочего места 2ч. | Тестирование                |
| Характеристика профессий                                  | 3            | Характеристика профессии кондитер 1ч.                                  | Составление профессиограммы 2 ч.                                                                                                | Анализ профессиограммы      |
| Сервировка чайного стола.                                 | 3            | Ассортимент столовой посуды. Сервировка стола. Современный этикет. 1ч. | Практикум. Сервировка стола. 2ч.                                                                                                | Наблюдение                  |

|                                           |     |                                                 |                                                                                                     |                                                                  |
|-------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Физиология питания                        | 3   | Пищевые вещества. 2ч.                           | Исследовательская работа «Расчёт суточной потребности в воде и питательных веществах для себя». 1ч. | Отчёт по исследовательской работе                                |
| Технология приготовления изделий из теста | 180 | Технология приготовления изделий из теста 15 ч. | Приготовление изделий из теста 165ч.                                                                | Тестирование. Экспертная оценка выполнения практического задания |
| Экскурсия на предприятие ОП               | 3   |                                                 | Экскурсия на предприятие ОП. 3ч.                                                                    |                                                                  |
| Итоговое занятие                          | 3   | -                                               | Конкурс профмастерства. 3ч.                                                                         | Экспертная оценка выполнения практического задания               |
| Резерв времени                            | 6   |                                                 |                                                                                                     |                                                                  |
|                                           | 216 | 25                                              | 185                                                                                                 |                                                                  |

### Ожидаемые (прогнозируемые, планируемые) результаты

#### *1 год обучения «Я - кондитер»*

##### **образовательные:**

- ✓ формируется интерес к занятиям с тестом;
- ✓ познакомлен с историей и кулинарными традициями выпечки;
- ✓ формируются компетентности по технологии приготовления изделий из теста, их подаче;
- ✓ ознакомлен с профессией кондитера;
- ✓ формируются компетентности безопасного обращения с инвентарем и оборудованием в кондитерском производстве;
- ✓ формируются компетентности творческого развития детей;
- ✓ формируются компетентности здорового образа жизни.

##### **метапредметные:**

- ✓ развивается целеустремлённость в достижении результата;
- ✓ развивается эстетический вкус у учащихся;
- ✓ развиваются познавательные процессы (память, мышление, внимание)

**личностные:**

- ✓ формируются компетентности в области кондитерского производства;
- ✓ формируются компетентности чувства уверенности в своих силах, аккуратности, трудолюбия.

**II год обучения «Я - повар»**

| Название темы                                          | Кол-во часов |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                 | Формы аттестации / контроля       |
|--------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
|                                                        | всего        | теория                                                                            | практика                                                                                                                                                                                                                        |                                   |
| Гигиена приготовления пищи                             | 6            | Санитарно-гигиенические требования к питанию и технологии приготовления пищи. 2ч. | Практическая работа. «Условия и сроки хранения продуктов питания, блюд и кулинарных изделий». 2ч.<br>Исследовательская работа. «Определение срока годности продуктов питания по информации на упаковках пищевых продуктов». 2ч. | Отчёт по практической работе      |
| Правила безопасности труда. Организация рабочего места | 3            | Инструктаж по технике безопасности и пожарной безопасности. 1ч.                   | Изучение инструкций по безопасному использованию оборудования. 2ч.                                                                                                                                                              | Тестирование                      |
| Характеристика профессий                               | 3            | Характеристика профессии повар 1ч.<br>История успеха выдающихся поваров мира 1ч.  | Составление профессиограммы 1 ч.                                                                                                                                                                                                | Анализ профессиограммы            |
| Сервировка стола для завтрака, обеда, ужина.           | 3            | Ассортимент столовой посуды. Сервировка стола. Современный этикет. 1ч.            | Практикум. Сервировка стола. 2ч.                                                                                                                                                                                                | Наблюдение                        |
| Физиология питания                                     | 3            | Рациональное питание. 2ч.                                                         | Исследовательская работа. «Определение дефицита витаминов и минеральных веществ в организме» 1ч.                                                                                                                                | Отчёт по исследовательской работе |
| Технология приготовления пищи.                         | 186          | Технология приготовления пищи 10ч.                                                | Приготовление блюд. 176ч.                                                                                                                                                                                                       | Экспертная оценка на              |

|                             |     |    |                                     |                      |
|-----------------------------|-----|----|-------------------------------------|----------------------|
|                             |     |    |                                     | практическом задании |
| Экскурсия на предприятие ОП | 3   |    | Экскурсия на предприятие ОП 3ч.     |                      |
| Итоговое занятие            | 3   |    | Проект «Книга любимых рецептов» 3ч. | Защита проекта       |
| Резерв времени              | 6   |    |                                     |                      |
|                             | 216 | 18 | 198                                 |                      |

### Ожидаемые (прогнозируемые, планируемые) результаты

#### *II год обучения «Я - повар»*

##### **образовательные:**

- ✓ формируется интерес к занятиям кулинарией;
- ✓ ознакомлены с историей успеха выдающихся поваров мира;
- ✓ формируются компетентности по технологии приготовления кулинарных изделий их подаче;
- ✓ ознакомлен с новыми профессиями мира кулинарии;
- ✓ формируются компетентности безопасного обращения с инвентарем и оборудованием в кондитерском производстве;
- ✓ формируются компетентности сбалансированного питания.

##### **метапредметные:**

- ✓ развиваются целеустремлённость и настойчивость в достижении результата;
- ✓ развивается эстетический вкус у учащихся;
- ✓ развиваются познавательные процессы (память, мышление, внимание, воображение);
- ✓ развивается способность осознавать и оценивать свои мысли и действия, соотносить результат деятельности с поставленной

целью

##### **личностные:**

- ✓ формируются компетентности в области кулинарии;
- ✓ формируются чувства уверенности в своих силах, самостоятельности, готовность и способность к сотрудничеству,

аккуратности, трудолюбия.

### Календарный учебный график

Начало учебного года – 2 сентября

Окончание учебного года – 31 мая

| №<br>п/п | Год обучения | Всего<br>учебных<br>недель | Количество<br>учебных дней | Объем<br>учебных<br>часов | Режим работы                           |
|----------|--------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------------------|
|          | первый       | 36                         | 72                         | 216                       | 2 раз в неделю по 3 академических часа |
|          | Второй       | 36                         | 72                         | 216                       | 2 раз в неделю по 3 академических часа |

### Условия реализации программы

#### Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

##### *Материально-технические ресурсы:*

- Учебный класс для теоретических занятий
- Учебно-производственная мастерская для практических занятий
- Подсобные помещения (2 кладовые)
- Оборудование учебного класса (классная доска, столы и стулья для учащихся и педагога, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов, зеркала и т.п.);
- Компьютерная и вычислительная техника, программное обеспечение;
- Музыкальный центр;
- Телевизор;
- Оборудование, необходимое для проведения занятий (электроплиты, электродуховки, микроволновая печь, миксер, блендер, электровафельница, аэрогриль)
- Кухонный инвентарь и инструменты;
- Кухонная посуда;
- Столовая посуда и столовые приборы;
- Санитарная спецодежда для педагога.

##### *Дидактические материалы:*

- Инструкционные карты;
- Технологические карточки;
- Видеофильмы;
- Презентации;
- Тестовые задания;

- Карточки – задания;
- Муляжи фруктов и овощей (комплект), продуктов и блюд;
- Таблицы о продуктах;
- Альбомы;
- Интерактивные кроссворды, тесты и задания.

***Материально-технические ресурсы:***

- Компьютерная и вычислительная техника, программное обеспечение;
- Музыкальный центр;
- Телевизор;
- Кухонный инвентарь и инструменты;
- Механическое и тепловое оборудование;
- Кухонная посуда;
- Столовая посуда;
- Столовые приборы.

***Электронные средства обучения:***

- Говорящая анатомия;
- Презентации по основам рационального питания;
- Коллекция заданий ЦОР
- Электронный атлас профессий
- Электронный атлас «Анатомия человека»

***Кадровое обеспечение:***

- Педагоги дополнительного образования - специалисты в области общественного питания.

**Аттестация обучающихся** осуществляется на основании локального акта «Положение о вводном, промежуточном и итоговом (рубежном) контроле (аттестации) знаний обучающихся детских объединений муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы» от 08.11.2016 г. №61-О.

**Формы аттестации**

Зачет, викторина, интерактивная игра, творческая работа, конкурсы, открытые уроки, конкурс профессионального мастерства, мастер-классы обучающихся.

### **Источники информации**

#### **Рекомендуемые педагогам**

*Анфимова Н.Н., Татарская Л.Л. Кулинария - М.: Экономика, 2022 г.*

*М.М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова Разговор о правильном питании. Рабочая тетрадь – Москва Nestle 2022*

*М.М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова Формула правильного питания. Блокнот – Москва Nestle 2022*

*М.М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова Два недели в лагере здоровья. Рабочая тетрадь – Москва Nestle 2022*

*М.М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова Разговор о правильном питании. Методическое пособие для учителя – Москва Nestle 2022*

#### **Рекомендуемые обучающимся**

*Кульнова Т.В. Салаты на любой вкус. Москва, АЛМА – ПРЕСС, Инвест, 2006г.*

*Степанова И.В. Вкусные украшения из овощей. Москва, 2021г.*

*Степанова И.В. Праздничные бутерброды. Москва, 2021г.*

*Степанова И.В. Аппетитные гарниры. Москва, 2021г.*

*Братушева А. Оригинальные украшения для закусок. Москва, 2020 г.*

#### **Рекомендуемые родителям**

*Похлебкин В.В. Тайны хорошей кухни. М., 2000 г.*

*Похлебкин В.В. История важнейших пищевых продуктов. М., 2000 г.*

*Руководство по детскому питанию. Под ред. В.А. Тутельяна, И.Я. Коня. М., 2024 г.*

#### **Рекомендуемые интернет-источники**

<http://prav.pit.ru>

<http://4vkusa.ru>

[www.good-cook.ru](http://www.good-cook.ru)

[www.povara.ru](http://www.povara.ru)

<http://www.cook-alliance.ru/>

<http://www.webfoods.ru/>

<http://www.edatoday.ru>

<http://www.eda-info.ru>

<http://eda-server.ru/>