



Муниципальное автономное учреждение культуры
«Дворец культуры имени И. И. Лепсе»
(МАУК «Дворец культуры им. И.И. Лепсе»)

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МАУК «Дворец культуры им. И.И. Лепсе»
от 05.09.2023 № 01-04/89

МЕТОДИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ИНКЛЮЗИВНЫХ ВОКАЛЬНЫХ СТУДИЙ

Инклюзивная творческая лаборатория

г. Выкса 2023г.



1. Пояснительная записка

1.1. Вокальные студии для детей с ограниченными возможностями здоровья имеют социально-педагогическую и коррекционную направленность, они ориентированы на всестороннее развитие личности и индивидуальности ребенка с инвалидностью. В основе инклюзивной методологии вокальных коллективов представлен индивидуальный подход к детям с особенностями здоровья.

Музыка и, в частности, вокал способствуют созданию положительной зоны для общения и взаимодействия, позволяют ребенку открыть в себе новые возможности, развить свои существующие таланты и постичь новые. Вокал расширяет сенсорный навык детей, а также положительно влияет на их эмоциональное состояние, вовлекает в творчество, развивает стремление к подражанию, поиску новых способов самовыражения. Обладая эмоциональным, познавательным и музыкальным потенциалом, пение становится для детей одним из универсальных способов выразить свои чувства, познать мир.

С научно-медицинской точки зрения музыкальное развитие оказывает уникальное воздействие на организм детей с ограниченными возможностями здоровья. Именно вокал оказывает самое сильное и благотворное влияние на организм ребенка, а при правильном психолого-педагогическом подходе вокал помогает в социализации и интеграции ребенка в общество. Пение помогает развитию речи, образного мышления, активность мозга стабилизируется, повышается самооценка, что, в свою очередь, благоприятно сказывается на общем развитии ребенка с инвалидностью.

Пение помогает исправлять ряд недостатков, например, невнятное произношение, проглатывание окончаний слов. Занятие вокалом способствует автоматизации звуков и закреплению правильного произношения.

На занятиях по вокалу используются жестовые и дыхательные разминки, разнообразные упражнения на координацию, на развитие чувств и эмоций, игровые упражнения, осваиваются различные техники исполнения произведений. Кроме того, каждому ребенку обеспечивают индивидуальный подход в коррекционной работе.

Данная программа основывается на принципах наглядности, доступности, последовательности и активности, направлена на адаптацию, интеграцию и творческую реализацию детей с ограниченными возможностями здоровья.

В первую очередь программа предназначена для решения проблемы социальной адаптации и интеграции детей с инвалидностью в среде своих сверстников, для умения взаимодействовать в коллективе. Приобщение к музыкальному искусству способствует формированию нравственных и эстетических чувств, созданию жизненных и социальных компетенций через общение с миром музыкального искусства.

Направленность программы – музыкальная.



1.2. Цели и задачи

Цель: создание благоприятных условий для всесторонней самореализации, культурной адаптации, социализации и развития творческого потенциала детей с инвалидностью через вовлечение их в музыкальную деятельность.

Задачи:

Обучающие:

- улучшение способов звукоизвлечения, формирования звуков;
- коррекция речи;
- расширение музыкального кругозора детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование восприятия голоса, речи, музыки;
- постановка голоса и дыхания;
- овладение умениями и навыками разнообразной творческой деятельности.

Воспитательные:

- помощь детям с инвалидностью в формировании адекватного представления о социальных ограничениях и возможностях их преодоления;
- освоение навыка самостоятельной творческой работы при исполнении музыкального произведения;
- содействие осознанию самооценности и уникальности своей личности, самопринятию;
- воспитание внимания, организованности;
- развитие навыка работы в команде;
- формирование культуры восприятия произведений искусства;
- формирование устойчивого интереса к искусству;
- воспитание сценической культуры.

Развивающие:

- развитие навыков сознательной регуляции своего поведения в обществе;
- развитие таких психических процессов как память, внимание, восприятие;
- приобщение детей с инвалидностью к культурным традициям посредством музыкального искусства.

Коррекционные:

- создание условий для реабилитации и полноценного развития лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- развитие базовых познавательных процессов через работу с музыкальным произведением;
- формирование умения анализировать свою деятельность;
- коррекция речи, звукоизвлечения;
- развитие навыка контролировать свое тело;



- коррекция эмоционального состояния детей с инвалидностью.

1.3. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- самореализация и повышение творческой активности ребенка с инвалидностью;
- привитие навыков трудолюбия, дисциплинированности и самостоятельности;
- развитие индивидуальных творческих способностей.

Метапредметные результаты:

- умение понимать учебную задачу;
- готовность слушать и понимать речь других;
- работать по алгоритму;
- устно выражать свои мысли, аргументировать свою точку зрения;
- готовность к взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и взрослыми;
- развитие интереса к разнообразным музыкальным произведениям.

Коррекционные результаты:

- социализация детей с ограниченными возможностями здоровья;
- постепенное внедрение детей с инвалидностью в комфортное взаимодействие со сверстниками;
- развитие неречевых процессов (внимание, память);
- реализация творческого самовыражения в процессе музыкальной деятельности.

Важно отметить, что результат обучения каждого ребенка с инвалидностью будет отличаться из-за особенностей психического, физического и эмоционального развития. Также необходимо учитывать, что не все ожидаемые результаты реализуются в одно время, некоторые сформируются лишь благодаря длительному, систематическому и целенаправленному обучению. Результаты работы напрямую зависят от степени доверия обучаемого к педагогу, поэтому немаловажную роль для достижения поставленных результатов будет играть профессионализм преподавателя. Самое важное в работе педагога – индивидуальный подход к каждому ребенку, доступность и понятность музыкального материала, целесообразность приемов для каждого отдельного случая, усложнение упражнений с учетом достигнутых успехов, возрастное соответствие предлагаемых задач.

1.4. Особенности организации занятий вокальной деятельностью:

- учет психофизических особенностей учащихся;
- систематичность выполнения упражнений, последовательность действий, многократное повторение;
- создание благоприятных условий для инклюзивной творческой среды;
- наглядность, доступность материала;



– индивидуальный подход к освоению материала, учет нозологии учащегося;

– непосредственное взаимодействие с официальными представителями учащегося.

Данная программа разработана для детей с легкой и средней степенью нарушений, без ярко выраженных поведенческих отклонений, понимающих и воспринимающих обращенную речь.

Возраст участников занятий: от 4 до 15 лет. Занятия ведутся в двух возрастных категориях: 4 – 7 лет (младшая группа), 8 – 15 лет (старшая группа).

Количество участников: 14 человек.

Время проведения занятия: 45 минут.

Программа занятий рассчитана на 3 года обучения.

В программе применяются словесные методы (в первую очередь беседы, которые позволяют ребенку полностью довериться педагогу, настроиться на продуктивное сотрудничество), наглядные (использование разнообразных видеоматериалов), практические (вокальные упражнения), игровые (использование вспомогательных методик).

Реализуя программу, педагог ведет контроль усвоенного материала ребенком:

Вводная диагностика учащегося с целью выявления его развития: речь, внимание, память, восприятие. Анализируются индивидуальные особенности ребенка, уровень его коммуникации.

Текущий контроль освоенных вокальных навыков проводится по завершению раздела, изученной темы. На данном этапе может использоваться как устный опрос, так и разнообразные диагностики.

Промежуточная аттестация помогает определить успешность и результативность освоения программ ребенком. Аттестация проводится раз в полугодие.

Итоговый контроль осуществляется с целью оценки достигнутого уровня обучения, проводится по завершению программы. Форма итогового контроля – контрольное занятие (музыкальное выступление).

1.5. Организационные условия реализации программы:

– модификация программы с учетом возрастных особенностей и специфики нозологии учащегося;

– создание ситуации успеха;

– установка на сотрудничество: дружеское, доверительное общение педагога с детьми с инвалидностью;

– участие родителей в мероприятиях и в проведении занятий;

– обращение к игровой форме при обучении;

– многократное и систематическое повторение изученного материала;

– индивидуальная оценка усвоенных знаний и умений.

Материально-техническое обеспечение:



- все помещения, в которых проводятся занятия, должны отвечать санитарно-гигиеническим требованиям;
- обязательное оформление помещения визуальными подсказками, информационными таблицами;
- мебель и оборудование должны отвечать требованиям безопасности, обеспечивая необходимые условия для организации творческого процесса;
- сенсорный инвентарь;
- наглядные схемы, визуальные материалы, дидактический материал;
- сенсорные сумки для снятия эмоционального напряжения.

2. Учебно-тематические планы

2.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения

№	Название раздела, темы	Кол-во занятий		Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Ансамблевое и сольное пение	3	2	Наблюдение
2.	Певческое дыхание	8	8	Наблюдение
3.	Единая певческая позиция	2	6	Наблюдение
4.	Звукообразование. Формирование гласных звуков	6	10	Наблюдение, беседа
5.	Дикция	6	10	Наблюдение
6.	Фразировка. Звуковедение	5	10	Наблюдение
7.	Штрихи в пении (legato, staccato)	2	2	Наблюдение
8.	Динамические оттенки в пении (f, p)	2	2	Наблюдение
9.	Ансамбль. Единое ансамблевое звучание.	2	16	Наблюдение
10.	Выстраивание унисона в ансамбле с аккомпанементом	4	12	Наблюдение, беседа
11.	Работа над художественным образом в произведении	2	6	Творческая работа
12.	Работа с микрофоном	4	12	Наблюдение
13.	Подведение итогов. Участие в отчётном концерте	-	3	Творческая работа, обсуждение, рефлексия



2.2. Учебно-тематический план 2-го года обучения

№	Название раздела, темы	Кол-во занятий		Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Повтор теоритического материала	1	1	Наблюдение
2.	Певческое дыхание	8	8	Наблюдение
3.	Единая певческая позиция	2	6	Наблюдение
4.	Звукообразование	6	10	Наблюдение
5.	Фразировка. Звуковедение	5	10	Наблюдение, беседа
6.	Дикция	4	10	Наблюдение
7.	Певческие штрихи. Пение legato, staccato, nonlegato	2	2	Наблюдение
8.	Динамические оттенки (f, p, crechendo, diminuendo)	2	2	Наблюдение
9.	Различные темпы в пении	2	1	Наблюдение
10.	Строй в пении. Пение чистого унисона с элементами двухголосия с аккомпанементом	6	10	Наблюдение, беседа
11.	Создание художественного образа в исполняемых произведениях. Работа над мимикой жестами и движением	2	6	Творческая работа
12.	Правильная работа с микрофоном	4	12	Наблюдение
13.	Подведение итогов. Отчётный концерт	-	4	Творческая работа, обсуждение, рефлексия

2.3. Учебно-тематический план 3-го года обучения

№	Название раздела, темы	Кол-во занятий		Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Певческое дыхание.	1	1	Наблюдение
2.	Звукообразование. Овладение различными видами атаки звука	6	12	Наблюдение
3.	Звуковедение. Фразировка	5	10	Наблюдение



4.	Дикция и артикуляция	4	10	Наблюдение
5.	Пение в единой певческой позиции	2	10	Наблюдение
6.	Комбинирование различных видов штрихов	-	4	Наблюдение
7.	Взаимосвязь динамики и музыкального образа в произведении	2	4	Наблюдение, беседа
8.	Чередование различных темпов в пении	2	2	Наблюдение
9.	Работа над двухголосием с элементами трёхголосия	6	14	Наблюдение
10.	Совершенствование единого ансамблевого звучания	1	18	Наблюдение, беседа
11.	Работа над единством вокального исполнения и художественного образа произведения	2	6	Творческая работа
12.	Работа с микрофоном на сцене и записи в студии	4	14	Наблюдение
13.	Отчётный концерт	-	4	Творческая работа, обсуждение, рефлексия

3. Содержание программы

3.1. Тема: «Вводное занятие. Ансамблевое и сольное пение»

На вводном занятии педагог знакомится со всеми детьми, изучает представленные нозологии в детском коллективе. На первом вводном занятии педагогу крайне важно расположить к себе ребенка с инвалидностью, создать дружелюбную, безопасную атмосферу. Педагогом выстраивается наилучшая стратегия поведения и общения с детьми.

Ребенок знакомится с новой обстановкой, привыкает к незнакомому окружению. На данном этапе очень важно помочь ребенку расслабиться и почувствовать себя в безопасности.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой. Основные особенности, сходства и отличия ансамблевого и сольного пения.

Практика: Беседа с детьми. Игры на знакомство и взаимодействие друг с другом: «Зоопарк», «Снежный ком».

Коррекция пространственного мышления в новом месте, совместное ознакомление педагога и детей с пространственной постановкой предметов в классе и значимыми объектами учреждения.



Текущий контроль: Беседа на выявление творческих интересов среди детей с инвалидностью, их увлеченность занятием вокалом.

3.2. Тема: «Певческое дыхание»

Теория: Типы дыхания. Постановка дыхания при пении.

Практика: Упражнения на постановку дыхания.

Текущий контроль: Наблюдение за детьми в процессе индивидуальной работы.

3.3. Тема: «Единая певческая позиция»

Теория: Слаженная работа всех компонентов голосового аппарата как основа пения. Объяснение темы занятия.

Практика: Демонстрация видеофильмов, практика в пении.

Текущий контроль: Наблюдение за детьми в процессе индивидуальной работы.

3.4. Тема: «Звукообразование. Формирование гласных звуков»

Теория: Роль гласных звуков при пении. Артикуляция при пении гласных звуков.

Практика: Проработка отдельных гласных звуков. Групповые упражнения на развитие дикции: «Рупор», «Трубочка», «Бублик».

Текущий контроль: Наблюдение за детьми в процессе групповой работы.

3.5. Тема: «Дикция»

Теория: Хорошая дикция как основа мастерства вокалиста.

Практика: Дыхательные упражнения «Кошка», «Свечи», «Раздувание мехов». Артикуляционная гимнастика.

Текущий контроль: Наблюдение за работой детей в ходе выполнения артикуляционной гимнастики.

3.6. Тема: «Фразировка. Звуковедение»

Теория: Фразировка как средство музыкальной выразительности. Основные элементы фразировки. Способ связи звуков.

Практика: Упражнения на темп и громкость речи.

Текущий контроль: Наблюдение за детьми в процессе индивидуальной работы.

3.7. Тема: «Штрихи в пении (*legato, staccato*)»

Теория: Приемы звукоизвлечения.

Практика: Дыхательные упражнения: «Обними плечи», «Насос».

Текущий контроль: Наблюдение за детьми в процессе индивидуальной работы.

3.8. Тема: «Динамические оттенки в пении (*f, p*)»

Теория: Степень громкости исполнения музыки.

Практика: Расставить динамические оттенки и соответственно воспроизвести предложенный текст.

Текущий контроль: Наблюдение за детьми в процессе индивидуальной работы.

3.9. Тема: «Ансамбль. Единое ансамблевое звучание»



Приложение
к методической программе
инклюзивных вокальных студий

ПОДБОРКА ИГР И УПРАЖНЕНИЙ

Все предложенные игры и упражнения необходимо адаптировать под индивидуальные возможности детей, а также групповой темп усвоения материала.

1. ИГРЫ ДЛЯ ВКЛЮЧЕНИЯ РЕБЕНКА С ОВЗ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С КОЛЛЕКТИВОМ

1.1. Зоопарк

Все участники по очереди показывают движения, характерные для задуманного ими по условиям игры животного. Остальные пытаются отгадать. Затем участники объединяются в подгруппы по 2-3 человека. Ведущий, указывая на любую подгруппу, дает название животного. Участники, не сговариваясь, вместе изображают одно названное животное. Далее подгруппа также может изобразить какое-либо животное, а другие участники отгадывают – какое.

Коррекция эмоциональной отгороженности; развитие воображения, раскованности в движениях.

Количество: 4-10 человек

Упрощенный вариант: дети садятся в круг. Один из учащих показывает животное, остальные пытаются отгадать.

1.2. Котёл

«Котёл» – это ограниченное пространство в группе (например, ковёр). Участники на время игры становятся «капельками воды» и хаотично двигаются по ковру, не задевая друг друга. Ведущий произносит слова: «Вода нагревается!», «Вода становится теплее!», «Вода горячая!», «Вода кипит!». Дети в зависимости от температуры воды меняют скорость движения. Запрещается сталкиваться и выходить за пределы ковра. Те, кто нарушает правила, выходят из игры. Победителями становятся самые внимательные и ловкие.

Развитие координации движений; способствует сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учит контролировать своё эмоциональное состояние.

Количество: неограниченно.

Упрощенный вариант: участники встают на ограниченное пространство. По команде ведущего начинают двигаться в хаотичном порядке в соответствии с командами ведущего. Главное условие – не задевать друг друга, не выходить за пределы обозначенной территории.

1.3. Властелины кольца



Потребуется кольцо диаметром 7-15 см (моток проволоки или скотча), к которому привязаны на расстоянии друг от друга три нитки длиной 1.5 – 2м каждая. Три участника становятся по кругу, и каждый берёт в руки нитку. Их задача: действуя синхронно, опустить кольцо точно на мишень – например, лежащую на полу монетку.

Варианты: глаза открыты, но переговариваться нельзя. Глаза закрыты, но можно переговариваться.

Коррекция координации совместных действий; развитие коллектива, обучение поиску способов коллективного решения проблемы.

Количество: 3-5 человек.

Упрощенный вариант: участники становятся по кругу, держа в руках один конец веревки, а другой конец привязан к концу одного кольца. Задача игроков опустить кольцо на мишень (бутылка, игрушка, монетка и т.д.).

1.4. Создание рисунка

Все сидят в кругу. У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают.

Коррекция мелкой моторики, развитие воображения; установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата.

Количество: 4-8 человек.

Упрощенный вариант: дети сидят в кругу. У каждого лист бумаги и карандаш. Каждый ребенок рисует что-нибудь на своем листке в течение 1 минуты, затем по команде ведущего передает соседу по кругу.

1.5. Аплодисменты (релаксационное упражнение)

Дети стоят в широком кругу. Преподаватель говорит: «Вы сегодня славно поработали, и мне хочется похлопать вам. Воспитатель выбирает одного ребенка из круга, подходит к нему и, улыбаясь, аплодирует ему. Выбранный ребенок тоже выбирает товарища, подходит к нему уже вдвоём с воспитателем. Второму ребенку аплодируют уже вдвоём. Таким образом, последнему ребенку аплодирует вся группа. Второй раз игру начинает уже не воспитатель»

Коррекция эмоционально-волевой сферы; установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата.

Количество: не ограничено.

Упрощенный вариант: дети стоят в широком кругу. Начиная с ведущего, выбирают по одному ребенка и хлопают ему и т.д., по цепочке, пока не «соберут» всех учащихся.

2. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЫШЦ РЕЧЕВОГО АППАРАТА



2.1. Упражнения для разминки губ:

«**Рупор**» – необходимо широко открыть рот. Одновременно произносится звук «а».

«**Трубочка**» – максимально вытянуть губы вперед. Одновременно с этим произносится звук «у».

«**Улыбочка**» – необходимо растянуть губы, как будто улыбаясь, не размыкая их.

«**Бублик**» – максимально растянуть губы, произнося звук «о».

2.2. Упражнения для разминки языка:

«**Лошадка**» – необходимо дотронуться языком до верхнего неба и потом резко опустить язык с цокающим звуком;

«**Лопатка**» – открыть рот, высунуть язык, достать им до подбородка.

«**Конфетка**» – надо упираться языком поочередно в каждую щеку. Рот закрыт.

«**Маятник**» – необходимо высунуть язык. Тянуться им то вправо, то влево.

«**Иголочка**» – максимально вытянуть язык вперед. Рот открыт.

«**Грибочек**» – дотянутся языком до верхнего неба, так чтобы натянулась уздечка.

«**Индюшок**» – высунуть язык изо рта. Водить им по верхней губе из стороны в сторону. Постепенно увеличивать скорость движения и добавлять голос (на распев произносить разные гласные).

«**Кружечка**» – открыв рот, высунуть язык и свернуть его в форме чашки или кружки.

«**Барабанщик**» – необходимо совершать удары языком по верхним зубам, сопровождая это произнесением звука «д».

3. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДИКЦИИ

3.1. Скороговорки для автоматизации звука [Б], [Б']

Белые бараны били в барабаны.

Бык бодается с быком.

Убегают все кругом.

Береги, бегун, бока,

От бодливого быка.

Забавной обезьяне бросили бананы,

Бросили бананы забавной обезьяне.

3.2. Скороговорки для автоматизации звука [Ж]

Уж шипит, а жук жужжит.

Встретил в чаще ёж ежа:



- Как погодка, ёж?

- Свежа!

И пошли вдвоём дрожа, скорчась-съёжась два ежа.

Женя с Жанной подружилась.
Дружба с Жанной не сложилась.
Чтобы жить с друзьями дружно,
Обижать друзей не нужно.

Жу-жу-жу-жу.
Я на ветке сижу,
Я на ветке сижу,
Букву «ж» все твержу.

3.3. Скороговорка на звук (Щ)

Тощий немощный Кощей, тащит ящик овощей.

3.4. Скороговорка на звук [Л]

Еле-еле Лена ела,
Есть из лени не хотела.
Ла-ла-ла — мусор убрала,
Лу-лу-лу — подмету золу,
Ле-ле-ле — ваза на столе,
Ли-ли-ли — ландыши нашли.
Ло-ло-ло — лопнуло стекло.
Ля-ля-ля — тёплая земля.
Лю-лю-лю — печку истоплю.

Лиса по лесу ходила,
Лиса голосом вопила.
Лиса лычки драла,
Лиса лапотки плела.

3.5. Скороговорка на звук [З]

Звенит звонок, зовет звонок,
И Зоя в класс к себе идет.

За козой шагал козёл, на козу козёл был зол,
позвала коза козлят, а козла козлята злят.

Взялись спорить как-то раз
Скалолаз и водолаз:
Кому лезть удобней



По скале подводной.

3.6. Скороговорка на звук [P]

Проворонила ворона воронёнка.

У пруда в траве во мраке шуршат раки в шумной драке.

Вез корабль карамель,

Наскочил корабль на мель,

Матросы две недели карамель на мели ели.

3.7. Скороговорка на звук [X]

Вкусная халва – мастеру хвала.

3.8. Скороговорки на звуки [С], [Ц]

Из соседнего колодца целый день водица льётся.

3.9. Скороговорка на звуки [П], [Р]

Расскажите про покупки!

— Про какие про покупки?

Про покупки, про покупки, про покупочки свои.

3.10. Скороговорки на звуки [P] и [Ч]

Грачиха говорит грачу:

«Слетай с грачатами к врачу,

Прививки делать им пора

Для укрепления пера!»

3.11. Скороговорки на звуки [З] и [С]

Идет козел с косой козой,

Идет козел с босой козой.

Идет коза с косым козлом,

Идет коза с босым козлом.

3.12. Скороговорки для автоматизации звуков [Ж],[Ш]

Ша-жа-ша раз ловили мы ерша,

Ше-же-ше мы засели в камыше,

Шу-жу-шу я сижу и не дышу,

Шо-жо-шо ёршик вершик хорошо,

Ши-жи-ши хороши были ерши.

3.13. Скороговорка на звуки [Ж] и [Ш]

Ёжик наш домой спешит.

А навстречу ему волк,

На ежа зубами – щёлк.



Ёж иголки показал,
Волк со страху убежал.

Ёжик в бане вымыл ушки,
Шею, кожицу на брюшке.
И сказал еноту ёж:
«Ты мне спинку не потрёшь?»

3.14. Скороговорки на звуки [Д],[Т],[С],[Ш]

Даже шею, даже уши ты испачкал в черной туши.
Становись скорей под душ.
Смой с ушей под душем тушь.
Смой и с шеи тушь под душем.
После душа вытрись суше.
Шею суше, суше уши, и не пачкай больше уши.

3.15. Скороговорка на звуки [С] – [Ш] – [Ч]

Чайничек — с крышечкой, крышечка — с шишечкой, шишечка — с дырочкой, в дырочку пар идёт.

Пар идёт в дырочку, дырочка — на шишечке, шишечка — на крышечке, а крышечка — на чайничке.

3.16. Скороговорка на звуки [В]-[С]-[Ш]

Вёз Амос сеять овёс, посеял овёс, уродился овёс.
Пришёл Амос, скосил овёс, повязал овёс,
смолотил овёс, повеял овёс, до зерна Амос
повыбрал овёс, увёз овса воз.

3.17. Скороговорка на звуки [Р] [Р'] [С] [Т]

Нет абрикоса, кокоса, редиса,
Палтуса, уксуса, кваса и риса,
Компаса нет, баркаса и троса,
Термоса, пресса, индуса-матроса,
Баса нет, вкуса, веса и спроса,
Нет интереса – нет и вопроса.

3.18. Скороговорка на звуки [С] – [Щ] – [Ч] – [Ш]

У свинки — щетинки, у щучки — чешуйки.
Чешуя — у щучки, щетинка — у чушки.
Ученье в счастье украшает, а при несчастье утешает.
В роще щебечут стрижи и чижи.
В роще щебечут стрижи, чечётки, щеглы и чижи.