**Terapia jąkania**

**1.Ćwiczenia podparcia oddechowego**

- W pozycji siedzącej ,wdech nosem - nabierz powietrze w dolną część klatki piersiowej ( okolice pępka), wydech ustami.

- W pozycji siedzącej ,wdech nosem- przeciągaj samogłoski ustne [a,o,u,e,i,y] (ćwiczenie wykonujemy na jednym pełnym wdechu głośno i szeptem.

**2.Ćwiczenia w mówieniu**

- Przeczytaj fragment wiersza „Tydzień” w rytm melodii” piosenki „Wlazł kotek na płotek”.

Tydzień dzieci miał siedmioro:  
"Niech się tutaj wszystkie zbiorą!"

Ale przecież nie tak łatwo  
Radzić sobie z liczną dziatwą:

Poniedziałek już od wtorku  
Poszukuje kota w worku,

Wtorek środę wziął pod brodę:  
"Chodźmy sitkiem czerpać wodę."

Czwartek w górze igłą grzebie  
I zaszywa dziury w niebie.

Chcieli pracę skończyć w piątek,  
A to ledwie był początek.

- Przeczytaj określenia i podaj słowo, które do nich pasuje, bierz oddech w miejscu zaznaczonym gwiazdką \*. W trakcie czytania wykonuj ruch palcem wzdłuż poziomej linii pod tekstem.

mleczna, gorzka, z orzechami \*........................

blond, czarne, rude \*.........................

płytki, głęboki, porcelanowy \*.......................

słoneczna, deszczowa, wietrzna \*....................

cięte, doniczkowe, pachnące \*.....................

fabularny, przyrodniczy, rysunkowy \*..........................

terenowy, ciężarowy, osobowy \*........................

biała, rozpuszczalna, parzona \*.......................

**3.Ćwiczenia oddechowe połączone z relaksacją**

- Dziecko w pozycji leżącej, na plecach przeciąga się i głośno ziewa, jednocześnie wypowiadając głoskę [aaaa......].

-Dziecko, leżąc na plecach prawą rękę kładzie na klatce piersiowej, lewą zaś na brzuchu i wykonuje głęboki wdech nosem, wypychając brzuch. Następnie wykonuje długi wydech ustami z lekkim naciskiem dłoni na przeponę.