



Utvärdera din inlärning

Lyssna på dina inspelningar och använd följande checklistor för att se till att du använder din röst effektivt

Använd följande checklista för att se om du har korrekt andningsteknik

CHECKLISTA			
FRÅGOR	Ja	Nej	Justera eller förbättra
Du andas in genom näsan?			
Din mage vidgas när du andas in?			
Håller du dina axlar still medan du andas in?			
Andas du genom munnen?			
Arbetar dina magmuskulerna medan du andas?			