**Jak zrobić pacynkę?**

Pacynka to kukiełka teatralna zakładana na dłoń. Można ją wykonać z rękawiczki lub skarpetki.

**Potrzebne materiały:**

- rękawiczka lub skarpetka, - tkanina na spódniczkę , gumka do włosów, kokardka, gumowa piłeczka - guziczki na oczy i nos, - czerwony kordonek , gumka do włosów - czarna , żółta lub brązowa włóczka na włosy , - igła, nici, nożyczki.

1. Ułożyć włóczkę na włosy.

przewiązać

1. Przyszyć włosy.
2. Przyszyć guziki na oczy i nos.
3. Naszyć usta albo je wyszyć z czerwonego kordonka.
4. Uszyć spódniczkę ściegiem fastrygowym i ściągnąć, aby materiał się zmarszczył.
5. Ubrać pacynkę w spódniczkę i przewiązać kokardkę.

Taka pacynka przydatna będzie w domowym teatrzyku, ale też może służyć jako rekwizyt do domowej terapii psychologicznej. Gdy czujesz się źle, to porozmawiaj z pacynką. Powiedz jej coś miłego i wymyśl, co miłego ona mogłaby Tobie powiedzieć. Np. - Jesteś bardzo ładna i miło się uśmiechasz. – Ty też mi się podobasz, bo dzięki Tobie jestem zadowolona ze swojego wyglądu. Masz talent. Możesz powierzyć jej swoje troski, np. – Dzisiaj jestem zmęczony i boli mnie głowa. – Pewnie za długo siedziałeś przy komputerze. Musisz pamiętać o przerwach w nauce. W szkole też są przerwy.