

# 51. Wielki Post – czas katharsis

## 1. CELE LEKCJI – WYMAGANIA OGÓLNE

- ukazanie okresu Wielkiego Postu jako czasu oczyszczenia i nawrócenia,
- pogłębienie przeżywania czasu przygotowania się do Paschy.

## 2. TREŚCI NAUCZANIA – WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE

uczeń:

- na podstawie swojej wiedzy podaje najważniejsze informacje o początku i czasie trwania Wielkiego Postu,
- po zajęciach wyjaśnia znaczenie i symbolikę popiołu,
- po lekcji wymienia konkretne sposoby realizacji uczynków pokutnych,
- na podstawie wiedzy zdobytej podczas lekcji określa przesłanie niesienia pomocy innym.

## 3. POJĘCIA, POSTACI

- katharsis,
- modlitwa,
- post,
- jałmużna,
- popielec.

## 4. WARTOŚCI

- uwrażliwienie na potrzeby innych ludzi.

## 5. SCHEMAT LEKCJI

- ukazanie symboliki popiołu,
- cele Wielkiego Postu,
- charakterystyka i konkretne przykłady uczynków pokutnych.

## 6. PROPOZYCJA REALIZACJI

**Wprowadzenie**

**Metoda – kalambury.** Nauczyciel wybiera trzy osoby chętne, które w oparciu o teksty (załącznik 1) próbują pokazać klasie hasło, przedstawiając czynności podkreślone w tekście. Uczniowie nie zgadują hasła na głos, tylko zapisują je na kartce. Podsumowanie: na zakończenie nauczyciel prosi wybranych uczniów

o odczytanie odgadniętych haseł oraz odczytanie opisów wykorzystania popiołu przez uczniów, prezentujących kalambury.

**Metoda – rozmowa kierowana.**

Nauczyciel zadaje pytanie:

- 1) jakie właściwości ma popiół? (oczyszczające, korzystne również w przyrodzie),
- 2) do czego jeszcze może być użyty? (do posypania głów w Środę Popielcową, która rozpoczyna okres Wielkiego Postu, będący czasem oczyszczenia),
- 3) co to jest KATHARSIS?

**Rozwinięcie tematu**

**Metoda – pogadanka.** Nauczyciel, odwołując się do wiedzy uczniów, przypomina podstawowe wiadomości o rozpoczęciu i trwaniu Wielkiego Postu (zob. podręcznik).

**Metoda – słoneczko.** Nauczyciel dzieli klasę na dwu lub trzyosobowe grupy i rozdaje każdej grupie karty z tekstami prefacji, stosowanymi w czasie Wielkiego Postu (załącznik 2). Prosi o wypisanie na kartkach samoprzylepnych celów Wielkiego Postu, które są wymieniane w modlitwach liturgicznych. Następnie nauczyciel na tablicy zapisuje pytanie: „PO CO JEST CZAS WIELKIEGO POSTU?” Przedstawiciele grup przyklejają wokół napisu swoje odpowiedzi, które są głośno odczytywane. Powtarzające się odpowiedzi, tworzą „promienie”.

Nauczyciel zadaje pytanie:

- 1) w jaki sposób osiągnąć wymienione cele?
- 2) co może być dla nas pomocą?

Podsumowanie: nauczyciel prosi jednego z uczniów, o odczytanie tekstu KKKK 301 (zob. podręcznik).

**Metoda – giełda pomysłów.** Nauczyciel dzieli klasę na trzy grupy. Każdej z nich przydziela jeden z uczynków pokutnych; uczniowie wymieniają jak najwięcej sposobów na ich konkretną realizację w życiu; uczniowie mogą korzystać z podręcznika. Po zakończonej pracy przedstawiciele grup wypisują na tablicy, w trzech kolumnach (modlitwa, post, jałmużna) poszczególne pomysły; uczniowie z innych grup mogą dodawać swoje propozycje.

Podsumowanie: nauczyciel zachęca uczniów do podjęcia konkretnych postanowień, związanych z uczynkami pokutnymi w Wielkim Poście.

**Zakończenie**

Nauczyciel przypomina treść KKKK 301.

**Notatka**

Zapis treści z tablicy – uczynki pokutne i ich realizacja.

**Korelacja z edukacją szkolną**

1) język polski – analiza tekstu.

**7. INNE MOŻLIWOŚCI REALIZACJI**

Można także, przy pomocy tekstów biblijnych, scharakteryzować uczynki pokutne:

1. Mt 6, 5–15 (modlitwa),
2. Mt 6, 16–18 (post),
3. Mt 6, 2–4 (jałmużna).

**8. ALTERNATYWNE TEKSTY DO WYKORZYSTANIA NA LEKCJI**

KOŚCIÓŁ  
NAUCZA

**1. PREFACJA WIELKOPOSTNA**

Duchowe znaczenie Wielkiego Postu

Albowiem pozwalasz Twoim wiernym \* co roku z oczyszczoną duszą \* radośnie oczekiwać świąt wielkanocnych, \* aby gorliwie oddając się modlitwie \* i dziełom miłosierdzia, \* przez uczestnictwo w sakramentach odrodzenia \* osiągnęli pełnię dziecięstwa Bożego.

**2. PREFACJA WIELKOPOSTNA**

Odnowienie przez pokutę

Ty nam dajesz czas łaski i zbawienia, \* abyśmy oczyścili serca od nieuporządkowanych przywiązań \* i wśród spraw doczesnych \* troszczyli się przede wszystkim o wieczne zbawienie.

**3. PREFACJA WIELKOPOSTNA**

Motywy wstrzemięźliwości

Ty przyjmujesz nasze wyrzeczenia \* jako ofiarę ku czci Twojej chwale, \* bo one poskramiają naszą pychę \* i otwierają nasze serca na potrzeby biednych. \* Spiesząc im z pomocą naśladujemy Twoją dobroć.

#### 4. PREFACJA WIELKOPOSTNA

Owoce postu

Ty przez post cielesny uśmierzasz wady, \* podnosisz ducha, udzielasz cnoty i nagrody, \* przez naszego Pana Jezusa Chrystusa.

#### 1. PREFACJA O MĘCE PAŃSKIEJ

Potęga Krzyża

Przez Mękę Twojego Syna dałeś zbawienie całemu światu, \* który może odtąd wychwalać Twoją wielkość. \* Na Krzyżu dokonał się sąd nad światem \* i zajaśniała potęga Chrystusa Ukrzyżowanego.

#### 2. PREFACJA O MĘCE PAŃSKIEJ

Zwycięstwo męki

Zbliżają się dni Jego zbawczej Męki \* i chwalebного Zmartwychwstania, \* dni, w których czcimy zwycięstwo Chrystusa \* nad złym duchem \* i wspominamy misterium naszego Odkupienia.

## 52. Kościół nawracający się – rekolekcje wielkopostne

### 1. CELE LEKCJI – WYMAGANIA OGÓLNE

- ukazanie chrześcijańskiego sensu nawrócenia,
- zachęta do czynnego uczestnictwa w rekolekcjach wielkopostnych.

### 2. TREŚCI NAUCZANIA – WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE

uczeń:

- na podstawie osobistego doświadczenia i zdobytej na lekcji wiedzy wskazuje na motywy chrześcijańskiego nawrócenia,
- swoimi słowami tłumaczy potrzebę uczestnictwa w rekolekcjach,
- formułuje i wymienia warunki owocnego przeżycia rekolekcji,
- tworzy reklamę rekolekcji.

## 51. Wielki Post – czas katharsis

### Załącznik 1

---

## Hasło 1 – POPIÓŁ

Przed laty popularny był zwyczaj ogłaszania początku postu we wtorek o północy. Wtedy do karczmy, w której hucznie bawiono się w ostatni dzień karnawału, wchodził mężczyzna ze śledziem w rękach, krzyczał „Śledź!” i był to znak na rozpoczęcie postu i zakończenie zabawy.

Od tej pory przestrzegano ścisłego postu. Kobiety na te okazję czyściły popiołem garnki i patelnie, aby nie było na nich grama tłuszczu zwierzęcego. (...) przed laty przez cały okres postu, a nie tylko w poszczególnych dni, unikano spożywania mięsa i nabiału, a jedzono głównie ziemniaki i pieczywo.

*Wielki Post: Czyszczenie garnków popiołem, wybijanie półpościa. Poznaj zwyczaje.* [w:] Poranny.pl  
[dostęp 20 lutego 2013], dostępny w Internecie: <http://www.poranny.pl/apps/pbcs.dll/article?AID=/20110309/REGION99/219921396>

---

## Hasło 2 – POPIÓŁ

### Czyszczenie srebra

Sok z cytryny wymieszany z popiołem (z papierosów lub innym) na gęstą papkę likwiduje poczerniałe miejsca na wyrobach ze srebra. Po tym zabiegu musisz przedmioty opłukać letnią wodą i wytrzeć do sucha.

Metoda druga: na 1 litr wody dodaj po łyżce octu (10%) i sody oczyszczonej, zanurz srebra w roztworze (nie mogą wystawać) na 15 minut a następnie opłucz i starannie powycieraj miękką szmatką.

*Porady domowe* [w:] ABC Gospodyni [dostęp 20 lutego 2013], dostępny w Internecie: <http://www.abcgospodyni.pl/dom.html>

---

## Hasło 3 – POPIÓŁ

Popiół drzewny zawiera składniki odżywcze potrzebne roślinom do życia. Podczas spalania drewna azot i siarka zmieniają się w gazy, zaś wapń, potas i magnez w śladowych ilościach, pozostają w popiele. Popiół przydatny jest do wapnowania gleby, podnosząc jej pH i zapobiegając jej nadmiernemu zakwaszeniu. Jeśli posiadasz kwaśną glebę z niedoborem potasu, skorzystaj z popiołu drzewnego. Jednak jeśli chcesz uprawiać rośliny kwasolubne, takie jak jagody, borówki, różaneczniki czy azalie, popiół drzewny nie będzie dla Ciebie najlepszym rozwiązaniem.

Popiół drzewny szybko i całkowicie rozkłada się w ziemi, dzięki jego drobnemu uziarnieniu. Dla większości gleb w ogrodzie 10kg (około 20l) popiołu może być bezpiecznie stosowana każdego roku na powierzchni 1000 metrów kwadratowych. Jest to tyle samo ile wynosi zastosowanie 6kg wapnia na tej samej powierzchni. Najlepszym czasem do stosowania popiołu drzewnego jest wiosna, kiedy gleba jest sucha i nie uprawiana. Ilość popiołu uzależniona jest od rodzaju spalanego drewna. Z drewna drzew liściastych powstaje trzy razy więcej popiołu, niż z iglastych.

Warto zastosować popiół drzewny na kompostowniku, gdyż stwarza on idealne środowisko do rozwoju mikroorganizmów glebowych. Jest to szczególnie dobre rozwiązanie gdy kompostujesz dębowe liście lub igły sosnowe.

Popiół drzewny można także wykorzystać do zwalczania ślimaków. Popiół pozbawia ślimaki wody. Należy nim posypać podstawy roślin. Niestety po deszczu traci on swoje właściwości.

Popiół działa korzystnie na rośliny, ale należy dawkować go rozważnie. Zbyt duża ilość popiołu w glebie może niebezpiecznie zwiększyć jej pH i doprowadzić do gromadzenia się w glebie soli, która może być szkodliwa dla roślin. Popiół powinien być przechowywany w pojemniku ze szczelną pokrywką. Zapobieganie to przypadkowemu pożarowi i wymywaniu składników odżywczych przez wodę.

Nie należy używać popiołu uzyskanego w wyniku spalania śmieci, tektury oraz barwionego drewna. Materiały te zawierają potencjalne chemikalia, które mogą być szkodliwe dla roślin, a nawet zahamować ich wzrost.

Z popiołem należy postępować ostrożnie, ponieważ jest to materiał silnie alkaliczny. Należy stosować rękawice ochronne, okulary ochronne i maski przeciwpyłowe. Nie należy rozpylać popiołu podczas wietrznych dni. Nie należy mieszać popiołu z żadnymi nawozami, gdyż tracą one swoje właściwości. W przypadku zastosowania popiołu na trawniku, należy odczekać miesiąc przed zastosowaniem nawozów azotowych. Nigdy nie stosujemy popiołu w formie grudek, które mogą gromadzić sól i tworzyć niekorzystne środowisko do rozwoju roślin.



## Grupa V

**Na podstawie tekstu prefacji mszalnej używanej w Wielkim Poście wypisz cele Wielkiego Postu.**

### 5. PREFACJA O MĘCE PAŃSKIEJ

#### Potęga Krzyża

Przez Mękę Twojego Syna dałeś zbawienie całemu światu, \* który może odtąd wychwalać Twoją wielkość. \* Na Krzyżu dokonał się sąd nad światem \* i zajaśniała potęga Chrystusa Ukrzyżowanego.

---

## Grupa VI

**Na podstawie tekstu prefacji mszalnej używanej w Wielkim Poście wypisz cele Wielkiego Postu.**

### 6. PREFACJA O MĘCE PAŃSKIEJ

#### Zwycięstwo męki

Zbliżają się dni Jego zbawczej Męki \* i chwalebного Zmartwychwstania, \* dni, w których czcimy zwycięstwo Chrystusa \* nad złym duchem \* i wspominamy misterium naszego Odkupienia.

---