

# Wielki Post



## Cele katechetyczne – wymagania ogólne

- przedstawienie, w jaki sposób Kościół przygotowuje się do Świąt Wielkanocnych;
- omówienie postawy chrześcijanina wobec pokus.



## Treści nauczania – wymagania szczegółowe

### Uczeń:

- omawia, w jaki sposób Kościół przygotowuje się do Świąt Wielkanocnych;
- wskazuje najważniejsze nabożeństwa pasyjne;
- wyjaśnia, czym są pokusy;
- tłumaczy, jak Jezus radził sobie z pokusami;
- omawia sposoby radzenia sobie z pokusami.



## Pojęcia i postaci

post, pokusa, nabożeństwa pasyjne.



## Wartości

walka z pokusami, nawracanie się.



## Metody i środki

burza mózgów, praca z tekstem Pisma Świętego, miniquiz, rebus, rozmowa kierowana.



## Propozycja realizacji



## Modlitwa na rozpoczęcie

*Ojcze nasz.*

**Cele lekcji.** Nauczyciel podaje cele w języku ucznia: będę znał historię kuzena Jezusa na pustyni; będę umiał wyjaśnić, w jaki sposób radzić sobie z pokusami; będę wiedział, jak przygotować się do Świąt Wielkanocnych.

**Metoda – burza mózgów.** Nauczyciel pisze na tablicy słowo „pokusa”. Uczniów podają, z czym im się to słowo kojarzy. Odpowiedzi zapisywane są na tablicy. Na zakończenie nauczyciel może wskazać najlepsze, najtrafniejsze odpowiedzi. Wśród nich powinny się znaleźć takie, które przedstawiają pokusę jako: działanie szatana (diabła), namawianie do złego, namawianie do złamania przykazań, namawianie do przeciwstawienia się Bogu. Nauczyciel wyjaśnia, że każdy człowiek przeżywa różne pokusy. Niezależnie od tego, kim jest, szatan kusi go, żeby złamał Boże przykazania. Każdy człowiek odczuwa inne pokusy. Pan Jezus, ponieważ był prawdziwym człowiekiem, również przeżywał pokusy. O kilku z nich mówi nam Ewangelia.

**Metoda – praca z tekstem Pisma Świętego.** Nauczyciel przypomina uczniom, że Wielki Post to czas, w którym przygotowujemy się do Świąt Wielkanocnych. Jest to bardzo bogaty czas, w którym jesteśmy zachęceni do wielu różnych praktyk religijnych. Mają nas one przybliżyć do Boga i jednocześnie pozwolić dostrzec potrzeby naszych bliźnich. Jednym z głównych zadań, które mamy, jest walka z pokusami. Jezus też doświadczał pokus i dał nam przykład, jak radzić sobie z działaniem złego ducha.

Uczniowie wykonują ćwiczenie 1 z podręcznika (punkt „Praca na lekcji”). To zadanie może być wykonywane indywidualnie lub w grupach. W słabszych klasach można wykonać to ćwiczenie wspólnie, z pomocą nauczyciela. Odpowiedni fragment z Pisma Świętego jest zamieszczony w podręczniku (Łk 4, 1–13).

*Trzy pokusy: zamiany kamienia w chleb, objęcia królowania nad wszystkimi państwami świata w zamiana za oddanie pokłonu diabłu oraz skok z narożnika świątyni, by wystawić Boga na próbę.*

*Przykład, który dał nam Jezus: Nie dał się zwieść szatanowi, ale za każdym razem odrzucał jego propozycje. Do walki z szatanem wykorzystywał cytaty z Pisma Świętego.*

Po skończonej pracy wybrani lub chętni uczniowie odczytują swoje odpowiedzi. Nauczyciel sprawdza, czy odpowiedzi są poprawne, w razie potrzeby uzupełnia lub koryguje. Następnie wyjaśnia uczniom, że Jezus dał nam przykład, jak radzić sobie z namową do złego – nie zastanawiać się nad takimi podszeptami, nie rozwijać w sobie pokus, ale starać się być blisko Boga, znać Boga i pamiętać o Nim.

**Metoda – miniquiz.** Nauczyciel rozdaje uczniom kartki z pytaniami miniquizu (załącznik nr 1). Wyjaśnia, że są to pytania związane z Wielkim Postem, na które uczniowie powinni znać odpowiedzi z poprzednich lat nauki. Przy każdym pytaniu tylko jedna z odpowiedzi jest poprawna. (Uwaga: tę część lekcji – jeżeli są takie możliwości – można poprowadzić z wykorzystaniem jednego z portali do quizów, np. Kahoot). Uczniowie samodzielnie odpowiadają na pytania. Po skończonej pracy następuje sprawdzenie jej wyników – podane zostają poprawne odpowiedzi. Nauczyciel może nagrodzić uczniów, którzy mieli najlepsze wyniki, np. plusami. Nauczyciel może również rozbudować miniquiz o dodatkowe pytania.

Na podstawie pytań miniquizu nauczyciel systematyzuje wiedzę uczniów, wyjaśniając, że Wielki Post zaczyna się w Środę Popielcową – wtedy na znak rozpoczęcia czasu pokuty ksiądz sypie nasze głowy popiołem. Tego dnia obowiązuje post ścisły i wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych – nie tylko nie można spożywać pokarmów mięsnych, ale jesteśmy zobowiązani do ograniczenia liczby posiłków. Dozwolone są trzy posiłki, w tym jeden do syta. Obowiązek zachowania tego postu dotyczy osób pomiędzy 18. a 60. rokiem życia. Nabożeństwo drogi krzyżowej przypomina nam o dźwiganiu krzyża na Golgotę przez Jezusa; składa się z 14 stacji, w czasie których czytane są rozważania mówiące o męce Jezusa. Droga krzyżowa jest odprawiana najczęściej w piątki. Gorzkie żale to nabożeństwo pasyjne, w czasie którego śpiewamy pieśni mówiące o męce Jezusa, poczynawszy od modlitwy w Ogrójcu, aż po śmierć na krzyżu. Pomaga nam to lepiej zrozumieć, ile Jezus wycierpiał z miłości do nas.

**Metoda – rebus.** Nauczyciel wyjaśnia, że w Wielkim Poście jesteśmy zachęcani nie tylko do unikania pokus, ale również do nawracania się, czyli do poprawy życia. Nawracać się możemy, między innym przystępując do spowiedzi. Wtedy Pan Bóg odpuszcza nam grzechy, ale daje również zadanie, byśmy później starali się być lepsi.

Uczniowie przygotowują rebus, którego rozwiązaniem ma być hasło: „nawrócenie”. Po skończonej pracy wybrani uczniowie prezentują swoje rebusy.

**Metoda – rozmowa kierowana.** Nauczyciel wyjaśnia uczniom, że zarówno walka z pokusami, uczestnictwo w nabożeństwach pasywnych, jak i nawracanie się w sakramencie pokuty i pojednania mają nam pomóc przygotować swoje serca do Świąt Wielkanocnych. Jednak Wielki Post ma nas również uwrażliwić na potrzeby drugiego człowieka. Podejmujemy w tym czasie pewne dobrowolne wyrzeczenia po to, żeby mieć czas dla Boga i być gotowym do pomocy innym. Nauczyciel prosi uczniów, aby powiedzieli, jak mogą pomóc innym. W trakcie rozmowy nauczyciel dąży do tego, by uczniowie wskazali, że mogą przeznaczyć czas Wielkiego Postu na to, by lepiej dostrzec potrzeby swoich rodziców, opiekunów, rodzeństwa, kolegów i koleżanek i kolegów, nauczycieli, osób starszych i wyjść z inicjatywą pomocy.



### Podsumowanie lekcji

Wielki Post to czas nawrócenia i pokuty. Jezus uczy nas, jak walczyć z pokusami. Nawracając się i odmawiając sobie przyjemności, otwieramy serca na Boga i drugiego człowieka. Nabożeństwa pasywne mają nam pomóc rozważać mękę Jezusa i zrozumieć, ile wycierpiał z miłości do każdego człowieka.



### Modlitwa na zakończenie

Z podręcznika (punkt „Dla ducha”).



### Praca domowa

Z podręcznika.



### Korelacja z edukacją szkolną

- język obcy nowożytny, język mniejszości narodowej lub etnicznej – słownictwo religijne (wcielenie, odkupienie, zbawienie);
- wychowanie do życia w rodzinie – relacje z innymi ludźmi, stosunek do osób potrzebujących naszej pomocy.

## Załącznik nr 1

### Miniquiz

1. Kiedy zaczyna się Wielki Post?
  - A. W Niedzielę Palmową.
  - B. W Wielką Środę.
  - C. W Środę Popielcową.
  - D. W adwencie.
2. Z ilu stacji składa się nabożeństwo drogi krzyżowej?
  - A. Jest 7 stacji.
  - B. Jest 9 stacji.
  - C. Jest 12 stacji.
  - D. Jest 14 stacji.
3. Co dzieje się w kościołach w Środę Popielcową?
  - A. Nasze głowy są posypywane popiołem.
  - B. Przynosimy do kościoła palmy.
  - C. Zapalamy w kościele przyniesione świece.
  - D. Jesteśmy kropieni wodą święconą.
4. Co to są gorzkie żale?
  - A. To specjalna Msza Święta odprawia w Wielkim Poście.
  - B. To jedno z nabożeństw pasyjnych.
  - C. To forma pokuty za grzechy.
  - D. To uroczysta spowiedź wielkopostna.
5. Jakie są zasady postu ścisłego?
  - A. Wolno jeść tylko chleb i pić czystą wodę.
  - B. Wolno jeść wszystko poza mięsem.
  - C. Jeden posiłek do syta i dwa mniejsze.
  - D. Nie wolno jeść produktów pochodzenia zwierzęcego (jajka, ser itp.).
6. O czym przypomina nabożeństwo drogi krzyżowej?
  - A. O przemienieniu Jezusa.
  - B. O dźwiganiu przez Jezusa krzyża na Golgotę.
  - C. O zmartwychwstaniu Jezusa.
  - D. O tym, że Piotr zaparł się Jezusa.

7. Co się dzieje w czasie nabożeństwa gorzkich żali?
- A. Czytamy teksty Pisma Świętego mówiące o męce Jezusa.
  - B. Odmawiamy różaniec – tajemnice bolesne.
  - C. Chodzimy od stacji do stacji drogi krzyżowej.
  - D. Śpiewamy pieśni mówiące o męce Jezusa.