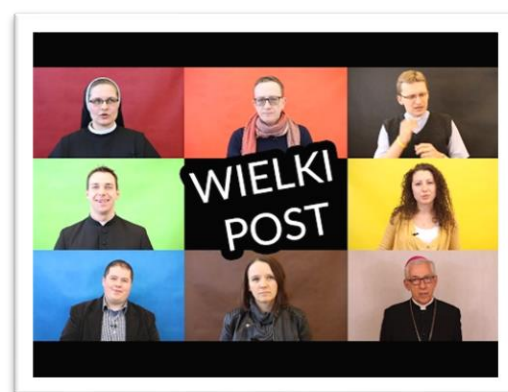
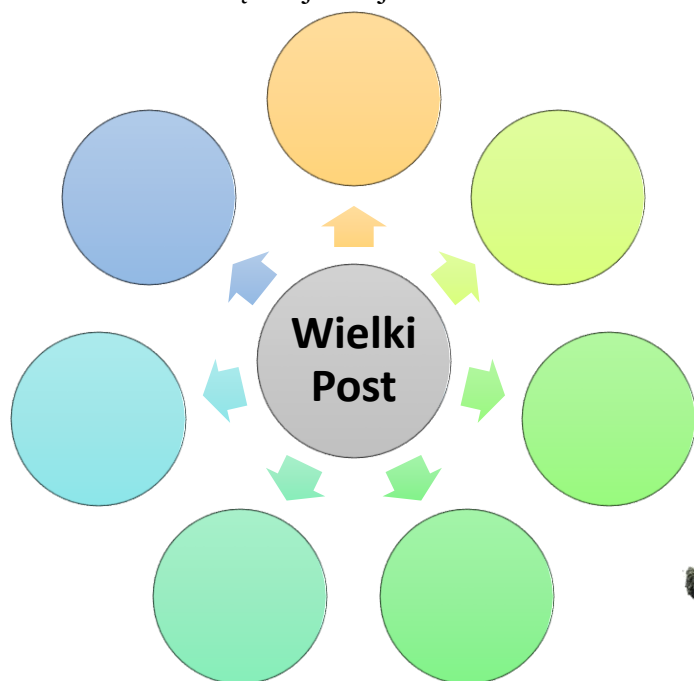


Wprowadzenie

Zadanie – Jakie są twoje skojarzenia z Wielkim Postem?



Wielki post jest bardzo różnie rozumiany:

„Wielki Post kojarzy mi się z wyciszeniem, oczekiwaniem, pokutą, nawróceniem...”.

„Wielki Post kojarzy mi się z niejedzeniem mięsa i postanowieniami. Nie rozumiem dlaczego i po co mamy wypełniać jakieś postanowienia, z jakiego powodu mamy nie jeść mięsa i dlaczego mamy nie brać udziału w hucznych uroczystościach”.

„Wielki Post jest dla mnie oczekiwaniem na zmartwychwstanie. Każdego roku uczęszczam na nabożeństwa związane z tym okresem. Co roku mam problem z postanowieniem. Nie mam wystarczającej mobilizacji do tego, by w nim wytrwać do końca...”.

„Wielki Post w moim życiu to droga krzyżowa, gorzkie żale, wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych w środy i piątki, postanowienia, rekolekcje wielkopostne...”.

Początek i czas trwania Wielkiego Postu

Wielki Post jest czasem przygotowania do najważniejszego wydarzenia w roku liturgicznym – uroczystości Zmartwychwstania Jezusa Chrystusa. Okres ten rozpoczyna **Środa Popielcowa** z obrzędem posypania głów popiołem, który przypomina o przemijaniu ludzkiego życia i o konieczności nawrócenia. Wielki Post trwa **40 dni** (liczonych bez niedziel), w nawiązaniu do czterdziestodniowego pobytu Chrystusa na pustyni (Łk 4,2).



Wielki Post czasem pokuty

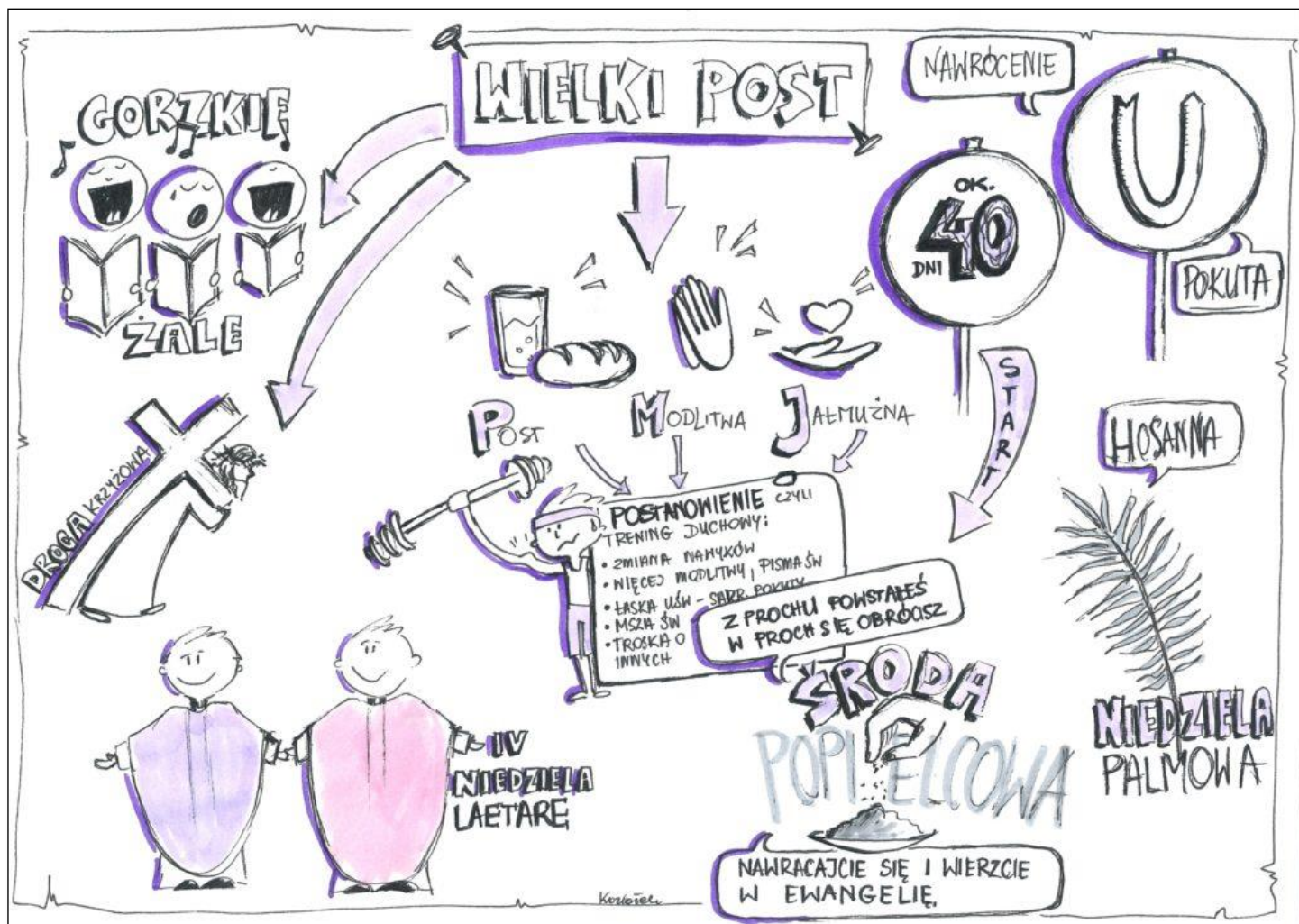
Wielki Post, tak jak każdy piątek w ciągu całego roku, jest czasem pokuty, dlatego chrześcijanie praktykują wtedy różne formy umartwienia, między innymi nie uczestniczą w dyskotekach i innych hucznych imprezach rozrywkowych. Biorą zaś udział w nabożeństwach wielkopostnych (Droga Krzyżowa i Gorzkie żale), a także w rekolekcjach zakończonych przystąpieniem do sakramentu pokuty i pojednania. W Środę Popielcową i w Wielki Piątek katolików obowiązuje post ścisły. Szczególnym wyrazem dobrego przeżywania Wielkiego Postu jest praktykowanie najważniejszych dobrych uczynków: modlitwy, postu i jałmużny.

Zadanie:



Kliknij:

<https://learningapps.org/view746081>



Zadanie – Odpowiedz na pytania.

Do jakiego wydarzenia przygotowuje Wielki Post?

Jak długo trwa okres Wielkiego Postu i dlaczego?

Kiedy i w jaki sposób rozpoczyna się Wielki Post?

Jak zachowuję się chrześcijanie	
Jak nazywają się nabożeństwa wielkopostne?	
W jakie dni obowiązuje post ścisły?	
Jakie są najważniejsze dobre uczynki?	

Zapamiętaj!

Wielki Post trwa 40 dni i jest czasem przygotowania do świąt Wielkanocy. Okres ten rozpoczyna się w środę popielcową. Charakterystycznymi nabożeństwami Wielkiego Postu są Droga Krzyżowa i Gorzkie Żale. W tym czasie katolicy powstrzymują się od udziału w zabawach, uczestniczą w rekolekcjach oraz przystępują do sakramentu pokuty i pojednania.

Zadanie:



Kliknij:

<https://learningapps.org/view2097843>

Modlitwa

Panie Jezu, w nadchodzącym Wielkim Poście pragnę zmienić swoje życie na lepsze. Pragnę odwrócić się od zła i przybliżyć się do Ciebie. Panie, pomóż mi podjąć dobre postanowienie i wytrwać w nim przez czas Wielkiego Postu ku

Twojej chwale i dla mojego zbawienia.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami (3x).



Serial na weekend – zwiastun:



Wszystkie odcinki:

https://www.youtube.com/watch?v=LyZj1IAY1_c&list=PLVdrvbY9AVQqxWLFbR5k7RDkp3ZGI9Ez7&index=1

Wielki Post



Źródła grafik:

<http://katechezawizualna.pl/wp-content/uploads/2019/03/wielki-post--1024x726.jpg>

<https://pixabay.com/pl/photos/wielki-post-popielec-4808839/>

<https://www.parafiabatorz.pl/wp-content/uploads/2020/03/Wileki-post.png>

https://www.kalendarzrolnikow.pl/upload/image/wielki_post.jpg

<https://1.bp.blogspot.com/-2lnvswZibEY/XHw9cgZfvLI/AAAAAAAAABYk/-luk87w9W6lcPEYnwUdjIt28w2nOT-QGQLcBGAs/s1600/szpieg%2BWielki%2BPost%2Bma%25C5%2582e.png>