Отдел религиозного образования и катехизации Туровской епархии

**План-конспект урока в воскресной школе**

**для детей среднего и старшего возраста**

**«Рождественский пост»**

**(из серии методических разработок «Рождество Христово»**

Составитель: Сенько Д. О.,

методист ОРОиК Туровской епархии

Калинковичи, 2020

**Урок 1**

**Тема: «Рождественский пост»**

**Цель:** познакомить учащихся с особым зимним временем православного календаря – Рождественским постом; cодействовать формированию представления о необходимости самопознания и самоисправления.

**Материал к уроку:**

1. Икона Рождество Христово
2. Икона апостола Филиппа
3. Высказывание «Пост в соединении с молитвой - это два крыла, которыми только и можно возлететь на высоту добродетели»
4. Видеосюжет с телеканала «Радость моя» «Апостол Филипп» <https://www.youtube.com/watch?v=fFgFfZFmpfw>
5. Раздаточный материал: задание 1 «Время поста», «Составляющие поста», задание 2 «Грехи и добродетели», бланк письма

**Ход урока**

***Молитвы перед учением***

*На доске – икона Рождество Христово*

**Учитель:** Здравствуйте, дорогие ребята! Слава Тебе, Господи! Слава Тебе! Именно с таких слов хочется начать наш урок сегодня. Вот и наступило то удивительного времени, которое приблизит нас к великому светлому празднику – Рождеству Христову! И это время, как вы догадались – время поста. Возвеселимся же мы и порадуемся. Неспроста Церковь, для того чтоб возвысить нашу радость в рождественские дни, учредила перед ними пост, чтобы, вступая в них, мы ощутили полную радость явившегося в мир Сына Божия и чтобы, кроме обычных даров и жертв, принести Ему наше чистое сердце и желание следовать Его учению. Тема нашего урока «Рождественский пост». Сегодня мы с вами постараемся разобраться, почему так важно и необходимо поститься перед Рождеством.

 – До Рождества Христова еще далеко... Сейчас конец ноября. Впереди декабрь, кажется, что уже совсем скоро новогодние каникулы – праздник радости и света. Ожидание Нового года и Рождества Христова всегда предвкушение чуда, подарков, хороших перемен… Магазины перед праздником наполняются весёлой суетой, родные и друзья приходят в гости и поздравляют. И вот посреди этого веселья Церковь из года в год говорит нам, что время перед Рождеством – не для гуляний и веселья, а… для поста. Зачем накануне такого радостного праздника изнурять себя воздержанием? Ради чего это делается? *(Ответы учащихся)*

– На протяжении веков в Церкви сформировалась очень интересная практика: самые важные дни церковного календаря так или иначе предваряются постом. Не является исключением и Рождество – этому празднику предшествует сорокадневный период, который в Православии начинается 28 ноября и заканчивается Сочельником, 6 января. Давайте же попытаемся разобраться, о чём хочет сказать нам Церковь, установив перед Рождеством целых сорок постных дней.

– Вы уже знаете, что пост – понятие многогранное. С одной стороны, это время повышенного внимания к своему внутреннему миру, время исправления и очищения. С другой стороны, это период подготовки к чему-то очень важному. Рождественский пост очень древний. Он восходит к первым векам христианства. Раньше его называли Филипповым постом, потому что начинался он в день памяти апостола Филиппа, 28 ноября.

**Задание 1: Заполните таблицы***(раздаточный материал в приложении 1)*

**«Время поста»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название поста** | Рождественский |
| **Второе название поста** | Филиппов |
| **Дата начала и окончания поста** | 28 ноября – 6 января |
| **Количество дней** | 40 |
| **К какому празднику ведёт нас этот пост?** | К Рождеству Христову |
| **Памятные даты поста** | 4 декабря – Праздник Введения во храм Пресвятой Богородицы  7 декабря – День памяти святой великомученицы Екатерины  19 декабря – День святителя Николая Чудотворца  6 января –Навечерие Рождества Христова. Рождественский сочельник |

**«Составляющие поста»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Духовная часть** | **Телесная часть** |
| Молитва, таинство Покаяния и Причащения, борьба со страстями, смирение, терпение и др. | Ограничения не только в еде, но и в компьютере, телефоне, телевизоре и др. |

*(карточки-подсказки по теме «Сочельник» см. в конце методического пособия).*

**Учитель:** Иногда нам кажется, что радость и пост – понятия несовместимые. Но это не так. Наоборот, когда человек начинает внимательно относиться к своему внутреннему миру, его душа становится светлее, а жизнь – более осмысленной. Преодолевая свои большие и мелкие страсти, мы испытываем радость от победы над ними. Не нагрубить дома и в школе, простить того, кто нас обидел, промолчать, если нас провоцируют на ссору, – разве не испытываем мы радость в тот момент, когда преодолеваем себя? *(Ответы учащихся)* Во время поста человек призван измениться!

–Ребята, как вы понимаете слова церковного канона: «Постящеся, братие, телесне, постимся и духовне»? *(Ответы учащихся)*

– Пост телесный без поста духовного ничего не приносит для спасения души. Истинный пост связан с молитвой, покаянием, с воздержанием от страстей и пороков, искоренением злых дел, прощением обид. Пост не цель, а средство — средство очистить себя от грехов.

|  |
| --- |
| ***«Пост в соединении с молитвой – это два крыла, которыми только и можно возлететь на высоту добродетели»***  *преп. Петр Дамаскин* |

**Задание 2** *(см. Приложение 2)*

**3 факта, связанных с Рождественским постом:**

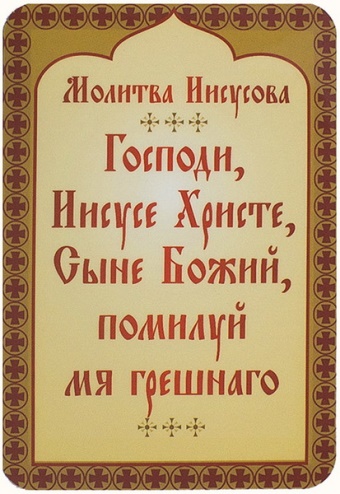
**1.** Филипп, как и большинство апостолов, был родом из Галилеи — северной провинции Палестины. Именно он, согласно Евангелию от Иоанна, привёл ко Христу апостола Нафанаила (Ин 1:46); он участвовал в раздаче пяти тысячам человек хлебов, умножившихся по слову Господа (Ин 6:5–13); он привёл к Нему эллинов, желавших видеть Христа (Ин 12:21–22); во время Тайной Вечери он желал увидеть Отца и получил от Господа Иисуса знаменательный ответ: Сколько времени Я с вами, и ты не знаешь Меня, Филипп? Видевший Меня видел Отца (Ин 14:8–9). После Вознесения Господа апостол Филипп проповедовал в Галилее, а затем в Греции среди местных евреев. Об этом прослышал иудейский первосвященник и прибыл в Грецию, чтобы пресечь деятельность Филиппа, но тот прилюдно обличил первосвященника в подкупе стражников, которые охраняли Гроб Господень, и в повелении им лгать, будто тело Христово похитили и скрыли Его ученики. Странствовал апостол и по другим землям, всюду проповедуя Евангелие и много страдая: Филиппа и его сестру Мариамну, с которой он путешествовал, побивали камнями, сажали в тюрьму, изгоняли из селений. Скончался апостол Филипп в городе Иераполе Фригийском, где перед этим умертвил огромную змею, которой местные жители выстроили храм как божеству. Он был распят на кресте вместе с апостолом Варфоломеем, который, в отличие от Филиппа, остался жив и дошёл с проповедью о Христе до Армении.

**2.** Начиная с 4 декабря — праздника Введения во храм Пресвятой Богородицы, на одной из частей вечернего богослужения, утрене, хор начинает петь рождественские катавасии — короткие стихословия, которые припеваются в конце каждой из восьми песней богослужебного канона. «Христос рождается — славите; Христос с небес — срящите (встречайте. — Прим. ред.); Христос на земли — возноситеся! Пойте Господеви, вся земля, и воспойте людие, яко прославися», — так звучит первая из цикла катавасий, и мы чувствуем: Рождество уже на пороге. Вдобавок на праздничных службах периода подготовки к Рождеству, например, 19 декабря, в день памяти Николая Чудотворца, на утрене поются особенные рождественские стихиры.

**3.** Два последних воскресных дня, предшествующих Рождеству, называются Неделями святых праотцев и святых отцов. Святые праотцы — это ветхозаветные праведники: Ной, Авраам, Исаак, Иаков и другие, которые провели жизнь в послушании и доверии Богу и этим внесли свой человеческий вклад в подготовку пришествия Христова. А под святыми отцами Церковь в данном случае подразумевает непосредственных сродников Христовых по плоти, начиная от Давида и заканчивая праведным Иосифом, названым отцом Господа Иисуса. В это воскресенье на литургии читается родословие Иисуса Христа из Евангелия от Матфея: Авраам родил Исаака; Исаак родил Иакова; Иаков родил Иуду и братьев его… — и так далее.

**Учитель:** Я думаю, что все вы запомнили второе название Рождественского поста, Филиппов пост. Теперь давайте узнаем, чем прославился этот апостол, посмотрев видеосюжет с телеканала «Радость моя» «Апостол Филипп» <https://www.youtube.com/watch?v=fFgFfZFmpfw>

*(Обсуждение видеосюжета)*

**Учитель:** Радость праздника Рождества и поста, который ведёт к нему, – это радость встречи с Христом. Рождество открывает одну из самых главных истин христианства – истину о том, что Бог ради спасения человека стал одним из нас. Ради победы над смертью Он пришёл в наш мир. Рождественский пост подготавливает нас к принятию очень важной истины – благой вести о Воплощении Бога. И если бы этого не произошло, то не было бы ни Воскресения, ни победы над смертью. Наконец, самое главное: если бы не было Рождества, то не было бы и нашего спасения! Ведь оно свершилось не только на Голгофе или в Гефсиманском саду. Дело нашего спасения от смерти уже началось, когда в убогой пещере на окраине Вифлеема родился Христос. И именно Ему навстречу идёт человек на протяжении всего Рождественского поста.

— Многие из вас знают, что молитва – это и есть живое общение с Богом. Многие из вас ежедневно читают утреннее и вечернее правило. Но, когда вы собираетесь помолиться, надо понять: хочется вам побыть и пообщаться с Богом через молитвенное правило или нет? И, если у вас нет желания уделить Богу десять-пятнадцать минут за день, пожалуй, стоит спросить себя: каковы же мои настоящие чувства к Господу? Подумайте, поступили бы вы так по отношению к своим родителям, друзьям? Чтобы мы с вами могли приблизиться к спасению, чтобы нам не было так трудно идти по дороге поста, мы должны постоянно держать в своих мыслях краткую молитвочку. Давайте вспомним слова кратких молитв, которыми мы можем помолиться в любое время, особенно в эти дни.

**Краткие молитвы:**

– Покаянные: «Господи, помилуй», «Господи, прости».

– Просительные «Господи, благослови».

– Славословные: «Слава Тебе, Господи…».

— От всей души хочу пожелать вам провести с любовью и вниманием эти предрождественские дни. Попытайтесь всем сердцем принять приближающийся праздник Рождества Христова! Постарайтесь принести к яселькам Богомладенца огоньки веры, любви и милосердия. Пусть ваши мысли будут светлыми, а молитва искренняя. Если мы постараемся для Господа, то Он наполнит душу радостью, испытав которую однажды, каждый будет стараться вернуться к ней снова и снова!

— У меня для вас есть необычное домашнее задание. Вы должны подумать и написать, как у вас произошла первая встреча с Богом. *(Бланк письма в приложении 3)*

***Молитвы после учения***

***Приложение 1: Задание 1***

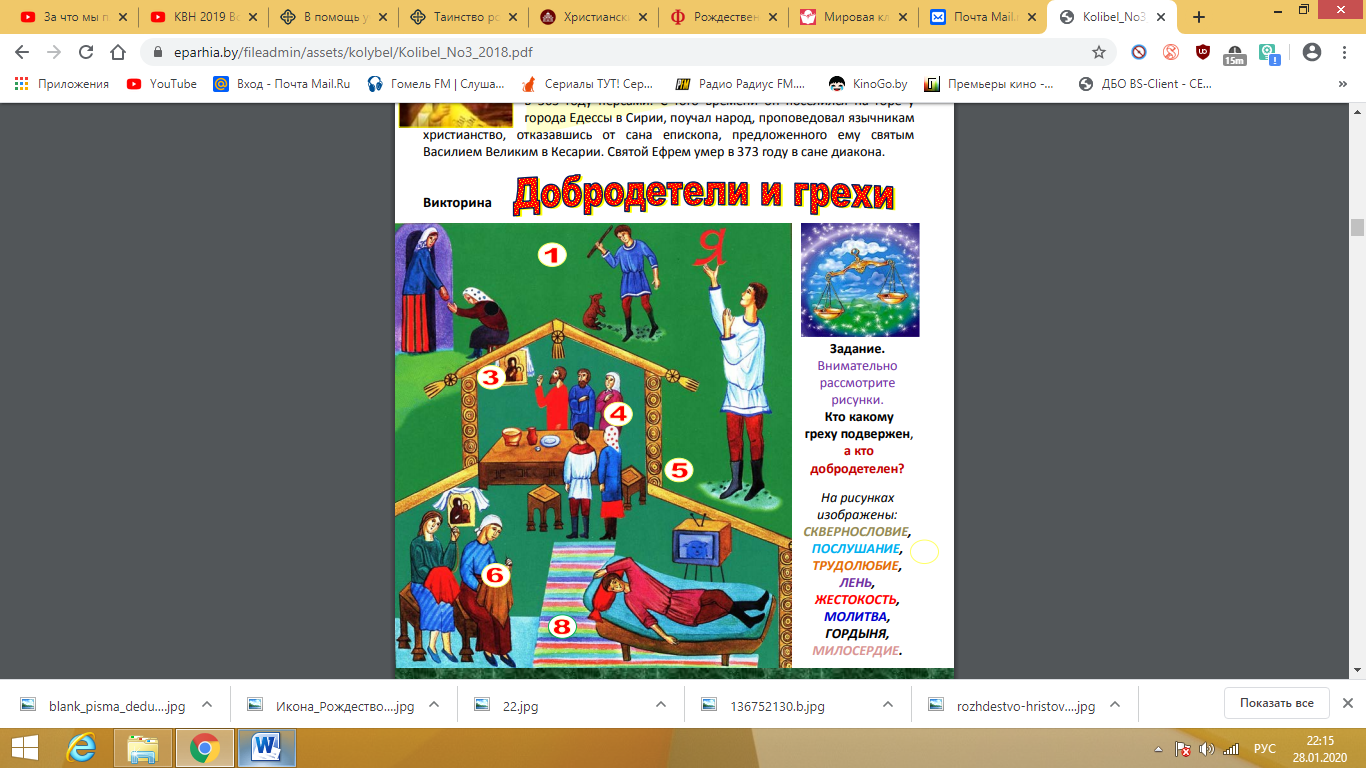
**«Время поста»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название поста** |  |
| **Второе название поста** |  |
| **Дата начала и окончания поста** |  |
| **Количество дней** |  |
| **К какому празднику ведёт нас этот пост?** |  |
| **Памятные даты поста** | 4 декабря –  7 декабря –  19 декабря –  6 января – |

**«Составляющие поста»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Духовная часть** | **Телесная часть** |
|  |  |

***Приложение 2: Задание 2.*** Подумай, какому греху ты подвержен? Над какими добродетелями необходимо больше работать?



*****Приложение 3:******Бланк письма***