

Τίθε φως να γίνω φως
Τίθε αέρας ν' αναπνεύσω
Ριφιφι



imgre.gr

Παρέα Προσχολικής Ηλικίας
Κάθε Σάββατο 11 π.μ. Ευαγγελίστρια
Έναρξη 29 Σεπτεμβρίου 2024

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΚΑΤΗΧΗΤΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ
Γρεβενά 2025

Εισαγωγικό Σημείωμα

Το βοήθημα αυτό γεννήθηκε μέσα από την καρδιά της διακονίας μας στα κατηχητικά της Ιεράς Μητροπόλεως Γρεβενών και μέσα από την καθημερινή μας εμπειρία ως μητέρες. Είμαστε δύο κατηγήτριες και μητέρες· η Δέσποινα Βλαχούδη, μητέρα δύο παιδιών, και η Έλενα Καραγιάννη, πρεσβυτέρα και μητέρα έξι παιδιών.

Η αφετηρία της δουλειάς μας δεν ήταν απλώς τα βιβλία ή οι θεωρίες, αλλά η ίδια η ζωή των παιδιών μας. Παρατηρώντας τα βήματα της ανάπτυξής τους, τις ανάγκες, τις απορίες και τις δυνατότητές τους, θελήσαμε να δημιουργήσουμε ένα κατηχητικό υλικό που να συνομιλεί αληθινά με τον κόσμο τους· να τους αγγίζει ουσιαστικά και να τους βοηθά να γνωρίσουν τον Χριστό με τρόπο ζωντανό, βιωματικό και χαρούμενο.

Η προσέγγισή μας στηρίχθηκε σε αρχές της Μοντεσσοριανής παιδαγωγικής, δίνοντας έμφαση στην **ελευθερία μέσα σε ένα οργανωμένο πλαίσιο**, στην **προσωπική συμμετοχή των παιδιών**, και στη **βιωματική μάθηση**. Θέλαμε το κατηχητικό να μην είναι απλώς ένα μάθημα, αλλά μια εμπειρία πίστης, αγάπης και ανακάλυψης.

Ευχόμαστε το υλικό αυτό να αποτελέσει ένα μικρό εργαλείο στα χέρια κάθε κατηγητή και κατηγήτριας, ώστε να φέρει τα παιδιά πιο κοντά στον Χριστό και στην Εκκλησία Του, με τρόπο απλό, αληθινό και γεμάτο χαρά.

Με εκτίμηση

Δέσποινα Βλαχούδη & Έλενα Καραγιάννη

Ιερά Μητρόπολη Γρεβενών



Μάθημα 1^ο

Προσευχή

1. Η Προσευχή ως Βιωματική Εμπειρία (εισαγωγικό μάθημα - γνωριμία)

Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας δεν κατανοούν αφηρημένες έννοιες, αλλά μπορούν να αισθανθούν τη ζεστασιά, την ηρεμία και τη σύνδεση με τον Θεό μέσα από συγκεκριμένες δράσεις. Ένα καλά διαμορφωμένο περιβάλλον προσευχής τα βοηθά να εισέλθουν φυσικά σε αυτή την πνευματική κατάσταση.

Οργάνωση ενός “Χώρου Προσευχής”

- Μια γωνιά της αίθουσας μπορεί να διαμορφωθεί ως “γωνιά προσευχής” με ένα μικρό τραπέζι που θα περιλαμβάνει ένα καντήλι, ένα θυμιατό, εικόνες και ένα σταυρό.
- Τα παιδιά μπορούν να έχουν πρόσβαση σε μικρά βιβλία προσευχών ή καρτέλες με σύντομες προσευχές προσαρμοσμένες στην ηλικία τους.

Η Προσευχή ως Ρουτίνα

- Πριν την έναρξη και τη λήξη του μαθήματος, τα παιδιά ενθαρρύνονται να πουν μια απλή προσευχή. (σε αυτή την ηλικία συνήθως μαθαίνουμε στα παιδιά να κάνουν σωστά το Σταυρό τους και το “ Πάτερ ημών”
- Η σιωπή πριν από την προσευχή τους επιτρέπει να ηρεμήσουν και να συνειδητοποιήσουν την παρουσία του Θεού.

2. Το Άναμμα του Καντηλιού

Το άναμμα του καντηλιού είναι μια πράξη που συναρπάζει τα παιδιά και τα βοηθά να κατανοήσουν τη συμβολική διάσταση του φωτός στην πίστη.

Πώς γίνεται η προσέγγιση

- Δείχνουμε στα παιδιά πώς να ανάβουν το καντήλι με σεβασμό και ηρεμία, εξηγώντας ότι το φως του θυμίζει την παρουσία του Χριστού.
- Μπορούν να πουν μια μικρή προσευχή όταν το ανάβουν, όπως: “Χριστέ , φως του κόσμου, φώτισε την καρδιά μου.”
- Αφήνουμε χρόνο για σιωπή και παρατήρηση της φλόγας, βοηθώντας τα να συνδεθούν με το μυστήριο της παρουσίας του Θεού.

3. Το Θυμίαμα – Η Προσευχή που Ανεβαίνει στον Ουρανό

Το θυμίαμα είναι μια αισθητηριακή εμπειρία που τραβάει την προσοχή των παιδιών. Η οσμή και η κίνηση του καπνού δημιουργούν μια ατμόσφαιρα μυσταγωγίας.

Πώς το εισάγουμε στα παιδιά

- Δείχνουμε πώς το θυμίαμα χρησιμοποιείται στην Εκκλησία και στο σπίτι.
- Τα παιδιά μπορούν να συμμετέχουν προσφέροντας κόκκους λιβανιού, λέγοντας μια μικρή προσευχή: “Κύριε, ας ανεβεί η προσευχή μου σαν το θυμίαμα σε Σένα.”
- Εξηγούμε ότι όπως ο καπνός ανεβαίνει, έτσι ανεβαίνουν και οι προσευχές μας στον Θεό.



Μαζί με τα παιδιά δημιουργούμε μια ρουτίνα για κάθε μας συνάντηση

4. Πώς Αυτές οι Πρακτικές Διδάσκουν την Προσευχή

Η επανάληψη αυτών των ενεργειών βοηθά τα παιδιά να αποκτήσουν μια προσωπική σχέση με την προσευχή.

Μέσα από αυτές τις εμπειρίες:

- Μαθαίνουν ότι η προσευχή δεν είναι μόνο λόγια αλλά και στάση καρδιάς.
- Νιώθουν την ηρεμία και τη χαρά της επικοινωνίας με τον Θεό.
- Συνδέουν την πίστη με τις αισθήσεις τους, κάτι που τα βοηθά να βιώσουν τη σχέση τους με τον Θεό με τρόπο φυσικό και

ουσιαστικό.

Όταν τα παιδιά συμμετέχουν ενεργά σε αυτές τις διαδικασίες, η προσευχή γίνεται μια φυσική και αγαπημένη συνήθεια στη ζωή τους.



Μέσα σε διάφορα δημητριακά και όσπρια τοποθετούμε θυμίαμα, καρβουνάκια, φυτιλάκια. Ζητούμε από τα παιδιά να τα αναγνωρίσουν

Μάθημα 2°

Η Δύναμη Της Προσευχής

1. Η Προσευχή ως Επικοινωνία με τον Θεό (πείραμα κατανόησης)

Ο διδακτικός σκοπός της πρώτης ενότητας είναι τα παιδιά να κατανοήσουν βιωματικά ότι η προσευχή μάς ενώνει με τον Θεό και μας βοηθά να μένουμε κοντά Του ακόμα και μέσα σε έναν κόσμο γεμάτο προκλήσεις και αμαρτία.

Βασικές έννοιες

- Η προσευχή ως σύνδεση με τον Θεό.
- Η προσευχή μας ενισχύει ώστε να μένουμε καθαροί και «ξεχωριστοί» μέσα στον κόσμο.
- Ο Χριστός μέσα μας μάς βοηθά να μη χανόμαστε ακόμα κι όταν όλα γύρω μας ταραάζονται.

Δομή μαθήματος

1. Το μάθημα ξεκινάει με προσευχή (Πάτερ ημών), άναμμα καντηλιού και θυμιάματος (η ρουτίνα που δημιουργήσαμε στο πρώτο μάθημα, η οποία θα επαναλαμβάνεται)
2. Προετοιμασία του χώρου (*Μοντεσσοριανή προσέγγιση: τάξη ήσυχη, τα υλικά έτοιμα, σεβασμός στο παιδί και στο περιβάλλον*)
 - Καθίσματα σε ημικύκλιο απέναντι από το τραπεζάκι.
 - Στο τραπεζάκι τοποθετημένα τα υλικά για το πείραμα:
 - ο Κανάτα με καθαρό νερό
 - ο Λάδι
 - ο Κόκκινο χρώμα ζαχαροπλαστικής ή νερομπογιά
 - ο Κουτάλι για ανάδευση
3. Εισαγωγή
 - Ο/η κατηχητής/τρια δίνοντας τον πρώτο λόγο στα παιδιά ρωτάει:
 - ο "Πότε νιώθεις ότι προσεύχεσαι πραγματικά;"
 - ο "Τι σημαίνει για σένα να μιλάς με τον Θεό;"(Αφήνουμε ελεύθερα τα παιδιά να εκφραστούν.)
4. Πείραμα – Οπτικοποίηση της δύναμης της προσευχής

Βήματα:

Το νερό: είναι ο κόσμος γύρω μας. Καθαρό, αλλά γεμάτο προκλήσεις (θα ακολουθήσουν στην πορεία)

Το λάδι: είμαστε εμείς που έχουμε μέσα μας τον Χριστό. Το ρίχνουμε στο νερό. Δεν αναμειγνύεται – **ξεχωρίζουμε** χάρη στον Χριστό.

Το κόκκινο χρώμα: συμβολίζει την αμαρτία, τον πόνο, την αδικία. Το ρίχνουμε στο μείγμα και ανακατεύουμε.

Παρατηρούμε: **Όλα φαίνονται μπερδεμένα... όμως, σε λίγο, το λάδι ανεβαίνει ξανά στην επιφάνεια.**

Συμπέρασμα: Όταν έχουμε τον Χριστό μέσα μας και προσευχόμαστε, ακόμα κι αν όλα γύρω μας ανακατευτούν, **ο Θεός μάς κρατά ψηλά.** (προσοχή να μην δημιουργήσουμε αίσθημα υπεροψίας, αλλά να διαχωρίζουμε την πνευματική ανύψωση με την υπεροχή)

5. Συζήτηση – Τι μάθαμε;

"Τι είδες στο πείραμα; Πώς σχετίζεται με τη ζωή μας;"

"Ένιωσες ποτέ ότι όλα ανακατεύονται μέσα σου; Τι σε βοηθά να μείνεις καθαρός/ή;"

"Πώς σε βοηθά η προσευχή;"



Εικόνες από το πείραμα

6. Η "Αλυσίδα της Προσευχής" – Ζωγραφική Δραστηριότητα

Έχουμε ετοιμάσει πάνω σε αν μεγάλο χαρτόνι μια «αλυσίδα» με παιδικές φιγούρες που πιάνονται χέρι-χέρι

Ζητάμε από τα παιδιά να ζωγραφίσουν και να βάλουν χρώματα όπως τους αρέσει.

Κάθε παιδί-φιγούρα αποτελεί έναν κρίκο της αλυσίδας.

Όσο περισσότερες φιγούρες, τόσο πιο δυνατή η αλυσίδα.

Όλοι μαζί ενώνουμε τις προσευχές μας (συλλογική εμπειρία).

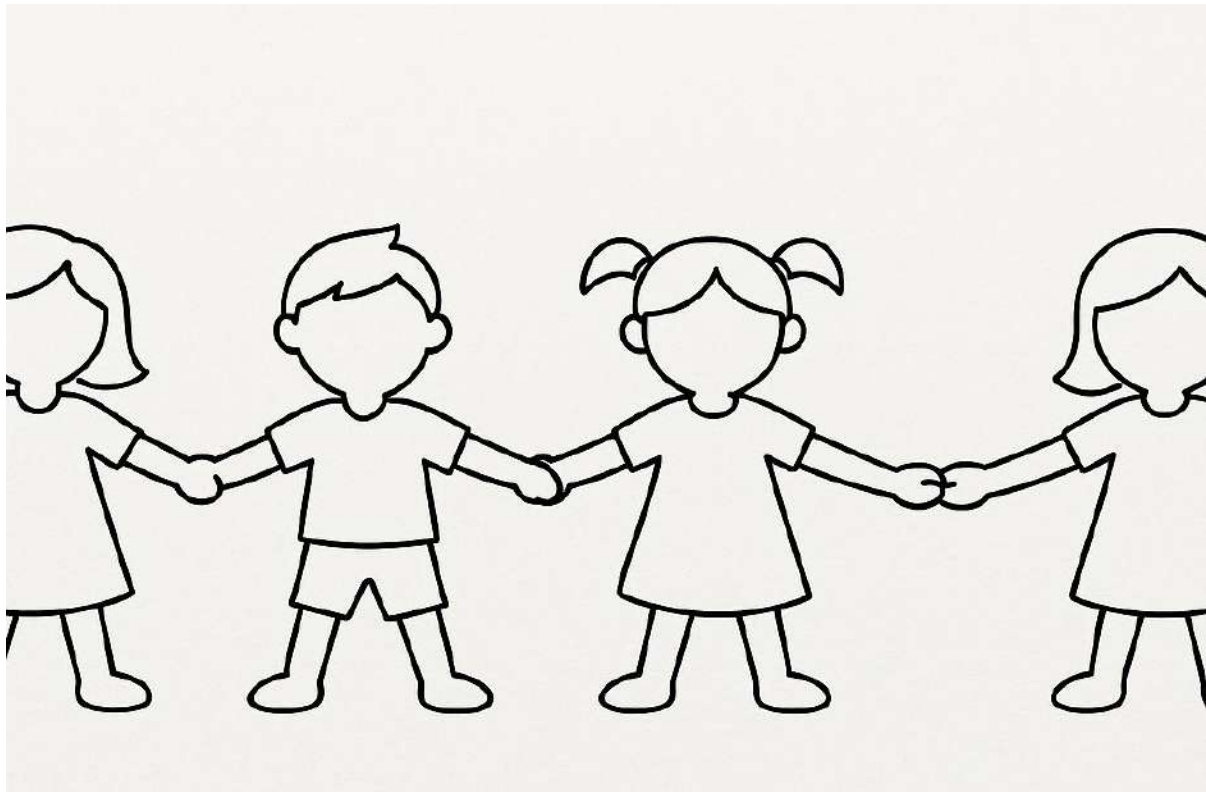
Ολοκληρώνεται η «αλυσίδα προσευχής» την οποία *κρεμάμε* στην τάξη.

Φτιάχνουμε ζωντανή την αλυσίδα, πιάνοντας όλοι τα χέρια μας σε κύκλο και ευχαριστούμε τον Θεό που είναι πάντα κοντά μας.

Ζητάμε να μας βοηθά να Τον κουβαλάμε πάντα μέσα μας και να προσευχόμαστε με πίστη.

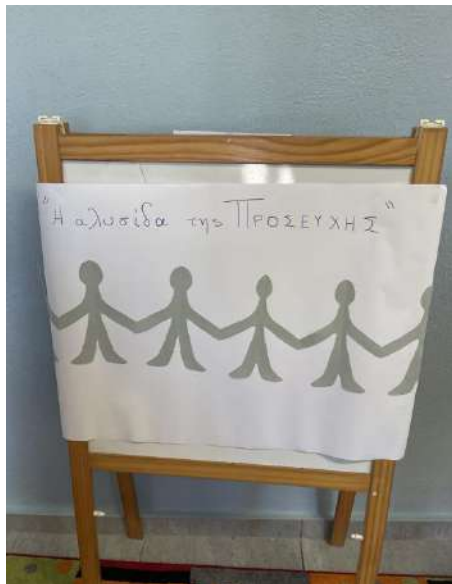
Προτεινόμενη φράση-κλειδί (για απομνημόνευση)

«Η προσευχή με ενώνει με τον Θεό και με δυναμώνει να μένω κοντά Του, ό,τι κι αν γίνεται γύρω μου.»



REPORT TITLE

Δείγμα εκτυπώσιμο για «αλυσίδα προσευχής»



Εικόνες από την αλυσίδα προσευχής