
ΙΣΛΑΜΙΚΗ ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ: ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΚΑΙ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Επίπεδο τάξης / Ηλικία 8-9 / 14-15ετών



[Prayer and Meditation] ©2023 by [Sharing Worldviews]: Sharing Worldviews is licensed under CC BY-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> Exceptions: see notes or picture credits; design elements, logos and icons not under free license



www.sharing-worldviews.com



Περιεχόμενο

Δεξιότητες/Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα	2
Τάξη/Ηλικία	2
Διάρκεια	2
Περιγραφή βήμα-βήμα	3
Υλικό	4
Σταθμός 1	4
[M1] Κείμενο πληροφόρησης	4
[M2] Πότε προσευχόμαστε – Εργασίες	7
[M3] Πότε προσευχόμαστε – Ώρες προσευχής	8
Σταθμός 2	9
[M4] Πώς προσευχόμαστε – Εργασίες	9
[M5] Πώς προσευχόμαστε – Κάρτες με λέξεις	11
[M6] Πώς προσευχόμαστε – Κάρτες με προτάσεις και ζωγραφιές	11
[M7] Πώς προσευχόμαστε – Στάσεις προσευχής	Fehler! Textmarke nicht definiert.
[M8] Πώς προσευχόμαστε – Τελετουργικά αντικείμενα	13
Σταθμός 3	16
[M9] Πού προσευχόμαστε – Εργασίες	16
Πνευματικά δικαιώματα εικόνων	19



Ισλαμική Θρησκευτική Εκπαίδευση: Προσευχή και Διαλογισμός

Δεξιότητες/Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα

Οι μαθητές/τριες

- Να γνωρίζουν βασικές προσευχές και διαλογισμούς και να εξοικειώνονται με την πρακτική τους.
- Να μπορούν να ερμηνεύουν διαφορετικά είδη έκφρασης και να περιγράφουν τις στάσεις που σχετίζονται με αυτές στο άτομο όταν προσεύχεται/διαλογίζεται.
- να μπορούν να αντιστοιχίζουν τους κατάλληλους χώρους στις διάφορες μορφές προσευχής/διαλογισμού και να αντιμετωπίζουν κατάλληλα την εκάστοτε (λειτουργική) κατάσταση.
- να μπορούν να διακρίνουν μεταξύ διαφορετικών περιστάσεων και χρόνου προσευχής.
- να μπορούν να ερμηνεύουν τα τελετουργικά στοιχεία της προσευχής/διαλογισμού και να τα κατανοούν ως βοηθήματα για την εμπλοκή στον ζωποιοό χαρακτήρα της προσευχής/διαλογισμού.

2

Επίπεδο τάξης / Ηλικία

8-9 /14-15 ετών

Διάρκεια

120 λεπτά



Προετοιμασία

- Ετοιμάστε τρία τραπέζια σε διαφορετικές γωνίες της τάξης («σταθμοί»). Ονομάστε τους ως ακολούθως:
 - Σταθμός 1 – Πότε να προσευχόμαστε
 - Σταθμός 2 – Πώς να προσευχόμαστε
 - Σταθμός 3 – Πού να προσευχόμαστε
- Να μοιράσετε στα τραπέζια το αντίστοιχο υλικό.
- Φέρτε ένα κουδούνι.
- Φέρτε όσα περισσότερα μπορείτε από τα αντικείμενα του **M8**.

Περιγραφή Βήμα-βήμα

- Τοποθέτησε τους μαθητές/τις μαθήτριες να καθίσουν σε κύκλο.
- Διάβασε το κείμενο της προσευχής/διαλογισμού που επιλέχθηκε (από το **M1**) και ζήτησε από τους μαθητές/τις μαθήτριες να μοιραστούν τις προσωπικές τους εμπειρίες πάνω σε αυτή την προσευχή/διαλογισμό.
- Εξήγησε ότι σε αυτό το μάθημα θα διερευνήσουν διαφορετικές απόψεις για την προσευχή/διαλογισμό και γράψε στον πίνακα τις κατηγορίες : τρόπος (πώς προσευχόμαστε), τόπος (πού προσευχόμαστε) και χρόνος (πότε προσευχόμαστε).
- Εξήγησε ότι τα αποτελέσματα θα συγκεντρωθούν και θα παρουσιαστούν την Ημέρα Συνάντησης. Στόχος είναι να παρουσιαστεί μια προσευχή/διαλογισμός σε άλλους/ες.
- Χώρισε τους συμμετέχοντες σε 3 ομάδες για να εργαστούν στην ενότητα αυτή.
- Ζήτησε από κάθε ομάδα να αρχίσει σε ένα διαφορετικό σταθμό εργασίας.
- Αφήστε τους να εργαστούν στο σταθμό για περίπου 15-20 λεπτά. Τότε χτυπήστε το κουδούνι για να μετακινηθούν στον επόμενο σταθμό. Επαναλάβετε το τελικό βήμα έως κάθε ομάδα έχει επισκεφθεί τον κάθε σταθμό (3 φορές).
- Αφήστε όλους/ες τους/τις μαθητές/τριες να πάνε στις θέσεις τους.
- Κρεμάστε ένα άδειο ποστερ πάνω στον πίνακα. Στη μέση του υπάρχει μόνο το κείμενο της επιλεγμένης προσευχής (από το **M1**).
- Ζητήστε από τους/τις μαθητές/τριες να συμπληρώσουν το πόστερ με πληροφορίες που συνέλεξαν στους σταθμούς. Δώστε τους υλικά από τους σταθμούς για να τα κολλάνε πάνω στο πόστερ όταν ένας μαθητής/μια μαθήτρια αναφέρεται σε αυτά.
- Χρησιμοποιήστε το ποστερ για να παρουσιάσετε την προσευχή σας κατά την Ημέρα Συνάντησης.
- Στο τέλος του μαθήματος διαβάστε όλοι/ες μαζί δυνατά την προσευχή



Υλικά

Σταθμός 1

[M1] Κείμενο

Προσευχή στο Ισλάμ

Salat ή salah

Η προσευχή στο Ισλάμ είναι μια σημαντική υποχρέωση για τον πιστό. Είναι πρωτίστως λατρεία προς τον Θεό, με την οποία ο πιστός εκφράζει την ευγνωμοσύνη του για τις ευλογίες του Θεού στη ζωή του. Η προσευχή μπορεί να περιγραφεί σαν μια στάση με βαθύ σεβασμό, μπροστά στον Αλλάχ, που δείχνει ευλάβεια. Η προσευχή εκπληρώνει όμως και λειτουργίες όσον αφορά τον πιστό. Η προσευχή μπορεί να προστατεύσει από το κακό και να αποτρέψει την αμαρτία.

Υπάρχουν διάφορες τυπικές προσευχής στο Ισλάμ. Υπάρχει η προσευχή της Παρασκευής, ειδικές προσευχές για θρησκευτικές γιορτές και προσευχές για κηδείες. Ωστόσο, η πιο σημαντική προσευχή για έναν μουσουλμάνο είναι η καθημερινή προσευχή, την οποία κάθε ενήλικος πιστός υποχρεούται να απαγγέλλει πέντε φορές την ημέρα.

Πώς προσευχόμαστε;

Πριν από την προσευχή, είναι σημαντικό για έναν μουσουλμάνο να εξαγνιστεί. Το πλύσιμο (wudu) είναι ένας τελετουργικός καθαρισμός που περιλαμβάνει και την εσωτερική στάση. Αφού επικαλείστε τον Θεό, πλένετε πρώτα τα χέρια σας τρεις φορές, καθώς και το στόμα, τη μύτη και το πρόσωπό σας. Στη συνέχεια τα χέρια, το κεφάλι, τα αυτιά και τέλος τα πόδια. Μια τελευταία επίκληση στον Θεό ολοκληρώνει την πλύση. Τα ρούχα που φοράτε κατά τη διάρκεια της προσευχής πρέπει να είναι κατάλληλα- υπάρχουν διαφορετικοί κανόνες για τους άνδρες και τις γυναίκες. Το άγγιγμα του βρώμικου εδάφους δεν πρέπει να μολύνει την προσευχή, γι' αυτό και πρέπει να χρησιμοποιείται ένα χαλί προσευχής, το οποίο υποδεικνύει επίσης τη σωστή κατεύθυνση της προσευχής (προς τη Μέκκα). Η ίδια η προσευχή αποτελείται από διάφορες στάσεις προσευχής στις οποίες αντιστοιχούν ορισμένα κείμενα.

Πότε προσευχόμαστε;

Οι διάφορες ώρες προσευχής κατανέμονται κατά τη διάρκεια της ημέρας ως εξής: Fajr (προσευχή της αυγής), Dhuhir (μεσημεριανή προσευχή), Asr (απογευματινή προσευχή), Maghreb (προσευχή του ηλιοβασιλέματος) και Isha (νυχτερινή προσευχή). Κάθε επιμέρους προσευχή αποτελείται από διαφορετικό αριθμό υποχρεωτικών και μη υποχρεωτικών τμημάτων. Διευκρινίζεται ποιες προσευχές πρέπει να διαβάζονται φωναχτά, τότε και από ποιον, και ποιες πρέπει να διαβάζονται σιωπηλά.

Πού προσευχόμαστε;

Μπορεί να προσευχηθεί κανείς μόνος του είτε στην κοινότητα του τζαμιού υπό την καθοδήγηση ενός ιμάμη.



1. Όρθιος, με τα χέρια υψωμένα

Allahu Akbar

(Ο Αλλάχ είναι Μεγαλοδύναμος)

2. Τα χέρια στο στήθος, το δεξί χέρι πάνω από το αριστερό

A'oothu billaahi minash-shaytanir-rajeem

(Ζητώ καταφύγιο στον Αλλάχ από τον Σατανά τον καταραμένο.)

Bismillaahir-rahmaanir-raheem

(Στο όνομα του Αλλάχ, του Πανάγαθου, του Ελεήμονος)

Al-hamdu lillaahi rabbil 'aalameen

(Δόξα στον Αλλάχ, τον Κύριο των Κόσμων)

Ar-rahmaanir-raheem

(Ο Πανάγαθος, ο Ελεήμων)

Maaliki yawmiddeen

(Μόνο εσένα προσκυνούμε και μόνο από εσένα ζητάμε βοήθεια)

Ihdinassiraatal mustaqeem

(Οδήγησέ μας στο ίσιο μονοπάτι)

Ghayril maghdoobi 'alayhim

(Όχι στο δρόμο εκείνων που έχουν κερδίσει την οργή Σου.)

Waladdaalleen

(Ούτε από εκείνους που έχουν πάει μακριά)

Aameen

(Ω Αλλάχ απάντησε στην προσευχή μας!)

3. Όρθιοι, με τα χέρια υψωμένα

Allahu Akbar (Ο Αλλάχ είναι Μεγαλοδύναμος)

4. Σκύβοντας

3x Subhaana rabbiyal 'atheem

(Δόξα στον Κύριό μου τον Υπέρτατο)



5. Όρθιοι, με τα χέρια υψωμένα

Sami'-Allaahu liman hamidah
(Ο Αλλάχ ακούει αυτόν που Τον δοξάζει.)

6. Όρθιοι με τα χέρια στα πλευρά σου

Rabbanaa wa lakal hamd
(Κυρίε μας, και σε Εσένα ανήκει ο έπαινος)

7. Θέση προσκύνησης, η μύτη και το μέτωπο αγγίζουν το έδαφος.

Allahu Akbar
(Allah is Greatest)

Subhaana rabbiyal 'alaa
(Glory be to my Lord Most High)

8. Καθισμένος (στον αριστερό μηρό σας)

Allahu Akbar
(Ο Αλλάχ είναι Μεγαλοδύναμος)

3x Rabbighfirlee
(Ω Αλλάχ, συγχώρεσέ με)

9. Θέση προσκύνησης

Allahu Akbar
(Ο Αλλάχ είναι Μεγαλοδύναμο)

Subhaana rabbiyal 'alaa
(Δόξα στον Κύριό μου τον Ύψιστο)

Η προσευχή ακολουθείται από μια δεύτερη ή περισσότερες προσευχές ανάλογα με την ώρα της ημέρας.



[M2] Πότε προσευχόμαστε – Εργασίες

1. Διάβασε το κείμενο [M1] και υπογράμμισε όλες τις πληροφορίες για τις ώρες απαγγελίας της Κυριακής Προσευχής. Γράψε τις στις σειρές παρακάτω. Πότε προσεύχεσαι εσύ; Γράψε τις ώρες πάνω στα φύλλα εργασίας [M2] και [M3].

2. Μερικοί άνθρωποι προσεύχονται πιο συχνά από άλλους. Σκέψου πιθανούς λόγους. Συζήτησέ το στην ομάδα σου.

3. Μπορείς να θυμηθείς μια κατάσταση στην οποία βίωσες την προσευχή ως κάτι σημαντικό; Πότε ήταν αυτό; Περιέγραψε την κατάσταση και γράψε την στις γραμμές παρακάτω. Μετά εάν θέλεις, πες για αυτό στην ομάδα σου.



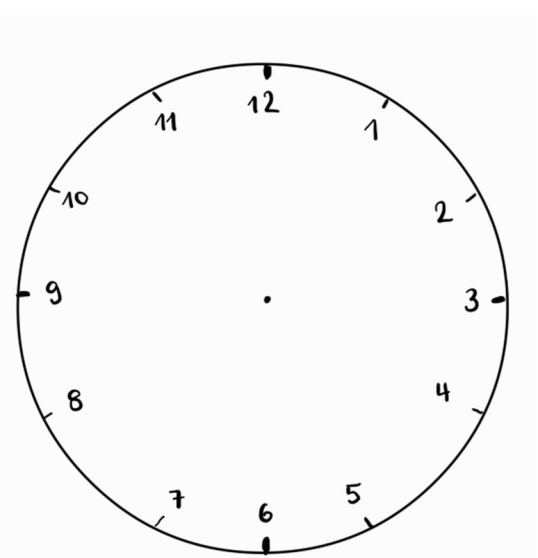
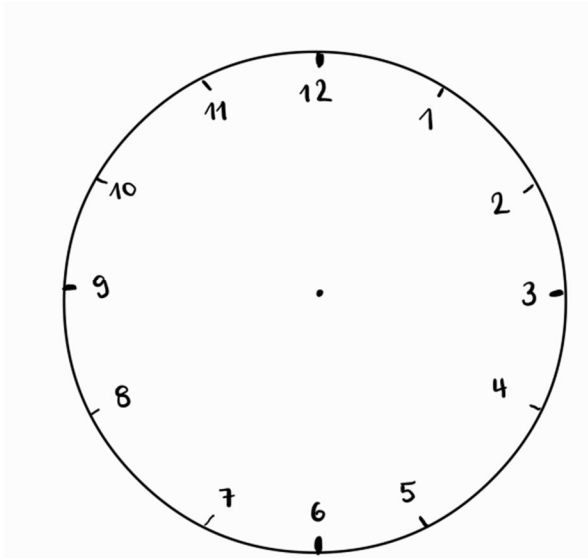
[M3] Πότε προσευχόμαστε – Ώρες προσευχής

Σημείωσε πάνω στα ρολόγια τι ώρες προσεύχεσαι.

Ωρα

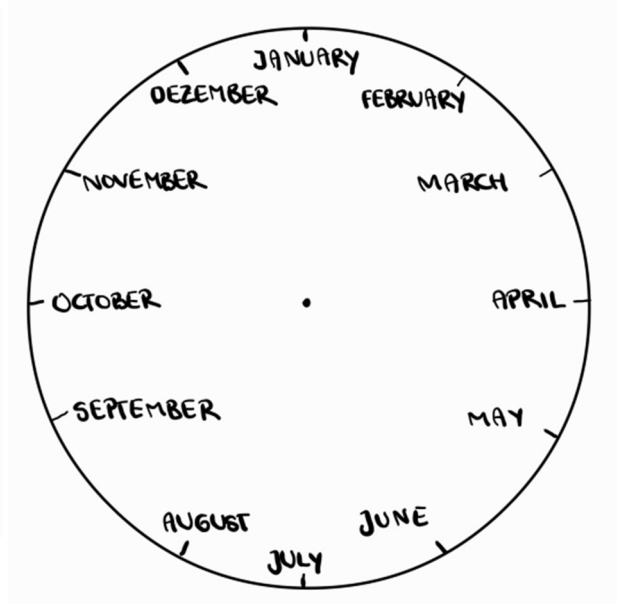
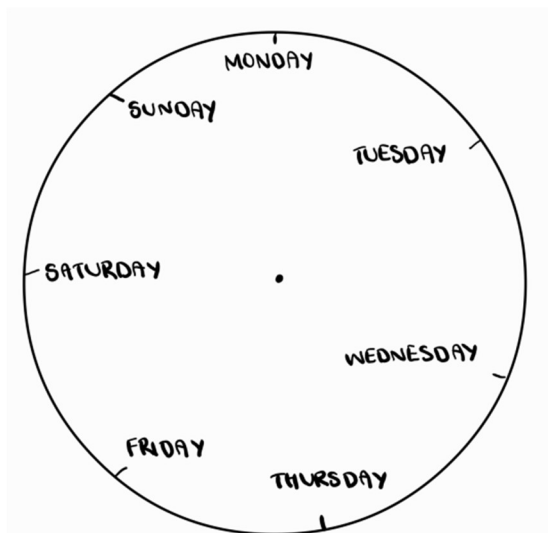
Ημέρα

Νύχτα



Ημέρες της εβδομάδας

Μήνες του έτους



Σταθμός 2

[M4] Πώς να προσεύχεσαι – Εργασίες

1. Αντιστοίχισε τις διαφορετικές στάσεις [M7] με τις κάρτες με τις λέξεις [M5] και τις κάρτες με τις προτάσεις [M6].

2. Κοίταξε τις διαφορετικές στάσεις [M7]. Ποιάν προτιμάς; Σε ποια στάση συγκεντρώνεσαι καλύτερα; Γιατί;



[M5] Πώς προσευχόμαστε – Λέξεις σε κάρτες

Όρθιος/α

Γονατιστός/η

Καθισμένος/η

Προσκυνώντας

[M6] Πώς προσευχόμαστε – Προτάσεις σε κάρτες και ζωγραφιές

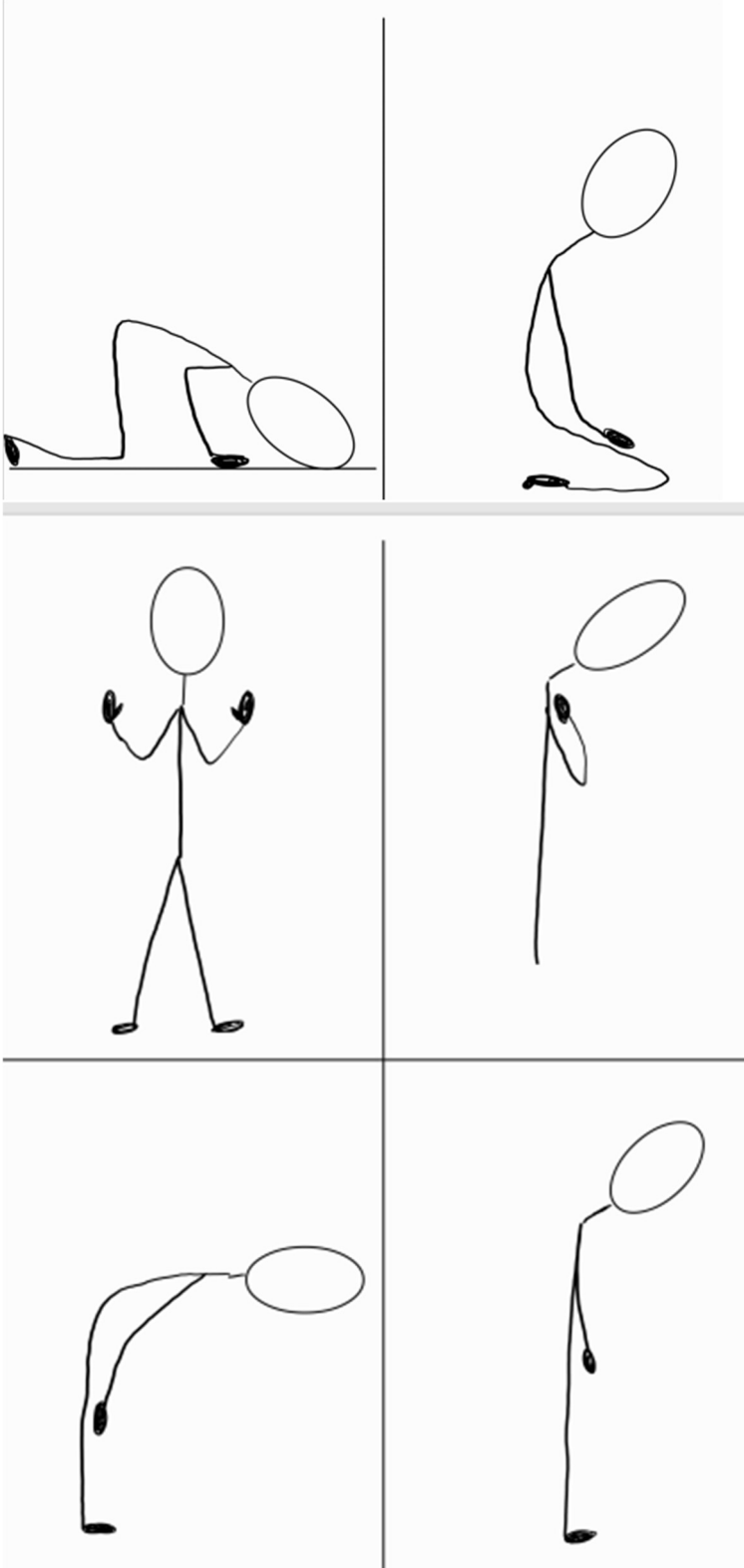
Αυτές οι κάρτες κειμένου δείχνουν μέρη της προσευχής. Τοποθετήστε τις μαζί με τις αντίστοιχες κάρτες με στάσεις (M7) και κάρτες με λέξεις (M5). Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όλες τις κάρτες πολλές φορές για να συνδυάσετε τα θήματα της προσευχής. Αν θέλετε, μπορείτε να συμπληρώσετε και άλλα μέρη της προσευχής που είναι σημαντικά για εσάς.

11

Ο Αλλάχ είναι Μεγαλοδύναμος.	Δόξα στον Αλλάχ, τον Κύριο των Κόσμων.	Δόξα στον Κύριό μου τον Υπέρτατο.
Κυρίε μας, και σε Εσένα ανήκει ο έπαινος.	Δόξα στον Κύριό μου τον Ύψιστο.	Ω, Αλλάχ συγχώρεσέ με.



[M7] Πώς προσεύχομαι – Στάσεις προσευχής



[M8] Πώς προσεύχομαι – Αντικείμενα



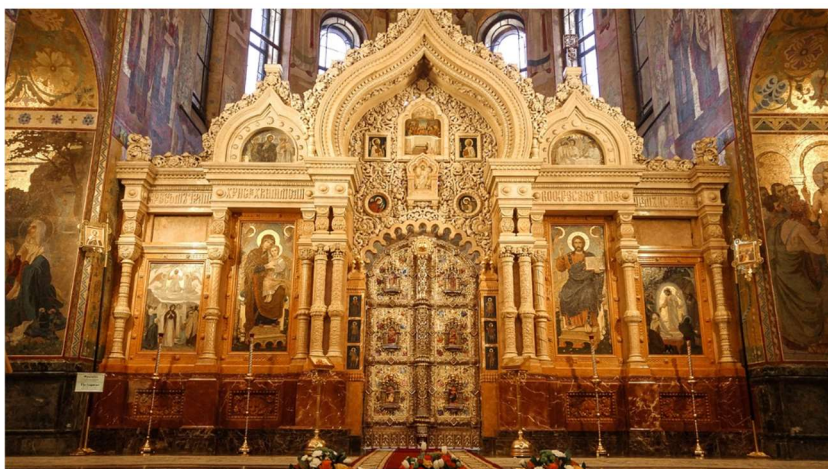
Εικ. 1: Μερικοί άνθρωποι ανάβουν κεριά όταν προσεύχονται



Τα σχοινιά (κομπολόγια) προσευχής χρησιμοποιούνται από πιστούς διαφόρων θρησκειών για να μετρούν τις επαναλήψεις της ίδιας ή παρόμοιων προσευχών, ύμνων ή επικλήσεων.

Εικ. 2: ροζάριο για την προσευχή των καθολικών χριστιανών
Εικ. 3: κομποσκοίνι για την προσευχή των ορθόδοξων
Εικ. 4: tesbih για την προσευχή των μουσουλμάνων





Κάποιοι πιστοί προσεύχονται
μπροστά σε εικόνες αγίων.

Εικ.5: Εικονοστάσι σε μια
ορθόδοξη εκκλησία



Οι δερμάτινες λωρίδες δένονται
πάνω στο μπράτσο ενός
ιουδαίου όταν προσεύχεται.

Εικ. 6: οι λωρίδες Tefillin στο
μπράτσο ενός άνδρα στο Δυτικό
τείχος της Ιερουσαλήμ.





Κάποιοι άνθρωποι καλύπτουν το κεφάλι τους και φορούν συγκεκριμένα ρούχα όταν προσεύχονται.

Εικ. 7: Ιουδαϊκό ρούχο προσευχής (tallit)

Εικ. 8: Ιουδαϊκό κάλυμμα κεφαλιού (kippah)



Το χαλάκι προσευχής προστατεύει το προσευχόμενο άτομο από την ακαθαρσία και δείχνει την κατεύθυνση της προσευχής.

Εικ. 9: μουσουλμανικό χαλάκι προσευχής.



[M10] Πού προσεύχεσαι; – Ζωγράφισε το αγαπημένο σου μέρος

Το μέρος όπου μου αρέσει περισσότερο να προσεύχομαι είναι :

17



[M11] Πού προσεύχεσαι; – Εικόνες τόπων προσευχής



Εικ.10



Εικ.11



Εικ.12



Πνευματικά Δικαιώματα Φωτογραφιών

Εικ. 1 Το έργο έχει δημοσιευτεί με άδεια της Pixabay

Picture from [Myriams-Fotos](#) on [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/h%C3%A4nde-offen-kerze-kerzenlicht-1926414/>

Εικ. 2 Το έργο έχει δημοσιευτεί με άδεια της Pixabay

Picture from [Myriams-Fotos](#) on [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/beten-rosenkranz-glaube-religion-1218506/>

Εικ. 3 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

Uploaded by Eugenio Hansen, OFS on

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=7103258>

Εικ. 4 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tespiph_fcm.jpg

Εικ. 5 Το έργο έχει δημοσιευτεί με άδεια της Pixabay

<https://pixabay.com/de/photos/russland-kathedrale-symbole-1940784/>

Εικ. 6 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

Uploaded by David Shankbone on

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tefillin_worn_by_a_man_at_the_Western_Wall_in_Jerusalem.jpg

Εικ. 7 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

Uploaded by Munjanja https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tallit_Gadol_Shawl.jpg

Εικ. 8 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

Uploaded by Gilabrand on <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=5079252>

Εικ. 9 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=31177845>

Εικ. 10 Το έργο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως ελεύθερο πνευματικών δικαιωμάτων για χρήση.

<https://openverse.org/image/5caecda5-84c8-4ad5-92f6-93b4a5e21d37?q=minaret>

Εικ. 11 Το έργο έχει δημοσιευτεί με άδεια της Pixabay

Picture from [Victoria](#) on [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/kinder-jungen-interieur-zimmer-3368016/>

Εικ. 12 Το έργο έχει δημοσιευτεί με άδεια της Pixabay

Bild von [Valentin](#) auf [Pixabay](#)

<https://pixabay.com/de/photos/wald-b%C3%A4ume-strahlen-der-sonne-1072828/>

