**PROPOZYCJA ZAJĘĆ ŚWIETLICOWYCH DLA KLAS VII-VIII**

**14-22.12.2020 r.**

**Temat tygodnia: To, co najważniejsze w Bożym Narodzeniu.**

„Noc cudów” najpiękniejsze tradycje wigilijne.

W Polsce tradycje bożonarodzeniowe i zwyczaje świąteczne są wspólne dla większości regionów. W wielu domach podczas kolacji wigilijnej śpiewane są kolędy, a przy stole pozostaje jedno wolne nakrycie dla niespodziewanego gościa. Jakie są inne tradycje bożonarodzeniowe w Polsce?

Tradycje bożonarodzeniowe - zwyczaje świąteczne i wigilijne w Polsce to m.in. śpiewanie kolęd, wkładanie sianka pod obrus, przygotowanie 12 potraw na wigilijny stół. Jakie są jeszcze inne tradycje bożonarodzeniowe w Polsce i jakie zwyczaje świąteczne i wigilijne możemy spotkać w różnych częściach naszego kraju?

Zgodnie z tradycją bożonarodzeniową w Polsce wieczerza wigilijna rozpoczyna się wraz z "pierwszą gwiazdką na niebie". Jest to symboliczne nawiązanie do Gwiazdy Betlejemskiej zwiastującej narodziny Jezusa, którą według Biblii na wschodniej stronie nieba ujrzeli Trzej Królowie.

Wieczerzę rozpoczyna się modlitwą i czytaniem fragmentu Ewangelii Łukasza w części dotyczącej narodzin Jezusa. Potem uczestnicy wieczerzy wzajemnie przełamują się opłatkiem, jednocześnie składając sobie życzenia świąteczne. Zwyczaj łamania się opłatkiem nie jest znany poza Polską i Litwą.

Na stole przykrytym białym obrusem z wiązką sianka pod spodem ustawia się o jedno nakrycie więcej niż wynosi liczba zgromadzonych osób. Dodatkowe miejsce przy stole wigilijnym przeznaczone jest dla niezapowiedzianego gościa, a zwyczaj ten upowszechnił się w XIX wieku. Tradycja bożonarodzeniowa związana z pozostawianiem miejsca i nakrycia dla wędrowca jest pozostałością ze słowiańskich wierzeń, gdzie nietkniętą część jedzenia zostawiało się dla duchów przodków.

Jednym z najważniejszych elementów podczas kolacji wigilijnej, jest bożonarodzeniowa tradycja przygotowywania na stół 12 potraw. Tu jednak lista dań może różnić się w zależności od regionu. Podstawowe to zazwyczaj barszcz czerwony na domowym zakwasie z buraków, śledzie (przygotowywane na różne sposoby), karp, kapusta wigilijna (czasem przygotowywana z grochem), kompot z suszu, pierogi z kapustą i grzybami, zupa grzybowa, kutia i inne. Często do 12 potraw wigilijnych zaliczają się także ciasta, m.in. piernik i makowiec.