

## “Jesús corre conmigo”

(Oración para Infantil)

### Introducción

¿Sabes qué? Jesús no se queda quieto... ¡Jesús corre contigo! Cuando tú saltas, juegas, corres... o te esfuerzas, **Jesús va a tu lado**.

En este año celebramos el **Jubileo de la Esperanza** y queremos recordar que **Jesús nunca nos deja solos**. Si te caes, Él te levanta. Si estás triste, Él te anima. Si estás feliz, ¡corre contigo y sonríe! Ahora vamos a hablar con Él con nuestro corazón, con nuestras manos y con nuestro silencio. **Porque Jesús corre conmigo, yo nunca estoy solo.**

### Ambientación

En el centro del espacio dibuja con tiza o cinta adhesiva una pequeña pista de atletismo (también puede hacerse en el patio). Música instrumental suave.

En la pista colocar una cesta con medallas de cartón, una para cada participante para que todos se la lleven al final.

### Lectura bíblica adaptada

Hebreos 12,1-2

Hoy vamos a estar un ratito en silencio y tranquilos para hablar con Jesús.  
En el Evangelio nos dice:

**“Corramos con constancia la carrera que nos espera, fijos los ojos en Jesús”.**

### Reflexión:

Jesús nos llama a correr con Él. Él no se cansa y siempre nos ayuda.

Correr con Jesús es: compartir, no pelear, abrazar, sonreír.

**¿Cuándo estamos juntos y trabajamos juntos qué sucede, qué ganamos?**

Dejamos un tiempo para que puedan responder entre ellos y se genere un diálogo abierto.

### Oración

Juntos agradecemos y podemos correr y que Jesús lo haga también, vamos a leer juntos o repetir esta oración:

**Jesús, tú corres conmigo todos los días.**

**Dame fuerzas para ayudar,  
para jugar con alegría  
y para amar como tú.**

## Gesto

Invitamos a hacer una carrera:

- Si se puede realizar en el patio se les invita a hacer una carrera donde salen todos juntos y llegan juntos, diciendo: **“¡Yo corro con Jesús!”**. Al llegar a meta se les entrega o cogen la medalla con su nombre.
- Si se realiza en clase hacemos el gesto de colocarnos unos a otros las medallas mientras dicen: **“¡Yo corro con Jesús!”**. (Si hay tiempo se les puede invitar a decorar su medalla y poner su nombre).

## Envío

Se puede terminar cantando una canción alegre y con gestos como por ejemplo:

- [Jesús está pasando por aquí](#)



COMISIÓN EPISCOPAL PARA  
LA EDUCACIÓN Y CULTURA



escuelas  católicas

## “Entrenando la Esperanza”

(Oración para Primaria)

### Introducción

Este año vivimos un tiempo muy especial en la Iglesia que se llama Jubileo de la Esperanza y esta semana celebramos el **Jubileo del Deporte**.

La esperanza es como cuando vamos perdiendo un partido, una carrera, pero seguimos corriendo, animando a nuestros compañeros, y creyendo que aún podemos hacer algo grande. En el deporte aprendemos a superarnos, a levantarnos cuando caemos, a ayudar al compañero que se quedó atrás. Todo eso también es parte del camino que hacemos con Dios.

**Hoy Jesús nos invita a vivir como en un gran equipo:** su equipo, el equipo de la esperanza. Y aunque no todo es fácil, si jugamos con Él, siempre ganamos en alegría, en amistad y en amor.

### Ambientación

Música suave y en el centro un cartel con forma de corazón con la frase: **“Entrenar el corazón es preparar la esperanza”**. Alrededor del corazón colocar las medallas con el nombre de cada alumno.

### Reflexión:

Preguntamos a los niños y niñas:

- **¿Qué es para vosotros entrenar?**
- **¿Para qué sirve?**
- **¿Qué podemos entrenar?**

Recogemos las respuestas de los niños a las distintas preguntas y cerramos compartiendo una reflexión sobre la importancia de entrenar la esperanza, de dedicar tiempo a las cosas importantes, esfuerzo, etc. y las entrenamos. Con ello crecemos y nos salen mejor (el deporte, el estudio, la escucha, el agradecimiento...).

### Lectura bíblica adaptada

Hebreos 12,1-2

Escuchamos un texto de la Palabra que nos habla del deporte y quién nos ayuda en el esfuerzo del entrenamiento: Jesús.

**“Corramos con constancia la carrera que nos espera, fijos los ojos en Jesús”.**

## Oración compartida

Leemos juntos la siguiente oración, e invitamos a que los niños añadan una frase, expresando una petición o un agradecimiento a Jesús por aquello en lo que están entrenando.

**Señor, ayúdanos a entrenar cada día con alegría,  
a no cansarnos de hacer el bien,  
y a poner esperanza en cada esfuerzo.**

## Envío

Al final de la oración se entrega a cada niño y niña la medalla con su nombre, agradeciéndole el esfuerzo que ya está haciendo.

Ofrecemos algunas canciones posibles, que ayuden a celebrar con alegría, música y gestos.

- [La vida es hoy](#) - Gonzalo Hermida
- [Seguiremos](#) - Macaco - [Compañía Arymux con Signo Danza](#)



COMISIÓN EPISCOPAL PARA  
LA EDUCACIÓN Y CULTURA



escuelas católicas

## “Entrenando la Esperanza”

(Oración para Secundaria)

### Introducción

Vivimos un año jubilar, un tiempo especial que la Iglesia ha llamado el Jubileo de la Esperanza. Celebrar el **Jubileo de la Esperanza 2025** desde el mundo del deporte es reconocer que la fe y el ejercicio físico comparten caminos comunes: el esfuerzo, la constancia, el trabajo en equipo, el respeto, la alegría y sobre todo, la esperanza de llegar a la meta.

¿Y qué tiene que ver eso con nosotros y con el deporte? Mucho más de lo que parece.

El deporte no es solo ejercicio o competición; es también una escuela de vida. En cada entrenamiento, en cada partido, en cada carrera, aprendemos a resistir, a mirar más allá de los fracasos, de las caídas, de las rutinas... aprendemos a confiar, a esforzarnos por algo que vale, que merece la pena.

Así es también la fe: una carrera con sentido, una lucha con esperanza, un camino compartido. Hoy nos detenemos para orar, para escuchar a Dios, y para recordar que nuestra meta no es solo ganar puntos o medallas, sino crecer como personas que creen, que aman y que caminan juntos con los ojos fijos en Jesús.

### Ambientación

Música suave y cuenco con medallas o papeles con bolis para que puedan escribir.

### Ejercicio de silencio guiado

(2-3 minutos)

Respiración consciente, cerrar ojos, escuchar interiormente.

Siente que estás en presencia de Dios, que te conoce, te cuida y te llama por tu nombre.

Él va delante y tú vas siguiéndolo.

No te apures. No te exige. Solo te acompaña con ternura.

Él conoce tu caminar, lo que te hace daño, tus cansancios... y aun así, te ama.

Te mira con ojos de misericordia. No espera que seas perfecto... solo espera que te dejes encontrar.

En este momento, dile desde tu interior:

**“Señor, aquí estoy. Me abandono en tus manos. Guíame, consuélame, háblame”.**

Permanece un instante en silencio...

Abre tu corazón, como quien se deja cuidar... Y permite que Él te acompañe.

## Lectura bíblica adaptada

Hebreos 12,1-2

Escuchamos un texto de la Palabra que nos habla del deporte y quién nos ayuda en el esfuerzo del entrenamiento: Jesús.

**“Corramos con constancia la carrera que nos espera, fijos los ojos en el que inició y consumó la fe, en Jesús”.**

## Reflexión:

El deporte no es solo físico: enseña a perseverar, a caer y levantarse, a confiar en los demás. En este Jubileo del Deporte, nos preguntamos:

- **¿Qué meta queremos alcanzar?**
- **¿Qué actitud llevamos al juego... y a la vida?”**

## Gesto

Cada estudiante escribe una meta personal en un papel o en una medalla. En función del grupo se les puede invitar a que compartan las metas quienes lo deseen, o bien en parejas o grupos de tres... También pueden colocar todas las metas en el centro o en un lugar específico.

## Oración compartida

Hacemos juntos la siguiente oración e invitamos a que quien lo desee añada una frase a la oración, expresando una petición o un agradecimiento a Jesús por nuestras metas, o por aquello en lo que están entrenando.

**Señor, ayúdanos a entrenar cada día con alegría,  
a no cansarnos de hacer el bien,  
y a poner esperanza en cada esfuerzo.**

## Envío

Ofrecemos algunas canciones posibles, para elegir aquella que creamos que más nos ayude a cerrar este espacio orante en clave de envío (podemos utilizar alguna otra que conozcamos, el lema del curso, o bien preguntarles a los jóvenes qué canción, gesto.... podría cerrar esta celebración).

- **Tú me guías en el Camino** - Alabanza 360°
- **La Carrera** - Majo y Dan



COMISIÓN EPISCOPAL PARA  
LA EDUCACIÓN Y CULTURA



escuelas  católicas