



# MEJ

MOVIMENTO EUCARÍSTICO JOVEM

**Brasil**



Roteiros  
Mensais para Grupos

JUNHO 2026  
**VALORES DO ESPORTE**

## Roteiro 1 – JUNHO 2026

---

### PREPARAR O ENCONTRO

---

**Tema:** Valores do Esporte: Evangelho, Eucaristia e Missão no jogo da vida.

**Objetivo:** Refletir como os valores presentes no esporte podem ajudar os jovens a viverem o Evangelho, fortalecerem a comunhão eucarística e assumirem uma missão de cuidado, fraternidade e esperança no mundo.

Em sintonia com a intenção de oração do Papa para junho:  
Rezemos para que o esporte seja um instrumento de paz, encontro e diálogo entre as culturas e nações, promovendo valores como o respeito, a solidariedade e a superação pessoal.

**Ambientação do local:**

Crucifixo, vela, uma bola (futebol, vôlei ou outra modalidade), tênis esportivo, medalha ou fita simbólica. Pode-se colocar no centro uma faixa escrita:  
“Jogar em equipe também é aprender a amar.”

**Material necessário:**

Barbante grande, cartões pequenos de papel, canetas e uma bola.

---

### MOTIVAÇÃO

---

**Oração inicial:** Oração do Oferecimento Diário e oração sugerida pelo App Click To Pray<sup>OBJ</sup> para o dia.

**Sugestão de motivação:** Assistir juntos O Vídeo do Papa referente ao mês de junho e, em seguida, um pequeno vídeo mostrando atitudes de respeito, solidariedade, superação e união no esporte.

**Video Esporte** - <https://www.youtube.com/watch?v=fCGllohbcTw>

---

### DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

---

O que vocês observaram

- O que vocês observaram nesse vídeo?
- O que mais chamou a atenção?
- Quais valores apareceram no esporte apresentado?
- O esporte é apenas competição?
- Como o esporte pode ensinar amizade, respeito e solidariedade?
- Vocês acreditam que o esporte pode ajudar os jovens emocional, espiritual e

socialmente?

- O que significa jogar pensando apenas em vencer?
- Existe espaço para egoísmo, humilhação ou exclusão dentro do esporte?
- Como o Evangelho pode iluminar a forma como jogamos, competimos e convivemos?
- O que significa “jogar em equipe” também na vida?
- A Eucaristia nos ensina algo sobre unidade e comunhão?
- Como o esporte pode se tornar missão e cuidado para com os outros?

Após essa conversa, ler atentamente o texto abaixo:

Texto para reflexão:

“Mais do que vencer”

“Desde pequeno eu queria ganhar. Entrava em quadra pensando apenas em ser o melhor. Quando perdia, ficava bravo. Quando alguém errava no meu time, eu culpava a pessoa. Aos poucos fui percebendo que estava me tornando alguém duro, impaciente e sozinho.

Um dia, durante um campeonato, um jogador do outro time caiu machucado. Antes mesmo do juiz parar a partida, um dos nossos atletas correu para ajudá-lo. Naquele momento entendi algo diferente: o esporte não serve apenas para formar vencedores, mas pessoas humanas.

Depois daquele dia comecei a perceber que o verdadeiro campeão não é quem humilha os outros, mas quem aprende a respeitar, incentivar, levantar quem caiu e continuar jogando com honestidade.

Hoje entendo que jogar em equipe é também aprender a amar. Nem sempre vamos vencer campeonatos, mas sempre podemos vencer o egoísmo, a arrogância e a indiferença.

O esporte me ensinou que ninguém cresce sozinho.”

Essa reflexão nos ajuda a perceber que o esporte pode ser um caminho de formação humana e espiritual. O Evangelho nos ensina que competir não significa destruir o outro, mas crescer juntos. Jesus nunca excluiu ninguém da caminhada. A Eucaristia também nos lembra que somos um só corpo, chamados à comunhão. E a missão do cristão é construir fraternidade, inclusive nas quadras, piscinas, ruas, escolas e grupos.

---

## ANÁLISE DA DEMANDA

---

**DINÂMICA:** “A equipe que sustenta”

**Material:** Um cordão grande e uma bola.

Preparar o local:  
Jovens em círculo.

## **DINÂMICA**

O animador inicia segurando a bola e diz:

“Na vida, ninguém joga sozinho.”

Depois joga a bola para outra pessoa, que deverá dizer um valor importante no esporte e na vida cristã. Exemplos:

- Respeito
- Perseverança
- União
- Disciplina
- Humildade
- Amizade
- Partilha
- Honestidade
- Coragem

Cada jovem que fala um valor segura uma parte do barbante antes de jogar a bola para outro participante. Aos poucos vai se formando uma grande rede.

Quando todos estiverem conectados, pedir que observem a teia formada.

### **Chaves de reflexão**

- O que essa rede representa?
- É possível jogar sozinho?
- O que acontece quando alguém pensa apenas em si?
- Como o esporte pode unir pessoas diferentes?
- O que o Evangelho ensina sobre servir e caminhar juntos?
- A Eucaristia nos ajuda a viver unidade? Como?
- Na missão, quem precisa do nosso incentivo hoje?
- Como podemos ser presença de esperança na vida de alguém?

Depois disso, peça para algumas pessoas soltarem o barbante e observem como a rede fica fragilizada.

Fazer a seguinte observação:

“Quando falta respeito, amizade, escuta e união, toda a equipe sofre. Mas quando cada pessoa oferece o melhor de si com amor, todos se fortalecem.”

---

## DISCERNIMENTO CRISTÃO

---

### Iluminação bíblica

“Combati o bom combate, terminei a corrida, guardei a fé.”  
2 Timóteo 4,7

### *Pausa*

Momento de silêncio e oração pessoal.

Pedir que os jovens repitam algumas vezes em voz alta:

“Combati o bom combate, terminei a corrida, guardei a fé.”

Permitir alguns instantes de silêncio diante da Palavra.

### Chaves de questionamento

- Que tipo de “competição” Jesus nos convida a viver?
- Como viver os valores do Evangelho no esporte?
- O que significa vencer sem perder a humanidade?
- A Eucaristia pode fortalecer nosso espírito de equipe? Como?
- Como podemos transformar nossos ambientes esportivos em espaços de acolhida e fraternidade?
- Quem hoje precisa ser incentivado e não excluído?
- Como nossa missão cristã pode chegar aos jovens através do esporte?

---

### PARA APROFUNDAR MAIS

---

### VALORES DO ESPORTE, DA VIDA E DA FÉ

Viver em sociedade nunca foi simples. O jovem de hoje caminha entre pressões, comparações, cobranças, redes sociais, inseguranças, sonhos e a busca constante por pertencimento. Na escola, na faculdade, em casa, entre amigos, no esporte, nas ruas e até mesmo dentro da Igreja, convivemos com pessoas diferentes, pensamentos diferentes e desafios que colocam à prova aquilo em que acreditamos.

É nesse cenário que os valores do esporte podem ajudar a iluminar a caminhada do jovem cristão. Mais do que competição, o esporte ensina sobre caráter, compromisso, respeito, disciplina e comunhão. Valores que dialogam profundamente com os pilares do MEJ: Evangelho, Eucaristia e Missão.

Quando o Evangelho se torna critério de vida, a Eucaristia alimenta o coração e a Missão nos coloca em saída, aprendemos que vencer não é passar por cima dos

outros, mas caminhar junto, crescer junto e fazer do mundo um lugar mais humano.

## **VALORES DO ESPORTE E A VIDA DO JOVEM**

Os valores do esporte ajudam o jovem a perceber que toda escolha tem consequências. Em meio a tantas vozes dizendo o que fazer, como agir e quem ser, é preciso ter valores firmes para não viver apenas no automático ou na superficialidade.

No esporte, assim como na vida cristã, não existe crescimento sem perseverança, sem treino e sem verdade. O Evangelho nos lembra disso o tempo todo: não basta parecer bom, é preciso viver o bem.

### **1. FAIR-PLAY: JOGAR LIMPO TAMBÉM NA VIDA**

O fair-play fala sobre jogar limpo, agir com honestidade, respeitar as pessoas e não fazer qualquer coisa apenas para vencer.

Hoje, muitos jovens vivem a pressão de precisar mostrar resultados, ser aceitos, ter aprovação ou “dar certo” rapidamente. Mas até que ponto vale conquistar algo perdendo a própria essência?

Jesus nunca ensinou a vencer a qualquer custo. Pelo contrário: o Evangelho mostra que o verdadeiro discípulo sabe respeitar, cuidar, acolher e agir com verdade, mesmo quando ninguém está olhando.

Na convivência diária, isso aparece em pequenas atitudes: não humilhar alguém, não alimentar fofocas, não excluir pessoas, não usar o outro como degrau e não normalizar desrespeitos só para ser aceito em um grupo.

A Eucaristia nos ensina comunhão. E comunhão não combina com egoísmo, falsidade ou competição desumana.

### **2. DESPERTAR LIDERANÇAS QUE SERVEM**

O mundo costuma apresentar liderança como poder, destaque ou influência. Mas Jesus apresenta outra lógica: lidera quem serve.

Nos esportes, os melhores líderes não são apenas os que falam mais alto, mas os que inspiram pelo exemplo. Na vida também é assim. Jovens que acolhem, escutam, incentivam e permanecem ao lado dos outros se tornam referências sem precisar aparecer o tempo inteiro.

A Missão do MEJ convida cada jovem a ser presença viva de Cristo nos ambientes onde está. E isso exige coragem para influenciar positivamente, levantar quem caiu e ajudar outros jovens a descobrirem seu próprio valor.

Uma liderança cristã não nasce da vaidade, mas do testemunho.

### **3. RESPEITO ÀS REGRAS E À CONVIVÊNCIA**

Todo atleta entende que disciplina faz parte do caminho. Na vida, também existem limites, responsabilidades e compromissos necessários para uma convivência saudável.

Num tempo em que muitos confundem liberdade com “fazer qualquer coisa”, o Evangelho provoca: liberdade verdadeira é escolher aquilo que gera vida.

Respeitar o próximo, saber ouvir, cumprir compromissos, reconhecer erros e entender que nossas atitudes impactam os outros são sinais de maturidade humana e espiritual.

A disciplina não serve para aprisionar, mas para formar pessoas mais conscientes, equilibradas e preparadas para viver em comunidade.

### **4. SENSO DE PERTENCIMENTO: NINGUÉM CAMINHA SOZINHO**

Uma das maiores dores da juventude atual é sentir-se sozinho, invisível ou deslocado. Mesmo cercados de pessoas, muitos jovens carregam um vazio silencioso.

O esporte ensina que cada jogador importa. E a Igreja também deveria ser esse lugar: uma comunidade onde cada jovem se sente acolhido, escutado e necessário.

O MEJ recorda que pertencemos a algo maior. Somos corpo, comunidade, povo em caminhada. A Eucaristia nos reúne justamente para lembrar que ninguém vive a fé sozinho.

Quando um jovem entende que sua presença faz diferença, ele deixa de apenas assistir a caminhada e passa a fazer parte dela de verdade.

### **5. ESPÍRITO DE EQUIPE: CAMINHAR JUNTOS**

Talvez esse seja um dos ensinamentos mais urgentes para o nosso tempo.

Vivemos numa cultura que incentiva o individualismo, a comparação e a disputa constante. Mas tanto no esporte quanto no Evangelho, ninguém vence sozinho.

Por trás de toda grande conquista existe apoio, esforço coletivo, incentivo, amizade e comunhão. Até Jesus escolheu caminhar com outros.

O espírito de equipe ensina que cada pessoa possui dons diferentes, mas todos são importantes para a missão acontecer. Uns acolhem, outros animam, outros organizam, outros rezam, outros servem em silêncio.

Quando cada jovem entende que seus dons podem ser colocados a serviço do Reino, nasce uma juventude mais unida, mais humana e mais missionária.

No fim, os valores do esporte não formam apenas atletas melhores. Formam pessoas melhores. E o Evangelho continua sendo o maior convite para transformar não apenas o jeito de jogar, mas o jeito de viver.

---

## GESTO CONCRETO

---

Durante essa mês, cada jovem é convidado a viver um gesto concreto:

- Incentivar alguém que geralmente é deixado de lado.
- Evitar qualquer atitude de humilhação, zombaria ou exclusão.
- Praticar um gesto de espírito esportivo mesmo fora do esporte.
- Rezar diariamente por alguém que esteja precisando de força e esperança.
- Fazer do próprio corpo, das palavras e atitudes um espaço de Evangelho, comunhão e missão.

***Proposta:***

Antes de dormir, recordar o dia e perguntar no coração:

“Hoje eu joguei contra os outros ou caminhei com eles?”

---

## ORAÇÃO FINAL

---

Click to Pray