

DOSIER MISA CATEQUESE

Misa con nenos de Primeira Comunión e as súas familias

PRIMEIRO DOMINGO DE CORESMA CICLO A
22 de febreiro de 2026

Evanxeo: Mt 4, 1-11 (As tentacións de Xesús)

DOSIER MISA CATEQUESE

"Elixir o que nos fai máis grandes"

♦ MONICIÓN DE ENTRADA

Queridos nenos e familias:

Hoxe empezamos un tempo especial: a **Coresma**.
Son corenta días para **preparar o corazón para a Pascua**. A Pascua é nosa gran festa. A festa dos cristiáns. A festa da Resurrección e a Vida.

No Evanxeo veremos que Xesús tamén foi tentado. E hoxe imos descubrir algo moi importante:

As tentacións non nos fan malos...
son ocasións para elixir o ben.

Abramos o corazón.



HOMILÍA DIALOGADA (6-7 minutos)



ENTRADA IMPACTANTE

(Sacerdote cunha mochila ou sinalando unha imaxinaria)

Imaxínade que esta mochila é a vosa vida.

Nela metedes cousas boas:
amizade, alegría, familia, fe...

Pero ás veces tamén aparecen cousas que pesan.

(Pausa)

Algunha vez sentistes ganas de facer algo que sabíades
que non estaba ben?

(Deixar que respondan)

Iso chámase... tentación.

Hoxe Xesús tamén foi tentado.



IDEA 1

As tentacións existen... mesmo para Xesús

O Evanxeo dinos que Xesús pasou corenta días no
deserto.

E alí o díaño propúxolle cousas fáciles:

- "Fai pan para ti só."
- "Busca poder."
- "Fai algo espectacular para que todos admírenche."

No fondo eran tentacións moi normais:

Pensar só nun mesmo.

Buscar quedar por encima.

Querer que todos me aplaudan.

Sóavos?

(Pequeno sorriso)

Xesús foi tentado...

pero elixiu confiar en Deus.

IDEA 2

A tentación non é caer... é elixir

Ter unha tentación non é pecado.

O importante é o que facemos despois.

Cando teño ganas de mentir...

podo elixir a verdade.

Cando teño ganas de contestar mal...

podo elixir respecto.

Cando me apetece ser egoísta...

podo elixir compartir.

Cada tentación é como unha porta.
E eu decido cal abrir.

IDEA 3 A

Coresma é adestramento do corazón

Os deportistas adestran para ser máis fortes.

A Coresma é adestramento...
pero do corazón.

Por iso rezamos máis.
Compartimos máis.
Facemos pequenos sacrificios.

Non para estar tristes.
Senón para ser máis libres.

A vida cristiá non nos quita cousas.
Fainos máis grandes por dentro.

FINAL IMPACTANTE

(Sacerdote fai xesto de puño no corazón ou man aberta)

Cando esta semana sintades unha tentación,
podedes facer un xesto pequeno:

 poñer a man no corazón
e dicir:

"Señor, quero elixir o mellor."

Repetímolo xuntos:

"Señor, quero elixir o mellor."

Outra vez.

(Pausa breve)

Iso é Coresma.

Non medo.

No tristeza.

Elixir o que nos fai mellores.

E cando nós somos mellores,
facemos máis feliz os demais.



ORACIÓN DOS FIEIS

Respondemos: **"Señor, axúdanos a elixir o ben."**

1. Pola Igrexa, para que viva a Coresma con alegría.
2. Polas nosas familias, para que se axuden a crecer no amor.
3. Polos nenos e mocidade, para que aprendan a elixir o mellor.
4. Por todos nós, para que esta Coresma nos faga máis fortes por dentro.

MONICIÓN Á COMUÑÓN

Xesús venceu a tentación porque confiaba no seu Pai.

Agora vén a nós na Eucaristía
para fortalecernos.

Que ao comulgar digámoslle:

"Fai o meu corazón máis forte."

DESPEDIDA

Comeza a Coresma.

Non é un tempo triste.
É un tempo para crecer.

Lembrade a frase desta semana:

 **"Señor, quero elixir o mellor."**

Podedes ir en paz.

A próxima semana seguimos avanzando polo camiño cara
á Pascua. Corenta días preparando nosa gran Festa, A
FESTA DE PASCUA.

Coa mirada posta no Señor... adiante!