

GIMNASIO VALLEGRANDE

“Crecimiento Continuo en
Espiritualidad, Ciencia e Investigación”

Montería – Córdoba
2025

AÑO DE LA RECONCILIACIÓN Y EL PERDÓN

PERSONAL GROWTH PLAN
Week from May 05th to May 11th



CONSIGNA:

"LA RESPONSABILIDAD NO ES
ALGO QUE SE ELIGE, ES ALGO QUE
SE ASUME."

Anónimo

RESPONSABILIDAD- AUTODISCIPLINA

GRADOS 6° A 8°

JUSTIFICATION

Iniciamos una nueva semana con entusiasmo, esperanza y el deseo de dar lo mejor de nosotros mismos. Cada día es una nueva oportunidad para aprender, crecer y superar nuestros propios límites. Que esta semana esté llena de esfuerzo, responsabilidad y respeto, y que cada uno de nosotros aporte con actitud positiva para construir un ambiente de armonía y aprendizaje. Este mes es tradicionalmente conocido en la Iglesia Católica como el *Mes de María*, un tiempo especial dedicado a honrar a la Virgen María, madre de Jesús. Esta devoción surge de una profunda conexión entre la belleza de la primavera, símbolo de vida y renovación, y la figura de María, modelo de pureza, amor y fe. Resaltamos en ella valores como: la humildad, fe, obediencia, pureza, caridad, esperanza, paciencia, silencio, alegría, entre otras.

En este **Año del Perdón y la Reconciliación**, la comunidad vallegrandista está llamada a crecer en valores que construyen una convivencia más fraterna. Por ello, este plan de crecimiento se fundamenta en la **responsabilidad** y la **autodisciplina**, virtudes esenciales para vivir en armonía y reparar los lazos que se han roto. Ser responsables implica reconocer nuestras acciones y comprometernos con el bien común. La autodisciplina, por su parte, nos ayuda a controlar impulsos y actuar con coherencia y respeto. Ambos valores son necesarios para avanzar en el camino del perdón, la reconciliación y la formación integral que promueve nuestro colegio católico.

En el Colegio Vallegrande, la formación no solo busca la excelencia académica, sino también el crecimiento humano y espiritual. En este sentido, la **responsabilidad** y la **autodisciplina** son pilares fundamentales para formar personas íntegras, comprometidas con su fe y con la sociedad. La **responsabilidad** impulsa a cada estudiante a asumir sus deberes con seriedad, responder por sus actos y contribuir activamente a la construcción de una

comunidad justa y solidaria, en sintonía con los valores del Evangelio. La **autodisciplina** fortalece el autocontrol, la constancia y la capacidad de elegir el bien incluso cuando es difícil, permitiendo así una verdadera conversión interior y una vida coherente con los principios cristianos.

Este plan de crecimiento integra ambos valores como herramientas clave para vivir el **Año del Perdón y la Reconciliación**, favoreciendo relaciones sanas, ambientes pacíficos y corazones dispuestos al cambio.



LA RESPONSABILIDAD Y LA AUTODISCIPLINA EN LA VIDA DIARIA

Vivimos en un mundo que necesita más personas comprometidas, íntegras y con visión trascendente. En este camino, la responsabilidad y la autodisciplina no son solo virtudes humanas, sino también expresiones concretas de nuestra fe. En cada decisión diaria, estamos llamados a vivir como verdaderos discípulos de Cristo, quien con su vida nos mostró el ejemplo más alto de obediencia, entrega y perseverancia. Jesús no actuó por comodidad ni buscó el camino fácil. Desde su infancia, fue obediente a sus padres; en su juventud, trabajó con dedicación; y en su vida pública, se mantuvo firme en su misión hasta el final, incluso en medio del dolor y la incompreensión. Su vida fue un testimonio de disciplina espiritual, de oración

constante y de fidelidad a la voluntad del Padre. Por eso, vivir con responsabilidad y autodisciplina es también una forma de seguir a Jesús y construir el Reino de Dios desde lo cotidiano. En la escuela, en casa o en cualquier lugar, estas virtudes nos ayudan a crecer como personas completas, a dar testimonio de fe y a servir con amor a los demás. Cuando hacemos nuestras tareas con esmero, respetamos las normas, cumplimos nuestras promesas o perseveramos en nuestras metas, estamos haciendo presente a Cristo en el mundo.



PASOS PARA CRECER EN RESPONSABILIDAD Y AUTODISCIPLINA

1. Empieza el día con una oración y una intención clara: Ofrece a Dios tu jornada y pídele fuerza para actuar con rectitud.
2. Haz lo correcto, aunque cueste: Jesús también sintió cansancio y duda, pero nunca dejó de hacer la voluntad del Padre.
3. Evalúa tus actos cada noche: Haz un pequeño examen de conciencia. Agradece lo que lograste y pide ayuda para mejorar lo que no salió bien.
4. Prioriza tareas importantes antes que las urgentes o las más fáciles.
5. Ser puntual y cumplir plazos es parte fundamental de la responsabilidad.
6. La autodisciplina nace de la repetición: haz tu cama, organiza tu espacio, come bien, duerme bien.
7. Establece rutinas que refuercen el autocontrol.

Esta semana celebramos a quienes viven cada día con amor, responsabilidad y entrega: nuestras madres. Con su ejemplo nos enseñan que la autodisciplina no es rigidez, sino amor constante y silencioso. Como María, confían en Dios y cumplen su misión con fe y fortaleza.



¡Gracias, mamá, por ser testimonio de vida y de amor verdadero!

RUTA DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

La responsabilidad es un valor esencial en la convivencia escolar porque permite que cada estudiante asuma con compromiso sus deberes académicos, normas y acuerdos establecidos dentro del aula. Cuando los niños y jóvenes comprenden que sus acciones tienen consecuencias, se fortalecen la autonomía y el respeto mutuo.

Además, la responsabilidad fomenta un ambiente de confianza entre compañeros y docentes. Al cumplir con tareas, horarios y compromisos, se construyen relaciones más estables y cooperativas, donde cada uno aporta al bienestar común y al desarrollo de un clima escolar positivo. Inculcar la responsabilidad desde la escuela contribuye a formar ciudadanos conscientes, capaces de tomar decisiones éticas y solidarias. Es un valor que trasciende el aula y prepara a los estudiantes para afrontar con madurez los desafíos de la vida diaria.

ACTIVITIES

MONDAY, MAY 5th 2025

Reflexiono con mi familia sobre:

¿Cuáles son algunas prácticas que me ayudan ser más responsable y autodisciplinado? Escribo en mi agenda.

TUESDAY, MAY 6th 2025

Pregunto a mi corazón: ¿Cómo Dios me invita a tener disciplina y compromiso? Escribo una reflexión sobre cómo el ejemplo nos llega a una paz interior desde un camino de misericordia.

WEDNESDAY, MAY 7th 2025

Realizo una revisión diaria de manera rápida:

- ¿Inicié mi día con oración?
- ¿Cumplí mis tareas?
- ¿Fui honesto/a?
- ¿Ayudé a alguien?
- ¿Me esforcé, aunque no tuve ganas?

Escribo mi reflexión.

THURSDAY, MAY 8th 2025

Realizo un decálogo sobre autodisciplina y lo comparto con mis compañeros.

FRIDAY, MAY 9th 2025

De manera muy creativa realizo en mi agenda un poster acerca de tener AUTODISCIPLINA.

SATURDAY, MAY 10th 2025

Dedico un tiempo especial con mi familia para conectarnos con Dios. Nos unimos a orar el Santo rosario, compartiendo una oración personal o simplemente guardando unos minutos de silencio juntos.

SUNDAY, MAY 11st 2025

Asisto en familia a la Santa Eucaristía. Reflexionamos el Evangelio del día.



“SOY EL MEJOR PARA BIEN DE LOS DEMÁS”