

## GIMNASIO VALLEGRANDE

### “Crecimiento Continuo en Espiritualidad, Ciencia e Investigación”

Montería – Córdoba  
2025

### AÑO DE LA RECONCILIACIÓN Y EL PERDÓN

PERSONAL GROWTH PLAN  
Week from March 31st to April 06th



#### CONSIGNA:

*“EL PROPÓSITO DE LA VIDA ES  
DESCUBRIR TU DON, EL TRABAJO  
DE LA VIDA ES DESARROLLARLO, EL  
DESTINO DE LA VIDA ES  
ENTREGARLO.”  
Pablo Picasso.*

#### ESPIRITUALIDAD – FE

GRADOS 9° A 11°

#### JUSTIFICATION

La espiritualidad es el proceso personal de conexión con algo más grande que uno mismo, que puede involucrar la búsqueda de un sentido profundo de propósito, paz interior y trascendencia. En el contexto de la fe, la espiritualidad puede manifestarse a través de la relación con lo divino o lo sagrado, la práctica de valores y principios religiosos, y la participación en comunidades de fe. La espiritualidad invita a los jóvenes a explorar su identidad, sus creencias y su relación con los demás y el mundo, fomentando un crecimiento integral que incluye aspectos emocionales, éticos y espirituales. La espiritualidad es un camino personal e introspectivo que busca la conexión con algo trascendental y más grande que uno mismo. En el contexto de la fe, la espiritualidad puede ser entendida como la búsqueda de una relación profunda y significativa con lo divino, lo sagrado o Dios, según las creencias particulares de cada individuo.

#### ASPECTOS CLAVE DE LA ESPIRITUALIDAD:

- **Búsqueda de Propósito y Significado:** La espiritualidad implica una exploración profunda para entender el propósito de la vida y el significado de nuestra existencia. Los jóvenes pueden reflexionar sobre sus metas, valores y cómo sus acciones contribuyen a un bien mayor.
- **Conexión Interior:** A través de prácticas como la oración, la meditación y la reflexión, la espiritualidad ayuda a los jóvenes a desarrollar una conexión más fuerte con su propia identidad y esencia. Es un espacio para descubrir y cultivar la paz interior y el bienestar emocional.
- **Valores y Principios:** La espiritualidad fomenta la adherencia a valores y principios que guían las acciones diarias. Estos valores, como la compasión, la gratitud y la empatía, pueden ser inspirados por enseñanzas religiosas y sirven como base para tomar decisiones éticas.

- **Relaciones y Comunidad:** La espiritualidad también se manifiesta en la manera en que nos relacionamos con los demás. Fomenta el sentido de pertenencia y conexión con una comunidad de fe, así como el compromiso de servicio y ayuda a los demás. Los jóvenes pueden participar en actividades comunitarias y proyectos de voluntariado que refuercen estos lazos.
- **Trascendencia y Conexión con lo Divino:** La espiritualidad invita a los jóvenes a buscar una relación íntima con lo divino, ya sea a través de prácticas religiosas específicas, rituales o simplemente reconociendo y sintiendo la presencia de algo más grande en sus vidas diarias.

#### YOUNG VALLEGRANDISTA IMPORTANCIA EN EL CRECIMIENTO PERSONAL:

La espiritualidad en el crecimiento personal para los jóvenes es crucial porque les proporciona una base sólida para enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia y esperanza. Promueve un sentido de identidad y propósito, y les ayuda a navegar sus emociones y relaciones de manera saludable y constructiva.

#### RELACIÓN ENTRE ESPIRITUALIDAD Y FE

Relacionar la espiritualidad y la fe puede ser una forma poderosa de enriquecer la vida de los jóvenes y proporcionarles una base sólida para su desarrollo personal y emocional.

La fe y la espiritualidad comparten el fundamento de la búsqueda de sentido y propósito en la vida. Puedes enseñar a los jóvenes cómo la fe en lo divino o lo sagrado puede ser una guía para su viaje espiritual, dándoles un marco de referencia para entender sus experiencias y desafíos. Las prácticas como la oración, la meditación, la lectura de textos sagrados y la participación en rituales religiosos son formas en las que la espiritualidad se expresa a través de la fe. Anima a los jóvenes a integrar estas prácticas en su vida diaria para fortalecer su conexión con lo divino.

y fomentar la paz interior. Tanto la espiritualidad como la fe promueven valores y principios éticos que guían el comportamiento. Puedes enseñar cómo los valores religiosos, como la compasión, la justicia y la empatía, pueden ser parte integral de su espiritualidad y cómo aplicar estos valores en sus relaciones y decisiones diarias. La fe a menudo se vive en comunidad, ya sea en una iglesia, mezquita, sinagoga u otro lugar de culto. La espiritualidad puede ser una forma de fortalecer el sentido de pertenencia y apoyo mutuo en estas comunidades. Fomenta la participación en actividades comunitarias y en proyectos de servicio como una expresión de su espiritualidad y fe.

### CLAVES PARA UN CAMINO A LA U CON ESPIRITUALIDAD Y FE

Quiero compartir contigo algunas claves para que puedas caminar hacia la universidad con espiritualidad y fe, promoviendo tu desarrollo integral y manteniéndote conectado con tus valores y creencias.

- 1. Autoconocimiento y Reflexión Personal:** Dedicar momentos regulares para la oración, la meditación o la lectura de textos sagrados que les ayuden a reflexionar sobre su propósito y metas.
- 2. Conexión con la Comunidad de Fe:** Buscar el apoyo de líderes espirituales o mentores que puedan guiarles y acompañarles en su camino.
- 3. Prácticas Espirituales Diarias:** Incorporar prácticas diarias como la oración matutina y vespertina, la lectura de pasajes de textos sagrados y momentos de gratitud.
- 4. Balance entre Estudio y Espiritualidad:** Planificar su tiempo de manera que puedan dedicar momentos tanto al estudio como a sus prácticas espirituales y actividades de ocio.

### EN ABRIL CELEBRAMOS EL DÍA DEL IDIOMA



Aquí te cuento varias opciones de carrera que celebran nuestro idioma mediante la literatura. Si eres un apasionado de la lectura y de los libros, te invito a interactuar con las siguientes posibilidades:

- ✓ **Literatura:** Podrás estudiar los diferentes géneros literarios, autores, movimientos literarios, así como la teoría y la crítica literaria. Te enfocarías en comprender y analizar los textos literarios en profundidad. **Podrás ejercer como:** Escritor, editor, crítico literario, profesor de literatura, redactor, traductor, etc.
- ✓ **Filología:** estudio de los idiomas y sus literaturas. **Podrás ejercer como:** Profesor de lengua y literatura, traductor, corrector de textos, investigador lingüístico, etc.
- ✓ **Edición y Producción Editorial:** Esta carrera te enseña todo sobre la creación, publicación y distribución de libros. **Podrás ejercer como:** Editor, corrector de estilo, diseñador editorial, gestor de contenidos, director de publicaciones, etc.

### RUTA DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR SITUACIONES TIPO I

El tratamiento de las situaciones tipo 1 de convivencia busca resolver pedagógica y respetuosamente los conflictos menores, agresiones verbales o gestuales y enfrentamientos interpersonales en el ámbito escolar, promoviendo un ambiente seguro e inclusivo. Sigue el paso a paso:

- 1. Identificación del Conflicto**
- 2. Atención Inmediata**
- 3. Escucha Activa y Descargas**
- 4. Mediación Pedagógica**
- 5. Compromiso Formativo**

- 6. Entrega de Evidencias**
- 7. Seguimiento por el Orientador**
- 8. Escalada a Situaciones Tipo II o III**

### ACTIVITIES

#### MONDAY, MARCH 31st, 2025

Reflexiono con mi familia sobre:

¿Cuáles son algunas prácticas comunes de espiritualidad?

Y anoto estas prácticas en mi agenda.

#### TUESDAY, APRIL 1st, 2025

¿Qué líderes espirituales han influido en la sociedad y en mi vida especialmente?

#### WEDNESDAY, APRIL 2nd, 2025

¿Cómo puedo incorporar la espiritualidad en mi vida diaria?

#### THURSDAY, APRIL 3rd 2025

¿He tenido alguna experiencia que considere trascendental o espiritual? ¿Cómo me impactó? Escribo en tu agenda.

#### FRIDAY, APRIL 4th 2025



Describo con mis palabras lo que significa para mí la imagen

#### SATURDAY, APRIL 5th 2025

Oro el Santo Rosario junto a mi familia.

#### SUNDAY, APRIL 6th 2025

Participo de la Eucaristía Dominical. Después de escuchar el Evangelio respondo ¿Cómo vivo el amor de Dios?



“SOY EL MEJOR PARA BIEN DE LOS DEMÁS”