

GIMNASIO VALLEGRANDE

“Crecimiento Continuo en Espiritualidad,
Ciencia e Investigación”

Montería – Córdoba
2025

AÑO DE
LA RECONCILIACIÓN Y EL PERDÓN

PERSONAL GROWTH PLAN
Week from August 25th to August 31st



CONSIGNA:

*“El respeto es una calle de dos
vías, si lo quieres recibir, lo
tienes que dar.”*

R.G Risch.

RESPECTO CORTESÍA

GRADOS 9° A 11°

JUSTIFICATION

Como comunidad Vallegrandista, comprometida con la formación integral de nuestros estudiantes y guiados por los principios del evangelio, asumimos con esperanza y decisión el desafío de educar en valores. En el contexto del año de la paz y la reconciliación, reconocemos que la convivencia armoniosa no se impone, sino que se construye con actitudes responsables, constantes y coherentes con el mensaje de amor y justicia que Jesús nos dejó. Esta semana, los valores de respeto y cortesía nos invitan a mirar nuestra cotidianidad con sentido ético y espiritual. Ser respetuosos implica reconocer la dignidad de cada persona, valorar sus ideas y actuar con consideración hacia los demás. La cortesía, por su parte, es la manifestación práctica del respeto: nos permite interactuar con amabilidad, gentileza y atención, fortaleciendo los vínculos dentro de nuestra comunidad educativa. Jesús, en su paso por la tierra, nos mostró con su vida el significado profundo de estos valores, tratando a todos con dignidad y enseñando que el respeto y la cortesía reflejan el amor a Dios y al prójimo.

Siguiendo también las palabras del Papa Francisco, recordamos que “ser cortés es más que buenos modales; es reconocer al otro como hermano y hermana, como hijo de Dios”, y del Papa León, que “el respeto a la persona es la base de toda sociedad ordenada y justa”. Por ello, desde el Plan de Crecimiento Personal, buscamos que cada estudiante Vallegrandista reflexione y practique estos valores en su vida académica, familiar y espiritual, desarrollando hábitos que fortalezcan la convivencia y construyan una comunidad más fraterna, justa y pacífica.

EL RESPETO Y LA CORTESÍA EN LA VIDA DIARIA

Vivimos en un mundo que necesita más personas sensibles, empáticas y capaces de convivir en armonía. En este camino, el respeto y la cortesía no son solo virtudes humanas, sino también expresiones concretas de nuestra fe. En cada interacción diaria, estamos llamados a vivir como verdaderos discípulos de Cristo, quien con su vida nos mostró el ejemplo más alto de consideración, amabilidad y atención hacia los demás.

Jesús no actuó con indiferencia ni buscó imponer su voluntad sobre otros. Por ejemplo, cuando la mujer sorprendida en adulterio fue llevada ante Él (Juan 8:1-11), Jesús mostró un respeto profundo por su dignidad: no la juzgó, sino que la trató con cortesía y compasión, enseñando al mismo tiempo a quienes la acusaban que actuaran con justicia y sin violencia. Desde su infancia y durante su vida pública, trató a todos con dignidad, escuchaba y valoraba a quienes lo rodeaban, mostrando paciencia y gentileza incluso frente a la incomprensión o el rechazo. Su vida fue un testimonio de respeto y cortesía, reflejo de su amor a Dios y al prójimo. Por eso, vivir con respeto y cortesía es también una forma de seguir a Jesús.

En la escuela, en casa o en cualquier lugar, estas virtudes nos ayudan a crecer como personas íntegras, a dar testimonio de fe y a convivir con los demás de manera positiva. Cuando escuchamos con atención, usamos palabras amables, valoramos las opiniones de otros y tratamos a todos con dignidad, estamos haciendo presente a Cristo en el mundo.

PASOS PARA CRECER EN RESPETO Y CORTESÍA CRISTIANA

1. **Saluda y sonrío:** Un simple “buenos días” o “hola” acompañado de una sonrisa demuestra atención y consideración hacia los demás.
2. **Escucha con atención:** Presta atención cuando alguien te habla, evita interrumpir y muestra interés genuino por lo que dice.
3. **Usa palabras amables:** Di “por favor”, “gracias” y “disculpa” en tu vida diaria; pequeños gestos de cortesía fortalecen las relaciones y el respeto mutuo.

YOUNG VALLEGRANDISTA

Colombia enfrenta múltiples desafíos que afectan la convivencia entre sus ciudadanos: desde la polarización social y política hasta los conflictos cotidianos en espacios urbanos y rurales, pasando por la violencia verbal y las discusiones en redes sociales. Estos fenómenos reflejan la urgencia de recuperar valores fundamentales como el respeto y la cortesía, que son esenciales para construir relaciones justas, armoniosas y solidarias.

Como jóvenes Vallegrandistas, tenemos la oportunidad de transformar nuestro entorno inmediato. Practicar respeto significa reconocer la dignidad de cada persona, escuchar sus opiniones y aceptar diferencias sin juzgar ni menospreciar. La cortesía, por su parte, nos invita a comunicarnos con amabilidad, usar palabras y gestos positivos, y actuar con consideración hacia los demás, incluso en momentos de desacuerdo.

- En el aula, estos valores se pueden poner en práctica de manera concreta:
- Saludando a compañeros y docentes con amabilidad cada día.
- Escuchando con atención cuando alguien está hablando y evitando interrumpir.
- Valorando las ideas de los demás y respondiendo con palabras amables.



RUTA DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

En el marco de la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, el respeto y la cortesía son valores esenciales para prevenir conflictos y construir un ambiente de aprendizaje sano. Su práctica diaria implica reconocer la dignidad de cada persona, valorar la diversidad y comunicarse con empatía, evitando burlas, gestos ofensivos o actitudes de exclusión. El Manual de Convivencia del colegio refuerza estos principios, orientando a estudiantes y docentes hacia relaciones basadas en la tolerancia, la responsabilidad y el diálogo. Para fortalecer estos valores en el aula, se pueden implementar estrategias como:

- Dinámicas de roles para practicar la empatía.
- Acuerdos de comunicación respetuosa que se construyan en conjunto.

- Resolución dialogada de conflictos con apoyo de mediadores escolares.

También son útiles las reflexiones grupales sobre casos reales, la creación de campañas internas que promuevan actos de cortesía y el reconocimiento público de comportamientos ejemplares. Así, la Ruta de Atención se complementa con acciones pedagógicas que convierten el respeto y la cortesía en hábitos que trascienden el aula y fortalecen la convivencia escolar.



CAMINO A LA U

En un mundo universitario y laboral que demanda habilidades éticas y humanas, el respeto y la cortesía son competencias clave para destacar. Las universidades y empresas valoran no solo el conocimiento académico, sino también la capacidad de interactuar de manera cordial, construir relaciones sólidas y mantener un clima de cooperación. Estas cualidades son esenciales en diversas áreas del conocimiento como, por ejemplo:

- **Enfermero/a o médico/a:** que brinde atención con respeto, fortaleciendo la relación paciente-profesional y asegurando una experiencia humana en los procesos de cuidado.
- **Psicólogo/a:** que combine conocimiento técnico con trato cortés, creando espacios de confianza para el bienestar emocional.

ACTIVITIES

MONDAY, AUGUST 25th 2025

Escribo 5 acciones cotidianas en las que practico el respeto y la cortesía (en casa, colegio, con amigos, con mi familia).

TUESDAY, AUGUST 26th, 2025

Escribo tres frases cortas que expresen cortesía (por ejemplo: “Gracias por tu ayuda”).

WEDNESDAY, AUGUST 27th, 2025

Reflexiono: ¿Cómo se siente una persona cuando la escuchas sin interrumpirla? ¿Qué acciones puedo hacer para demostrar que la respeto mientras habla?

THURSDAY, AUGUST 28th 2025

- ¿Qué pequeño gesto de respeto o cortesía cumplí el día de hoy?
- ¿Cómo puedo mejorar la convivencia?
- ¿Fui amable?
- ¿Escucho mientras los otros hablan?

FRIDAY, AUGUST 29th 2025

Si un compañero interrumpe constantemente la clase y no deja hablar a los demás, ¿qué soluciones podría proponer para resolver la situación con respeto y cortesía?

SATURDAY, AUGUST 30th 2025

Con mi familia oramos el Santo Rosario

SUNDAY, AUGUST 31st 2025

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



“SOY EL MEJOR PARA BIEN DE LOS DEMÁS”