

GIMNASIO VALLEGRANDE

“Crecimiento Continuo en Espiritualidad, Ciencia e Investigación”

Montería – Córdoba 2025

AÑO DEL PERDÓN Y LA RECONCILIACIÓN

PERSONAL GROWTH PLAN Week from February 10th to February 16th



CONSIGNA:

"El primer paso hacia la reconciliación es la humildad, el reconocer nuestros errores y estar dispuestos a pedir perdón."

Mahatma Gandhi

RECONCILIACIÓN - COMUNICACIÓN

PRIMARY

JUSTIFICATION

Familia Vallegrandista nos encontramos con el corazón lleno de esperanza y gratitud, listos para enfrentar este nuevo ciclo escolar que se nos presenta. Que cada día esté lleno de bendiciones, de aprendizajes y de crecimiento, tanto para nuestros estudiantes como para todos los miembros de esta hermosa comunidad. Que el amor, la paciencia y la reconciliación guíen nuestras acciones, creando un ambiente de respeto y colaboración.

La reconciliación y la comunicación son elementos fundamentales para el bienestar emocional y social de las personas, especialmente en el desarrollo de los niños y adolescentes, quienes atraviesan una etapa crucial de crecimiento y aprendizaje. Durante este período, los niños comienzan a establecer relaciones más profundas con sus compañeros y a enfrentar desafíos sociales más complejos. La capacidad de reconciliarse después de un conflicto les enseña a manejar las diferencias de manera respetuosa, promoviendo el entendimiento mutuo y evitando el resentimiento. Además, la reconciliación les permite comprender que los desacuerdos son naturales y que es posible superarlos con empatía, perdón y disposición para restablecer la armonía.



La comunicación es igualmente crucial en esta etapa, ya que los niños están desarrollando habilidades para expresarse de manera más clara y comprender a los demás. Aprender a comunicarse efectivamente les permite compartir sus pensamientos, emociones y necesidades de manera asertiva, lo que a su vez fortalece sus relaciones y previene malentendidos. Además, la comunicación abierta fomenta un ambiente donde los niños pueden plantear sus inquietudes sin temor a ser juzgados, lo que les da confianza para resolver problemas por sí mismos. La reconciliación,

acompañada de una comunicación efectiva, les ayuda a entender que los conflictos no son algo negativo, sino una oportunidad para crecer y mejorar las relaciones interpersonales, preparándolos para enfrentar de manera positiva los desafíos de la vida social y emocional.



Durante la etapa de crecimiento, los niños y adolescentes están en un proceso de mayor interacción social, tanto en la escuela como en su entorno familiar. Este es un periodo en el que surgen más disputas y malentendidos con sus amigos, compañeros de clase y familiares. Aquí, la reconciliación juega un papel esencial, ya que les enseña a resolver los conflictos de manera sana y constructiva. Al aprender a disculparse, perdonar y restaurar la paz en sus relaciones, los niños desarrollan habilidades para mantener amistades duraderas y sanas. Además, el proceso de reconciliación fomenta la autoestima, pues al saber que pueden corregir sus errores y seguir adelante, los niños aprenden a ser resilientes frente a las dificultades sociales.

La comunicación, por otro lado, les permite comprender mejor sus propios sentimientos y los de los demás. En este periodo, los niños se enfrentan a desafíos emocionales más complejos, como la ansiedad social o la frustración.

DAD AND MOM

Para que los niños practiquen la reconciliación y la comunicación, es fundamental enseñarles a identificar y expresar sus emociones de manera clara y respetuosa. Los padres pueden alentarlos a hablar sobre lo que sienten, especialmente cuando están en desacuerdo o molestos.



Es importante que los niños entiendan que está bien sentirse enojados o frustrados, pero que la forma en la que expresan esas emociones es lo que hace la diferencia. Ayudarles a usar frases como "Yo me siento [emoción] cuando [situación]" permite que se comuniquen de manera asertiva, sin culpar a los demás, y facilita el proceso de reconciliación al enfocarse en el problema, no en la persona.

Otro aspecto clave es enseñarles a pedir perdón y perdonar de manera sincera. Los niños deben aprender que, al cometer un error o hacerle daño a alguien, el pedir perdón no solo muestra empatía, sino que también ayuda a restaurar la relación. Los padres pueden practicar con ellos situaciones en las que se disculpan y muestran cómo pedir perdón de manera genuina. De igual manera, cuando un niño recibe una disculpa, es importante que los padres les ayuden a comprender el valor de perdonar y dejar ir el resentimiento. Practicar estas acciones en casa, con ejemplos cotidianos, les da a los niños herramientas para aplicar la reconciliación en otros aspectos de su vida.

Finalmente, crear un ambiente seguro y abierto para la comunicación en casa es fundamental. Los padres deben ser modelos de comunicación efectiva, mostrando cómo resolver desacuerdos de manera tranquila y respetuosa. Además, fomentar la escucha activa y la empatía les permite a los niños comprender mejor a los demás, lo cual es esencial para la reconciliación. Realizar actividades como hablar sobre lo que les sucedió durante el día o discutir situaciones que puedan haber causado malentendidos enseña a los niños a valorar el diálogo como una herramienta poderosa para resolver conflictos. Con el tiempo, estos hábitos se integrarán en su comportamiento diario, facilitando la resolución de problemas y fortaleciendo sus relaciones con los demás.

YOUNG VALLEGRANDISTA

El uniforme identifica al Gimnasio en cada uno de sus estudiantes, dando una excelente imagen. Por tanto, se considera incumplimiento a sus deberes que la comunidad de estudiantes matriculados porte inadecuadamente el **uniforme** dentro y fuera de la institución. Se debe portar el uniforme completo con **DIGNIDAD y RESPETO** acorde a los horarios establecidos desde el primer día de clase hasta el último.

UNIFORME NIÑAS

DIARIO: falda escocesa con su respectiva nodriza, el largo de la falda mitad de la rodilla, blusa blanca manga corta con el logotipo del Gimnasio Vallegrande, medias blancas escolares, zapatos rojos con cordón beige (permanecer con ellos siempre lustrados). Accesorios para el cabello de colores blanco y rojo.

EDUCACIÓN FÍSICA: Sudadera blanca con su escudo, medias blancas colegiales, zapatos tenis completamente blancos con cordón. Accesorios para el cabello de colores blanco y rojo.

AMBOS UNIFORMES SIN MAQUILLAJE Y UÑAS DISCRETAS

UNIFORME NIÑOS

DIARIO: Camiseta azul con su escudo, pantalón corto azul turquí, medias blancas escolares, zapatos negros con cordón (permanecer con ellos siempre lustrados)

EDUCACIÓN FÍSICA: Sudadera blanca con su escudo, zapatos totalmente blancos con cordón, medias blancas colegiales.

RUTA DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

La Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar es un conjunto de acciones y estrategias diseñadas para promover un ambiente de convivencia respetuosa, inclusiva y pacífica dentro de las instituciones educativas. Su objetivo principal es garantizar que todos los estudiantes, docentes y personal educativo disfruten de un entorno seguro, en el que se favorezca el bienestar emocional, el

desarrollo de habilidades sociales y el respeto mutuo. Esta ruta establece una serie de pasos y procedimientos que ayudan a identificar, prevenir y resolver conflictos, acoso escolar o situaciones de violencia, mediante un enfoque integral que involucra no solo a los estudiantes, sino también a las familias y la comunidad educativa en general. La intervención se basa en la promoción de valores como la empatía, la tolerancia, el respeto y la solidaridad, y se enfoca en la construcción de una cultura de paz en la que se resuelvan los desacuerdos de manera pacífica y constructiva.

ACTIVITIES

Monday, February 10th, 2025.

Reflexiono y leo en familia el plan de crecimiento.

Tuesday, February 11st, 2025.

Celebro en con regocijo el cumpleaños número 51 del Gimnasio Vallegrande.

Wednesday, February 12nd, 2025.

Realizo en mi agenda de crecimiento personal un acróstico con la palabra COMUNICACIÓN.

Thursday, February 13rd, 2025.

Realizo en mi agenda un listado con las acciones que nos ayudan a mejorar la comunicación con mis compañeros y mi familia.

Friday, February 14th, 2025.

Reflexiono sobre la importancia de la reconciliación en situaciones de la vida cotidiana

Saturday, February 15th, 2025.

Realizo en familia una oración entregando el legado de nuestro Gimnasio Vallegrande durante estos 51 años el servicio de las personas.

Sunday, February 16th, 2025.

Asisto en familia a la Santa Eucaristía.



“SOY EL MEJOR PARA BIEN DE LOS DEMÁS”