

## 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 11st to august 17th



**CONSIGNA:**

*EL RESPETO ES UNA CALLE DE  
DOS VÍAS, SI LO QUIERES  
RECIBIR, LO TIENES QUE DAR.”  
R.G. RISCH*

**RESPETO – AMABILIDAD**

**PRIMARIA**

## JUSTIFICATION

El respeto significa tratar a los demás con cuidado, educación y consideración, reconociendo que cada persona es importante y merece ser escuchada y valorada. La amabilidad es la manera más bonita y sencilla de demostrar respeto, porque con un gesto amable, una palabra dulce o una actitud comprensiva podemos alegrar el día de otra persona. En el colegio, cuando practicamos la amabilidad, todos nos sentimos más tranquilos, felices y seguros. Ser amables no significa solo sonreír o saludar, también es ayudar sin que nos lo pidan, escuchar con atención, respetar las diferencias de opinión y cuidar de los demás como nos gustaría que cuidaran de nosotros.

Jesús nos enseñó a amar al prójimo y a tratarlo como queremos ser tratados, y eso implica vivir cada día con respeto y amabilidad. Estos valores nos ayudan a evitar conflictos, a fortalecer nuestras amistades y a trabajar juntos con alegría. Cuando en el salón todos nos tratamos con respeto y amabilidad, se crea un ambiente donde es más fácil aprender, participar y disfrutar.



Ser respetuosos y amables no es algo que se haga solo en el colegio, también lo podemos practicar en casa, en la calle y con todas las personas que conocemos. Así, no solo mejoramos nuestra convivencia, sino que también nos convertimos en un ejemplo positivo para los demás.

## IMPORTANCIA DE PRACTICAR EL RESPETO Y LA AMABILIDAD

- Hace que todos se sientan seguros y valorados.
- Ayuda a resolver problemas sin pelear.
- Crea un ambiente alegre y cooperativo.
- Permite que podamos aprender y divertirnos juntos.



## YOUNG VALLEGRANDISTA

En el colegio pasamos gran parte de nuestro día, aprendiendo, jugando y compartiendo con muchas personas. Por eso, es muy importante que nuestras palabras, gestos y acciones ayuden a que todos se sientan felices y tranquilos. El respeto y la amabilidad no son solo reglas que debemos cumplir, sino una forma de vivir y demostrar que valoramos a los demás. La amabilidad es un rasgo crucial de la personalidad que desempeña un papel esencial en nuestra interacción con los demás y en el desarrollo de nuestras relaciones. Abarca características como la empatía, la confiabilidad, la cooperación y la capacidad de mantener la armonía social.

Un ejemplo que resalta la importancia de este rasgo se puede observar en entornos de equipo, ya

sea en el trabajo o en actividades sociales. Las personas con un alto nivel de amabilidad tienden a contribuir positivamente escuchando activamente las opiniones y necesidades de los demás, buscando soluciones mutuamente beneficiosas. Por otro lado, tener niveles bajos de amabilidad podría llevar a dificultades para formar vínculos fuertes con los compañeros o mantener relaciones saludables a lo largo del tiempo. Estas personas pueden parecer egocéntricas o competitivas y a menudo ponen sus intereses por encima de los de los demás sin tener mucho en cuenta las posibles consecuencias.



### **CÓMO APLICAMOS EL RESPETO Y LA AMABILIDAD EN EL COLEGIO**

- Saludando con cortesía a compañeros y profesores.
- Usando palabras amables como “*por favor*”, “*gracias*” y “*permiso*”.
- Escuchando sin interrumpir cuando alguien habla.
- Respetando turnos en los juegos y actividades.
- Ayudando a quien lo necesite, sin burlas ni críticas.

### **BENEFICIOS DE SER RESPETUOSOS Y AMABLES**

- Tenemos más amigos.
- Nos sentimos felices y tranquilos.
- Aprendemos a trabajar en equipo.
- Evitamos discusiones y malentendidos.

### **DAD AND MOM**

Fomentar el respeto y la amabilidad en nuestros hijos es regalarles las herramientas para relacionarse desde la empatía y el amor. Cada vez que los tratamos con ternura, que los escuchamos con atención, que respondemos con dulzura a sus preguntas, les estamos diciendo con nuestras acciones: “Eres importante. Te valoro. Me importas.” El respeto se aprende desde los gestos cotidianos: cuando usamos palabras amables, cuando pedimos perdón, cuando no interrumpimos, cuando valoramos los puntos de vista de nuestros hijos, incluso cuando no coincidimos con ellos. La amabilidad se fortalece cuando usamos expresiones de cariño, cuando los ayudamos con alegría, cuando celebramos sus logros y los consolamos con paciencia en sus frustraciones. Es importante recordar que los niños aprenden principalmente del ejemplo. Si queremos que respeten, debemos respetar. Si deseamos que sean amables, debemos actuar con amabilidad. De esta manera, creamos un hogar donde la convivencia fluye con amor y donde cada miembro se siente valorado, comprendido y amado. Un hogar que cultiva el respeto y la amabilidad siembra en sus hijos la semilla de relaciones sanas.

### **RUTA DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR**

En el colegio, la amabilidad y el respeto son esenciales para construir un ambiente donde todos se sientan valorados y seguros. Cuando un estudiante es tratado con cortesía y consideración, se genera un espacio de confianza en el que puede expresarse libremente y sin temor a burlas o críticas. La ruta de atención inicia con gestos amables y palabras respetuosas, fomentando el diálogo como herramienta principal para resolver diferencias. Los estudiantes tienen la oportunidad de expresar sus ideas y sentimientos, siendo escuchados con paciencia por sus compañeros,

docentes o directivos. Mediante conversaciones guiadas, se busca la solución pacífica de los conflictos y la comprensión mutua.

### **ACTIVITIES**

#### **Monday, August 11th, 2025**

Escribo en mi cuaderno 5 acciones amables que pueda hacer esta semana en mi casa o colegio.

#### **Tuesday, August 12th, 2025**

Dibujó un corazón grande y dentro escribo palabras que representen la amabilidad (por ejemplo: ayudar, escuchar, compartir).

#### **Wednesday, August 13th, 2025**

Cuento con mis propias palabras una historia o situación donde fui amable y respetuoso con alguien.

#### **Thursday, August 14th, 2025**

Hago una tarjeta de “¡Gracias!” para un compañero o profesor que me haya tratado con amabilidad.

#### **Friday, August 15th, 2025**

Aprendo y escribo una frase corta de la Biblia sobre el respeto o la amabilidad.

#### **Saturday, August 16th, 2025**

Oro con mi familia el Santo Rosario.

#### **Sunday, August 17th, 2025**

Asisto con mi familia a la Santa Eucaristía y reflexionamos el Evangelio del día.



**“SOY EL MEJOR PARA BIEN DE LOS DEMÁS”**