

**GIMNASIO VALLEGRANDE**  
“Soy el mejor para bien de los demás”

“Crecimiento Continuo en Espiritualidad,  
Ciencia e Investigación”

**Montería – Córdoba**  
**2024**

**AÑO DE**  
**LA GRATITUD Y LA ESPERANZA**

**PERSONAL GROWTH PLAN**  
Week from February 19th to 25th



**CONSIGNA:**

*"La gratitud es la memoria  
del corazón".*  
*Lao tse*

**GRATITUD - TOLERANCIA**

**6° A 8°**

**JUSTIFICATION**



Recordando cómo fue el gimnasio en su primera década, de 1974 a 1984. La historia de nuestro Gimnasio nace de los sueños de una pareja José Arcelio Garcés y Rafaela Luisa Begambre. Conscientes de la necesidad de contribuir con la construcción de una sociedad mejor. Es así como se inicia con el preescolar "JUAN JACOBO ROUSSEAU" en la carrera 9 No. 22a - 39 en el año 1974, luego en el año 1981 se aprobó primaria y posteriormente secundaria en la sede actual carrera 10 No. 60 - 20 Barrio la Castellana y se cambia el nombre por GIMNASIO VALLEGRANDE, para rendir homenaje a nuestra tierra y especial a los valles del Sinú y San Jorge.

A través de los años el Gimnasio Vallegrande ha construido su filosofía institucional "Soy el mejor, para bien de los demás" la cual lo caracteriza por ser formadora de líderes, con alto sentido social, autónomos y responsables. Es por eso que, como líderes formadores en valores y personas íntegras, estamos en constante construcción de nuestra persona, en crecimiento continuo, atendiendo a las necesidades propias necesidades como personas, sin dejar de lado la gratitud, el amor y tolerancia con los demás.

Los seres humanos estamos dotados cualidades que influyen en la toma de decisiones, las emociones y facilitan el autoconocimiento. Estas señales son generadas de forma natural por nuestro cuerpo y sirven como motivación para hacer distintas cosas en nuestra vida. Desde nuestra infancia se van forjando valores que van marcando un horizonte de lo que queremos ser teniendo como referente el

contexto familiar y escolar. Una cualidad positiva, esta condicionada por acciones buenas y agradables lo cual es favorable dentro de las normas sociales. La tolerancia y la gratitud, son cualidades que se nutren a partir de la crianza, partiendo del ejemplo de nuestros padres o mayores a cargo, estas cualidades contribuyen en el proceso formativo, lo anterior implica respetar a los otros, ser agradecido, justo y hacer uso de la empatía para tratar de comprender que mi realidad no es igual que la de otro que desde mi caridad puedo cumplir en parte con la voluntad de Dios. En definitiva, debemos actuar con otros de la manera en que nos gustaría que los demás obraran con nosotros o nuestros seres queridos.

*Acciones para fomentar un ambiente de respeto y colaboración, para fomentar la resolución de conflictos fomentando un clima escolar positivo basado en la tolerancia.*

- ✓ Escuchar activamente ambas partes involucradas en el conflicto y mantener la calma para establecer un tono tranquilo y constructivo.
- ✓ Fomentar la empatía en los estudiantes para comprender cómo se sienten los demás involucrados en el conflicto
- ✓ Identificar el problema, para saber que está causando el conflicto y aclarar cualquier mal entendido que pueda existir.
- ✓ Buscar soluciones juntos ,es decir, lograr que los estudiantes trabajen juntos para encontrar soluciones.
- ✓ Establecer normas en el aula y consecuencias claras
- ✓ Promover la comunicación efectiva, fomentar el perdón y la reconciliación

- ✓ Buscar ayuda cuando sea necesario: Si el conflicto es demasiado complejo o emocional para manejarlo por tu cuenta.

***“Nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel, su origen o su religión. La gente aprende a odiar. También se les puede enseñar a amar. El amor llega más naturalmente al corazón humano que lo contrario”***



## YOUNG VALLEGRANDISTA

Las personas tolerantes en el entorno educativo actúan de manera integral, bajo el principio de respeto y compromiso creando así un ambiente donde todos puedan sentirse valorados y aceptados. Este valor debe ponerse en práctica en todos los espacios de la vida, fomentarlo no solo por cumplir condiciones o quedar bien frente a otros sino porque este valor se promueve en la filosofía institucional. Cuando expresamos burlas de otros, cuando tomamos en cuenta nuestra opinión únicamente y cuando no usamos el diálogo frente a un conflicto se afecta la armonía del entorno educativo provocando actitudes negativas entre quienes participan.

La intolerancia, hace referencia a la poca capacidad para aceptar y respetar las opiniones o comportamientos de otras personas. Puede manifestarse en diversos ámbitos y puede tener consecuencias negativas en las relaciones sociales. La violencia escolar, consiste en el maltrato físico,

verbal o psicológico que se presenta entre estudiantes dentro de un espacio educativo. Este tipo de acciones negativas genera graves consecuencias como problemas emocionales, trastornos psicológicos, bajo rendimiento, comportamientos antisociales y dificultades en las relaciones interpersonales.

Es importante abordar la violencia escolar de manera oportuna, promoviendo la empatía, comunicación asertiva y la resolución pacífica de conflictos, lo anterior acompañado de un buen protocolo de actuación para intervenir ante este tipo de casos.

Tomando como referencia la información anterior, podemos decir que aplicando la tolerancia en todos los aspectos de nuestra vida podemos asumir una actitud pacífica mediada por la buena comunicación, en medio de situaciones difíciles en casa o escuela



## ACTIVITIES

### MONDAY, FEBRUARY 19th /2024

En familia leo el plan de crecimiento personal y debatimos sobre la importancia de la tolerancia en el ámbito escolar y familiar. Consulto en la web una imagen alusiva a este valor.

### TUESDAY, FEBRUARY 20th/ 2024

Elaboro una “línea de tiempo de la tolerancia” donde ubique 4 momentos de mi vida donde

recuerde que haya sido poco tolerante con un familiar o compañero de salón. Luego reflexiono frente a esta pregunta ¿Creo que fue correcto mi comportamiento?

### WEDNESDAY, FEBRUARY 21st / 2024

Diseño un poster o cartel educativo, que promueva la cultura del respeto y paz en la escuela.

### THURSDAY, FEBRUARY 22nd / 2024

Escribo en mi cuaderno una frase reconocida que resalte el valor de la tolerancia.

### FRIDAY, FEBRUARY 23rd 2024



Escribo 3 acciones que fortalezcan la tolerancia en la escuela y en casa.

### SATURDAY, FEBRUARY 24th, 2024

Oro el Santo Rosario en Familia. presentando la intención por el valor de la honestidad, la sabiduría y la serenidad en las situaciones enfrentadas en nuestro hogar, lugar de trabajo o en la escuela.

### SUNDAY, FEBRUARY 25th 2024

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



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