

**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 April 8th to 14th**



**CONSIGNA:**

*LA EDUCACIÓN NO ES UNA  
PREPARACIÓN PARA LA VIDA, LA  
EDUCACIÓN ES LA VIDA MISMA*

**GRATITUD – TRANSPARENCIA**

**Enfocado a CIENCIA Y ESTUDIO**

**Grados 9° a 11°**

**JUSTIFICATION**

La gratitud y la transparencia son dos cualidades humanas que, aunque distintas, se entrelazan de manera profunda en nuestras interacciones cotidianas. La gratitud, un sentimiento sincero de aprecio y reconocimiento hacia aquellos que nos han beneficiado de alguna manera, es un recordatorio constante de la importancia de valorar lo que tenemos y de reconocer los gestos de generosidad que recibimos.

La transparencia, por otro lado, es la cualidad de ser claro y sincero en nuestras acciones y comunicaciones. Implica la ausencia de ocultamientos o manipulaciones, y promueve la honestidad y la apertura en todas nuestras relaciones. Cuando practicamos la transparencia, construimos puentes de confianza y fortalecemos los lazos con los demás.

En la intersección de la gratitud y la transparencia encontramos una oportunidad única para cultivar relaciones significativas y auténticas. La gratitud nos invita a reconocer y valorar los actos de bondad y generosidad que recibimos, mientras que la transparencia nos anima a ser honestos y claros en nuestras expresiones de agradecimiento.

Al practicar la gratitud con transparencia, no solo expresamos nuestro agradecimiento de manera sincera, sino que también fomentamos un ambiente de confianza y sinceridad en nuestras relaciones. Cuando somos transparentes en nuestra gratitud, mostramos a los demás que valoramos su contribución de manera auténtica y genuina.

Ahora bien, de acuerdo al principio de Ciencia y Estudio, la gratitud se manifiesta en la valoración del conocimiento y la labor de cada docente, reconociendo el esfuerzo y dedicación en la búsqueda y construcción del conocimiento para el beneficio de todos. Por otro lado, la transparencia se refleja en la honestidad y la apertura en la práctica pedagógica, permitiendo que todos participen activamente en el proceso educativo, compartiendo conocimientos, experiencias y perspectivas de manera abierta y sincera. En conjunto, la gratitud y la transparencia promueven un ambiente de confianza y colaboración en nuestro Gimnasio, facilitando el desarrollo integral de los estudiantes y fomentando el interés por la investigación, el conocimiento y el estudio.

**YOUNG VALLEGRANDISTA**

Recuerda que practicar la gratitud implica reconocer y valorar el esfuerzo de profesores, compañeros de clase y otros miembros del personal educativo. Expresar gratitud puede ser tan simple como decir "gracias" cuando alguien nos ayuda o nos brinda apoyo. Al mismo tiempo, ser transparente significa ser honesto con nosotros mismos y con los demás sobre fortalezas, debilidades y necesidades.

La gratitud también se manifiesta al reconocer la importancia de las relaciones interpersonales y el apoyo que recibimos de amigos y seres queridos. Es importante expresar agradecimiento por el tiempo, la amistad y el afecto que nos brindan. La transparencia en las relaciones sociales implica comunicarse abierta y sinceramente con los demás, compartiendo pensamientos, sentimientos y preocupaciones de manera honesta y respetuosa.

**CAMINO A LA U...**

La transparencia y la gratitud son cualidades fundamentales que, al ser cultivadas durante nuestra preparación para ingresar a la universidad, potencian tanto el crecimiento personal como el académico. La transparencia en el proceso implica reconocer nuestras fortalezas y debilidades, así como buscar ayuda cuando sea necesario, sin temor al juicio o la crítica. Esto nos permite aprender de manera más efectiva, ya que nos liberamos de la carga de la autoexigencia excesiva y nos abrimos a nuevas perspectivas y conocimientos. Por otro lado, la gratitud nos enseña a valorar el apoyo recibido de nuestros profesores, familiares y amigos, así como los recursos y oportunidades que se nos brindan. Reconocer y agradecer estas contribuciones nos motiva a esforzarnos aún más y nos ayuda a mantener una actitud positiva frente a los desafíos. Además, la ciencia y el estudio nos invitan a explorar el mundo con curiosidad y humildad, a cuestionar lo establecido y a buscar constantemente nuevas respuestas y soluciones. Al integrar la transparencia y la gratitud en este proceso, no solo nos convertimos en estudiantes más competentes, sino también en personas más íntegras y conscientes de nuestro impacto en el mundo que nos rodea.

## ADMINISTRACIÓN DE NEGOCIOS INTERNACIONALES

El egresado formado en la disciplina de los negocios internacionales tendrá capacidad para analizar el mercado mundial y sus tendencias para negociar en él; investigar y penetrar los mercados mundiales a fin de ofrecer en el país y a las empresas nuevas alternativas comerciales; plantear nuevas estrategias de desarrollo para el mercado nacional y mundial y trazar proyectos de expansión industrial.

## CAMPO LABORAL

El profesional en administración de negocio internacional podrá desempeñarse como gerente de su propia empresa o negocio internacional; administrar cualquier empresa oficial o privada tanto en Colombia como en el exterior; diseñar y evaluar proyectos de inversión extranjera; asesorar organizaciones para la conquista de nuevos mercados, entre otras actividades.

## PERFIL DEL ASPIRANTE

Persona organizada y con capacidad de relacionarse fácilmente con otros; habilidad tanto para las matemáticas como para el aprendizaje de otros idiomas.

## PROTOCOLO DE CIBERACOSO: TIPIFICACIÓN



Según el artículo 2 de la Ley 1620 de 2013 en Colombia, el ciberacoso se tipifica como una forma de acoso escolar o matoneo que se realiza a través de medios electrónicos, digitales o virtuales. Esta forma de acoso puede manifestarse mediante la divulgación

de información personal, mensajes intimidatorios, amenazas, insultos, difamación, hostigamiento o cualquier otro comportamiento que cause daño psicológico, emocional o físico a la víctima. En resumen, el ciberacoso se define como cualquier conducta agresiva, intencional y repetitiva que se lleva a cabo mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y que tiene lugar dentro del contexto escolar. El ciberacoso, también conocido como ciberbullying, es un fenómeno que implica el uso de tecnologías de la información y la comunicación para hostigar, intimidar, amenazar o molestar a otros.

El ciberacoso puede manifestarse de diversas formas, algunas de las cuales incluyen:

1. **Acoso verbal o emocional:** Esto implica enviar mensajes de texto, correos electrónicos o publicaciones en redes sociales que contienen insultos, amenazas, burlas o comentarios despectivos destinados a dañar emocionalmente a la víctima.
2. **Suplantación de identidad (phishing):** Los perpetradores pueden crear perfiles falsos o suplantar la identidad de la víctima en línea para difundir información falsa, enviar mensajes ofensivos o realizar actividades ilegales en nombre de la víctima, lo que puede dañar su reputación y seguridad.
3. **Acoso sexual:** Este tipo de ciberacoso implica enviar mensajes, imágenes o videos de naturaleza sexual no solicitados o no deseados, compartir contenido sexualmente explícito sin consentimiento o acosar a alguien en línea basándose en su género o orientación sexual.
4. **Acoso cibernético o cyberstalking:** Consiste en acosar a alguien en línea de manera persistente y amenazante, monitoreando sus actividades en línea, rastreando su ubicación, enviando mensajes constantes o acechando en redes sociales, lo que puede generar miedo e inseguridad en la víctima.
5. **Suplantación de identidad en redes sociales (catfishing):** En este tipo de ciberacoso, los

perpetradores crean perfiles falsos en redes sociales utilizando fotos y detalles personales de otras personas para establecer relaciones engañosas, manipular emocionalmente a la víctima o cometer fraudes en línea.

## ACTIVITIES

### MONDAY April 8th 2024

¿De qué manera practico la transparencia y la gratitud en mi contexto escolar?

### TUESDAY April 9th 2024

¿Cómo puedo implementar la gratitud y la transparencia para mejorar la convivencia en mi Gimnasio?

### WEDNESDAY April 10th 2024

¿En qué situaciones de mi entorno se puede presentar el ciberacoso? Doy 3 ejemplos.

### THURSDAY April 11st 2024

¿Qué implicaciones legales puede tener el ciberacoso? Consulta.

### FRIDAY April 12nd 2024

¿Cómo puedo prevenir el ciberacoso en mi contexto escolar?

### SATURDAY April 13rd 2024

Oro el Santo Rosario en familia

### SUNDAY – April 14th 2024

Asisto en familia a la Santa Eucaristía



“Soy el mejor para bien de los demás”