



## Queridos profesores y profesoras, ¡les necesitamos para el Becatlón!

Estimados docentes de la Comunidad ITAM,

Las medidas tomadas para frenar la pandemia del COVID-19 nos obligan a limitar el contacto presencial durante las actividades del semestre, por lo que de parte de la Sociedad Estudiantil del ITAM hemos tenido que idear mecanismos para llevar a cabo nuestras actividades de forma remota. Por consiguiente, se ha tomado la decisión de realizar el Becatlón 2020 de manera remota.

El Becatlón se llevará a cabo del 29 de agosto al 6 de septiembre. Durante esa semana, los estudiantes del ITAM buscamos que nuestros compañeros y compañeras donen recursos que se destinarán al fondo de becas de manutención de nuestra Institución, de tal manera que se le pueda dar a varios estudiantes de bajos recursos la oportunidad de cursar una licenciatura o una ingeniería en el ITAM. Es por lo anterior que el Becatlón es uno de los eventos más importantes para la Sociedad Estudiantil del ITAM.

Sabemos que la situación actual presenta un gran reto para poder llegar a recaudar las cantidades que se han recaudado en años pasados; sin embargo, de parte de la Sociedad Estudiantil nos hemos comprometido a sacar adelante la meta de recaudación de \$100,000.00 (cien mil pesos) junto con las autoridades del ITAM, debido a los grandes beneficios que esto podría representar para nuestra comunidad. Para lograr nuestra meta, necesitaremos de toda la ayuda que ustedes, los profesores y profesoras de nuestra querida casa de estudios, nos puedan brindar.

La propuesta que tenemos para ustedes es la siguiente: hemos pensado en llevar a cabo una actividad a la que llamamos **“La Canasta”** del Becatlón. Esta dinámica consiste en una serie de retos que nos permitan promover las donaciones durante el Becatlón. “La Canasta” tendrá una meta de \$100,000.00 (cien mil pesos) y conforme se vaya llenando, los profesores deberán llevar a cabo los retos para los que se deseen anotar. Esta dinámica generará un espacio de diversión donde participen todos los miembros de nuestra comunidad, y será excelente para recaudar fondos.

Durante la semana del Becatlón, se buscará llegar a los objetivos de recolección de “La Canasta” a través de transferencias electrónicas y depósitos a la cuenta designada por el ITAM. Al cumplir con cada objetivo, es decir, cuando “La Canasta” acumule cierta cantidad de dinero, los profesores voluntarios deberán cumplir con un reto que hayan seleccionado previamente.

Por ejemplo, al llegar a los primeros \$500.00 (quinientos pesos) el profesor voluntario “A” mostrará una fotografía chistosa de sí mismo en redes sociales. Al llegar a \$1,000.00 (mil pesos) el profesor voluntario “B” correrá 10 kilómetros. Al llegar a los \$10,000.00 (diez mil pesos) el profesor voluntario “C” se grabará cantando una canción, y así sucesivamente, se harán más retos hasta llegar a nuestra meta, o incluso rebasarla.

La idea es invitar a todos los profesores y profesoras que quieran participar de manera voluntaria para hacer atractiva y divertida la dinámica de “La Canasta”, con retos interesantes



que aumenten el número de donaciones para el Becatlón, y que nos ayuden a crear comunidad.

Cada profesor y profesora que quiera participar deberá definir en cuál de los siguientes tres rangos se encuentra la cantidad que se debe acumular para que cumplan su reto. Los rangos son:

- Bajo: \$0 - \$33,333
- Medio: \$33,334 - \$66,666
- Alto: \$66,667 - \$100,000

Es importante aclarar que el profesor o profesora participante solo escogerá el rango y los miembros del Consejo Estudiantil definirán la cantidad exacta, según la dificultad que crean que implica realizar dicho reto y el rango acordado. Además, deberán definir el reto que están dispuestos a hacer si “La Canasta” llega a la cantidad acordada.

Por ejemplo, asumamos que la profesora “X” decide que su reto será pintarse el pelo de rosa si “La Canasta” acumula una cantidad arbitraria dentro del rango “bajo”. Una vez hecho lo anterior, los miembros del Consejo Estudiantil escogerán una cantidad que consideren apropiada y que se encuentre en dicho rango seleccionado. Asumamos que la cantidad que se considera apropiada por los alumnos es de \$2,000 (dos mil pesos), por lo que el reto quedará definido de la siguiente manera: “Yo profesora “X” me comprometo a pintarme el pelo de rosa cuando “La Canasta” llegue a \$2,000.00 (dos mil pesos)”.

La intención es mostrar el cumplimiento de los retos a través de las redes sociales de las Representaciones de licenciatura e ingeniería, la Asociación de Estudiantes Foráneos y el Consejo Estudiantil. Los profesores y profesoras voluntarios también podrán difundir sus retos a través de cualquier otra plataforma para promocionar el Becatlón. Si algún profesor o profesora no quiere que su reto se muestre a través de nuestras redes sociales y propone alguna otra idea de hacerlo, el reto también se aceptará sin ningún problema.

Esperamos que participen en “La Canasta” para lograr nuestra meta de recaudación. **Para anotarse solo deberán enviar un correo electrónico a [consejologa2020@gmail.com](mailto:consejologa2020@gmail.com), en donde incluyan su nombre, el reto que harán y el rango donde desean que se encuentre la cantidad a la que “La Canasta” debe llegar para hacer el reto.** El asunto del correo deberá de ser “**Canasta Becatlón**”. No olviden que pueden seleccionar varios retos conforme la cantidad recaudada vaya aumentando. La fecha límite para participar y mandar sus retos será el día **lunes 17 de agosto**.

A continuación, anexamos una lista con algunas sugerencias de retos. Pueden seleccionar los retos de la lista o pensar en algo distinto. Cabe mencionar que de ninguna manera se busca que los retos promuevan burlas, insultos o cualquier falta de respeto hacia los docentes de nuestra Institución. Nuestra intención es que nos divirtamos y apoyemos una buena causa.

Gracias a todos y todas, les deseamos un gran inicio de curso.

Atentamente,

**Los y las representantes de la Sociedad Estudiantil del ITAM (SALITAM) 2020.**



## **Lista de retos sugeridos**

1. Correr 5, 10 o 15 kilómetros.
2. Echarse una cubeta con agua helada en la cabeza.
3. Grabarse cantando una canción.
4. Hacer un baile.
5. Realizar una rutina famosa de “Tik Tok”.
6. Hacer un diseño “gracioso” con su barba o bigote (para profesores con barba o bigote).
7. Dar una clase especial en vivo que no sea académica (por ejemplo, de cocina, yoga, arte, música, ejercicio, etcétera).
8. Tomarse una foto con un disfraz simpático.
9. Grabar una rutina de “Lip-sync” (retar a otro profesor, alumno, etcétera).
10. Recrear una receta de un chef profesional en vivo.
11. Dejar que tu pareja te maquille.
12. Dejar que tu hij@ te maquille.
13. Romperse un huevo en la cabeza.
14. Comer un chile muy picante.
15. Seguir una rutina de ejercicio difícil.
16. Recrear tu video favorito de música, comedia, drama, escena de una película, etcétera.
17. Hacer un show de comedia (stand up comedy) original.
18. Dar tu siguiente clase disfrazado de algún personaje de tu agrado.
19. Seguir un tutorial de youtube de la actividad que quieras y mostrar el resultado.
20. Mostrar cuántas galletas, donas u otros puedes comer en menos de un minuto.
21. Pintarse el pelo o raparse.
22. Narrar un partido de fútbol en vivo.
23. Tomarse un vaso de Salsa Valentina.
24. Hacer un día como blogger (les prestamos las redes de Consejo Estudiantil por un día)
25. Mandar donas a un estudiante aleatorio de su clase.
26. Rifar un libro de Amazon entre los estudiantes de su clase.
27. Hacer una imitación de alguna figura pública, como si fuera un comediante.
28. Pintarse las uñas del color que escojan sus estudiantes.
29. Grabarse haciendo una vuelta de carro.
30. Marshmallow challenge (ver cuántos bombones caben en su boca).
31. Maquillarse sin ver el espejo.
32. Intentar hacer malabares usando huevos.
33. Depilarse con cera.
34. Da una clase entera con un acento diferente.
35. Intenta tomar agua mientras estás de cabeza.
36. Inventarse un rap o canción sobre el ITAM y cantarla en vivo.
37. Imitar a un famoso durante toda la clase (o por lo menos 30 min).
38. Si son exalumnos, subir una foto de ustedes cuando iban en el ITAM (#ExITAMChallenge).
39. Comerse un ajo.
40. Hacer una lagartija cada que un estudiante diga una palabra de su elección (tiene que ser algo común).
41. Hacer un número determinado de lagartijas proporcional a la cantidad que se haya alcanzado. (Por ejemplo, 20,000 pesos equivale a 20 lagartijas).



42. Balancear el libro de la clase sobre su cabeza por más de 1 minuto.
43. Compartir una anécdota chistosa que tengan en el ITAM.
44. Comer un plato de comida sin usar las manos.
45. Intentar pararse de manos y si fracasa, romperse un huevo encima.
46. Intentar disfrazar a su mascota y vestirse igual (y publicar foto).
47. Analizar la letra de una canción de Arjona (y comentar).
48. Crear un outfit usando puras cosas que encuentras en la cocina.
49. Publicar una lista con las 10 excusas más chistosas que les han dado sus estudiantes.
50. Imitar la voz de alguna caricatura.
51. Hacer el reto “troll” de Tik Tok que consiste en hacer que un familiar sujete un vaso de plástico lleno de agua en el techo con una escoba.
52. Tratar de hacer un autorretrato realista.
53. Ponerse tantas playeras como le sea posible, una encima de otra.
54. Diagnosticar psicológicamente a los personajes de Rick & Morty.
55. Recitar una canción de Bad Bunny como poesía.
56. Maquillarse como el Guasón.
57. Tratar de dibujar un personaje de Disney (recomendación: Stitch, la Bestia o Mickey Mouse) de memoria, no se vale buscar una imagen.
58. Hacer una reflexión filosófica de una frase célebre de Shrek.
59. Intentar recrear con algún familiar la escena célebre de Dirty Dancing.
60. Intentar recrear cualquier escena famosa de una película, ya sea haciendo un video o tomando una fotografía.
61. Hacerle una broma a su pareja o hijos y grabarla.
62. Hacer un número determinado de burpees proporcional a la cantidad que se haya alcanzado. (Por ejemplo, 20,000 pesos equivale a 20 burpees).
63. Postear la foto más divertida que tengan de cuando eran pequeños.
64. Tratar de rapear la parte de Busta Rhymes en la canción “Look At Me Now”, la parte rápida de “Rap God” o cualquier otra canción de rap que presente un alto nivel de dificultad.  
Link con ejemplo: <https://www.youtube.com/watch?v=8gyLR4NfMiI>
65. Hacer un giveaway con sus alumnos.
66. Hacer una rutina de Lift fitness en vivo.
67. Dar una clase en ropa de gala.
68. Dar el horóscopo de la semana (les prestamos la cuenta de instagram del Consejo) no es válido buscarlo, debe ser inventado por el profesor.
69. Bailar un fragmento de una coreografía de Michael Jackson.
70. Responder por un día a imágenes de platillos que manden los estudiantes como lo haría el chef Gordon Ramsey (twitter).
71. Imitar algún atuendo de un artista famoso y dejar que los estudiantes voten y decidan quien lo viste mejor.
72. Bailar “La Pelusa”.
73. Hacer el “Glam Bot Challenge” de la Met Gala.  
Link con ejemplo: <https://www.youtube.com/watch?v=V67E4hkmF-4>
74. Hacer el “Chair Challenge” (para hombres).  
Link con ejemplo: [https://www.youtube.com/watch?v=iuKWL0\\_64XI](https://www.youtube.com/watch?v=iuKWL0_64XI)



SALITAM 2020

***\*\*\* Cualquier otra idea de reto que quieran proponer es válida. No existen ideas malas. Todos los retos buscan crear comunidad y lograr cumplir el objetivo del Becatlón.***