

eman la zabal zazu



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

ehukirola



#ZUENERRONKA

Sabemos que tienes talento y eres original, DEMUESTRANOSLO

¡¡Participa en los retos que te proponemos!!



Actividades válidas para reconocimiento de créditos.

#ZUENERRONKA PUBLICA UN VIDEO DEMOSTRANDO TU TALENTO Y HABILIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

#ZuenErronka pretende promover y animar al alumnado de la UPV/EHU y al PAS/PDI a que compartan con el resto de la comunidad Universitaria las habilidades y destrezas físicas que poseen.

En estos tiempos, gracias a las redes sociales hemos descubierto que las personas son capaces de ponerse retos desde divertidos a difíciles o simplemente originales, para mantener viva la ilusión de seguir entrenando o haciendo deporte.

Desafiar lo que parece imposible es algo intrínseco del ser humano. Este afán de superación nos ayuda a avanzar y a mejorar física, social y mentalmente.

Queremos hacer visible dentro de nuestra comunidad el potencial extraordinario que sin ninguna duda tenemos dentro del ámbito de la actividad física y la salud.

INSCRIPCIONES

¿Quién puede apuntarse?

Alumnado y PAS/PDI de la UPV/EHU.

Coste:

Gratuito.

¿Cómo tomo parte?

Las personas que deseáis participar deberéis publicar tantos videos como deseáis realizando ejercicio o actividad física y mostrando vuestro talento y habilidades. Para ello, utilizaréis la cuenta de Instagram de EHUKIROLA y seguir los siguientes pasos:

- a. Subir a vuestro Instagram el video y etiquetar a Deportes UPV/EHU, @EHUKirola y poner el hashtag **#ZuenErronka**.
- b. Rellenar la solicitud (ON-LINE) con los datos que te piden, adjuntando los videos y se envía al Campus al que se está vinculado o vinculadas.

Nota: Los vídeos deberán tener una duración mínima de 15", con un **máximo de 3 minutos**.

Todos los videos publicados que cumplan con estas reglas podrán optar a ser considerados como video más destacado y completo de cada modalidad.

El vídeo que por reto y modalidad (individual y colectiva) mayor votación sume será el ganador y recibirá un premio añadido a los de participación.

#ZUENERR

DESARROLLO

Durante los meses de octubre y noviembre, cada 15 días se abrirá la participación en un tipo de reto determinado con unas fechas concretas para que nos enviéis vuestros vídeos.

RETO 1: KIROL MATERIALAREN ERRONKA

1-15 de octubre

¿Qué eres capaz de demostrar con una herramienta o un material deportivo?

Raqueta, pala, bicicleta, cuerda, palo de golf, material de malabares (bolas, palos chinos, diábolo, monociclo...), etc. Vale cualquier tipo de material, aunque los balones y pelotas de deportes convencionales, se clasifican en otro reto.

Se pueden mezclar y combinar diferentes materiales.

Haznos partícipes de tus habilidades y enséñanos tus capacidades. Sé original.

RETO 2: KIROL BALOI-PILOTAREN ERRONKA

16-30 de octubre

¿Qué habilidad eres capaz de demostrar con un balón y/o pelota?

Seguro que a lo largo de tu vida has practicado muchas horas con estos elementos; balón de futbol, baloncesto, pelotas, ¿Qué has conseguido? Enséñanoslo, será interesante. Y con tus amigos-as ¿Qué se os ha ocurrido?

Recuerda, no tiene que ser difícil, con que sea original y creativo es suficiente.

RETO 3: GORPUTZ ERRONKA

31 octubre -14 noviembre

¿Qué eres capaz de demostrar con tu cuerpo?

Bien de forma grupal o individual en más de una ocasión habréis intentado superar alguna dificultad física que nos gustaría que nos enseñarais. Si no lo habéis hecho hasta ahora, ¡Animaros a intentarlo! Seguro que sois capaces de replicar esos retos que vemos en las redes sociales ¿a qué si?.

Nos gustaría verlo.

RETO 4: SORMEN ERRONKA

15- 29 noviembre

¿Qué eres capaz de crear?

En el caso consideres que eres capaz de crear de forma creativa, original y armoniosa cualquier otra habilidad deportiva que no se encuadre en las modalidades de Retos descritos anteriormente, ésta es vuestra oportunidad para demostrar de lo que sois capaces.

Dar rienda suelta a vuestra imaginación.

ERRONKA

¿Cuándo se vota?

Del 14 al 23 de diciembre.

¿Cuándo se entregan los premios?

- A los participantes y finalistas del 14 de diciembre al 29 de enero.
- A los más valorados el 28 de enero.

CREDITOS

La presentación de 2 vídeos aptos, de dos modalidades de los 4 retos propuestos, será válido por 0,5 ECTS. La presentación de 4 vídeos aptos, uno por cada modalidad de los 4 retos propuestos, será válido por 1 ECTS.

PREMIOS

- 01** Todos los participantes que se consideren "aptos" recibirán una camiseta de regalo. A recoger en Deportes de su Campus.
- 02** Los videos finalistas obtendrán un premio añadido que será una toalla. A recoger en Deportes de su Campus.
- 03** Tras la votación, el reto de cada modalidad que más puntos sume premio adicional: una mochila, que se entregará en un acto especial.

REGLAMENTO

Nota: Los retos grupales pueden hacerse con personas ajenas a la UPV/EHU, pero estas no optarán a ningún premio.

- El material y elementos necesarios para la filmación del vídeo es por cuenta de las personas participantes.
- Los vídeos deberán tener una duración mínima de 15", con un máximo de 3 minutos.
- A la fase final pasarán 5 vídeos individuales y 5 grupales, de cada uno de los retos. (Habrá 40 videos finalistas) Para la selección se tendrán en cuenta criterios de; precisión, calidad, creatividad, originalidad, y armonía.
- La comunidad universitaria votará cuál considera que es el mejor talento de cada reto (máximo de 15 puntos por video). Habrá 2 clasificaciones por reto; **individual y grupal. En total se premiará a 8 vídeos; 4 individuales y 4 grupales.**

El sistema de puntuación será el siguiente:

TALENTO Y HABILIDADES	PUNTUACIÓN				
1. Grado de control y precisión del movimiento	1	2	3	4	5
2. Calidad y complejidad de la habilidad	1	2	3	4	5
3. Creatividad, originalidad y armonía	1	2	3	4	5

La selección de los mejores videos se difundirá en la web de EHUKIROLA.