

Guía metodológica
para facilitadores

Partido por tus derechos

Cudrangulares por tus derechos





©2026, Defensoría del Pueblo de Colombia

...

Iris Marín Ortiz
Defensora del Pueblo

Paula Cristina Aponte Urdaneta
Vicedefensora del Pueblo

Margarita Barraquer Sourdis
Secretario General

Ana María Sánchez Guevara
Delegada para la Infancia y La Vejez

Iván Palomino
Delegado para el Buen Futuro de las Juventudes y la Protección del Derecho al Deporte
Autor

Defensoría del Pueblo y Organización Internacional para las Migraciones - OIM
Coordinación y edición general

Carolina Vergel Tovar
Directora Nacional de Promoción y Divulgación de los Derechos Humanos

ALPRIGRAMA S.A.S. y OIM
Diseño y diagramación

ALPRIGRAMA S.A.S. y OIM
Diseño de portada

ALPRIGRAMA S.A.S. y OIM
Corrección de estilo

Fotografías
Banco de fotos de la Defensoría del Pueblo
IA - Magnific.com

ALPRIGRAMA S.A.S. y OIM
Impresión

...

Primera edición, Mayo de 2026

Defensoría del Pueblo de Colombia
Sede nacional: Calle 55 no 10-32
Bogotá, D. C., Colombia
Línea única nacional: 01-8000-914-814
PBX: (601) 314 7300 – (601) 314 4000
<https://www.defensoria.gov.co/>

...

Este documento debe citarse así:
Defensoría del Pueblo. [2026].
Guía Metodológica. Partido por tus derechos.



Con el apoyo de





Cuadrangulares por tus derechos

Modalidad: **Presencial**

Intensidad Horaria: **Cuatro jornadas - Cuatro horas cada una**

Asistentes: **40 niñas, niños y adolescentes**

OBJETIVO

A través del deporte, fomentar en niñas, niños y adolescentes, una cultura de prevención y denuncia de las vulneraciones a sus derechos humanos de las que sean víctimas, o tengan conocimiento.

¿De qué trata esta actividad?

Los cuadrangulares son torneos de corta duración donde cuatro equipos juegan en partidos organizados por ida y vuelta.

Cada victoria representa 3 puntos y los empates 1 punto.

Los dos equipos que tengan mayor cantidad de puntos juegan la final, mientras los dos últimos se disputan el tercer lugar.

En esta ocasión, el torneo cuenta con reglas adicionales que responden a la intencionalidad pedagógica de la actividad.

Igualmente, con el fin de fortalecer nuestra estrategia, hemos adoptado elementos de la estrategia deportiva denominada GOLOMBIAO¹ con la autorización de UNICEF .

Los cuadrangulares son una excusa metodológica para fomentar reflexiones en torno a la prevención y denuncia de violencias como: el acoso escolar, las violencias basadas en género y las digitales, el reclutamiento, uso y utilización de niñas, niños y adolescentes por parte de grupos armados.

¹ El Golombiao, conocido como "el juego de la paz", es una estrategia pedagógica y deportiva impulsada en Colombia (iniciada por el programa Colombia Joven y apoyada por UNICEF) que utiliza el fútbol para fomentar la convivencia, la equidad de género y la resolución pacífica de conflictos en niños y jóvenes.

TALLER PREVIO

¿Cómo dialogar con mi madre, padre y/o personas cuidadoras sobre cosas difíciles?

Antes de iniciar el torneo, haremos una actividad rompehielo para presentarnos, seguida de una reflexión sobre la importancia de dialogar y denunciar las violencias que pueden sufrir los NNA.

ROMPEHIELO

Duración:
15 minutos

Presentación

Invitaremos a las niñas, niños y adolescentes a ubicarse en círculo, luego haremos un saludo y comentaremos las instrucciones del rompehielo. Quien lidere el taller podrá decir (por ejemplo): **“Buenos días. Hoy venimos a aprender los juegos tradicionales de esta hermosa región y a aprender sobre la importancia del diálogo cuando conocemos o vivimos algún tipo de violencia.**

En primer lugar, queremos conocernos, así que haremos la siguiente actividad: Esta actividad se llama dos verdades y una mentira. Cada una de las personas participantes va a presentarse diciendo su nombre y luego va a decir dos verdades sobre su vida, y una mentira.

Por ejemplo: soy X y me gusta el azul (mentira), tengo un gato (verdad) y me gusta el pollo (verdad). Al decirlo va a señalar a otra persona del círculo. Esa otra persona intentará repetir el nombre de quien se presentó y procurará adivinar la mentira.”-

Haremos una ronda de prueba y luego la actividad hasta que todas las personas se presenten, finalmente se dará paso a la actividad sobre diálogo con madres, padres y personas cuidadoras.

En un segundo momento se dará inicio a una actividad en la que reflexionaremos sobre cómo iniciar una conversación difícil con las madres, padres y personas cuidadoras.

ACTIVIDAD

Duración:
20 minutos

¿Qué le respondería a mamá, papá o a la persona que me cuida?

Esta actividad es complementaria a otra dirigida a las madres, padres y personas cuidadoras, específicamente a las preguntas orientadoras que se les brindarán en cada momento de los diálogos en familia.

La intención de esta actividad es apoyar y preparar a las niñas, niños y adolescentes en la construcción de las respuestas que darían a esas preguntas que esperamos les llegasen a hacer a sus madres, padres y/o personas cuidadoras, en caso de que sigan las recomendaciones que brindemos en dichos momentos.

Después, se dará la siguiente instrucción -**“Ahora queremos pedirles que nos organicemos en grupos de cinco NNA. A cada grupo le daremos un paquete de hojas de árbol (véase archivo: imprimir hojas diálogos en familias) que tienen escritas unas preguntas que seguramente les podrían hacer sus madres, padres y/o personas cuidadoras.**

En grupo vamos a pensar y acordar cuál sería la mejor respuesta que cada uno podría darle a sus madres y padres cuando le pregunten sobre dicho tema.

Después de que hayan pensado sus respuestas vamos a compartirlas, nos vamos a ayudar entre todas y todos para saber cómo responder a esas preguntas e iniciar un diálogo sobre cosas difíciles con nuestras madres, padres y personas cuidadoras. ¿De acuerdo?

Esperamos que los NNA respondan: síííí.

Durante la actividad ayudaremos a las niñas, niños y adolescentes a construir una buena respuesta a las preguntas.

Una vez las respuestas sean socializadas y tengamos una reflexión general sobre la importancia de iniciar un diálogo respetuoso con nuestras madres, padres y/o personas cuidadoras, daremos paso al cuadrangular.

METODOLOGÍA PARA EL CUADRANGULAR

El cuadrangular tiene tres tiempos o pasos para su desarrollo, los cuales están compuestos por momentos que nos dicen qué hacer antes, durante y después de los partidos de fútbol.

Es importante seguir paso a paso la metodología para no perder la intencionalidad pedagógica definida por la Delegada para la Infancia y la Vejez; ya que de no ser así, podríamos construir un torneo sin mayor reflexión sobre las vulneraciones a los derechos humanos de las niñas, niños y adolescentes.

Finalmente, es importante tener en cuenta que esta actividad requiere del apoyo de la comunidad para su desarrollo, ya que las y los protagonistas del cuadrangular no serán solamente las niñas, niños y adolescentes jugadores, sino también las personas que harán parte de todo el proceso de formación que involucra el torneo.

ESTRUCTURA DEL CUADRANGULAR

La estructura del cuadrangular consta de cuatro equipos que, en un solo grupo competirán entre sí de la siguiente manera:



FECHA 1

Equipo

Equipo

VS

Equipo

Equipo

FECHA 2

Equipo

Equipo

VS

Equipo

Equipo

FECHA 3

Equipo

Equipo

VS

Equipo

Equipo

FECHA 4

Equipo

Equipo

VS

Equipo

Equipo

FECHA 5

Equipo

Equipo

VS

Equipo

Equipo

FECHA 6

Equipo

Equipo

VS

Equipo

Equipo

FECHA 7

GRAN FINAL

1

VS

2

FECHA 7

TERCER LUGAR

3

VS

4



REGLAS DEL CUADRANGULAR

El torneo contará con las reglas tradicionales de un cuadrangular de fútbol sala. Para ello, recomendamos revisar el PDF FIFA: reglas de fútbol de salón.

Adicionalmente, en pro de fomentar la convivencia y promover los derechos humanos, proponemos sumar las siguientes reglas:

Tarjeta Blanca: simboliza el juego limpio y transparente, se otorgará a las y los jugadores que demuestren prácticas de convivencia respetuosa dentro del terreno de juego, promoviendo los valores esenciales del deporte.

Ejemplo: respeto hacia la o el árbitro, compañeras, compañeros y oponentes, compromiso, honestidad y la ética deportiva.

Una actuación que promueve el juego respetuoso reconocida por la o el árbitro. La tarjeta podrá ser acumulativa. Es de agregar que la o el árbitro también podrá sacar la tarjeta a las personas aficionadas que promuevan la convivencia pacífica y el respeto por las diferencias. Los puntos se acumularán al equipo de la hinchada.



Tarjeta Azul: simboliza el juego limpio, libre de violencia e intolerancia, se otorgará a aquellas y aquellos jugadoras que tengan conductas que atenten contra la integridad emocional y física de otra jugadora o jugador.

Ejemplo: cuando se muestra una tarjeta azul, el equipo de la jugadora o el jugador no será penalizado con la expulsión. En cambio, deberá abandonar el campo por un breve período [entre 1- 5 minutos a determinación de la o el árbitro] para reflexionar sobre su comportamiento y regresar al juego con una actitud más positiva y respetuosa.



Segunda capitana o capitán: Capitán o Capitana de convivencia: Con el fin de motivar el juego limpio y los derechos humanos en el mismo, se contará con dos capitanes por equipo: Un capitán o capitana para el juego que cumplirá las funciones habituales de un capitán o capitana de fútbol y a su vez será la o el embajadora de buena voluntad, y un capitán o capitana de convivencia y promoción de los derechos humanos en el campo.

La segunda persona designada como capitán o capitana deberá:

1. Recordar y orientar a sus compañeras y compañeros de equipo la importancia de la convivencia, el juego limpio, la no discriminación y los derechos humanos a su equipo de juego.
2. Pedir disculpas ante sus contrincantes cuando existan faltas al juego limpio, impacto en el juego (tarjeta azul) o cualquier otro acto que afecte la convivencia en el juego, cuando quien haya cometido la falta, no lo haya hecho o no lo haya podido hacer.



Equipos mixtos: cada equipo de fútbol deberá contar con el mismo número de jugadoras y jugadores en la cancha. Para esta situación hemos modificado la regla de 5 jugadores o jugadoras a 6. Siendo así necesario que cada equipo tenga en la cancha tres niñas y tres niños.



PARTICIPACIÓN: las niñas, niños y/o adolescentes inscritos en la planilla del equipo deben jugar.

VICTORIA POR CONVIVENCIA: no siempre ganará el equipo con más goles, ganará el equipo que cumpla los acuerdos de convivencia. Si los dos equipos los cumplen, se definirá la victoria por goles.

EVALUACIÓN: al finalizar el juego, la o el arbitro, evaluará o verificará que los equipos hayan cumplido los acuerdos de convivencia antes, durante y después del juego.

EVALUACIÓN: la persona entrenadora deberá demostrar que antes de iniciar cada partido ha motivado el diálogo de las niñas, niños y adolescentes. Para ello podrá hacer uso de las recomendaciones que brinda la cartilla de Diálogos en Familia. Su no motivación puede llevar a sanción con tarjeta azul al iniciar el juego.

FUNDAMENTOS DEL CUADRANGULAR

TOMADO DE GOLOMBIAO

PARTICIPACIÓN: el derecho que tienen las y los adolescentes y jóvenes para ejercer es su ciudadanía; movilizándose, transformando e incidiendo en asuntos de interés privado y público, a través de diferentes herramientas, mecanismos y espacios formales y no formales de acuerdo a las dinámicas propias de su entorno.

GÉNERO: es el rol o la forma en la que se asume el ser mujer u hombre y su identidad sexual, a partir de los imaginarios culturales, económicos, sociales y políticos que se construyen en un determinado entorno.

CONVIVENCIA: relacionarse de forma armónica y pacífica entre unos y otros, partiendo de las diferencias y diversidad de las y los adolescentes y jóvenes por medio del reconocimiento de los derechos propios y del entorno.



ANTES DEL TORNEO - DÍA 1

Antes de iniciar el torneo es indispensable seguir los siguientes pasos:

1. Consolidar un equipo mixto, con un mínimo de 3 mujeres y 3 hombres participantes, para promover el derecho a la igualdad y a la no discriminación. En el caso de adolescentes se reconocerá la identidad de género con la que se identifiquen.

2. Se requiere asignar a una persona entrenadora por equipo, quien deberá ser lideresa o líder de la comunidad, madre, padre de familia o docente encargado de cada equipo.

La persona entrenadora deberá guiar a los NNA para que reflexionen sobre los derechos humanos y la convivencia, asegurando que los valores del torneo se pongan en práctica dentro de la cancha. Si la persona entrenadora necesita profundizar en cómo conectar estos conceptos con el juego, podrá solicitar el apoyo y acompañamiento de un o una profesional de la Defensoría del Pueblo.



3. Cada equipo creará una frase, porra o lema de buena voluntad, que tenga como mensaje la protección de los derechos humanos de la niñez y/o alguno de los conceptos guía.

4. Las y los jugadores podrán usar camisetas especiales que lleven mensajes relacionados con los derechos humanos, como “Igualdad para todas y todos”, “No a la discriminación” o “Juego limpio, juego justo”.



5. Cada equipo construirá un compromiso de respeto y convivencia, por los derechos humanos de la niñez, el cual dedicará a su equipo contrincante.

Esta frase deberá estar articulada con el objetivo del torneo.

6. La persona que lidera la actividad, deberá gestionar los balones, mallas, tarjetas, petos y elementos de decoración del torneo a través de la Delegada para la Infancia y la Vejez.

7. La persona entrenadora seleccionará a las y los capitanas de su equipo.



DURANTE EL TORNEO - DÍA 2

1. Las y los capitanes llevarán una copia impresa de la cartilla “Por más territorios seguros a través del deporte” promoviendo este derecho social. Además las y los jugadoras firmarán las cartillas como muestra de voluntad de jugar de forma limpia, tranquila y honesta.

2. Los equipos harán pública su frase o lema de buena voluntad y dirán al equipo oponente la promesa de convivencia y respeto por los derechos humanos.

3. Antes de iniciar cada partido, se hará un minuto de silencio en memoria de todas las personas que han luchado y siguen luchando por los derechos humanos en todo el mundo, con el ánimo de crear conciencia sobre la importancia de proteger y defender los derechos.

4. Implementa las reglas de juego teniendo en cuenta la adaptación propuesta para el torneo.

5. Al terminar cada partido, se invitará a las niñas, niños y adolescentes integrantes de cada equipo a dar un abrazo; brindar una frase alusiva al juego limpio y hacer un compromiso de no acoso escolar, a la violencia digital y a las violencias de género entre niñas, niños y adolescentes.

6. Como acto simbólico, después de cada partido, las y los líderes, personas entrenadoras de los equipos y sus capitanes y capitanas, construirán y firmarán un acuerdo por la no discriminación, la convivencia, la diversidad cultural.

PREMIO A LA DEPORTIVIDAD

Después de cada partido, se premiará a las y los jugadores, y personas aficionadas que hayan recibido más tarjetas blancas. En reconocimiento se les otorgará un certificado de Personaje Ejemplar Defensoría del Pueblo.



DESPUÉS DEL TORNEO - ÚLTIMO DÍA

1. Una vez terminen los partidos de la final y tercer lugar del cuadrangular, se hará un evento de clausura del torneo. Para ello la persona que lidera el cuadrangular podrá gestionar un grupo de danza o arte local que desee participar en la actividad.

En caso de que no se cuente con recursos ni la posibilidad de que un grupo artístico local participe en el evento, se propone gestionar un equipo de sonido pequeño, poner música festiva local e invitar a las niñas, niños y adolescentes, así como madres, padres de familia y personas cuidadoras, a brindar unas palabras de agradecimiento o un mensaje que resalte lo aprendido con el cuadrangular.

2. En el evento de Clausura, se entregarán los siguientes premios:



Premio al equipo ganador del torneo



Premio al segundo y tercer puesto



Premio al equipo ganador del juego limpio



Premio a jugador y jugadora con mayor compromiso por los derechos humanos [votación]



Premio a mejor frase o porra pro derechos de las niñas, niños y adolescentes



Premio al equipo con mejores actos de diversidad durante el juego

GLOSARIO

- **Derechos a la recreación:** todas las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a descansar, jugar, bailar, hacer deportes y compartir con las demás personas de su edad de acuerdo a su entorno.
- **Derecho a la no discriminación:** todas las niñas, niños y adolescentes son iguales y no deben ser tratados de manera diferentes por su color de piel, el lugar donde viven o su procedencia. Igualmente, estos tienen el deber o responsabilidad de tratar con respeto a las y los demás.
- **Derecho a la salud:** todas las niñas, niños y adolescentes tienen el derecho a ser cuidados(as) cuando se enferman o lesionan y recibir una adecuada atención médica.
- **Derecho a un ambiente sano:** todas las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a un ambiente limpio, libre de basuras y otras situaciones o elementos que afecten su salud o el goce de otros derechos.
- **Convivencia pacífica desde la diferencia:** consiste en construir relaciones amenas y cordiales entre las niñas, niños y adolescentes, reconociendo, valorando y aceptando las diferencias que cada uno tiene.
- **No discriminación:** busca que todas las niñas, niños y adolescentes sean tratados con igualdad y que no traten marginalmente, excluyan, rechacen, acosen o aparten a las y los demás por cuestiones étnicas, de origen, sociales o culturales.
- **Diversidad:** como derecho, fomenta y protege el reconocimiento entre diferentes identidades, necesidades, aspiraciones, cualidades y expresiones culturales de los otros y sí mismos.



**Defensoría
del Pueblo**
C O L O M B I A

Con el apoyo de

