

Insieme sul tatami

Sport, comunità, inclusione

Seconda edizione

Luogo: Largo Agosta

Indirizzo: Largo Agosta – 00171 Roma, Municipio Roma V

Data: sabato 5 settembre

Orario attività: dalle ore 10.00 alle ore 18.00

Soggetto proponente: ASD Fukuro Roma

Patrocini e riconoscimenti ottenuti nella prima edizione:

La prima edizione di “*Insieme sul tatami – Sport, comunità, inclusione*” ha ottenuto il patrocinio e il sostegno di importanti realtà istituzionali e sportive, tra cui **Roma Capitale – Municipio Roma V, Regione Lazio, CONI Lazio, Comitato Italiano Paralimpico Lazio, FIJLKAM, FISDIR e CSEN.**

Sommario

<i>Insieme sul tatami</i>	1
<i>1. Introduzione</i>	2
<i>2. Dalla prima alla seconda edizione</i>	2
<i>3. Perché settembre è il mese giusto</i>	3
<i>4. Finalità del progetto</i>	3
<i>5. Obiettivi</i>	3
<i>6. Destinatari</i>	4
<i>7. Descrizione delle attività</i>	4
<i>8. Programma indicativo</i>	5
<i>9. Aree di attività</i>	6
<i>10. Metodologia</i>	7
<i>11. Staff</i>	7
<i>12. Logistica e allestimento</i>	8
<i>13. Sicurezza</i>	8
<i>14. Comunicazione</i>	8
<i>15. Monitoraggio e valutazione</i>	9
<i>16. Benefici attesi</i>	9
<i>17. Monitoraggio e restituzione finale</i>	10
<i>18. Conclusioni</i>	11

1. Introduzione

L'ASD Fukuro Roma presenta la seconda edizione di **“Insieme sul tatami – Sport, comunità, inclusione”**, una giornata gratuita dedicata allo sport, alla partecipazione, alla socialità e alla valorizzazione del territorio.

L'iniziativa si svolgerà **sabato 5 settembre**, dalle ore **10.00 alle ore 18.00**, nell'area di **Largo Agosta**, nel Municipio Roma V. L'obiettivo è trasformare per un giorno uno spazio urbano quotidiano, attraversato da famiglie, giovani, studenti, residenti e cittadini, in una palestra aperta, accessibile e inclusiva.

Il progetto nasce in continuità con la prima edizione di *“Insieme sul tatami”*, ma intende compiere un'evoluzione significativa: non più soltanto un evento sportivo all'aperto, ma una vera piattaforma territoriale di incontro, orientamento e avvicinamento allo sport.

Al centro rimane il tatami, inteso non solo come superficie tecnica per la pratica del judo e delle arti marziali, ma come simbolo educativo: uno spazio in cui si entra con rispetto, si impara a cadere e a rialzarsi, si incontra l'altro senza paura, si scopre che il corpo può diventare strumento di relazione, fiducia e crescita.

Accanto alle discipline da tatami saranno proposte attività motorie, giochi sportivi, basket, percorsi di coordinazione, prove aperte e momenti dimostrativi. Tutte le attività saranno gratuite, non competitive e guidate da istruttori qualificati, volontari e figure di supporto.

2. Dalla prima alla seconda edizione

La prima edizione di **“Insieme sul tatami – Sport, comunità, inclusione”** ha dimostrato come lo sport possa diventare un linguaggio semplice e potente per costruire comunità. L'iniziativa ha ottenuto patrocini e riconoscimenti di rilievo, tra cui quelli di **Roma Capitale, Municipio Roma V, Regione Lazio, CONI Lazio - Comitato Italiano Paralimpico Lazio, FIJLKAM, FISDIR e CSEN**.

La seconda edizione nasce da questa esperienza e punta a essere **più grande, più strutturata e più riconoscibile**. L'obiettivo non è replicare semplicemente un format già sperimentato, ma costruire un appuntamento capace di crescere nel tempo, coinvolgendo un numero più ampio di partecipanti, partner, famiglie, realtà sportive e istituzioni.

La scelta di **Largo Agosta** risponde a questa visione. Non si tratta di un luogo neutro, ma di uno spazio urbano vivo, centrale per il quartiere, attraversato ogni giorno da persone diverse. Portare lo sport in questo contesto significa renderlo visibile, vicino, immediato. Significa dire che l'inclusione non deve restare confinata dentro le palestre o gli impianti sportivi, ma può abitare le piazze, i luoghi di passaggio, gli spazi della vita quotidiana.

La seconda edizione vuole quindi rafforzare tre dimensioni: la dimensione sportiva, attraverso una proposta multidisciplinare; la dimensione sociale, attraverso il coinvolgimento di bambini, ragazzi, adulti e persone con fragilità; la dimensione territoriale, attraverso la collaborazione con istituzioni, associazioni e realtà locali.

3. Perché settembre è il mese giusto

Settembre è il mese della ripartenza. Dopo l'estate ricominciano la scuola, il lavoro, le attività pomeridiane, gli impegni familiari e la costruzione delle nuove abitudini. È il momento in cui bambini, ragazzi e famiglie sono più disponibili a scegliere, provare, orientarsi e immaginare percorsi nuovi.

Realizzare la seconda edizione di **“Insieme sul tatami”** il **5 settembre** significa intercettare la comunità proprio all'inizio di questa soglia simbolica. Lo sport arriva prima che la routine si chiuda, prima che il tempo libero venga occupato, prima che chi non pratica attività fisica torni a sentirsi distante da un contesto sportivo.

In questa fase dell'anno lo sport non è soltanto movimento: è una promessa di continuità. Può diventare il primo gesto concreto di un nuovo equilibrio, un modo per ritrovare energia, disciplina, socialità e fiducia.

La data del 5 settembre consente inoltre di presentare l'iniziativa come un invito aperto: ricominciare non significa essere già pronti, allenati o sicuri di sé. Significa concedersi la possibilità di provare.

4. Finalità del progetto

La finalità principale del progetto è promuovere lo sport come esperienza accessibile, gratuita, educativa e inclusiva, capace di coinvolgere cittadini di età, abilità e provenienze diverse.

La seconda edizione di **“Insieme sul tatami”** intende offrire una giornata in cui il movimento diventi occasione di incontro, orientamento e partecipazione. L'obiettivo non è organizzare una semplice esibizione sportiva, ma costruire un'esperienza viva, nella quale ciascun partecipante possa sentirsi accolto, accompagnato e libero di sperimentare.

Il progetto vuole inoltre valorizzare **Largo Agosta** come spazio di comunità. Per un giorno, un luogo urbano della quotidianità diventa una palestra pubblica, un presidio educativo, un punto di incontro tra associazionismo sportivo, famiglie, istituzioni e cittadini.

La proposta mantiene il cuore della prima edizione, fondato su sport, inclusione e comunità, ma introduce una maggiore articolazione organizzativa, un più forte orientamento territoriale e una comunicazione più ampia.

5. Obiettivi

1. Promuovere l'inclusione attraverso lo sport

Il progetto vuole creare un contesto nel quale bambini, ragazzi, adulti e persone con disabilità intellettivo-relazionali possano condividere lo stesso spazio sportivo, ciascuno secondo le proprie possibilità.

2. Rendere lo sport visibile e accessibile

Portare il tatami e le attività sportive a Largo Agosta significa abbattere una barriera simbolica: lo sport esce dai luoghi chiusi e raggiunge le persone dove vivono, camminano, si incontrano.

3. Avvicinare alla pratica sportiva chi non la frequenta

Particolare attenzione sarà rivolta a bambini, adolescenti e adulti che non praticano sport con continuità, che hanno interrotto un'attività o che non si sentono abbastanza sicuri per iniziare.

4. Rafforzare il legame tra sport e territorio

L'iniziativa vuole consolidare una rete tra ASD Fukuro Roma, istituzioni locali, enti sportivi, scuole, famiglie, volontari e associazioni, affinché l'evento diventi un'occasione concreta di collaborazione.

5. Educare al rispetto, alla fiducia e alla relazione

Attraverso il judo, le arti marziali, il basket e le attività motorie, il progetto intende trasmettere valori fondamentali: rispetto delle regole, ascolto, collaborazione, cura dell'altro, gestione del limite e fiducia reciproca.

6. Consolidare un appuntamento annuale

La seconda edizione punta a trasformare **“Insieme sul tatami”** in un appuntamento riconoscibile per il Municipio Roma V, capace di crescere negli anni e di diventare un modello replicabile di sport pubblico e inclusivo.

6. Destinatari

L'iniziativa si rivolge a bambini, ragazze e ragazzi del territorio, adolescenti e giovani che desiderano avvicinarsi allo sport, adulti interessati a conoscere discipline motorie e marziali, famiglie del quartiere, persone con disabilità intellettivo-relazionali, persone con fragilità sociali o relazionali, educatori, docenti, operatori sportivi, realtà associative e cittadini interessati a vivere Largo Agosta come spazio di partecipazione.

La partecipazione sarà gratuita.

7. Descrizione delle attività

La giornata sarà organizzata come un percorso aperto di avvicinamento allo sport, con attività pratiche, dimostrazioni, prove guidate e momenti di orientamento.

Le discipline previste comprenderanno:

- **Judo;**
- **Brazilian Jiu Jitsu;**
- **Basket;**
- **Karate coreano;**
- **Kung fu;**
- **attività motorie di base;**
- **percorsi di coordinazione, equilibrio e consapevolezza corporea;**
- **giochi sportivi non competitivi.**

Rispetto alla prima edizione, la seconda punterà su una formula più ordinata e leggibile, con aree dedicate, fasce di attività, momenti dimostrativi e un desk informativo più strutturato.

Tutte le proposte saranno pensate per essere accessibili anche a chi non ha esperienza sportiva. Non saranno richieste competenze preliminari. L'approccio sarà graduale, educativo, non agonistico e orientato alla partecipazione.

Il valore della giornata non sarà misurato dalla performance, ma dalla capacità di coinvolgere, incuriosire e accompagnare le persone verso un rapporto più sereno con il movimento.

8. Programma indicativo

La giornata sarà organizzata con una formula aperta e flessibile. I partecipanti potranno arrivare durante la mattina o nel pomeriggio, osservare le attività, provare una o più discipline e ricevere informazioni sui percorsi sportivi successivi.

Ore 8.30 – 10.00 | Arrivo dello staff, allestimento e verifica degli spazi

Lo staff organizzativo, gli istruttori, i tecnici e i volontari arriveranno a Largo Agosta per predisporre le aree sportive, montare il tatami, organizzare il desk informativo, delimitare gli spazi e verificare le condizioni di sicurezza.

Saranno controllati i materiali, le superfici, i percorsi di accesso, le aree di sosta e gli spazi destinati alle attività.

Ore 10.00 – 13.30 | Apertura al pubblico e attività della mattina

Dalle ore 10.00 l'area sarà aperta ai partecipanti.

Durante la mattinata saranno proposte attività dimostrative e prove guidate di judo, Brazilian Jiu Jitsu, basket, karate coreano, kung fu e attività motorie di base.

I partecipanti saranno accolti dal desk informativo e indirizzati verso le diverse aree. Le attività saranno adattate all'età, all'esperienza e alle capacità individuali.

Ore 13.30 – 15.00 | Pausa, riordino e attività informativa leggera

In questa fascia oraria le attività sportive potranno essere sospese o ridotte, per consentire allo staff di fare una pausa, riordinare gli spazi e predisporre la sessione pomeridiana.

Il desk informativo potrà restare attivo per dialogare con famiglie, cittadini e realtà interessate.

Ore 15.00 – 17.30 | Attività del pomeriggio, dimostrazioni e prove aperte

Nel pomeriggio riprenderanno le attività sportive, con particolare attenzione a chi non ha potuto partecipare durante la mattina.

Saranno previste prove libere, dimostrazioni tecniche, piccoli laboratori sportivi e momenti di gioco collettivo. Il pomeriggio sarà anche dedicato alla valorizzazione del carattere inclusivo dell'iniziativa, con attività adattabili a partecipanti con fragilità o disabilità.

Ore 17.30 – 18.00 | Saluti finali, raccolta feedback e chiusura

La giornata si concluderà con un momento finale di restituzione, saluto ai partecipanti e raccolta di eventuali feedback.

Lo staff procederà poi al riordino degli spazi, allo smontaggio del tatami e alla verifica dell'area.

9. Aree di attività

Area tatami

Il tatami sarà lo spazio centrale dell'iniziativa. Qui si svolgeranno attività di judo, Brazilian Jiu Jitsu, karate coreano, kung fu e discipline a corpo libero.

Saranno proposti esercizi di equilibrio, cadute protette, controllo del corpo, gestione dello spazio, coordinazione, relazione con l'altro e prime tecniche di base.

L'area tatami avrà un forte valore simbolico: sarà il luogo in cui imparare che il contatto può essere rispetto, che la disciplina può essere libertà, che cadere non è fallire ma prepararsi a rialzarsi.

Area basket e giochi di squadra

Una seconda area sarà dedicata al basket e ai giochi collettivi. Le attività saranno semplici, dinamiche e non competitive, pensate per favorire collaborazione, passaggio, movimento nello spazio e spirito di gruppo.

Il basket sarà utilizzato come linguaggio immediato e accessibile, capace di coinvolgere anche chi non ha mai praticato sport organizzato.

Area motricità e percorsi di base

Saranno predisposti percorsi con coni, cinesini, piccoli ostacoli, palloni e materiali leggeri.

Le attività saranno orientate allo sviluppo di coordinazione, equilibrio, rapidità, orientamento spaziale, attenzione e consapevolezza del corpo.

Area dimostrativa multidisciplinare

Uno spazio sarà dedicato a brevi dimostrazioni delle diverse discipline presenti, così da offrire ai cittadini una panoramica chiara e immediata delle attività.

Le dimostrazioni saranno pensate non come esibizioni distanti, ma come momenti di avvicinamento: dopo aver osservato, i partecipanti potranno provare.

Desk informativo e accoglienza

Sarà allestito un punto di accoglienza con tavolo, sedie, materiali informativi, programma della giornata, raccolta contatti e indicazioni sulle attività.

Il desk avrà anche una funzione di orientamento per famiglie, educatori, associazioni e cittadini interessati a percorsi sportivi continuativi.

10. Metodologia

La metodologia sarà fondata su cinque principi.

Accoglienza

Ogni partecipante sarà ricevuto senza giudizio, senza pressione e senza richiesta di competenze pregresse.

Gradualità

Le attività saranno proposte in modo progressivo, partendo da esercizi semplici e accessibili.

Inclusione

Le proposte saranno adattate ai diversi livelli di abilità, autonomia, esperienza e sicurezza personale.

Sperimentazione

I partecipanti potranno provare più discipline, così da scoprire quella più vicina alle proprie inclinazioni.

Continuità

La giornata sarà pensata come primo passo verso una pratica sportiva più stabile, non come episodio isolato.

11. Staff

Il progetto sarà coordinato dall'**ASD Fukuro Roma**, con il coinvolgimento di istruttori sportivi, tecnici qualificati, volontari e figure di supporto.

Lo staff avrà il compito di gestire l'accoglienza, coordinare le attività sportive, garantire la sicurezza degli spazi, accompagnare i partecipanti nelle diverse aree, dialogare con famiglie e cittadini, raccogliere feedback, documentare l'iniziativa e favorire il collegamento con eventuali percorsi sportivi successivi.

Saranno valorizzate le competenze già presenti nell'associazione, in particolare nell'ambito del judo, dello sport inclusivo, della relazione con bambini e ragazzi e delle attività rivolte a persone con disabilità intellettivo-relazionali.

A queste competenze potranno affiancarsi tecnici e collaboratori qualificati per le altre discipline previste.

12. Logistica e allestimento

L'allestimento sarà temporaneo, sobrio, ordinato e completamente removibile, nel rispetto dell'area pubblica di Largo Agosta.

Saranno previsti:

- tatami modulare per attività a terra e arti marziali;
- gazebo o punto accoglienza;
- tavolo informativo con sedie;
- delimitazione leggera delle aree sportive;
- materiali sportivi di base;
- coni, cinesini, palloni e piccoli attrezzi;
- eventuale canestro mobile o attrezzatura leggera per il basket;
- n. 2 roll-up informativi e istituzionali;
- cartellonistica informativa;
- area di sosta per borse e pause;
- materiale divulgativo sul progetto.

L'allestimento inizierà indicativamente dalle ore 8.30. Lo smontaggio sarà effettuato al termine dell'iniziativa, con l'obiettivo di lasciare l'area pulita, ordinata e nelle condizioni originarie.

13. Sicurezza

Tutte le attività saranno svolte sotto la supervisione di personale qualificato.

Prima dell'apertura sarà effettuata una verifica degli spazi, delle superfici, dei percorsi interni, dei tatami, delle attrezzature e delle eventuali aree di passaggio.

Saranno previste:

- presenza costante dello staff;
- delimitazione leggera delle aree operative;
- controllo dei flussi dei partecipanti;
- attività proporzionate all'età e alle capacità individuali;
- kit di primo soccorso;
- disponibilità di DAE, se presente o messo a disposizione dall'organizzazione;
- personale formato per la gestione di eventuali emergenze;
- raccolta liberatorie per minori, privacy e immagini;
- attenzione specifica alla partecipazione di persone con fragilità o disabilità.

L'approccio alla sicurezza sarà preventivo e discreto: l'obiettivo sarà garantire ordine e protezione senza appesantire il carattere aperto e accogliente dell'iniziativa.

14. Comunicazione

La comunicazione della seconda edizione dovrà valorizzare la crescita del progetto, evidenziando la continuità con la prima esperienza e l'ambizione di costruire un appuntamento territoriale più ampio.

Saranno previsti:

- locandina ufficiale;
- card social;
- programma sintetico della giornata;
- comunicazione alle famiglie;
- diffusione presso scuole, associazioni e realtà sportive;
- coinvolgimento di istituzioni e partner;
- n. 2 roll-up informativi e istituzionali da posizionare nell'area dell'evento;
- racconto fotografico e video della giornata, nel rispetto delle autorizzazioni privacy;
- eventuale comunicato stampa prima e dopo l'evento.

Il tono dovrà essere energico, inclusivo e istituzionale. La comunicazione dovrà parlare ai ragazzi, ma anche alle famiglie e agli interlocutori pubblici.

Possibili claim:

“Lo sport torna in piazza. E riparte da tutti.”

“Sul tatami si impara a cadere. Nella vita, a rialzarsi insieme.”

“Non serve essere campioni. Serve esserci.”

15. Monitoraggio e valutazione

Il progetto prevede un'attività di monitoraggio semplice ma utile, finalizzata a comprendere la partecipazione, il gradimento, l'impatto territoriale e le possibilità di sviluppo futuro.

Saranno osservati:

- numero complessivo dei partecipanti;
- fasce d'età coinvolte;
- partecipazione maschile e femminile;
- presenza di persone con fragilità o disabilità;
- interesse verso le diverse discipline;
- numero di famiglie incontrate;
- numero di contatti raccolti;
- richieste di informazioni sui corsi successivi;
- coinvolgimento di associazioni e realtà territoriali;

feedback raccolti da partecipanti, famiglie, tecnici e volontari.

Al termine dell'iniziativa potrà essere prodotto un breve report finale, corredato da eventuale documentazione fotografica, nel rispetto delle autorizzazioni privacy.

16. Benefici attesi

La seconda edizione di **“Insieme sul tatami – Sport, comunità, inclusione”** intende produrre benefici concreti per i partecipanti, per le famiglie e per il territorio.

Per bambini e ragazzi, l'iniziativa rappresenta un'occasione per avvicinarsi allo sport in modo libero, sereno e non giudicante. La possibilità di provare discipline diverse consente a ciascuno di scoprire capacità, curiosità e inclinazioni spesso non ancora espresse.

Per le famiglie, la giornata offre uno spazio di orientamento semplice e diretto, utile a conoscere attività sportive educative, accessibili e inclusive.

Per il territorio, il progetto valorizza Largo Agosta come spazio pubblico capace di accogliere esperienze positive, generare relazioni e rafforzare il senso di appartenenza.

Per le persone con fragilità o disabilità, l'iniziativa rappresenta un'occasione di partecipazione reale, non separata e non marginale, all'interno di una proposta aperta a tutta la comunità.

Ambito	Beneficio atteso
Giovani	Maggiore motivazione alla pratica sportiva
Famiglie	Orientamento verso percorsi sani, accessibili e continuativi
Inclusione	Coinvolgimento di persone con fragilità o disabilità
Territorio	Valorizzazione di Largo Agosta come spazio di comunità
Associazioni	Rafforzamento delle reti sportive e sociali locali
Continuità	Possibile avvio di nuove iscrizioni o partecipazioni a corsi sportivi

17. Monitoraggio e restituzione finale

Al termine dell'iniziativa sarà realizzata una valutazione essenziale, finalizzata a comprendere l'efficacia della giornata e a raccogliere elementi utili per eventuali edizioni successive.

Indicatore	Modalità di rilevazione
Numero di partecipanti	Registrazione leggera all'ingresso o stima dello staff
Fasce d'età coinvolte	Osservazione e raccolta dati base
Discipline più richieste	Rilevazione dell'interesse durante le attività
Partecipazione delle famiglie	Colloqui informali presso il punto accoglienza
Presenza di persone con fragilità o disabilità	Osservazione dello staff e dati raccolti con discrezione

Indicatore

Modalità di rilevazione

Richieste di informazioni successive

Raccolta contatti e domande ricevute

Gradimento generale

Feedback informale da partecipanti, famiglie, tecnici e volontari

La restituzione finale potrà consistere in un breve report riepilogativo, corredato da immagini e dati sintetici, nel rispetto delle autorizzazioni privacy e delle liberatorie raccolte.

Il report potrà evidenziare partecipazione, discipline proposte, riscontri ricevuti, criticità emerse e possibili sviluppi futuri.

18. Conclusioni

“Insieme sul tatami – Sport, comunità, inclusione” non è soltanto una giornata di attività sportiva. È un modo per riportare lo sport nel cuore della vita pubblica, là dove le persone passano, si incontrano, si riconoscono.

La seconda edizione, prevista a **Largo Agosta sabato 5 settembre**, nasce con l’ambizione di diventare un appuntamento più grande e strutturato rispetto alla prima esperienza. Il progetto conserva il suo nucleo originario — sport, inclusione, comunità — ma lo sviluppa in una forma più ampia, capace di coinvolgere un pubblico maggiore e di rafforzare il dialogo con il territorio.

Il tatami diventa il simbolo di questa visione: uno spazio semplice, riconoscibile, concreto. Sul tatami si impara il rispetto. Si impara la misura. Si impara che il contatto non è scontro, ma relazione. E soprattutto si impara che cadere può essere parte del movimento, non la sua fine.

Accanto al tatami, il basket, i giochi motori, le arti marziali e le attività di base costruiranno una giornata dinamica, accessibile e inclusiva, nella quale ciascuno potrà trovare il proprio modo di partecipare.

La seconda edizione di **“Insieme sul tatami” 2° Edizione** vuole lasciare un segno semplice ma importante: lo sport può essere molto più di una disciplina. Può diventare una piazza, una lingua comune, una possibilità di comunità.