

Luciano Bongiorno è cresciuto cestisticamente alla Sam e poi al Basket Roma, ha sempre allenato squadre giovanili tranne una parentesi con la serie B2 nel 2001/2002 dove ha raggiunto la finale per la promozione. A livello giovanile ha partecipato a 5 finali nazionali con diverse categorie e nel 1997 è stato campione d'Italia con la regione Lazio al Decio Scuri di Cervia. Nello stesso anno è stato assistente di coach Boniccioli con la nazionale cadetti. Nel 2004 è stato assistente di coach Gebbia ai campionati europei in Grecia con la nazionale under 16. Nel 2008 una promozione in C1 con la Sam Basket Roma.

Fascia d'età 13-15 anni

- **Che tipo di ambiente crei come allenatore di questa fascia d'età? Qual è il tuo approccio con i ragazzi, come li tratti e ci stai insieme?**

Tante sono le variabili da prendere in considerazione: i ragazzi provengono tutti dalla stessa società/squadra? Quali sono le esperienze di gioco? Quali le abilità acquisite? Quali le potenzialità?..... Fatte queste valutazioni e considerando che a tredici anni cominciano il vero primo anno di basket, cerco di stabilire con loro una condivisione di punti/regole per raggiungere i diversi obiettivi: miglioramento individuale e di gruppo-squadra (tecnico-atletico- tattico inteso come scelte-umano).

- **Qual è il tuo atteggiamento nei confronti dei ragazzi/e che stanno più indietro, magari perché hanno cominciato dopo o sono in ritardo nello sviluppo, e del ragazzo/a più talentuoso/a?**

Da quando alleno ho sempre fatto giocare tutti i miei giocatori, dalla serie B al minibasket. Tutti devono avere non una, ma tante opportunità. Il basket è un bellissimo gioco di squadra, mi è capitato di avere ragazzi molto bravi che tendevano a "giocare da soli", ho lavorato perché capissero quanto era importante il ruolo ed il coinvolgimento di tutti i compagni

- **Quali sono gli obiettivi del tuo lavoro? che tipo di contenuti proponi e quale metodologia adotti?**

Far crescere i singoli giocatori nel contesto del gruppo e fornire quanti più strumenti possibili per risolvere i problemi del gioco, mi piacciono i giocatori "totali".

- **I fondamentali: quali, come e quando li insegni?**

Come nel sistema scolastico si studia ad es. la storia dei romani dalle elementari all'università in maniera sempre più approfondita, anche nel basket si possono insegnare i fondamentali da subito. Basta adottare una didattica appropriata. Personalmente lavoro tanto sul palleggio nelle sue varie forme (veloce - protetto...) e sul tiro (a 15 anni se abbiamo lavorato bene possiamo tirare con buona percezione e gestione della posizione del proprio corpo).

- **Che indicazioni dai ai ragazzi per l'attacco?**

Una chiave fondamentale per sviluppare la capacità di lettura del gioco, sono convinto sia riconoscere SPAZIO E TEMPO. Spesso adottato uno scouting per valutare le scelte e non i punti, i rimbalzi o le palle perse...

- **Che indicazioni dai per la difesa?**

Partiamo sempre dalle responsabilità individuali, poi ci sono eventualmente minime collaborazioni.

- **Come lavori sullo sviluppo della parte atletica?**

Fino a 13 anni parlerei ancora di sviluppo delle capacità motorie, prevalentemente coordinative e la rapidità, a 14 anni lavoro molto sulla muscolatura posturale e a 15/16 se sono pronti si può pensare un po' più alle capacità condizionali.

- **In questa fascia d'età quali sono secondo te gli errori più comuni che vengono commessi?**

Specializzazione precoce, poche opportunità di gioco (partite ufficiali), poca cultura nell'allenamento (i nostri ragazzi giocano poco tra loro senza un coach, pensiamo a quanti si ritrovano il pomeriggio con gli amici a fare un tre vs tre al campetto, quasi nessuno), noi coach dovremmo chiederci più spesso se i nostri ragazzi a fine allenamento hanno lavorato al massimo, si sono divertiti e hanno appreso qualcosa.

- **Sono ormai molti anni che lavori su gruppi di ragazzi di questa fascia d'età. Che cambiamenti hai notato nei ragazzi di oggi rispetto a quelli del passato, e come è cambiato, se è cambiato, il tuo approccio nei loro confronti?**

Qualche anno fa si diventava adulti un po' prima, adesso i ragazzi sono meno autonomi e personalmente ho l'impressione che siano poco abituati a risolvere da soli i problemi. Da un punto di vista motorio si facevano molte più esperienze in "strada" e si era più "attivi". Io penso che bisogna avere più pazienza, come sempre il lavoro paga.