

Istruzione

1992	<i>Università degli Studi di Urbino</i> Diploma in Educazione Fisica, 110/110 et Lode (equiparato alla classe di Laurea 33 - <i>Scienze Motorie</i>)
1999	<i>Università degli Studi di Trieste</i> Laurea in Pedagogia, 108/110 (equiparato alla classe di Laurea Specialistica 87/S - <i>Scienze Pedagogiche</i>)
2001	<i>Università degli Studi di Udine</i> Diploma biennale di Specializzazione per Insegnanti di Sostegno, 29/30
2002	<i>Università degli Studi di Verona</i> Laurea in Scienze Motorie, 110/110 (equiparato alla classe di Laurea Specialistica 75/S - <i>Scienze e Tecniche delle Attività Sportive</i>)
2004	<i>Università degli Studi "Tor Vergata" di Roma</i> Master in Metodologia dell'Allenamento e del Fitness, 110/110
2008	<i>Università degli Studi di Udine</i> Dottorato di Ricerca (PhD) in Scienze Biomediche e Biotecnologiche
2014	<i>Università degli Studi "Tor Vergata" di Roma</i> Dottorato di Ricerca (PhD) in Advanced Sciences in Rehabilitation Medicine and Sport

**Esperienze
didattiche
presso
Università**

Università degli Studi di Padova

Professore a contratto

Facoltà di Medicina e Chirurgia, Corso di Laurea in Scienze Motorie

Insegnamento: Esercitazioni di Tecnica e Didattica delle Attività Motorie per l'Età Evolutiva (M-EDF/01)

a.a. 2001/2002 I semestre, 3° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 60 ore

II semestre, I anno del CdL quadriennale in Scienze Motorie, 60 ore

a.a. 2002/2003 I semestre, 3° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 60 ore

II semestre, 1° anno del CdL quadriennale in Scienze Motorie, 60 ore

a.a. 2003/2004 I semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 60 ore

a.a. 2004/2005 I semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 60 ore

Insegnamento: Tecnica didattica degli sport di squadra: calcio e calcio a 5 (M-EDF/02)

a.a. 2008/09 II semestre, 3° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 45 ore

Università degli Studi di Trieste

Professore a contratto

Facoltà di Scienze della Formazione – Scuola di Specializzazione per l'Insegnamento nella Scuola Secondaria (SSISS)

Insegnamento: Didattica Speciale (M-PED/03)

a.a. 2002/03, (VII Modulo) 40 ore, Corso per l'abilitazione ad insegnante di sostegno (corso 800 ore)

a.a. 2003/04, (VI modulo) 16 ore, Corso di Specializzazione per insegnante di sostegno (corso 400 ore)

-
- a.a. 2004/05, (XI modulo) 12 ore, Corso di Specializzazione per Insegnanti di Sostegno (corso 400 ore)
- a.a. 2006/07, (XI modulo) 12 ore, Corso di Specializzazione per Insegnanti di Sostegno (corso 400 ore)
- a.a. 2007/08, (XI modulo) 12 ore, Corso di Specializzazione per Insegnanti di Sostegno (corso 400 ore)
-

Università degli Studi di Trieste

Professore a contratto

Facoltà di Scienze della Formazione, Corso di Laurea in Scienze della Formazione Primaria

Insegnamento: Metodologia dell'Educazione Corporea (M-EDF/01)

- a.a. 2004/05, Corso annuale, 30 ore, (sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2005/06, Corso Semestrale, 30 ore + 20 Laboratorio, (sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2005/06, Corso Semestrale, 30 ore (corso on line),
(sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2006/07, Corso Semestrale, 30 ore + 20 Laboratorio, (sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2008/09, Corso Semestrale, 30 ore, (sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2008/09, Corso Semestrale, 30 ore, (sede di Trieste)
- a.a. 2009/10, Corso Semestrale, 30 ore, (sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2009/10, Corso Semestrale, 30 ore, (sede di Trieste)
- a.a. 2010/11, Corso Semestrale, 30 ore, (sede di Portogruaro – VE)
- a.a. 2010/11, Corso Semestrale, 30 ore, (sede di Trieste)
-

Università degli Studi di Udine

Collaboratore Didattico

Facoltà di Medicina e Chirurgia, Corso di Laurea in Scienze Motorie

Insegnamento: Tecnica e Didattica delle Attività Motorie per l'Età Evolutiva (M-EDF/01)

- a.a. 2003/04, I semestre, 1° anno CdL Triennale in Scienze Motorie, 30 ore

Insegnamento: Tecnica e didattica di giochi sportivi: calcio (M-EDF/02)

- a.a. 2003/04, II semestre, 3° anno del CdL Triennale in Scienze Motorie, 10 ore
- a.a. 2004/05, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 40 ore
- a.a. 2006/07, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 25 ore
- a.a. 2007/08, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 25 ore

Professore a contratto

Facoltà di Medicina e Chirurgia, Corso di Laurea in Scienze Motorie

Insegnamento: Teoria, Tecnica e didattica di base del calcio (M-EDF/02)

- a.a. 2008/09, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 40 ore
- a.a. 2009/10, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 40 ore
- a.a. 2010/11, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 20 ore
- a.a. 2014/15, II semestre, 1° anno del CdL triennale in Scienze Motorie, 48 ore
-

Facoltà di Medicina e Chirurgia, Corso di Laurea Mag. in Scienza dello Sport

Insegnamento: Teoria, Tecnica e didattica degli sport anaerobici: calcio (M-EDF/02)

a.a. 2009/10, II semestre, 1° anno del CdL Magistrale in Scienza dello Sport;

a.a. 2010/11, II semestre, 1° anno del CdL Magistrale in Scienza dello Sport;

a.a. 2011/12, II semestre, 1° anno del CdL Magistrale in Scienza dello Sport;

*Facoltà di Scienze della Formazione, Scuola di Specializzazione per
l'Insegnamento nella Scuola Secondaria (SSISS)*

Insegnamento: Teoria, tecnica e didattica delle attività motorie sportive di squadra (M-EDF/02)

a.a. 2008/09, II semestre, 1 e 2 anno del corso abilitante in Scienze Motorie e Sportive

Incarichi

- ✓ *Direttore Scientifico*, Scuola Regionale dello Sport, CONI Friuli Venezia Giulia (dal 2014)
- ✓ *Coordinatore Tecnico*, CONI, Comitato Regionale del Friuli Venezia Giulia (dal 2013)
- ✓ *Coordinatore Federale Regionale* del Settore Giovanile e Scolastico della FIGC (Federazione Italiana Giuoco Calcio), Comitato regionale del Friuli VG (dal 2009)
- ✓ Responsabile del *Centro Studi & Ricerche* della Federazione Italiana Gioco Calcio (FIGC), Settore Giovanile e Scolastico, Comitato Regionale del Friuli Venezia Giulia (dal 2005 al 2009)
- ✓ Dirigente Federale della FIGC in qualità di *Collaboratore* del Comitato Regionale Friuli V.G., Settore Giovanile e Scolastico (dal 2005 al 2009)
- ✓ Presidente dell'AIPAC (Associazione Italiana Preparatori Atletici Calcio), Comitato Regionale Friuli V.G. (dal 2002)
- ✓ Componente del Consiglio Direttivo Nazionale dell'AIPAC (Associazione Italiana Preparatori Atletici Calcio) (dal 2002);
- ✓ Delegato per i Rapporti con l'Università, (Associazione Italiana Preparatori Atletici Calcio), biennio 2009/2011;
- ✓ Supervisore per il Friuli Venezia Giulia del Progetto *Alfabetizzazione Motoria*, CONI- MIUR, a.s. 2009/2010, 2010/2011; 2011/2012
- ✓ Docente della Scuola dello Sport, CONI, CR del Friuli V.G. (dal 1999 ad oggi);
- ✓ Componente Staff Tecnico, CONI Provinciale di Udine (dal 2000 ad oggi);
- ✓ Componente Staff Tecnico, Scuola dello Sport, CONI, Comitato Regionale del Friuli V.G (dal 2004 ad oggi)
- ✓ *International Member*, National Strength and Conditioning Association (NSCA) (dal 2008)
- ✓ Membro della *Associazione Italiana Psicologia dello Sport (AIPS)*(dal 2007)
- ✓ ECSS Member (European College of Sport Science) (dal 2011)

Abilitazioni Sportive

- ✓ Preparatore Fisico, CONI (1° Corso Nazionale per Preparatori Fisici), Scuola dello Sport del CONI, Roma, 2005;
-

- ✓ Preparatore Atletico Professionista, FIGC, Coverciano, 1999 (giudizio: eccellente)
- ✓ Allenatore Professionista "UEFA A", FIGC, Coverciano (FI), 2015
- ✓ Allenatore di Base, (Diploma "B" UEFA), FIGC, 2000
- ✓ Formatore Gioco-Sport Calcio, FIGC, Padova 1998
- ✓ Allenatore Dilettante di 3^a Categoria, FIGC, Udine, 1998
- ✓ Docente Territoriale della Scuola dello Sport, Abano Terme (PD), 1998
- ✓ Istruttore CAS, CONI, Udine, 1996;
- ✓ Istruttore di Calcio, FIGC, Urbino 1992
- ✓ Istruttore, *FIBS*, – *Federazione Italiana Baseball e Softball*, voti 30/30 e Lode, Urbino, 1992;
- ✓ Aspirante Allenatore e U.G.A.G., *FIGH*, – *Federazione Italiana Gioco Handball*, Urbino, 1991 (1° classificato);
- ✓ Assistente Bagnanti, *FIN*, *Federazione Italiana Nuoto – Sez. Salvamento*, abilitato M.I.P. (Mare, Acque Interne e Piscina) Pesaro, 1991;
- ✓ Istruttore 3° Livello, *FITeT* – *Federazione Italiana Tennis Tavolo*, voti 30/30, Urbino, 1990;

Attività Didattica

- ✓ Docente Area Fisico Motoria, Corsi Sperimentali "UEFA C", FIGC Settore Giovanile e Scolastico, Settore Tecnico, Roma e Coverciano (FI), marzo 2011
- ✓ Docente di Metodologia delle Attività Motorie e di Psicopedagogia, "Corso Informativo per allenatori del Settore Giovanile", FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio - CONI, Udine, 1999, 2000, 2004;
- ✓ Docente di Teoria e Metodologia dell'Allenamento "Corso Integrativo per Allenatore di Base", FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio, UD, 1999, 2002;
- ✓ Docente di Teoria e Metodologia dell'Allenamento, delegato del Settore Tecnico della FIGC (Coverciano), Corso per "Allenatori di Base", FIGC, Gorizia (2002), Pordenone (2003, 2009, 2011), Udine (2004, 2005, 2009, 2010), Tolmezzo (2006), Brugnera (PN, 2007), S.Dorligo della Valle (TS, 2008, 2010)
- ✓ Docente di Psicopedagogia e Metodologia delle Attività Motorie, "Corso per Istruttori CAS (Centro Avviamento allo Sport)", CONI, Udine, 1998, 1999;
- ✓ Docente di Psicopedagogia e Metodologia delle Attività Motorie, "Corso di Formazione per Tecnici di Società Sportive", CONI, Udine, 2003, 2004; 2005, 2006, 2007, 2008, 2010;
- ✓ Relatore "Conferenze di aggiornamento per Tecnici delle Federazioni", CONI, Udine, 2003;
- ✓ Docente, "Aggiornamento ai Tecnici delle Scuole Calcio", Comitato Provinciale FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio di Udine, 1998;
- ✓ Docente, "Il Gioco-Sport Calcio" Corso di aggiornamento per insegnanti di Scuola Elementare e Materna, FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio - Uff.Ed. Fisica del Provveditorato agli Studi di Udine, Direzioni Didattiche di: Tarvisio, Tolmezzo, Fagagna, Cividale, Cervignano, Udine 1°, 2°, 3°, 4° Circolo, 1996, 1997, 1998;
- ✓ Docente di Metodologia dell'Allenamento e Psicopedagogia, Corso per Istruttore

- ✓ **Messina G.**, Ton R., Bortoli L. (2006). Forza e resistenza in giovani calciatori. *Notiziario del Settore Tecnico* FIGC Federazione Italiana Giuoco Calcio, 6: 38-43
- ✓ Bortoli L., **Messina G.**, Zorba M., Robazza C.(2006) Processi motivazionali e aspetti morali nel calcio giovanile. *Giornale Italiano di Psicologia dello Sport*,47-50;
- ✓ **Messina G.**, Quetri, N., Bortoli L. Effetto di due differenti tipi di allenamento della potenza aerobica nel giovane calciatore. *Coaching and Science in Sport Journal – inviato per revisione*;
- ✓ **Messina G.**, Zorba M.(2004). Considerazioni sui giovani: approfondimenti. *Notiziario del Settore Tecnico - Federazione Italiana Giuoco Calcio*, 5:44-47;
- ✓ **Messina G.** (2002). Fiducia e ansia nel calciatore. *Notiziario del Settore Tecnico* FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio, 4: 31-36;
- ✓ **Messina G.** (2000). Comunicare in campo. *Notiziario del Settore Tecnico* FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio, 3:37-40;
- ✓ **Messina G.** (1998). A ciascuno le proprie emozioni, *Notiziario del Settore Tecnico* FIGC - Federazione Italiana Giuoco Calcio, 5: 14-18;
- ✓ Mongiat B., Marano A., **Messina G.** (1997). Dall'educazione motoria di base... al Gioco-Sport Calcio. *Ufficio Ed. Fisica, Provveditorato agli Studi* di Udine;

Video

- Messina G.**, Florit S., Giorgiutti C. (2011) (a cura di). *La Formazione del Giovane Calciatore. Scienza e Pratica*, Atti Video del 1° Convegno Nazionale, FIGC Settore Giovanile e Scolastico del Friuli Venezia Giulia, Udine, 12 maggio 2011;
- Messina G.** (2012) (a cura di). *La Formazione del Giovane Calciatore. Il Talento*, Atti Video del 2° Convegno Nazionale, FIGC Settore Giovanile e Scolastico del Friuli Venezia Giulia, Udine, 23 maggio 2012;

Poster

- Messina G.**, Bortoli L., D'Urso A., D'Ottavio S. (2012). Agility, accelerazione e abilità di slalom in giovani calciatori. In: *I Congresso Internazionale - XXII Convegno Nazionale AIPAC, Scienze in Soccer*, Firenze, 21 maggio 2012;
- Messina G.**, Bortoli L., D'Urso A., D'Ottavio S. (2012). Relazione tra agility, accelerazione e velocità in giovani calciatori. In: *I Congresso Internazionale - XXII Convegno Nazionale AIPAC, Scienze in Soccer*, Firenze, 21 maggio 2012;
- Antonutto G, **Messina G.**, Zadro I. (2005). Running speed, energy cost of uphill running and overall energy expenditure during the Etna Marathon race (0 – 3000 m a.s.l.): a case report. In: *International Congress "Mountain & sport - updating of study and research from laboratory to field"* 11.11.2005, Rovereto (TN)
- Lazzer, S, **Messina, G**, Zadro I, Pozzo, R, Narici, M, Seynnes, O, de Boer, M, Mekjavic, Pisot, R, Biolo, G, Antonutto, G, di Prampero, PE (2007). Maximal explosive power of the lower limbs Adaptations to 35-day bed rest: Results of the 2006 Valdoltra Bed Rest Campain. In: *International Conference of Environmental Ergonomics, Portorose, Slovenia*, 19 agosto 2007;

Convegni

- ✓ Direttore Scientifico e Moderatore, 2° Convegno Nazionale, “La Formazione del Giovane Calciatore – Il Talento”, organizzato dalla FIGC Settore Giovanile e Scolastico del Friuli Venezia Giulia, con il Patrocinio di: Corsi di Laurea in

Elementare, FIS, S.Daniele del Friuli, 2006

- ✓ Docente di Mental Training; Corso di 2° livello per Tecnici, FITArco, UD, 2004;
- ✓ Docente di educazione Fisica, scuola media statale di Pontebba (UD), a.s. 2000/2001;
- ✓ Docente di Scuola Media Inferiore, Istituto Comprensivo di Majano e Forgaria (UD), a.s.2001/02, 2002/03, 2003/04, 2004/05;
- ✓ Docente di Scuola Media Inferiore, Istituto Comprensivo di Pontebba (UD), plesso di Tarvisio, a.s.2005/06;
- ✓ Docente di Scuola Media Inferiore, Istituto Comprensivo di Rivignano (UD), a.s.2006/07
- ✓ Docente di Scuola Secondaria di 1° grado, Scuola Media Statale “Divisione Julia” (UD), a.s.2007/08
- ✓ Docente a tempo indeterminato, Scuola Secondaria di 1° grado, Scuola Media Statale di Sedegliano (UD), a.s.2008/09
- ✓ Docente a tempo indeterminato, Scuola Secondaria di 1° grado, Scuola Media Statale “Bertoli” di Pasian di Prato (UD), a.s. 2009/10
- ✓ Docente, “L’attività motoria di base” Corso di aggiornamento per insegnanti di Scuola Primaria e dell’Infanzia, Direzione Didattica di Pasian di Prato, 2006;
- ✓ Docente e Coordinatore del *Corso Speciale per Istruttori di Scuola Calcio*, riservato a studenti del CdL in Scienze Motorie, Convenzione tra FIGC SGS e CdL in Scienze Motorie dell’Università degli Studi di Udine, 2007;

Publicazioni

- ✓ **Messina G.**, Bortoli L., Presotto R., D’Ottavio S. (2014). L’Agility T-Test: confronto tra giovani calciatori e non calciatori. *Scienza & Sport*, 23: 24-27;
 - ✓ **Messina G.**, Bortoli L., Petrichiutto N., Moras A., D’Ottavio S. (2014). Il Relative Age Effect. Uno studio su giovani calciatori della categoria “giovanissimi”, *SdS, Rivista di Cultura Sportiva*, 101: 19-24
 - ✓ Bortoli L., **Messina G.**, Zorba M., Robazza C.(2012). Contextual and Individual Influences on Antisocial Behavior and Psychobiosocial States of Youth Soccer Players, *Psychology of Sport and Exercise*, 13(4): 397-406;
 - ✓ Bortoli L., Bertollo M., **Messina G.**, Chiarotti R., Robazza C. (2010). Augmented feedback of experienced and less experienced volleyball coaches, *Social Behavior and Personality*, 38(4): 453-460;
 - ✓ Bortoli L., **Messina G.**, Zorba M., Robazza C.(2010). Aspetti motivazionali e fair play: una ricerca nel calcio giovanile. *Giornale Italiano di Psicologia dello Sport*, 8:3-9.
 - ✓ **Messina G.** (2009). Le componenti aerobiche nel calciatore. Il costo energetico, *Notiziario del Settore Tecnico FIGC Federazione Italiana Giuoco Calcio*, 3:31-32;
 - ✓ **Messina G.** (2008a) Le componenti aerobiche nel calciatore. Il Massimo Consumo di Ossigeno, *Notiziario del Settore Tecnico FIGC Federazione Italiana Giuoco Calcio*, 4: 24-28;
 - ✓ **Messina G.** (2008b) Le componenti aerobiche nel calciatore. La soglia anaerobica, *Notiziario del Settore Tecnico FIGC Federazione Italiana Giuoco Calcio*, 5: 32-34;
-

Scienze Motorie e Laura Magistrale in Scienza dello Sport dell'Università degli Studi di Udine, AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport) e con il contributo di: Comitato Regionale LND Friuli Venezia Giulia, Scuola Regionale dello Sport, CONI, Friuli Venezia Giulia, Udine, 23 maggio 2012;

- ✓ Coordinatore Scientifico e Moderatore, 1° Convegno Nazionale “La Formazione del Giovane Calciatore. Scienza e Pratica”, organizzato dalla FIGC Settore Giovanile e Scolastico del Friuli Venezia Giulia, con il Patrocinio di: Corsi di Laurea in Scienze Motorie e Laura Magistrale in Scienza dello Sport dell'Università degli Studi di Udine, AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport), Udine, 12 maggio 2011;
- ✓ Relatore al XIX Convegno Nazionale dell'AIPAC (Associazione Italiana Preparatori Atletici Calcio) Firenze, 25 maggio 2009, “La performance nel calcio tra l'allenamento e la riabilitazione. Due mondi separati che si incontrano per la salute del calciatore”, . Titolo della relazione: “Effetti fisiologici e biomeccanici di un allenamento generico vs un allenamento specifico in giocatori dilettanti”, di **Giovanni Messina, Franco Cecotti**.
- ✓ Relatore al Congresso Nazionale AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport), Senigallia (AN), 16-18 maggio 2008, La psicologia applicata allo sport: dall'attività fisica all'agonismo. Titolo della relazione: “Aspetti motivazionali e fair play: una ricerca nel calcio giovanile” di **Laura Bortoli, Giovanni Messina, Maurizio Zorba, Claudio Robazza**;
- ✓ Relatore al Convegno Nazionale Udine 28.05.2007 “L'apprendimento e l'insegnamento delle abilità motorie nel calcio giovanile”, FIGC Settore Giovanile e Scolastico, Comitato Regionale Friuli VG, , titolo della relazione “Apprendimento motorio: talento o allenamento?” di **Giovanni Messina**;
- ✓ Coordinatore Scientifico del Convegno Nazionale “Il Settore Giovanile tra Formazione e Competizione”, FIGC Settore Giovanile e Scolastico, Comitato Regionale Friuli VG, Gradisca d'Isonzo (GO), 24 aprile 2007;
- ✓ Coordinatore Scientifico del Convegno Nazionale “L'apprendimento e l'insegnamento delle abilità motorie nel calcio giovanile”, FIGC Settore Giovanile e Scolastico, Comitato Regionale Friuli VG, Udine 28.05.2007;
- ✓ Relatore al Convegno Nazionale “Il Feedback e l'apprendimento”, Torneo Internazionale di calcio giovanile, *11° Torneo dell'Amicizia*, 1 settembre 2007, Spilimbergo (PN), titolo della relazione: “L'importanza del feedback nell'apprendimento. Quante informazioni deve dare l'allenatore? Quando? Come?” di **Giovanni Messina**
- ✓ Relatore al Convegno AIAC (Associazione Italiana Allenatori Calcio) – Settore Tecnico FIGC, Pesian di Prato (UD), 19 ottobre 2007, titolo della relazione: “La psicocinetica e la preparazione fisica nel giovane calciatore” di **Giovanni Messina**;
- ✓ Relatore al Convegno Internazionale “Le due facce del calcio: sport d'eccellenza e fenomeno sociale”, Facoltà di Psicologia dell'Università di Trieste, Gradisca d'Isonzo (GO), 23/04/2005; titolo della relazione: “Emotions in soccer: application of IZOF Model” di **Giovanni Messina**;