

CURRICULUM VITAE

GIACOMO COFANO

TITOLI CULTURALI

- Diploma di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate conseguita il 18 novembre 2014 presso Università degli Studi di Foggia
- Argomento tesi: “Small-Sided Games e valutazione del carico interno nel giovane calciatore”. Relatore: Prof. Italo Sannicandro, docente di Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale
- Voto di laurea: 110/110 e lode

- “DUEPP-Diplome Universitaire Europeen de Preparation Physique” conseguito il 19 Dicembre 2014 presso l’UFR STAPS “Claude Bernard” di Lione in collaborazione con Università di Losanna, Université Libre di Bruxelles, SUISM di Torino e Université “Antonine” del Libano

- Master di 1° livello in “Teoria e Tecniche della Preparazione Atletica nel Calcio” conseguito presso Università degli Studi di Pisa e Università degli Studi di Verona il 16 Marzo 2013, votazione: Ottimo

- Corso di perfezionamento in “Didattica delle Attività Motorie per l’Età Evolutiva. Progettare, Condurre e Valutare” conseguito presso Università di Foggia il 21 Dicembre 2011, votazione: Ottimo

- Diploma di Laurea in Scienze delle Attività Motorie e Sportive conseguita il 28 aprile 2011 presso Università di Foggia
- Argomento tesi: “L’Analisi Notazionale nel Tennis Giovanile”. Relatore: Prof. Italo Sannicandro, docente di Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale
- Voto di laurea: 103/110

- Diploma di maturità scientifica conseguito il 12 luglio 2005 presso il Liceo scientifico “Guglielmo Marconi” di Foggia, punteggio di 60/100

LIVELLI TECNICI CONSEGUITI

- Abilitazione Preparatore Atletico Professionista FIGC conseguito presso Settore Tecnico FIGC il 10 Giugno 2015

- Abilitazione Preparatore Atletico Professionista FIGC Settore Giovanile conseguito il 14 Luglio 2014 presso Settore Tecnico FIGC
- Abilitazione di Allenatore di base- Uefa B conseguito il 21 Dicembre 2013

AGGIORNAMENTI PROFESSIONALI

- Partecipazione a diversi stage con squadre professionistiche italiane (FC Juventus, FC Inter, AS Roma, Parma FC, SS Lazio, AC ChievoVerona, Bologna FC 1909, Hellas Verona FC, U.S. Sassuolo, AC Perugia Calcio 1905, Delfino Pescara 1936)
- Continua partecipazione Convegni, Congressi, Seminari e Corsi di aggiornamento su tematiche riguardanti l'attività motoria in età evolutiva e per soggetti adulti ed anziani, la preparazione atletica negli sport di squadra in particolare sul calcio, la riabilitazione dell'atleta infortunato e la prevenzione degli infortuni

ESPERIENZE DIDATTICHE

- Anno accademico 2023/2024 Formatore della Formazione Olimpica CONI – Elenco 2023/2024
- Anno accademico 2023/2024 Docente a contratto in “Calcio specialistico” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari
- Anno accademico 2023/2024 Docente a contratto in “Teoria e Metodologia dell'allenamento” c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Bari
- Anno accademico 2022/2023 Docente a contratto in “Attività motorie per la prevenzione degli infortuni nelle popolazioni speciali” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2022/2023 Docente a contratto in “Calcio specialistico” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari
- Anno accademico 2021/2022 Docente a contratto in “Calcio specialistico” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari

- Anno accademico 2021/2022 Docente a contratto in “Attività motorie per la prevenzione degli infortuni nelle popolazioni speciali” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2020/2021 Docente a contratto in “Calcio specialistico” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari
- Anno accademico 2020/2021 Docente a contratto in “Attività motorie per la prevenzione degli infortuni nelle popolazioni speciali” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2019/2020 Docente a contratto in “Calcio specialistico” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari
- Anno accademico 2019/2020 Docente a contratto in “Teoria e Metodologia dell’allenamento” c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Bari
- Anno accademico 2019/2020 Docente a contratto in “Attività motorie per la prevenzione degli infortuni nelle popolazioni speciali” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2019/2020 Docente Esercitatore in “T.T.D. delle Attività Motorie Preventive e Compensative” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2018/2019 Docente a contratto in “Teoria e Metodologia dell’allenamento” c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Bari
- Anno accademico 2018/2019 Docente a contratto in “Metodologia, tecniche ed organizzazione dell’allenamento” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari
- Anno accademico 2018/2019 Docente a contratto in “T.T.D. Attività motoria preventiva e compensativa/T.T.D. dell’Attività motoria per l’età adulta e anziana” c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia

- Anno accademico 2018/2019 Docente Esercitatore in “T.T.D. delle Attività Motorie per l’età adulta e anziana e le popolazioni speciali” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2018/2019 Docente Esercitatore in “T.T.D. delle Attività Motorie Preventive e Compensative” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2017/2018 Docente a contratto in “Metodologia, tecniche ed organizzazione dell’allenamento” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Bari
- Anno accademico 2017/2018 Cultore della Materia in “T.T.D. delle Attività Motorie Preventive e Compensative” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2016/2017 Docente a contratto in “Attività motorie per la prevenzione degli infortuni nelle diverse fasce d’età” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2016/2017 Docente Esercitatore in “T.T.D. delle Attività Motorie per l’età adulta e anziana e le popolazioni speciali” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2016/2017 Docente Esercitatore in “T.T.D. delle Attività Motorie Preventive e Compensative” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2016/2017 Cultore della Materia in “T.T.D. delle Attività Motorie Preventive e Compensative” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2015/2016 Cultore della Materia in “T.T.D. delle Attività Motorie Preventive e Compensative” c/o Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Università di Foggia
- Anno accademico 2014/2015 Cultore della Materia in “Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale” e in "Teoria e Metodologia dell'allenamento" c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia

- Anno accademico 2013/2014 Docente Esercitatore in “Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale” e in "Teoria e Metodologia dell'allenamento" c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia
- Anno accademico 2013/2014 Cultore della Materia in “Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale” e in "Teoria e Metodologia dell'allenamento" c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia
- Anno accademico 2012/2013 Docente Esercitatore in “Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale” e in "Teoria e Metodologia dell'allenamento" c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia
- Anno accademico 2012/2013 Cultore della Materia in “Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale” e in "Teoria e Metodologia dell'allenamento" c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia
- Anno accademico 2011/2012 Cultore della Materia in “Metodi della Valutazione Motoria ed Attitudinale” c/o Corso di Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Foggia

ESPERIENZE LAVORATIVE

- 13 Luglio 2023: Preparatore fisico prima squadra “Cavese 1919” campionato Nazionale Serie D – Girone G
- 30 Gennaio 2023/30 Giugno 2023: Preparatore fisico prima squadra “S.S. Juve Stabia” campionato Nazionale Serie C Girone C
- 17 Agosto 2021/29 Dicembre 2021: Consulente per la preparazione fisica Under 18 “Ascoli Calcio 1898 FC” campionato Nazionale Under 18 A/B
- 31 Agosto 2020/21 Gennaio 2021 – 12 Febbraio 2021/30 Giugno 2021: Preparatore fisico prima squadra “Carpi FC 1909” campionato Nazionale Serie C Girone B
- 07 Agosto 2019/18 Dicembre 2019: Preparatore fisico prima squadra “FK Partizani Tirana” campionato nazionale albanese Super League (Serie A albanese)
- Anno accademico 2018/2019 Tutor e Coordinatore del progetto di ricerca sul tema “Attività fisica per la riduzione del rischio di caduta nel soggetto senior over 60” c/o Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale, Università di Foggia
- 01 Luglio 2017/24 Dicembre 2017: Preparatore fisico prima squadra “S.S. Monopoli 1966” campionato Nazionale Serie C Girone C

- 13 Luglio 2016/04 Ottobre 2016: Preparatore fisico prima squadra “S.S. Monopoli 1966” campionato Nazionale Lega Pro Girone C
- 06 Luglio 2015/04 Aprile 2016: Preparatore fisico prima squadra “S.S. Monopoli 1966” campionato Nazionale Lega Pro Girone C
- 27 Agosto 2013/30 Giugno 2014: Preparatore fisico prima squadra “Asd Matera Calcio” campionato Nazionale Serie D girone H
- 15 Luglio 2013/20 Agosto 2013: Preparatore fisico prima squadra "Asd Manfredonia Calcio" campionato nazionale Serie D
- 05 Marzo 2013/30 Giugno 2013: Preparatore fisico prima squadra “Asd Matera Calcio” campionato Nazionale Serie D girone H
- Ottobre 2012/Maggio 2013 Docente di attività motoria per l’età anziana presso il Centro Polivalente “Palmisano” di Foggia
- Settembre 2012/ Maggio 2013 Laboratorio di Ricerca e Valutazione Motoria e consulente fisico per il Settore Giovanile e Scolastico FIGC-Puglia
- Luglio 2011/Giugno 2012: prep. fisico “Ischia Isolaverde”, settore giovanile
- Luglio 2010/Giugno 2011: prep. fisico prima squadra “Futsal Fuente Foggia” campionato Nazionale Serie B calcio a 5
- Luglio 2009-Giugno 2010: prep. fisico settore giovanile “Futsal Fuente Foggia”
- da Gennaio 2008 a Luglio 2011: istruttore in sala attrezzi presso diverse palestre di Foggia

RICONOSCIMENTI

- **3° classificato** “5° Premio Icaro Scienza & Sport” edizione 2015 con la tesi dal titolo: “Small-Sided Games e valutazione del carico interno nel giovane calciatore”.

RELATORE IN CONVEGNI e CONGRESSI

- Camolese G., Sannicandro I., **Cofano G.**, *SSG: il rapporto tra allenatore e preparatore atletico nell'organizzazione delle esercitazioni*, The Coach Experience, Congresso Nazionale AIAC, Rimini, 27 Maggio 2022
- **Cofano G.**, *Utilizzo degli SSG nel microciclo settimanale, considerazioni ed applicazioni pratiche*, Webinar AIAC Marche, 13 Aprile 2021
- **Cofano G.**, Sannicandro I., *L'allenamento ad alta intensità con la palla nel calcio*, Convegno Area Nuova, Cus Foggia, Università di Foggia & SIOS "Sport a 360°", Foggia, 14 Giugno 2019
- **Cofano G.**, *Small-Sided Games: sempre e comunque?*, Convegno A.I.A.C. Puglia & Università di Foggia "L'allenamento del calciatore oggi: dalle evidenze scientifiche alla metodologia sul campo", Foggia, 20 Maggio 2019
- Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small-Sided Games: potenzialità e limiti*, Convegno 2019 Scienza & Sport "L'allenamento metabolico nel calcio. Dalla corsa continua agli SSG", Milano, 16 Marzo 2019
- **Cofano G.**, Sannicandro I., *Small-Sided Games e controllo del carico: uso o abuso?*, 7° Convegno Internazionale sul Calcio Giovanile "Metodologia di allenamento nel calcio giovanile oggi", Gallipoli, 02 Marzo 2019
- **Cofano G.**, *Small Sided Games: cosa, come e perché?*, 6° Congresso Internazionale sul Calcio Giovanile "Il Calcio giovanile: evidenze, orientamenti, metodologie", Gallipoli, 10 Febbraio 2018
- **Cofano G.**, *La programmazione dei carichi tecnici, tattici e fisici nelle diverse categorie giovanili; proposte a confronto*, 5° Congresso Internazionale sul Calcio Giovanile "Calcio giovanile: aspetti organizzativi e tecnici", Gallipoli, 25 Febbraio 2017
- **Cofano G.**, *L'utilizzo degli Small Sided Games nel settore giovanile, dalle evidenze scientifiche alle proposte pratiche*, Corso di formazione/aggiornamento "L'evoluzione del giovane calciatore, aspetti teorici e pratici", Gubbio, 30 Gennaio 2017
- **Cofano G.**, *Small-Sided Games e valutazione del carico interno nel giovane calciatore*, Convegno Scienza & Sport 2016 "Ottimizzare la prestazione del calciatore. Allenamento, prevenzione, valutazione e alimentazione", Milano, 20 Febbraio 2016

- **Cofano G.**, Sannicandro I., Lepore M., *Small-Sided Games: dalla ricerca alla pratica sul campo*, 4° Congresso Internazionale sul Calcio Giovanile "Il giovane calciatore: sport e salute", Gallipoli, 06 Febbraio 2016
- **Cofano G.**, *La periodizzazione e le proposte pratiche del preparatore atletico*, Seminario: "Gli Small-Sided Games dai giovani calciatori al calciatore top level", Bari, 23 Novembre 2015
- Sannicandro I., **Cofano G.**, *Gli Small-Sided Games nei giovani e negli adulti: evidenze della letteratura scientifica*, Seminario: "Gli Small-Sided Games dai giovani calciatori al calciatore top level", Bari, 23 Novembre 2015
- **Cofano G.**, *TRX: evidenze scientifiche e aspetti pratici*, Seminario: "Dall'allenamento tradizionale all'allenamento funzionale, dalla teoria alle esercitazioni per il fitness e lo sport", Brindisi, 21 Giugno 2014
- **Cofano G.**, Sannicandro I., Rosa A.R., *Semipiegamento in monopodalico a carico naturale e con ausilio di dispositivi per il training in sospensione (TRX): effetti sui parametri di forza in giovani calciatori*, II° Congresso Internazionale-XXIII° Convegno Nazionale AIPAC: "Training in soccer, training load monitoring and recovery strategies", Milano, 27 Maggio 2013
- **Cofano G.**, Spedicato M., *TRX e allenamento: quale carico? Quali ambiti di utilizzo?*, Seminario: "L'allenamento funzionale nello Sport e nel Fitness", Bisceglie, 23 Marzo 2013

PUBBLICAZIONI: Monografie

- Sannicandro I., **Cofano G.**, ALLENAMENTO PLIOMETRICO. *Evidenze scientifiche, metodologia e pratica*. Ed. Calzetti-Mariucci, Ferriera di Torgiano (PG), 2023
- Sannicandro I., **Cofano G.**, SMALL-SIDED GAMES 2. *Programmazione – Metodologia - Esercitazioni*, Ed. Correre, Milano, 2019
- Sannicandro I., **Cofano G.**, SMALL-SIDED GAMES. *Scientific evidence and practical exercises*, Ed. Correre – Editoriale Sport Italia, Milano, Kindle Edition, 2017. Ebook
- Sannicandro I., **Cofano G.**, SMALL-SIDED GAMES. *Evidenze scientifiche, Esercitazioni pratiche*, Ed. Correre, Milano, 2015

PUBBLICAZIONI: Articoli scientifici riviste internazionali e nazionali

1. Sannicandro I., **Cofano G.**, D'Onofrio R., Piccinno A., *Professional and Elite Young Soccer Players: Differences in Functional Movement Screen™ Values*, Phys. Educ. Sport Stud. Res, 2(2):116-125, DOI: 10.56003/pessr.v2i2.269, 2023
2. Sannicandro I., **Cofano G.**, D'Onofrio R., Piccinno A., *Jumps and Lower Limb Strength Asymmetry in Young Soccer Players: Differences Between Sand and Conventional Surfaces*, Physical Education Theory and Methodology, 23(4): 636-642. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.4.20>, 2023
3. Sannicandro I., **Cofano G.**, D'Onofrio R., *The effects of 8 weeks of integrative neuromuscular pitch training on strength values and sprint performance in young elite soccer players*, Journal of Physical Education and Sport, 23(4):909-917, 2023
4. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Large Sided Games and Sport-Specific Training: Parameters of High Intensity in Professional Soccer Players*, Physical Education Theory and Methodology (Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ), 23(1):124-132, 2023
5. Sannicandro I., D'Onofrio R., Lupelli N., **Cofano G.**, *Can the neuromuscular and balance training on unstable and small surfaces decrease the lower limb functional asymmetry in the young soccer players?*, Ita. J. Sports Reh. Po., 10 (26); 5(8):2762 – 2778, 2023
6. Sannicandro I., **Cofano G.**, Raiola G., *The acute effects of Small-sided games on hamstring strength in young soccer players*, Physical Education Theory and Methodology (Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ), 22(1):77-84, 2022
7. **Cofano G.**, D'Elia F., Piccinno A., Sannicandro I., *Analysis of the External and Internal Load in 5vs5 Large Sided Games: Differences Between Different Sized Fields*, Physical Education Theory and Methodology (Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ), 21(4):337-342, 2021
8. Sannicandro I., Piccino A., Rosa A.R., **Cofano G.**, *Analysis of external and internal load in 4vs4 large sided games: differences between fields of different sizes*, International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 9(6):1470-1476, 2021

9. Sannicandro I., Piccino A., Rosa A.R., Raiola G., **Cofano G.**, *Analysis of external load during SSG 5vs5 with and without external wildcard (jolly) soccer players*, Sport Science, 14(1):65-71, 2020
10. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Colella D., *The sedentary contrast strategies in the older people during the spread of Covid 19: the italian experience*, Sport Science, 14(1):60-64, 2020
11. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Raiola G., *Sedentary conditions during the lockdown and movement opportunities for the Italian elderly*, MOJ Sports Med, 4(3):87-90, 2020
12. Sannicandro I., **Cofano G.**, Piccinno A., *Can the core stability training influences sprint and jump performances in young basketball players?*, Advances in Physical Education, 10:196-206, 2020
13. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Colella D., *Strategie di contrasto della sedentarietà negli over 65 durante la diffusione del Covid 19: l'esperienza italiana*, S&C Strength & Conditioning, 33:61-65, 2020
14. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., *Instability tools and reactive motor tasks: effects of 8 weeks training program on motor abilities in healthy women over 65 years old*, J Adv Sport Phys Edu, 3(6):94-100, 2020
15. Sannicandro I., Traficante P., **Cofano G.**, *Methodology and exercises to reduce the hamstring injury risk: from literature knowledges to the field*, MOJ Sports Med, 4(1):17-22, 2020
16. Sannicandro I., **Cofano G.**, Raiola G., Rosa A.R., Colella D., *Analysis of External Load in Different Soccer Small-Sided Games Played with External Wildcard Players*, Journal of Physical Education and Sport, 20(2):672-679, 2020
17. Sannicandro I., **Cofano G.**, Piccinno A., *Small-Sided Games: analisi descrittiva del carico esterno mediante rilevazione con GPS*, Scienza e Movimento, 20:37-41, 2019
18. Sannicandro I., **Cofano G.**, Traficante P., *Lower limb strength asymmetry and Functional Movement Screen values in professional soccer players*, MOJ Sports Med, 3(3):59-62, 2019
19. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Gli small-sided games nel calcio femminile: analisi della letteratura scientifica*, S&C Strength & Conditioning, 28:45-51, 2019

20. Sannicandro I., Traficante P., **Cofano G.**, *Hamstring injury prevention: the strength assessment in young soccer players*, *MOJ Sports Med*, 3(2):28-32, 2019
21. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small-sided games activities with external wildcard soccer players*, *MOJ Sports Med*, 2(4):128-131, 2018
22. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small-sided games: analisi descrittiva del carico esterno mediante rilevazione con GPS*, *S&C Strength & Conditioning*, 25:45-49, 2018
23. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small Sided Games: dalle richieste funzionali alla programmazione dell'allenamento*, *Sport & Medicina*, 2:43-47, 2018
24. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small-Sided Games in Young Soccer Players: Physical and Technical Variables*, *MOJ Sports Med*, 1(1):1-4, 2017
25. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Core Stability Training and Jump Performance in Young Basketball Players*, *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 6(5):479-482, 2017
26. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small-Sided Games: Analysis of the Internal Load and Technical Skills in Young Soccer Players*, *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 6(3):735-739, 2017
27. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., *Heart rate response comparison of young soccer players in "cage" small-sided and 8vs8 games*, *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4):1122-1127, 2016
28. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., *Strength and power analysis in half squat exercise with suspension training tools*, *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3):433-440, 2015
29. Sannicandro I., Spedicato M., Palaia G., **Cofano G.**, Bisciotti G.N., Eirale C., *Capacità di forza, endurance e parametri antropometrici nel calcio giovanile: analisi descrittiva e rapporti funzionali*, *Med Sport*, 68:19-30, 2015
30. Sannicandro I., **Cofano G.**, Spedicato M., Rosa A.R., *Effetti dell'allenamento in sospensione sul peso corporeo e sui parametri di forza in giovani calciatori*, *Nuova Atletica. Ricerche in Scienze dello Sport*, 249:28-34, 2014
31. **Cofano G.**, Rosa A.R., Spedicato M., Palaia G., Sannicandro I., *L'allenamento in sospensione: analisi del carico e dei parametri di forza e potenza*, *JSA*, 00:11-18, 2014

- 32.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Training coordinativo: effetti sulle prestazioni di velocità e forza esplosiva*, Sport & Medicina, 6:10-11, 2014
- 33.Sannicandro I., Spedicato M., Palaia G., **Cofano G.**, *I prerequisiti per raggiungere il top level*, Sport & Medicina, 5:46-51, 2014
- 34.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Sport di squadra: capacità coordinative e velocità*, Sport & Medicina, 5:10-11, 2014
- 35.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Un nuovo strumento di valutazione per ridurre il rischio di infortunio nel calcio*, Sport & Medicina, 4:9-10, 2014
- 36.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Allenamento in sospensione e a carico naturale: analisi del piegamento sugli arti inferiori*, Sport & Medicina, 3:10-11, 2014
- 37.Sannicandro I., Piccinno A., **Cofano G.**, Eirale C., Bisciotti G.N., *Effetti dell'allenamento pliometrico sulle fasi del salto in giovani schermitori*, Med Sport, 67(1):27-45, 2014
- 38.Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Piccinno A., *Balance training exercises decrease lower-limb strength asymmetry in young tennis players*, J Sports Sci Med, 13:397-402, 2014
- 39.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Velocità aerobica massimale: definizione e valutazione*, Sport & Medicina, 1:6-7, 2014
- 40.Sannicandro I., **Cofano G.**, Dibenedetto C., Rosa A.R., *Balance training: evidenze scientifiche nella preparazione atletica e nella prevenzione degli infortuni*, Nuova Atletica. Ricerche in Scienze dello Sport, 243:31-38, 2013
- 41.Sannicandro I., **Cofano G.**, Fiorini S., *Allenamento pliometrico in acqua*, Sport & Medicina, 5:8-10, 2013
- 42.Sannicandro I., **Cofano G.**, *L'allenamento in sospensione*, Sport & Medicina, 4:8-9, 2013
- 43.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Riduzione del rischio di infortunio: preparazione atletica finalizzata*, Sport & Medicina, 3:8-9, 2013
- 44.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Stretching dinamico: punti di forza e limiti*, Sport & Medicina, 2:8-9, 2013
- 45.Sannicandro I., **Cofano G.**, *Stretching statico e prestazione*, Sport & Medicina, 1:8-9, 2013

46. Rosa A.R., **Cofano G.**, Piccinno A., De Pascalis S., Sannicandro I., *Prevenire gli infortuni in età evolutiva: una proposta metodologico-didattico in ambito scolastico*, Nuova Atletica. Ricerca in Scienze dello Sport, 239-240:27-35, 2013
47. Sannicandro I., **Cofano G.**, Iorio C., Rosa A.R., *Swissball, superfici instabili e allenamento per la prevenzione nel fitness e nello sport*, Nuova Atletica. Ricerche in Scienze dello Sport, 238:29-37, 2013
48. Sannicandro I., Piccinno A., **Cofano G.**, Rosa A.R., *Effetti dell'allenamento coordinativo sulla capacità di velocità in giovani cestisti*, Nuova Atletica. Ricerche in Scienze dello Sport, 237:21-28, 2012
49. Sannicandro I., Piccinno A., **Cofano G.**, De Pascalis S., Rosa A.R., *Analisi di alcune variabili prestative del giovane tennista under 12*, Med Sport, 65(4): 473-484, 2012
50. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Forza ed alta prestazione nel calcio*, Sport & Medicina, 2:6-7, 2012
51. Sannicandro I., **Cofano G.**, De Pascalis S., Piccinno A., Rosa A.R., *L'allenamento della forza versus i protocolli di training tradizionali nei soggetti senior di genere femminile*, Nuova Atletica. Ricerche in Scienze dello Sport, 231:29-43, 2011

PUBBLICAZIONI: Articoli su riviste divulgative

1. Sannicandro I., **Cofano G.**, *SSG. Dalla ricerca all'applicazione pratica*, Il Nuovo Calcio, 349:46-49, 2022
2. **Cofano G.**, Spadafora L., Sannicandro I., *5vs5 Large Sided Games: analisi del carico interno ed esterno con campi di differenti dimensioni*, Scienza & Sport, 52:28-33, 2021
3. Sannicandro I., Carminati I., Cattozzo A., **Cofano G.**, Ferretti F., Perondi F., Sinatti F., Sassi R., Scanavino A., Toffolutti M., Traficante P., Valentini S., Zamuner A., *L'allenamento metabolico*, Scienza & Sport, 50:42-48, 2021
4. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Riallarsi nel post Covid-19*, L'Allenatore, 2:25-31, 2020
5. **Cofano G.**, *Large Sided Games*, Il Nuovo Calcio, 327:54-57, 2020

6. **Cofano G.**, *Un inizio stagione con gli SSG*, Il Nuovo Calcio, 318:74-78, 2019
7. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Potenzialità e limiti degli Small-Sided Games*, Scienza & Sport, 42:27-30, 2019
8. Sannicandro I., **Cofano G.**, *News sugli Small-Sided Games*, Il Nuovo Calcio, 313:46-49, 2019
9. Sannicandro I., Traficante P., **Cofano G.**, *La valutazione preventiva del distretto degli hamstring in giovani calciatori*, Scienza & Sport, 41:38-42, 2019
10. **Cofano G.**, *L'importanza e le indicazioni pratiche di un programma di allenamento per un soggetto adulto in età avanzata*, Scienza & Sport, 40:44-50, 2018
11. **Cofano G.**, Traficante P., *L'analisi del carico esterno negli SSG con giocatori sponda*, Scienza & Sport, 39:68-73, 2018
12. **Cofano G.**, Sannicandro I., *Gli Small Sided Games*, Il Nuovo Calcio, 294:46-49, 2017
13. **Cofano G.**, *Small-Sided Games e valutazione del carico interno nel giovane calciatore*, Scienza & Sport, 30:92-96, 2016
14. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Small-sided game. Tra campo e ricerca*, Il Nuovo Calcio, 267:50-52, 2015

PUBBLICAZIONI: Saggi

Sannicandro I., **Cofano G.**, Nugnes G., *I protocolli di prevenzione nel calcio*, pp. 61-76, In: Sannicandro I., *Allenamento fisico e prevenzione nel calcio giovanile*, Ed. Sportivi, Milano, 2022

Uzzi F., **Cofano G.**, Sannicandro I., *Ipotesi di programmazioni di attività per la prevenzione della sindrome metabolica*, pp. 95-124, In: Sannicandro I., *Fitness metabolico. Prevenzione della sindrome metabolica attraverso le attività motorie adattate*, Ed. Correre, Milano, 2014

Sannicandro I., Dibenedetto C., **Cofano G.**, *Core e sottosistemi: evidenze scientifiche*, pp. 47-115, In: Sannicandro I., *L'allenamento del Core nella prevenzione e nella performance*, Ed. Nonsolofitness, Castello D'Argile (Bo), 2014

Sannicandro I., Rosa A.R., **Cofano G.**, *Le attività motorie nell'età adulta avanzata*, pp. 35-56, In: Sannicandro I., *Attività motorie per i senior*, Ed. Correre, Milano, 2013

Sannicandro I., Orfino A., Piccinno A., **Cofano G.**, *Attività motorie e prevenzione dell'osteoporosi in età adulta*, pp. 141-160, In: Sannicandro I., *Attività motorie per i senior*, Ed. Correre, Milano, 2013

PUBBLICAZIONI: Abstract in convegni e congressi nazionali ed internazionali

1. Sannicandro I., Piccinno A., **Cofano G.**, *Integrative neuromuscular and balance training to decrease inter limb asymmetry values in young soccer players*, *Sport Sci Health*, 19(Suppl 1):S1-S149, 2023
2. **Cofano G.**, Piccinno A., Sannicandro I., *Large sided games and high intensity exercise in professional soccer players*, *Sport Sci Health*, 19(Suppl 1):S1-S149, 2023
3. Fent A., **Cofano G.**, Sannicandro I., *The acute effects of Small-Sided Games on strength and lower limbs asymmetry in young rugby players*, *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 11(S1):24-25. doi: 10.26773/mjssm.220401
4. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Traficante P., Piccinno A., *Acute fatigue effects after small-sided games on functional asymmetry and short sprint performance in young soccer players*, *Br J Sports Med*, 55(Suppl 1): A1 – A188, 2021
5. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Traficante P., Piccinno A., *Acute effects of small-sided games on the lower limb functional asymmetry in young soccer players*, *Br J Sports Med*, 55(Suppl 1): A1 – A188, 2021
6. Sannicandro I., **Cofano G.**, Traficante P., *Cluster set in the plyometric training: a short narrative review*, IV International Scientific Conference on “*Health, Sport, Recreation*” organized by College of Sports and Health – Vocational Studies, Belgrade, 14 May 2021, Belgrade, 2021
7. **Cofano G.**, Traficante P., Sannicandro I., *The nonlinear pedagogy applied to soccer coaching*, IV International Scientific Conference on “*Health, Sport, Recreation*” organized by College of Sports and Health – Vocational Studies, Belgrade, on 14 May 2021, Belgrade, 2021

8. Sannicandro I., **Cofano G.**, *Analysis of some high-intensity parameters in Small-sided Games with external wildcard soccer players*, 14th International Scientific Conference (ISC) - *Education, Sport and Health*, organized by University of Bucharest, 14 May 2021, Bucharest, 2021
9. **Cofano G.**, Traficante P., Sannicandro I., *Analysis of external load in professional soccer small-sided games played with wildcard players*, VII Congresso Internazionale – XXVIII Convegno Nazionale AIPAC “Training Load and Recovery in Football”, 28 Maggio 2018, Firenze, 2018
10. Traficante P., **Cofano G.**, Sannicandro I., *Hamstring strength assessment in young soccer players*, VII Congresso Internazionale – XXVIII Convegno Nazionale AIPAC “Training Load and Recovery in Football”, 28 Maggio 2018, Firenze, 2018
11. Sannicandro I., Tisci V., Quarto A., **Cofano G.**, Rosa A.R., *FIGC territorial centers: a pilot study to determine the lower limb strength asymmetry in young soccer players*, Br J Sports Med, 51(4):381, 2017
12. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Traficante P., Piccinno A., *Functional movement screen and lower limb strength asymmetry in professional soccer players*, Br J Sports Med, 51(4):380-381, 2017
13. Rosa A.R., **Cofano G.**, Uzzi F., Sannicandro I., *Effect of core stability training on motor abilities in a group of seniors*, Sport Sci Health, 12 (Suppl 1): 46, 2016
14. **Cofano G.**, Traficante P., Lepore M., *Small-Sided Games: carico interno e aspetti tecnici*, V Congresso Internazionale – XXVI Convegno Nazionale AIPAC “Training in soccer, A Battle of ideas: Exchanging Experiences and Opinions”, 16 Maggio 2016, Firenze, 2016
15. Rosa A.R., **Cofano G.**, Ginevra P., Traficante P., Sannicandro I., *The effects of core stability training in young basketball practitioners*, Sport Sci Health, 11(Suppl 1): 54-55, 2015
16. Sannicandro I., Rosa A.R., Mazzone F., **Cofano G.**, *Small-Sided Games and the assessment of internal load in young soccer players*, Book of Abstract 20th Congress of the European College of Sport Science, pp. 603-604, 22-27 June 2015, Malmö (Sweden), 2015
17. Sannicandro I., Piccinno A., **Cofano G.**, Lupelli N., Rosa A.R., *Explosive strength capacity in the lower limbs and speed performance in young soccer players*, Br J Sports Med, 48(7): 656-657, 2014

18. Sannicandro I., Quarto A., Piccinno A., **Cofano G.**, Rosa A.R., *Lower limb functional asymmetries in young soccer players: do differences exist between different age groups?*, Br J Sports Med, 48(7): 657, 2014
19. Sannicandro I., Traficante P., **Cofano G.**, Rosa A.R., Piccinno A., *Functional movement screen and vertical jump performance in professional soccer players*, Abstract Book of XXIII International Conference on Sports Rehabilitation and Traumatology " Football medicine strategies for joint & ligament injuries", pp. 90-91, 22-23 Marzo 2014, Milan (Italy) 2014
20. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., Piccinno A., *Functional movement screen and sprint performance in young soccer players*, Abstract Book of XXIII International Conference on Sports Rehabilitation and Traumatology " Football medicine strategies for joint & ligament injuries", pp. 88-89, 22-23 Marzo 2014, Milan (Italy) 2014
21. Sannicandro I., **Cofano G.**, Rosa A.R., *Lower limb functional asymmetry and sprint performance in young soccer players*, Abstract Book of XXII International Conference on Sports Rehabilitation and Traumatology " Football medicine strategies for muscle & tendon injuries", pp. 213-214, 20-21 Aprile 2013, London 2013
22. Sannicandro I., Rosa A.R., **Cofano G.**, *Lower limb functional asymmetry: differences between selected and recreational young soccer players*, Abstract Book of XXII International Conference on Sports Rehabilitation and Traumatology " Football medicine strategies for muscle & tendon injuries", pp. 211-212, 20-21 Aprile 2013, London 2013
23. Sannicandro I., **Cofano G.**, Violante A., Rosa A.R., *The relationship between lower-limb strength asymmetry and performance in sprint/agility tests. A preliminary study in non-sporting students*, XXXII World Congress of Sports Medicine, 27-30 September 2012, Rome, 2012 (Abstract)
24. Sannicandro I., Rosa A.R., Genovesi F., Piccinno A., **Cofano G.**, De Pascalis S., *Strength functional asymmetry in 11-13 year old soccer player*, Third World Conference on Science and Soccer, 14-16 May 2012, Ghent (Belgium), 2012
25. Sannicandro I., Rosa A.R., Genovesi F., Piccinno A., **Cofano G.**, De Pascalis S., *Field position soccer player's influences lower limb functional asymmetry?*, Third World Conference on Science and Soccer, 14-16 May 2012, Ghent (Belgium), 2012

- 26.Sannicandro I., Rosa A.R., Piccinno A., **Cofano G.**, Violante A., *Functional asymmetry in lower limbs and injury risk in a secondary school*, The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 51 (Suppl.1): 48, 2011
- 27.Sannicandro I., Piccinno A., Rosa A.R., **Cofano G.**, *Perfomance variables in under 12's tennis*, Abstract Book of 12th World Congress of the Society for Tennis Medicine and Science, Paris, 10-12 November 2011:133, 2011
- 28.Sannicandro I., Rosa A.R., Piccinno A., **Cofano G.**, *The correlation between strength and sprint ability in young tennis players*, Abstract Book of 12th World Congress of the Society for Tennis Medicine and Science, Paris, 10-12 November 2011:134, 2011

Autorizzo il trattamento dei dati in conformità a quanto previsto dal DL 196/03.

Foggia, 12-02-2024

Firma
Giacomo Cofano