

Director:

P.M. Ruiz Vázquez

Diseño, coordinación y portada:

A. García López

Comisión de Publicaciones:

M. Mareno González

J.J. Gutiérrez Torres

M. Bueno Ruiz

A. García López

F. Ruiz Juan

ES UNA PUBLICACION DE LA
ASOCIACION DE PROFESORES DE
E.G.B. ESPECIALISTAS EN
EDUCACION FISICA
Torres Naharra, 2-2-7
04006 - ALMERIA

Telfs.: (951) 26 84 00 - 23 98 86

Depósito Legal: AL-38/1989

Composición e Impresión:

GrafiVoz

Avda. Montserrat, 50 • Tfno.: 27 25 77

ESPACIO Y TIEMPO no se solidariza
necesariamente con las opiniones de sus
colaboradores

*Está autorizada la reproducción total o
parcial de los textos que contiene esta
revista, siempre que se cite a la revista
ESPACIO Y TIEMPO como fuente*

SUMARIO:

3.- EDITORIAL

4.- LOS EXENTOS EN E.F.

8.- RACIONES DE ENTRENAMIENTO, COMPETICION Y RECUPERACION. APORTE HIDRO-MINERAL

8.- La ración de entrenamiento

10.- La ración de competición.

11.- La ración de recuperación

12.- Aporte hídrico-glucídico-mineral

12.- Deshidratación y performance deportiva

13.- ATLETISMO

14.- ATLETISMO. SALTOS. INICIACION AL FOSBURY-FLOP

20.- RELACIONES ENTRE LA E.F. Y LA EDUCACION MUSICAL EN EL MARCO DE LA REFORMA EDUCATIVA

23.- LEGISLACION

23.- Proyecto de Real Decreto de Desarrollo de la
L.O.G.S.E. Mínimos de E.F., Primaria y Secundaria

29.- Plan de formación para la introducción de diseños
curriculares del nuevo sistema educativo elabora-
dos por la Consejería de Educación y Ciencia