

# Akrobatika

Vaje za utrjevanje – rešitve

## 1. Kaj je akrobatika in na razvoj katerih gibalnih sposobnosti vpliva?

Akrobatika je športna panoga, ki ima velik vpliv na razvoj telesnih gibalnih sposobnosti kot so koordinacija, gibljivost, moč, ravnotežje, itd.

## 2. Naštetj štiri akrobatske discipline.

- skok z velike prožne ponjave,
- skoki z male prožne ponjave,
- skoki na akrobatski stezi,
- akrobatske skupinske sestave.

