



## **Jeu – Frappe ou attrape (1 ballon)**

Les joueurs sont en cercle et le maître du jeu est au centre. Le maître du jeu lance le ballon à un des joueurs en criant : "Frappe" ou "Attrape", le joueur répond en frappant le ballon avec ses bras ou sa tête ou en l'attrapant, s'il échoue, il doit s'asseoir. Le maître du jeu peut compliquer l'exercice en demandant aux joueurs de faire le mouvement contraire à ce qu'il demande.