

**Mon Activité Physique du Jour**  
**LES DEMENAGEURS « Garçons de café »**  
**TOUS CYCLES, TOUS AGES !**

**MATERIEL**

Une caisse remplie d'objets transportables (environ 30) différents non fragiles, de différentes tailles et poids.

Une caisse vide

Un plateau sans rebords (assiette plastique, morceau de carton rigide...).

**DISPOSITIF**

Disposer dans une pièce de votre domicile la caisse remplie d'objets et la caisse vide dans une autre pièce.

Aménager un parcours dans votre appartement avec différentes contraintes : slalomer, enjamber, passer au-dessous de *etc*, pour l'aller et un autre itinéraire, sans contraintes, pour le retour.

**BUT DE L'ACTIVITE**

Déplacer un objet à la fois d'une caisse à l'autre, à l'aide du plateau, en empruntant le parcours défini, sans le faire tomber.

Le but n'est pas la rapidité de déplacement mais de pouvoir ne pas faire tomber l'objet.

Seuls les objets acheminés sans chute pourront être déposés dans la caisse et comptabilisés.

**FORMES DE JEU**

Vous pouvez jouer seul en réalisant le meilleur score, c'est-à-dire comptabiliser le nombre d'objets transportés sans chute avec ou sans temps donné.

Mais vous pouvez aussi jouer à deux ou plus en alternant le transport des objets. Le jeu peut alors être une coopération - tous les objets transportés sont déposés dans une même caisse, ou une opposition – une caisse pour chaque joueur est alors nécessaire pour le dépôt de ses objets.

Vous pouvez même jouer en famille par équipe !