



Lieu : Cour de récréation ou grande salle

Comment jouer :

1. Les enfants forment deux équipes. Chaque équipe s'aligne comme pour une course de relais.
2. Au point de départ, placez un panier rempli de « Cartes de Gentillesse » (petits papiers avec des actions simples écrites dessus, par ex. : sourire à un ami, dire merci, donner un high five, aider quelqu'un à nouer ses lacets).
3. Le premier enfant de chaque équipe court jusqu'au panier, prend une carte, puis revient.
4. Il doit réaliser l'action de gentillesse inscrite sur la carte avec ses coéquipiers avant que le coureur suivant parte.
 - Exemple : si la carte dit « donner un high five », il fait un high five avec tous les membres de son équipe.
 - Si la carte dit « dire merci », il remercie son équipe à voix haute et joyeusement.
5. Le relais continue jusqu'à ce que tous les enfants aient joué.
6. À la fin, tout le monde se rassemble et partage l'action de gentillesse qu'il a préférée.