

Pek - la vdo - ky z bí - lé mou - ky, sy - pa - la je per - ní - kem,
 há - ze - la je Hon - zič - ko - vi o - tev - ře - ným o - křn - kem. Jez, Hon - zič - ku, jsou dob - ré,
 jsou per - ní - kem sy - pa - né, bu - dou - li ti dob - ře chuť - nat, dám ti ješ - tě ro - ko - vě.

Návrh provedení

Všechny texty, ať jako říkadla nebo i zpívané jako písnička, využijeme pro nácvik přísunného kroku stranou nebo vpřed.

Přísunný krok stranou – nácvik:

Děti stojí v kruhu, čelem ke středu, drží se za ruce. Do středu kruhu položíme bubínek, cvičku, šátek. Je to rožinka uprostřed koláče a špičky nohou na ni pořád musí mířit.

Podle říkadla, hudby nebo písničky uděláme malý úkrok stranou a druhá noha se přisune. Navážeme další úkrok až do konce písničky. Totéž na druhou stranu. Pak zrychlíme tempo, nohy si hrají na honěnou, druhá noha se vždy musí dotknout té první. Rychlý přísun stranou se nazývá cval.

Přísunný krok vpřed – nácvik:

Děti jsou v kruhu, bokem do středu. Jdou po kruhu stále jednou nohou vpřed. Pak do výponu, nakonec se nohy spojují ve výskoku.

