



双语
绘本
免费听英语

毅力 Perseverance



著◎ [爱尔兰] 艾格尼丝·贝兹纳克、塞伦德·贝兹纳克

绘◎ [爱尔兰] 塞伦德·贝兹纳克

译◎ 骆颖

我的第一本心灵成长魔法书

华东师范大学出版社
全国百佳图书出版单位



[爱尔兰] 艾格尼丝·贝兹纳克、塞伦德·贝兹纳克◎著

[爱尔兰] 塞伦德·贝兹纳克◎绘

骆颖◎译



图书在版编目(CIP)数据

我的第一本心灵成长魔法书·毅力 / (爱尔兰) 贝兹纳克文; (爱尔兰) 贝兹纳克图; 骆颖译. — 上海:

华东师范大学出版社, 2015.6

ISBN 978-7-5675-3693-7

I. ①我… II. ①贝… ②骆… III. ①儿童文学—图画故事—爱尔兰—现代 IV. ①I562.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第130543号

我的第一本心灵成长魔法书·毅力

著 者 [爱尔兰] 艾格尼丝·贝兹纳克、塞伦德·贝兹纳克

绘 图 [爱尔兰] 塞伦德·贝兹纳克

译 者 骆 颖

责任编辑 姜怡雯

责任校对 时东明

装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路3663号 邮编 200062

网 址 www.ecnupress.com.cn

总 机 021-60821666 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537

门市(邮购)电话 021-62869887

地 址 上海市中山北路3663号华东师范大学校内先锋路口

网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>



印 刷 者 上海当纳利印刷有限公司

开 本 889 × 1194 16开

印 张 2.25

版 次 2015年8月第1版

印 次 2015年8月第1次

书 号 ISBN 978-7-5675-3693-7/I · 1390

定 价 18.00元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社客服中心调换或电话021-62865537联系)

Tiny Thoughts on Perseverance

written and illustrated by Agnes and Salem de Bezenac

Copyright 2014 and published by iCharacter Limited, Ireland. www.icharacter.org

The Simplified Chinese translation rights arranged through Rightol Media (本书中文简体字版权经由锐拓传媒取得 Email: copyright@rightol.com)

上海市版权局著作权合同登记 图字: 09-2015-348号

[爱尔兰] 艾格尼丝·贝兹纳克、塞伦德·贝兹纳克◎著

[爱尔兰] 塞伦德·贝兹纳克◎绘

骆颖◎译



图书在版编目(CIP)数据

我的第一本心灵成长魔法书.毅力/(爱尔兰)贝兹纳克文;(爱尔兰)贝兹纳克图;骆颖译.--上海:

华东师范大学出版社,2015.6

ISBN 978-7-5675-3693-7

I. ①我… II. ①贝… ②骆… III. ①儿童文学—图画故事—爱尔兰—现代 IV. ①I562.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第130543号

我的第一本心灵成长魔法书·毅力

著 者 [爱尔兰]艾格尼丝·贝兹纳克、塞伦德·贝兹纳克

绘 图 [爱尔兰]塞伦德·贝兹纳克

译 者 骆 颖

责任编辑 姜怡雯

责任校对 时东明

装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路3663号 邮编 200062

网 址 www.ecnupress.com.cn

总 机 021-60821666 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537

门市(邮购)电话 021-62869887

地 址 上海市中山北路3663号华东师范大学校内先锋路口

网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>



印 刷 者 上海当纳利印刷有限公司

开 本 889×1194 16开

印 张 2.25

版 次 2015年8月第1版

印 次 2015年8月第1次

书 号 ISBN 978-7-5675-3693-7/I·1390

定 价 18.00元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话021-62865537联系)

Tiny Thoughts on Perseverance

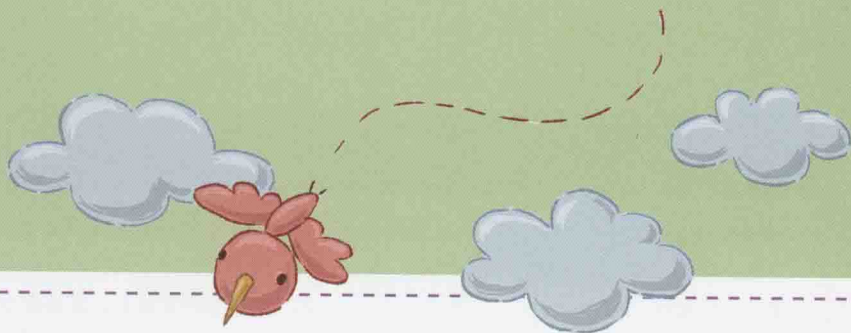
written and illustrated by Agnes and Salem de Bezenac

Copyright 2014 and published by iCharacter Limited, Ireland. www.icharacter.org

The Simplified Chinese translation rights arranged through Rightol Media (本书中文简体字版权经由锐拓传媒取得 Email: copyright@rightol.com)

上海市版权局著作权合同登记 图字:09-2015-348号

阅读指导



3

毅力是成功的前提条件。虽然它是对成人的能力要求，但是在学龄前阶段的教育中已经有初步的要求，例如，敢于尝试有一定难度的活动并能够坚持下去。就像《毅力》中的罗比一样，从未骑过没有辅助轮的脚踏车，但是他愿意去尝试，并且在经历了多次的挫折失败后依然能够坚持下去，最终获得了成功。

这个绘本的内容和孩子的生活经验很一致，因为几乎所有的孩子都要学脚踏车。对于年龄小的孩子，比如两岁左右刚刚开始学脚踏车，许多孩子都会觉得有点难度，因为他们不仅要大胆、协调，更要有坚持练习的毅力；而大孩子亦是如此。当辅助轮去掉的时候，他们好像又要重新学习骑车了，这次的难度更高，要求整个身体的平衡。所以，在亲子共享《毅力》的过程中，家长要多和孩子讨论罗比在不同阶段的心理感受：看到新车时候的新奇、发现没有辅助轮时的担忧、多次尝试失败时的困惑与犹豫，以及成功时的喜悦。不管是通过问题的探讨，还是结合孩子自身经验的反思，这个过程可以让孩子体会到成功后的喜悦离不开努力过程中的艰辛付出，能够坚持到底本身就是一种胜利。在反复的阅读中，家长可以不拘泥于学车本身，可以拓展到孩子生活中表现出毅力的其他事件，让孩子在结合自身经历的过程中自发总结出坚持到底的重要性。

——学前教育学博士 徐晓妮

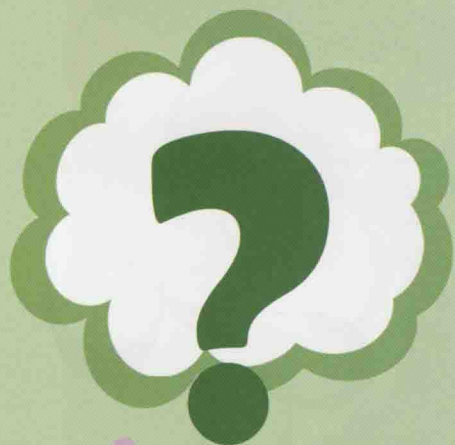
行为测评表

4

孩子的表现	家长的直接反应和应对	给家长的建议
别的孩子跳舞真好看呀，我也要学。学了以后发现，跳舞好辛苦啊，我不要再学了。	你这孩子老是半途而废，三分钟热度。	能够长期坚持做一件有困难的事，对孩子来说非常不容易，除非他真的非常喜欢。所以，在今天各种兴趣培养热情高涨的背景下，家长要冷静地思考如何给孩子选择适合的兴趣班，如何帮助孩子坚持下去。建议给孩子选择最喜欢，也最擅长的项目，尽量坚持下去。如果真的很辛苦，可以考虑适度减少难度，要知道孩子的兴趣坚持下去才是最重要的。
每天早起上幼儿园太累了，我不想每天那么早起来。	不上幼儿园怎么行！快点，迟到了，老师要罚你的。	一般而言，幼儿阶段的孩子赖床不起来，原因大多是因为前一天过度劳累，或者有什么事不想去幼儿园，他们很少会像成人一样习惯性赖床。所以，家长要找清楚原因来解决。比如，周末不要让孩子玩得太疯，这样可避免周一起来不来。如果孩子不想去幼儿园，家长要弄清楚原因，可以和班主任多交流一下，一般是可以解决的。
妈妈，我走不动了，我要抱。	好吧，好吧，那么大人了，还要抱。	这种情境我们做家长的可能经常会遇到，解决方法很简单，累了可以找个就近的地方休息一下再走，并告诉孩子你也很累，也需要休息了，休息好了大家再一起走。不要孩子一诉苦，就心软答应，最好多鼓励孩子坚持。

什么是毅力？

毅力就是无论困难还是疲劳，坚持做正确的事情。



What is Perseverance?

Perseverance is to keep trying to do something properly, even if it seems difficult or tiring.



我刚得到的生日礼物——一辆红蓝色的自行车。

I just got my very
own blue and red bike for my birthday.





看，它可是没有辅助轮的哦。

Oh, look! There are no training wheels on it.





我从没骑过这么大的自行车，不知道会不会骑。

I've never ridden such a big bike.

I'm not sure if I can do it.

我原来的小车看起来安全得多。

My old one looks a bit safer.

11





好吧，我已经5岁了，我要勇敢点试试看。

Well, since I am 5 years old now,
I should be brave and give it a try.



