

亲子双向阅读丛书

# 小熊布迪 睡不着觉

——培养自我管理能力

适合 2-6 岁儿童阅读



中国少年儿童出版社

亲子双向阅读丛书

# 小熊布迪 睡不着觉

——培养自我管理能力

[德] 哥里塔·卡罗拉特 / 文

[德] 苏珊娜·麦斯 / 图

武正弯 译



中国少年儿童出版社

德国Arena Verlag 有限公司授权  
中国少年儿童出版社独家出版  
中文版权由海格立斯贸易文化发展有限公司代理

版权登记:图字 01-2004-5093

Copyright ©Edition Bücherbär im Arena Verlag GmbH, Würzburg  
Chinese language edition arranged through HERCULES Business & Culture Development GmbH,  
Germany



亲子双向阅读丛书

小熊布迪睡不着

——培养自我管理能力

出版发行: 中国少年儿童新闻出版总社  
中国少年儿童出版社

出版人: 海飞

执行出版人: 赵恒峰

文字: 哥里塔·卡罗拉特〔德〕 翻译: 武正弯  
插图: 苏珊娜·麦斯〔德〕 装帧设计: 周建明  
美术编辑: 周建明 责任印务: 李书森  
文字编辑: 钱翠霞

社址: 北京市东四十二条21号 邮政编码: 100708  
总编室: 010-64035735 传真: 010-64012262  
发行部: 010-84037667 010-64032266-8269

http://www.ccppg.com.cn

E-mail: zbs@ccppg.com.cn

印刷: 北京北人羽新胶印有限责任公司 经销: 新华书店

开本: 787×1092 1/16 印张: 1.5  
2004年11月第1版 2005年1月北京第2次印刷  
印数: 8001-19000册

ISBN 7-5007-7173-8/G·5513 定价: 7.50元

图书若有印装问题, 请随时向印务部退换。



1. “你们两个到底什么时候才会上床睡觉啊？”熊妈妈问，“你们不会是想一直玩儿到大天亮吧？如果你们俩明天起不来床的话，那我可就不带你们去看野蜂了，更不会给你们蜂蜜吃！”

“好吧，我们马上去睡觉。”野猪莫扎特说。

莫扎特今天可以在小熊布迪家过夜，因为野猪妈妈旅行去了。

“没问题，”小熊布迪说，“我们马上去睡。”



2. 两个小家伙乖乖地爬上床，乖乖地闭上眼睛。

熊妈妈一走，布迪就“咯咯”地乐了起来。

“别闹了！”野猪莫扎特不耐烦地说，“布迪，我们真的要睡觉了。”

“我怎么睡得着嘛！”布迪哼哼唧唧地说，“该怎么办嘛？”

“我知道怎么让人很快睡着。”莫扎特说，“我们背靠背躺着，谁也不看谁，这样可以入睡得快一点儿。”

于是，莫扎特翻了一个身，布迪也翻了一个身。他们两个现在是屁股对着屁股，后脑勺顶着后脑勺了。





3. 没过多久，莫扎特又听到有人小声地笑，还有“呼哧呼哧”的喘气声。他左右看了看，发现布迪的肩膀在一耸一耸地抖动。

“天哪，别再闹了！”莫扎特忍不住叫起来，“布迪，我是真的想睡觉了。我明天还想去看看野蜂呢！”

“那你总得告诉我，怎么才能睡得着啊！”布迪也嚷嚷起来，“你不是说，你什么都懂吗？”

“好吧，让我们来做深呼吸。”莫扎特说，“跟我学，现在长吸一口气，吸——再慢慢地呼出去，呼——”

于是，两个小家伙就在那里忙着吸——呼——吸——呼——

“我感觉不对劲儿啊，”布迪说，“好像有点晕。换一招儿吧，莫扎特。”

4. 野猪莫扎特想了一下，说：“其实，我们再吃点儿东西就行了。吃得饱饱的，入睡就比较容易。我妈妈老这么说。”

“我也是这么想的，找点儿吃的去吧。”猫头鹰李接过话茬儿说。

“他们就不能想点儿别的吗？”猫头鹰路嘲笑地说。







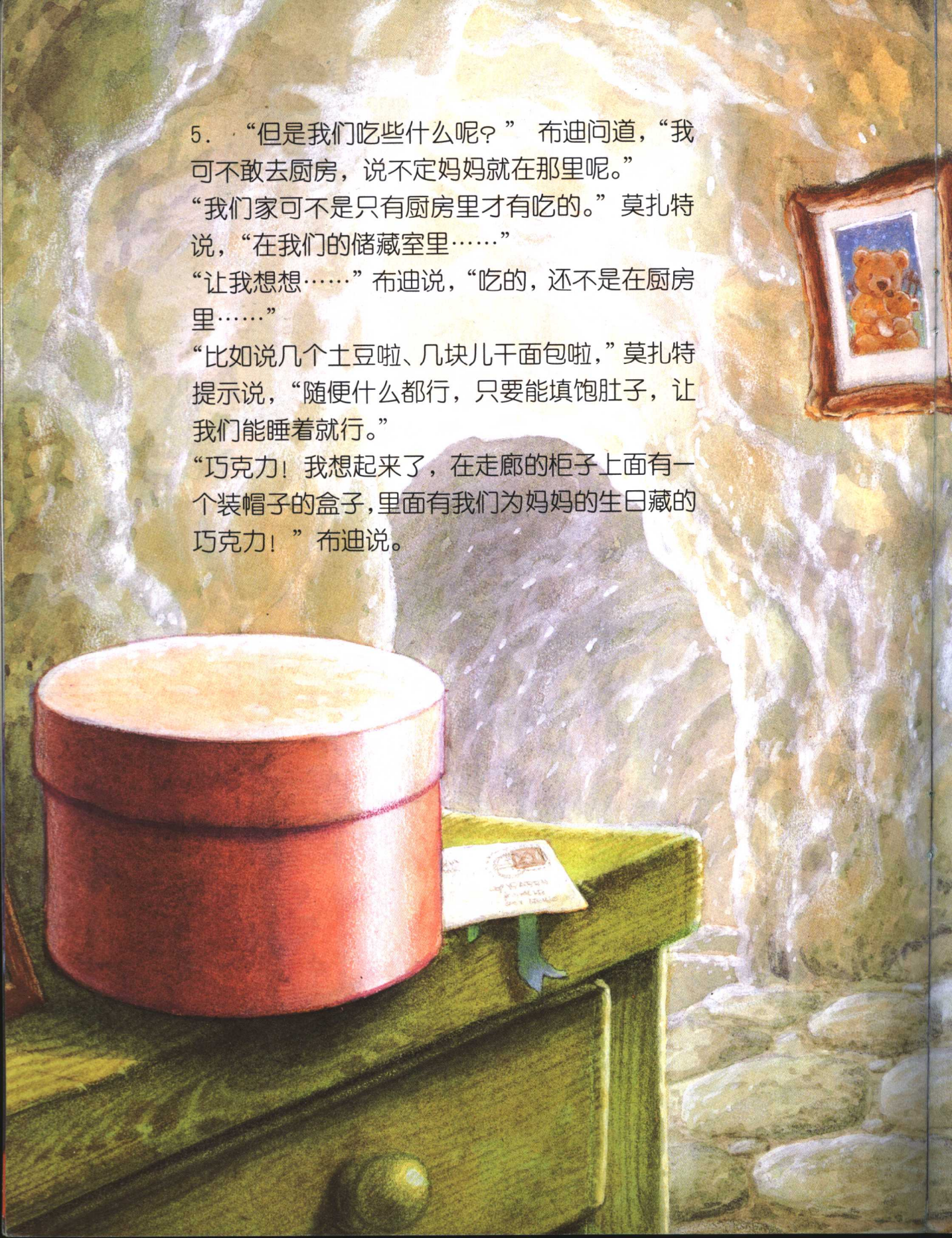
5. “但是我们吃些什么呢？”布迪问道，“我可不敢去厨房，说不定妈妈就在那里呢。”

“我们家可不是只有厨房里才有吃的。”莫扎特说，“在我们的储藏室里……”

“让我想想……”布迪说，“吃的，还不是在厨房里……”

“比如说几个土豆啦、几块儿干面包啦，”莫扎特提示说，“随便什么都行，只要能填饱肚子，让我们能睡着就行。”

“巧克力！我想起来了，在走廊的柜子上面有一个装帽子的盒子，里面有我们为妈妈的生日藏的巧克力！”布迪说。





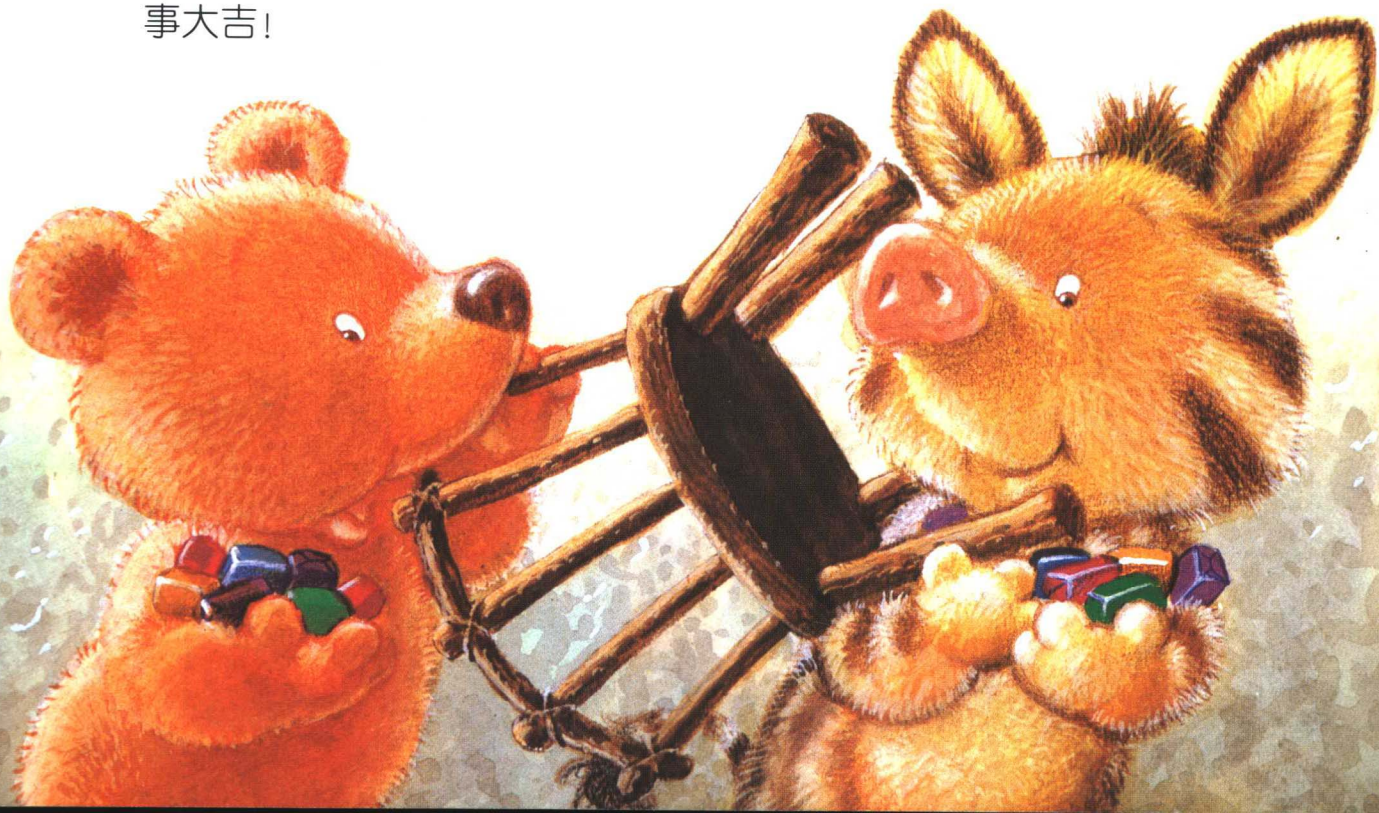
6. “巧克力？我当然想吃！”莫扎特说。  
“巧克力可是我的最爱！”布迪说。  
莫扎特呵呵一笑，说：“我也是！”



7. 他们从屋子里搬了把椅子，悄悄地溜进了走廊。布迪爬上椅子，去够帽盒，盒子晃动了一下。“千万别把巧克力掉在地上！”莫扎特小声说。



8. 布迪从盒子里拿了几块儿巧克力,又踩着椅子把盒子放了回去,然后和莫扎特一起抬着椅子溜回屋,悄悄地关上了门。哈哈,万事大吉!



9. 巧克力大餐开始了。

有好一会儿，屋子里静悄悄的，只听见“吧嗒吧嗒”嚼东西的声音。

“真、真好吃！”莫扎特吧叭着嘴说，“还有吗？我还没吃够呢。”

“我也没吃够。”布迪的嘴塞得满满的。巧克力很快就吃完了。

“嘿，”猫头鹰李说，“你们明天就等着野蜂围着你们的嘴飞吧！”

“等着挨叮吧！”猫头鹰路也紧跟着说起风凉话。

“现在我们睡觉吧，”布迪说，“晚安！”





10. 布迪翻了个身。

莫扎特也翻了个身。


“这办法不灵啊，我还是睡不着！”布迪叹了一口气，说，“莫扎特，再换一招儿吧！你总是有好主意的。”

“好吧。”野猪莫扎特嘟囔着说。

“你现在肯定又有新点子了！”布迪叫道。

“对。”莫扎特说。

突然，熊妈妈伸头进来看了一下。不过，她什么也没说，关上门又走了。



11. “我想起来了！”莫扎特小声说，  
“我们来数羊吧，个人数个人的。”  
他闭上眼睛，嘴里嘟嘟囔囔地数着：  
“一、二、四、八……”  
布迪好奇地看着他。





12. 莫扎特又睁开了眼睛：“只有你闭上眼睛这招儿才灵呢，布迪。”  
“可我还不会数数儿啊！”布迪说。  
“那你就想，一只羊接着一只羊跳过栅栏。”莫扎特说，“这招儿挺管用的。闭眼吧！”

