

别泄气， 其实没有那么难

【德】茱莉亚·弗默特◎著

【德】苏珊娜·塞妮◎绘

肖玥◎译



德国畅销十年
超级实用的
儿童成长经典绘本

石油工业出版社



别泄气， 其实没有那么难

【德】茱莉亚·弗默特◎著

【德】苏珊娜·塞妮◎绘

肖玥◎译

德国畅销十年
超级实用的
儿童成长经典绘本

石油工业出版社

Original title: **Halb so schwer, sagt der Bär!**

Bäringe Tipps, wie man richtig übt

Text: © Julia Volmert

Illustration: © Susanne Szesny

Albarelli Verlag GmbH, Germany

This edition is published under licence of Albarelli Verlag GmbH.

Simplified Chinese translation copyright © 2017 by Petroleum Industry Press

All rights reserved.

本书经德国Albarelli Verlag GmbH授权石油工业出版社有限公司翻译出版。版权所有，侵权必究。

北京市版权局著作权合同登记号：01-2017-3717

图书在版编目 (CIP) 数据

别泄气，其实没有那么难 / (德) 茱莉亚·弗默特著；
(德) 苏珊娜·塞妮绘；肖玥译. —北京：石油工业出版社，2017.8

ISBN 978-7-5183-1868-1

I. ①别… II. ①茱… ②苏… ③肖… III. ①儿童故事—图画故事—德国—现代 IV. ①I516.85

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 071413 号

总策划：张卫国 周家尧 选题策划：鲜德清 艾嘉

艺术统筹：艾嘉 责任编辑：刘晓婷

营销编辑：张哲

出版发行：石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网址：www.petropub.com

编辑部：(010) 64523644 团购部：(010) 64523731 64523649

经销：全国新华书店

印刷：北京久佳印刷有限责任公司

2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

889×1194 毫米 开本：1/16 印张：1.5

字数：20 千字

定价：20.00 元

(如发现印装质量问题，我社图书营销中心负责调换)

版权所有，翻印必究



一个阳光明媚的周一，约纳斯和丽娜正在花园里玩，爸爸在旁边修理割草机。“我们来比赛，看谁跑得快吧。”丽娜提出要和约纳斯比赛，并迅速骑上她的新自行车。约纳斯说：“可是我没有自行车啊！”丽娜马上想出了办法，约纳斯可以骑自己那辆旧的自行车。

“预备！开始！”俩人说完就骑着车出发了。丽娜在前，约纳斯紧跟其后。到了转弯处，突然，约纳斯从车上摔下来了。他生气地埋怨自行车：“这是什么鬼东西，根本不好骑！”说完，约纳斯站起来又朝自行车踢了一脚。约纳斯跑向爸爸，哭着说：“我再也不骑那辆坏车了。”





爸爸看向旁边放在货架上的旧泰迪熊，微笑着对约纳斯说：“你知道吗？这只泰迪熊陪着我从小到大。我至今都还觉得很奇怪，为什么它到现在都还完好如初。不管你信还是不信，这只泰迪熊在我遇到困难的时候帮了我很多，它总是鼓励我：没有那么难，要加油！万事都是熟能生巧！现在，我把这只泰迪熊送给你，也许它也能帮你呢。”

“那这只泰迪熊会说话吗？”约纳斯抱起泰迪熊惊奇地问爸爸。爸爸回答道：“它会说话啊，仔细听，它好像要跟你说话哦。”

约纳斯马上把耳朵凑到小熊的嘴边，发现真的能听到小熊在说话，它说：“只要你有耐心，坚持下去，其实没有那么难。”

爸爸也听到小熊说的话了，说：“它说的有道理，你现在可不能气馁哦，我们多试几次。这一次我们慢慢来，注意踩刹车，一定会成功驶过弯道的！”

约纳斯点了点头。他把小熊放进自己的背包里，然后再一次骑上那辆旧自行车，开始在花园里一遍又一遍地练习：向左转、向右转、刹车、全速加油。慢慢地，约纳斯发现自己的骑车技术越来越好了。





爸爸也表扬道：“太棒了！你要是还想取得进步的话，我们可以周末时骑着自行车出去郊游！”约纳斯高兴地说：“这都多亏了小熊，因为它的话鼓励了我，现在我一想到骑车就变得好开心！”

约纳斯周二带着小熊去上游泳课，这是他第一次带着小熊上课，所以整个人特别激动。

游泳老师克劳迪娅友好地问道：“你好，约纳斯。真棒，今天来上游泳课了，让我看看你还带谁来了。”“它是泰迪，是我的好朋友，我遇到困难的时候它总会帮助我。”约纳斯回答道。他把泰迪熊放在泳池边的长椅上。克劳迪娅老师把游泳物品分发给孩子们。

嘶，水好冷啊！冰凉凉的水打在约纳斯的脸上，顿时他就没有游下去的勇气了。

他很快爬出游泳池，坐在泰迪熊旁边，冻得直打战。

过了一会儿，克劳迪娅老师跑过来问道：“你要不要再试一下，约纳斯？”约纳斯气馁地说：“我办不到，水太凉了！”

突然，约纳斯听到泰迪熊在说话，他把耳朵凑到小熊的嘴边。“没这么难，再给自己打打气，加油！”泰迪熊说道。





约纳斯认真地看着泰迪熊，点头道：“好的，那我就再试一次！”然后他跳进了水里，发现水并不像之前那么凉了。克劳迪娅老师表扬道：“约纳斯，你真棒！现在是不是觉得比一开始的时候好多了？”她还教约纳斯游泳的时候手跟腿要怎么配合。

下课后，克劳迪娅老师问约纳斯：“下一次还来吧？”

约纳斯高兴地说：“当然了，现在我发现游泳挺有趣，我还想再多学学游泳呢。”

星期三的时候，妈妈带约纳斯去上音乐课。

“很快就要到我们的音乐会了，如果你们好好练习，也有机会参加表演哦。”音乐老师对同学们说道。约纳斯小声抱怨道：“可是新曲子太长了，而且也不好听！”音乐老师笑了笑，说道：“万事开头难，如果我们从现在开始一步步地努力学习的话，你就会发现简单很多了。此外，我们练习的时间也很充足，大家可以慢慢练，不要忘了，熟能生巧哦！”约纳斯同意地点了点头。

回到家里，约纳斯打算再练习练习曲子。他把吉他拿出来，然后试着弹完整首曲子。但是很快，他发现自己又弹错了，怎么办？他还想参加音乐会呢！现在泰迪熊能帮他吗？

约纳斯把头靠近泰迪熊，听到它说：“如果你一步一步慢慢来的话，你就会发现，其实并没有那么难。”





听完小熊的话，约纳斯恢复信心，按照音乐课上老师教的方法开始练习曲子的第一段，反复练习，直到听起来跟老师在课上教的一样。他打算周四的时候再练习第二段，并且复习第一段。周五的时候就可以开始练第三段了。“小熊，你知道吗？我觉得，下周我就可以弹完整首曲子了，到时我一定要争取上台表演。”约纳斯满意地说道。

周四，妈妈、约纳斯、丽娜一起去参加在一座山上举行的骑士节。

人们可以在那儿观看比赛、音乐表演、讲故事。约纳斯觉得最有趣的
就是罗兰德骑士的装备室了。

妈妈认为最有趣的是遇见了自己的朋友布丽塔。她对孩子们说：“我
跟布丽塔阿姨现在要去喝咖啡，一会儿来接你们。”

约纳斯觉得罗兰德骑士的头盔很酷，于是对他说：“骑士，我也想要
一个头盔！”

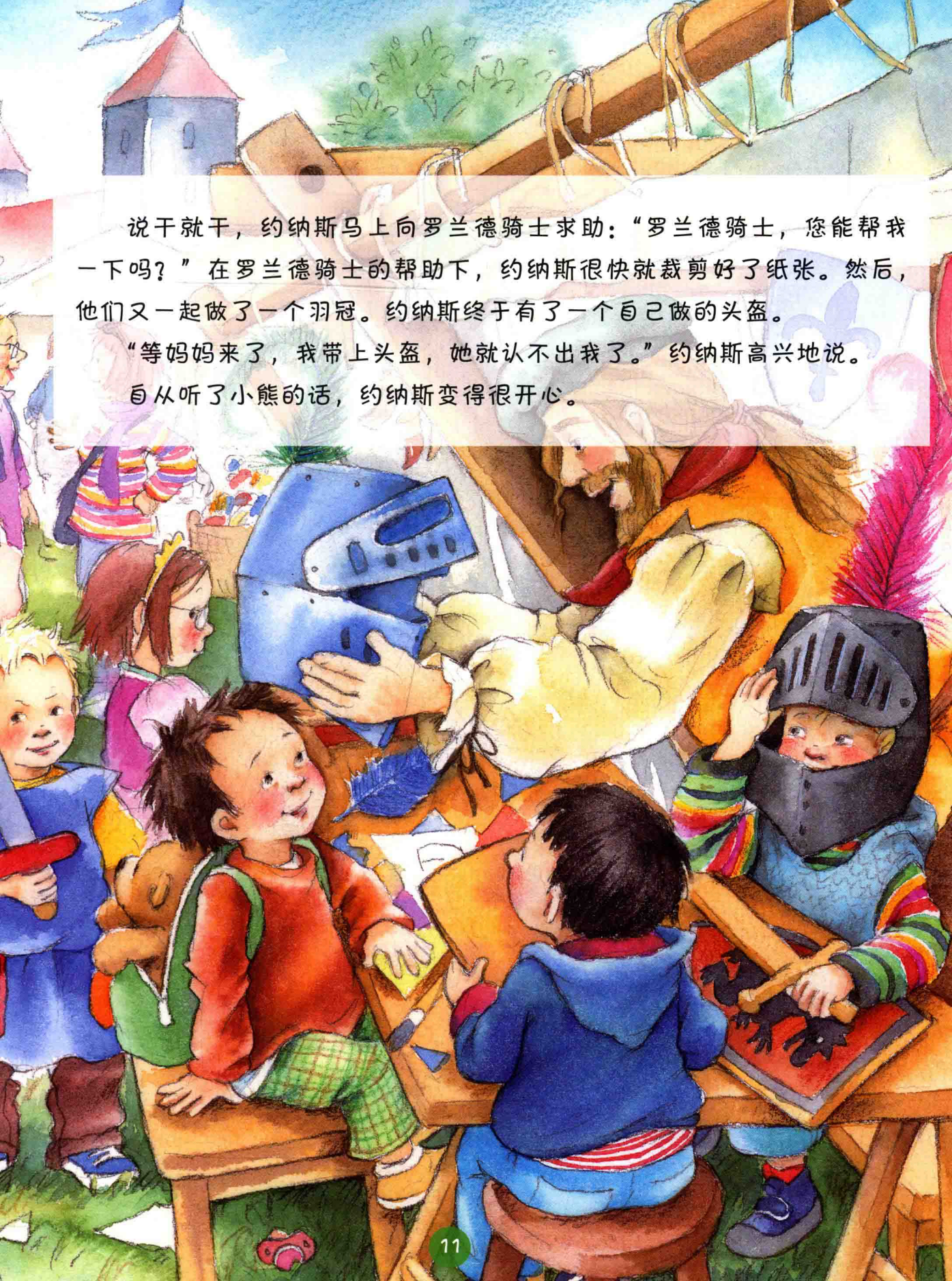
罗兰德骑士对约纳斯说：“尊敬的约纳斯骑士，你必须自己用厚纸壳
做一个头盔，你能办到吗？”

“当然了，这件事很小儿科嘛。”约纳斯想也不想就回答道。

但是，这个银色的纸壳实在是太厚了。很快，约纳斯的手就被纸壳弄
疼了。他有点儿想放弃了。

这时，约纳斯听到自己的背包里传来了小熊的声音：“你要是向别人
求助的话，或许就没有那么难了。”





说干就干，约纳斯马上向罗兰德骑士求助：“罗兰德骑士，您能帮我一下吗？”在罗兰德骑士的帮助下，约纳斯很快就裁剪好了纸张。然后，他们又一起做了一个羽冠。约纳斯终于有了一个自己做的头盔。

“等妈妈来了，我带上头盔，她就认不出我了。”约纳斯高兴地说。

自从听了小熊的话，约纳斯变得很开心。

周五的时候，约纳斯高兴地对同学们说他的骑士头盔的故事。夏洛特建议大家一起在操场上玩假扮骑士的游戏。老师并没有反对，她提醒孩子们：“记住：要换鞋。你们现在可是穿着家居鞋呢。”很快，除了夏洛特，大家都换好鞋了。夏洛特新买的鞋子有鞋带，可是她还不会系鞋带。凯文马上笑道：“哈哈，你连这个都不会，真是小孩子啊。”其他孩子也开始笑起来。夏洛特无助地看着大家，感觉下一秒就要哭了。

这时，约纳斯又听见背包里传来了小熊的声音：“如果有别的小伙伴帮助她的话，系鞋带就不会那么难了。”约纳斯鼓足勇气，走到凯文面前说：“嘲笑他人是很不礼貌的行为。”说完，约纳斯帮着夏洛特一起系鞋带。





周六的天气好暖和啊！爸爸带着孩子们外出郊游，他们来到一个农场。约纳斯和丽娜打算帮助农场主去给小动物们喂食。

农场主把饲料装到一个铁桶里，孩子们可以把铁桶里的饲料倒入饲料槽中。约纳斯觉得自己一个人也能拎得动铁桶。但是，他没想到铁桶居然有那么重。走到半路的时候，他就把铁桶放下了，再也提不动了。突然，背包里又传来了小熊的声音：“做自己力所能及的事，你会发现没有那么难。”约纳斯明白了：“嗯，有道理。小熊，我提得太多了。”

