

愿为与应为：人生的双重刻度

文/贵州省贵阳市第一中学高三(6)班 熊悦雯 指导教师/蒋代玉

冯友兰先生将人生之事分为“愿为”与“应为”，这二者恰如天平的两端，一端承托热爱，一端肩负责任，而唯有平衡二者，方能锚定生命的重量。

“愿为”是生命的底色，是个体对热爱的主动奔赴。苏轼一生颠沛，却以“诗酒趁年华”的姿态，在赤壁下高吟“大江东去”，在承天寺与张怀民共赏“庭下如积水空明”。文字与哲思是他自愿沉醉的天地，让苦难的岁月晕染出诗意的光泽。同样，敦煌莫高窟的女儿樊锦诗，放弃都市繁华，在戈壁风沙中坚守半个世纪，只因对文物保护的赤诚热爱，当个体以“愿为”为帆，生命便有了乘风破浪的动力，即便前路崎岖，也能在热爱里寻得精神的栖居之所。

“应为”是生命的脊梁，是个体对责任的自觉担当。林则徐虎门销烟时，未必不知此举会触怒权贵，危及自身。但“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的信念，让他扛起民族的使命。黄文秀放弃大城市的工作机会，回到家乡百色扶贫，将生命献给了脱贫事业，她的选择是对“应为”的践行，是将个人命运嵌入时代洪流的勇毅。“应为”无关个人善恶，却丈量

生命格局。它是医生在抗疫前线的逆行，是教师在三尺讲台的坚守，是普通人在他人危难时伸出的援手，是个体生命与他人、与时代产生的深刻联结。

事实上，“愿为”与“应为”并非对立，而是相辅相成的共生体。袁隆平院士热爱农学。在田间地头的“愿为”恰是解决粮食的“应为”；樊锦诗对敦煌的“愿为”，正是文化传承的“应为”。当“应为”的责任与“愿为”的热爱同频共振，个体生命将绽放出更宏大的价值。反之，若只耽于“愿为”而忽视“应为”，热爱便会沦为自私的享乐；若只困于“应为”而舍弃“愿为”，责任便会成为禁锢自己的沉重枷锁。

于我们而言，青春的成长是在“愿为”与“应为”的平衡中绽放，我们以兴趣丰盈生活又以行动书写成长。在热爱里汲取力量，在责任中锤炼品格。生命既有温度，也有厚度。

冯友兰先生这句话恰似一面镜子，照见每个人的人生选择。愿我们以“愿为”为先，照亮热爱的方向，以“应为”为尺，丈量责任的重量，在二者交织中走出既有诗意又有担当的人生。

以语观人，敬心敬语

文/贵州省贵阳市第一中学高三(6)班 黄裕雯 指导教师/蒋代玉

母语不仅是用来表达的，其承载的是对祖国的情思与敬畏，对祖国文化的认同与自信。用语者，首先应学会用语规范，把话说“清”；其次应传情达意，准确用“情”；最后应该体会文化内涵，巧用“请”字。

道不清错逻辑。

表达是人内心的外显体现，说不清楚话的人忽视用语规范，缺乏用语逻辑。你与人说，“张三和李四的爸爸去捕鱼”，这究竟是“张三”与“李四的爸爸”，还是张三、李四两个人的父亲呢？无了逻辑，就会失了语言最基本的表意功能。因此，应注意语言的规范性，培养用语逻辑，这是与人交流的基本。在《三体》中，三体人之所以发展迅速是因为他们可以直接看到他人所想，就避免了交流中的用语错误。语言是我们与他人搭建信息的桥梁，只有拥有良好的用语逻辑，才能促成个人在社会中更好的发展。

道不尽误情思。

推敲是对语言表达严谨性的体现。千百年前的贾岛与韩愈便在推敲“僧推月下门”表达的爽快形象与“僧敲月下门”表达的温润形象，谁更符合寂寥心境

寻访友人的传情？千百年来，无数遣词造句的推敲反映着人们对母语的尊重。《红楼梦》的用名究竟是表达盛世红楼破灭，大梦一场的“红楼梦”更好，还是表达奇石异事、波折幻梦的“石头记”更好？反复推敲只为传达封建社会的束缚关不住一颗自由的心。在诗中“一汪流水”寄的是时光易逝，寄的是友人惜别，寄的是亡国愁绪。只有尊重用语情思，才能与千古先贤共鸣。

道不出错文化。

“请”是我们学的第一个敬语。它蕴含着从商周礼乐尊卑到孔夫子天下博爱，再到二十四字核心价值观。语言是文化的体现，敬畏汉语是文化自信的体现。不仅是汉语，在蒙古语中多把动词提前，体现蒙古草原豪迈文化的气势；而德语中都把名词提前，体现德国人逻辑严谨的文化态度。语呈心，呈的不仅是个人的敬语心，更是国家的文化核心。只有尊重语言文化，才能体会世界多元文化的丰富。

语言，是人类文明延续的火种。母语，是文化传承的根基，对母语的敬畏之心是对自我身份的认同。规范的语言运用是逻辑清晰的体现，内心情思的抒发是对国家文化的自信。语呈心，当用一颗敬心，敬语之大用。

英雄梦

文/贵州省贵阳市第一中学高二(30)班 王开庆 指导老师/胡杨瑞雪

“我以后要当英雄，斩奸佞，退敌寇，保家卫国！”粗布裹身的男孩攥紧枯瘦的拳头，踮着脚朝空茫的天地喊，声音抖着，却拼尽了全身力气。

周遭的哄笑瞬间如潮水般涌过来，几个年纪比他大的孩子围上来，推搡着他单薄的肩膀：“就你这风一吹就倒的身子，还想当英雄？先学学怎么不被饿死吧！”笑骂声渐渐远去，阿禾摔在泥地里，手背上被石子划开了一道血口，钻心的疼使他蜷缩起身子。

世界陷入了沉寂，空气中只剩下呼啸的寒风，裹挟着远方的戈矛声，刮进破庙的残窗。

阿禾蜷缩在草堆里，草屑粘在冻裂的脸上，空气中的水汽似乎凝结出了实体，紧紧挨在阿禾的皮肤上，和刚才那些人的嘲笑一样，让人生寒。他把脸深深地埋进膝盖。忽然，他听见庙门口传来轻轻脚步声，抬眼撞见一双温和的眸子——那是一双纯洁无瑕的眼睛，深处仿佛是一汪清水。

少女身着一身半旧的素色布裙，裙摆沾了些尘土，身后立着个持灯的老仆，应该是随家人路过歇脚。她手里捧着陶碗，淡淡的粥香裹着热气飘过来，蹲下身时，头上的玉簪轻轻晃着，坠着的小珍珠拂过耳际。“你受伤了。”她的声音像初春融雪淌过青石，融入干涸的田野。她伸手想扶他，指尖快碰到他胳膊时，又想起他手背上的伤口，轻轻顿住了。

阿禾盯着女孩头上那支玉簪，是他从未见过的精致物件，上面雕着小巧的兰草，莹润的玉色在暗夜里泛着暖光。“我叫芈月姬，”少女把陶碗递到他面前，粥的温度刚刚好，“父君见这一带流民多，让我分些粥来，快吃吧，凉了就不好吃了。”接着是那个亲切的笑容。

她见他手背上的血痕沾了泥，便从袖中抽出绣兰的绢帕，沾了点粥汤，轻轻为他擦去血渍，动作很

慢，也很轻，避开他的伤口时，指尖会微微蜷起。阿禾喝着温热的粥，内心一点点温暖起来。

往后半月，月姬总趁老仆不注意，悄悄绕到破庙来。有时带粥，有时带块麦饼，见阿禾总望着远处的军营，便笑着问：“你想当英雄？”阿禾点头，耳尖兴奋得发红，但最终只能小声说：“可他们都说我太弱了，我当不了英雄。”

那时月姬正坐在庙门的石阶上，用小刻刀削着一截桃木，木屑簌簌落在地上。她抬眼时，眉眼弯着：“英雄从不是比谁力气大，而是心里有想护的人，敢站在那人面前。”几日后，她把削好的小木剑塞给他，剑柄磨得光滑，剑身上刻着一个小小的“月”字，“等你长大，一定能做自己的英雄。”

离别的日子来得猝不及防。

那天，老仆匆匆来寻月姬时，阿禾才看见庙外的马车，车帘绣着芈氏的纹章，老仆躬身称她“小姐”，他才知道她从不是普通大夫之女。月姬塞给他一支小巧的玉簪，不是她头上那支，但是同料的兰草簪，比那支简约，也同样泛着玉器独有的温润。

“这簪子你拿着，不是什么贵重物件。我们要离别了，我父君要迁去郢都，若你真到了郢都，寻芈氏旁支的居所就可以找到我。见簪如见我，你要好好活下去，再见了，阿禾，一定要成为一个真正的英雄！”

驿车扬起尘土，扬起的尘埃在夕阳下起舞，阿禾捏着玉簪站在路边，簪子的温度贴在掌心，他望着尘土飘远的方向，第一次觉得心里有了光，那光里映着月姬温柔的笑，也映着他未说出口的话——从此以后，他的人生里，多了一个他想守护的人。

此后十年，战乱愈演愈烈，烽火烧遍了楚地的每一个角落。

阿禾辗转打听，知道月姬回了郢都，便一路南

下，投了郢都调派的楚军。他身子依旧瘦弱，扛不动沉重的长矛，就主动申请练短刀和轻箭。军营里的人都嘲笑他，说他天生不是当兵的料，他不说话，只是每天天不亮就起来，对着树干练劈砍，对着远处的草靶练射箭，手上磨出了厚厚的茧子，伤口好了又裂，裂了又好。有一次，他练到脱力，摔在地上，老兵看他可怜，便指点他几招近身搏杀的巧劲，告诉他“瘦弱有瘦弱的好处，灵活、迅捷，比硬拼更能活下来”。靠着这份韧劲，他进了斥候营，成了一名不起眼的斥候——不用冲在最前线，却要靠着机敏和谨慎，侦察敌情，为大军探路。

军营的日子很苦，寒夜裹着薄衾，身上的伤常常在雨夜发作，阿禾疼得睡不着。这时，他便从行囊最里层摸出那支木剑，又从贴身的衣襟里掏出玉簪，指尖摩挲着木剑上的“月”字，摩挲着玉簪上的兰草纹。这一瞬间，他似乎又看到了月姬，看到了她温柔的背影，看到月姬拿着绢帕为自己擦去伤痛。木剑被他磨得发亮，玉簪也被掌心的温度捂得温润，十年里，他见过太多生离死别，战友的血，百姓的哭，都让他更加坚定内心的念头——他要活下去，他要变强，要到前线，要成为能站在她身前的英雄。后来，他慢慢打听到，芈氏旁支在郢都不算显赫，月姬作为庶女，在府中过得并不容易，却依旧常常偷偷接济流民——她还是当年那个在破庙里给她分粥的少女。

他知道，自己和她之间，依旧隔着遥远的距离——她是王族旁支的公主，而他，只是万千楚兵中最普通的一个斥候。阿禾把玉簪重新用粗布裹好，放进行囊夹层，攥紧了手里的小木剑。没关系，他可以再努力一点，再坚持一点，总有一天，他能配得上站在她身边。

这年深秋，楚郑交兵，前线战事吃紧。军营里忽然热闹起来，说是王族要派使者来犒劳军队，体恤前线将士。阿禾没太在意，他只是个斥候，王族的使者，从来都和这些普通士兵没关系。直到犒劳的队伍到了营寨，他才知道，这次来的，还有芈月姬。

高头大马上的少女，早已不是破庙里那个穿着素裙的少女。她身着绣金凤的曲裙，外罩轻甲，鬓边换了赤金步摇，垂着的珠链随动作轻晃，身后跟着护卫，眉眼间却依旧是当年的温软，只是多了几分王族的端庄。是月姬。

阿禾的心跳得厉害，手不自觉攥紧了衣襟里的玉簪，指尖泛白。他缩了缩身子，想藏进人群里——她是高高在上的公主，他只是个普通小兵，他还不配站在公主面前。

月姬走下马车，没有摆王族的架子，亲自和随行的人一起，给士兵们递酒坛、分干粮。醇香的美酒盛在粗陶碗里，暖着将士们冰冷的身子。她一路走过来，挨个给士兵递酒，脸上带着温和的笑意，没有丝毫敷衍。走到阿禾面前时，她手里的陶碗递到一半，忽然顿住了，目光落在他身侧的行囊上——那里不小心露出了一截桃木柄，磨得发亮，上面那个小小的“月”字，在篝火的微光下，忽明忽暗。

月姬的指尖颤了颤，陶碗中的酒差点倾洒出来，她抬眼看向阿禾，眼睛骤亮，藏着诧异，也藏着一丝不敢相信的欢喜，嘴唇动了动，带着几分不易察觉的颤抖，轻声道：“你是……”

就在这时，营寨外忽然传来斥候的示警声，尖锐的哨音刺破夜空：“郑军偷袭！快御敌！”

早已埋伏在营寨外的郑军，瞬间发起了进攻，乱箭如雨，从寨外射进来，惨叫声、喊杀声瞬间充斥营寨。随身的护卫立刻护在月姬身前，却还是慢了一步。一支羽箭擦着阿禾的胳膊飞过，他只觉心头一紧，什么尊卑之别，什么自卑胆怯，全都被抛在脑后，凭着斥候营练出的迅捷，猛地扑过去，将月姬向一旁推去。

羽箭扎进月姬的肩胛，鲜血瞬间渗出来，染红了素色的衬里。阿禾抱着踉跄的月姬，顾不上自己的伤痛，他半扶半抱地带她躲到断墙后，他的声音有些粗：“公主待在此处，勿动！”

月姬靠在断墙上，肩胛的疼痛使得她蹙起眉，脸

色有些苍白，却还是用尽力气，伸手攥住他的手腕，声音微弱却坚定：“我记得你，阿禾，一直都记得你。”

阿禾的动作顿住，回头看向她时，又撞上那双如水一般的眼眸，里面映着他的模样，还有一种亮光。

十年了，她竟还记得他的名字。

郑军的骑兵冲破了营寨的防线，喊杀声震天，“抓住楚公主”的吼声越来越远——他们要抓住月姬做人质，以此胁迫楚国。阿禾抽出腰间的青铜剑，回头对着月姬，眼神里满是坚定地说：“别怕，我护着你。”

他的身子依旧瘦弱，没有力敌千钧的力气，却凭着这十年练出的机敏和巧劲，一次次躲过敌人的长刀和长矛。他知道，自己没办法硬拼，只能拖延时间，等大军赶来支援。他借着断墙的掩护，绕到敌人身后，用短刃刺向敌人的软肋，每刺中一次，自己身上就会多一道伤口。后背挨了一刀，胸口被箭射中，鲜血潺潺地流，染红了脚下的泥土，也染红了他洗得发白的战袄。可他不敢退，也不能退——断墙后面，是他十年里心心念念要守护的人，是他心里唯一的盼头。

他咳着血，剑握得越来越紧，视线渐渐模糊，却总能看见月姬的身影。恍惚间，他好像又回到了那座破庙，她坐在石阶上削木剑，笑着对他说，英雄是心里有想护的人。

忽然，一支长戟朝着断墙的方向刺来，目标直指月姬。阿禾瞳孔骤缩，没有丝毫犹豫，猛地转过身，用后背挡住了那支戟，戟尖穿透他的胸膛，剧烈的疼痛使他眼前一黑，吐出一口血，却还是借着这股劲，将手里的短刃，狠狠刺入了那名郑兵的喉咙。

他跪倒在地，用染血的短刃杵着地面，勉强支撑着摇摇欲坠的身子，从衣襟里掏出那支被磨得发亮的玉簪。玉簪上沾了他的血，却依旧莹润。他颤抖着，将玉簪缓缓递向月姬。他的声音已嘶哑得听不清楚，“月姬……”血从嘴角溢出来，“我……做到了……我……实现了儿时的……梦想……”

月姬挣扎着，一点点爬到他的身边，轻轻抱住他的身子，眼泪落在他的脸上，温热的，像当年破庙里的那碗粥。她接过玉簪，塞进自己的怀里，又把那支小木剑从他的行囊里拿出来，塞到他的手里，哽咽着说：“阿禾……你在我心里……一直都是英雄……谢谢你……守护了我……也守护了楚国……”

阿禾笑了，眼角出现了一滴晶莹的泪珠，顺着脸颊流了下来，攥着木剑的手，慢慢垂了下去。他的手里，是刻着“月”字的木剑，那是十年前，她给他的期许；她的手里，是沾了他血的玉簪，那是他十年里，从未放弃的执念。

如今一切都结束了，少年兑现了当时在余晖中许下的承诺。

郑兵被赶来的楚国大军打退了回去。战后的晨光漫过断墙，打在这位年少的“将军”身上，天空渐渐恢复它的明亮，天边是金色的光辉。

冷风卷着枯叶绕着两人打旋，像十年前破庙边那阵萧瑟却藏着暖意的风。士兵们在断墙后发现了他们，少年跪在公主身前，身体倚靠在青铜剑上，像一尊忠实的守卫，后背插满了箭，手里紧紧攥着那柄小木剑；公主抱着他，怀里的玉簪贴在胸口，肩胛处的血早已凝住，脸上还挂着未干的泪。

后来，月姬伤愈后，回到了郢都。她没有再提起阿禾，只是常常拿着那支玉簪，看着远方的战场方向。她依旧救济流民，依旧温和沉稳，只是眉间，多了几分化不开的思念。

没有人知道，那个普通的楚兵斥候，用十年的时间，凭着一份执念，从一个被人嘲笑的流民少年，活成了自己的英雄，也活成了她一个人的英雄。他守住了月姬，守住了他所想守护的人，也护住了楚国。他用自己的方式，诠释了什么是英雄——所谓英雄，从不是力敌千军的强者，而是心里有想护的人，便敢以身为盾，拼尽一切，至死方休。而那份藏在战火里的执念与温柔，也随着晨光，永远留在了那个深秋的战场上。

基于高中生物学核心素养下的“急救措施”校本课程的实施

——以“过敏那些事”为例

贵州省贵阳市第一中学 何琳婧

摘要：文章聚焦高中生物学核心素养融入“急救措施”校本课程的教学实践与探索。以过敏为例，通过分析过敏急救知识与生物学学科知识的紧密联系，阐述了如何在课程目标设定、教学内容编排、教学方法选择以及课程评价体系构建等方面，全面渗透生命观念、科学思维、科学探究和社会责任这四大生物学核心素养，旨在提升学生的综合素养，使其不仅掌握过敏急救技能，更能从生物学角度深入理解相关知识，培养其应对实际问题的能力和责任感。

关键词：高中生物学核心素养；过敏急救；校本课程

1 核心素养与急救教育的融合必要性

随着教育的不断深化，培养学生的核心素养已成为教育的重要目标。高中生物学课程作为培养学生科学素养的重要载体，其核心素养包括生命观念、科学思维、科学探究和社会责任。同时，随着经济发展、社会进步，人们的健康意识也明显提高。各种危重症、意外伤害时有发生，威胁着人们的健康和生命，意外伤害已成为危害人类健康的破坏性公共卫生问题。急救知识的普及，可以使公众掌握正确的急救知识，一旦发生意外情况能积极有效地开展现场自救互救，从而为患者赢得宝贵的抢救时间，提高抢救成功率。

国外在急救教育方面起步较早，形成了较为完善的体系。如美国心脏协会等组织积极推广急救培训课程，这些课程涵盖了多种急救场景，注重将生物学原理与急救实践相结合，培养学生的科学思维和实际操作能力；欧洲一些国家也将急救教育纳入学校常规课程，通过系统的教学和实践活动，提升学生的急救素养和社会责任感。

国内近年来对急救教育的重视程度不断提高，部分学校开始开设急救校本课程。在开展急救教育过程中，相关研究指出：坚持分类探索，结合学生身心发育规律、学校类型开展多元探索，构建循序渐进、螺旋上升的急救教育育人体系。在高中教育阶段，应培

养学生掌握应急救护知识与技能、自救互救和自我保护能力。

在高中生物学教学中，也逐渐强调核心素养的培养，但将生物学核心素养系统地融入急救校本课程的研究还相对较少，课程内容和教学方法有待进一步完善和创新。基于以上，本研究旨在探索将高中生物学核心素养有效渗透到急救校本课程中的方法和途径，构建科学合理的课程体系；通过课程实施培养学生具备一定的急救知识和技能，并能够应用于实际生活中；深化学生对生物学学科知识的理解，促进学生生命观念的形成，培养学生的科学思维和科学探究能力，增强学生的社会责任感，为学生的全面发展奠定基础。

2 高中生物学核心素养下的“急救措施”校本课程的实施

2.1 学情与教材分析

本研究以“过敏那些事”为例，旨在探究高中生物学核心素养下的“急救措施”校本课程的实施。本节课所面向的是高二下学期的同学，他们已形成逻辑思维能力，能够独立思考问题，且探究新知识的欲望十分强烈。

在高二上学期时，学生已深入学习了体液免疫概念和过程，对过敏反应知识有一定了解，但经过一段时间，可能会遗忘部分知识；同时，人教版高中生物

学选择性必修一介绍过敏知识时，对其特点和机制介绍较为笼统，并未与急救知识相联系。因此在教学过程中，教师从生活实例出发，能够进一步加深学生对过敏反应的概念、原理和急救方法的掌握程度。

“心肺复苏术”和海姆立克急救法是本课题组的校本讲义《急救知识手册》第六章“心肺复苏”的内容，也是本校本课程的核心内容，是社会普及急救常识中必需掌握的一项操作技能。因此在教学中设计多种需要同学们开展“心肺复苏”实操的情境，为学生扎实地掌握“心肺复苏”提供一定的条件；进一步让学生明确心肺复苏术所涉及的生物学知识及操作步骤，便于理解和升华。

2.2 教学目标

2.2.1 生命观念

通过对各种过敏反应的分析，说明过敏反应发生的机理，帮助学生树立正确的平衡观念。让学生熟练掌握心肺复苏的实施步骤与注意事项，在掌握概念和步骤的基础上，逐步形成结构与功能相适应的生命观念。

2.2.2 科学思维

通过分析生活事例的方式，对过敏反应的一般特性进行归纳和概括，帮助学生在过程中逐步发展科学思维。能正确评估患者，掌握心跳骤停的判断方法并能熟练实施心肺复苏术，培养学生思维、沟通、操作及分析解决问题的能力。

2.2.3 社会责任

讲解如何避免或减轻出现过敏反应具体方法，引导学生对教师所列举的过敏事例进行关注，并尝试利用所学知识解决问题。正确认识心肺复苏的重要性，形成“时间就是生命”的急救意识，培养学生良好的心理素质，培养学生的爱心、责任心和团队合作精神。

2.3 教学重难点

2.3.1 教学重点

- ①过敏反应机制和特点
- ②避免或减轻出现过敏反应的具体方法
- ③心肺复苏实施步骤与注意事项

2.3.2 教学难点

胸外按压深度、频率及有效的人工呼吸

突破方法：突破重点，一定要注意教学方法，教师应选择学生感兴趣的讲课方式，不能仅仅使用讲授法，要注意启发学生的思维，调动其积极性；突破难点，教师可采用直观演示和案例法相结合的教学方法，引导学生回顾相关生物学知识，便于其能用相应生物学观点更准确地理解心肺复苏术的操作步骤。

2.4 教学方法

2.4.1 讲授法

在讲解过敏反应的基础理论知识、急救措施的原理等内容时，采用讲授法，确保学生能够系统地掌握知识。教师通过清晰的讲解、生动的举例和多媒体展示，将复杂的生物学概念和急救知识传授给学生。例如，在讲解过敏反应的免疫机制时，教师可以利用动画、图片演示抗体与过敏原的结合过程以及肥大细胞的激活机制，帮助学生更好地理解。

2.4.2 案例分析法

选取真实的过敏急救案例，引导学生进行分析和讨论。让学生根据案例中患者的症状、接触史等信息，运用所学知识判断过敏类型、制定急救方案，并分析可能存在的问题和改进措施。通过案例分析，培养学生运用知识解决实际问题的能力和科学思维能力。

2.4.3 情景模拟法

创设在学校食堂发生食物过敏导致过敏性休克的情景，让学生进行角色扮演，模拟急救过程。学生分别扮演过敏患者、急救人员、旁观者等角色，进行急救演练，演练过程确保真实，包括现场判断、呼叫急救车、实施急救措施等环节。在模拟情景中实践所学的急救技能和沟通技巧。通过情景模拟，提高学生的应急反应能力和团队协作能力，增强学生对急救知识的实际应用能力。

2.4.4 小组合作学习法

组织学生进行小组合作学习，共同完成探究性实验、项目式学习任务等。在小组合作中，学生相互交流、讨论、分工协作，共同解决问题。如创设学校食堂发生食物过敏导致过敏性休克的情景，引导学生通过小组合作，完成情景剧展示，培养学生的团队合作精神、沟通能力、语言表达能力。

2.5 教学过程

导入：以过敏的误区——“为什么中国人不过敏，震惊外国人”视频导入，调动学生兴趣，启发学生思考。

【环节一】过敏反应条件

先引导学生回忆过敏反应的概念：已免疫的机体再次接触相同抗原时，有时会引发组织损伤或功能紊乱的免疫反应。通过分析这一概念，归纳出发生过敏反应的条件——过敏体质、接触过敏原（且过敏原需达到足够量）→出现过敏反应；同时总结过敏原的三个主要来源：食入性过敏原、吸入性过敏原和接触性过敏原。

【环节二】过敏反应的机理

引导学生参考人教版高中生物学选择性必修1第四章第3节“免疫失调”中过敏反应发生机理示意图，分析过敏发生的原因，解读概念中为什么过敏反应一定是“再次接触相同抗原”。

在这里作为对免疫调节的复习环节，设计以下几个问题串：为什么“抗体”作战称为体液免疫？B细胞增殖分化的两个信号是什么？细胞因子的作用是什么？为什么我们要注射疫苗？

思考完这三个问题，让学生解答为什么过敏反应一定是“再次接触相同抗原”的原因？

接下来由老师给同学们分析：当抗体附着在肥大细胞上后，发生免疫反应，产生的组胺等物质，引起血管壁通透性增加或平滑肌收缩和腺体分泌增多，从而导致组织水肿、呼吸道过敏反应、消化道过敏反应等。

展示各种过敏症状的图片、视频资料以及实际案例，让学生直观地了解皮肤过敏症状（如红斑、丘疹、瘙痒、水肿等）、呼吸道过敏症状（如打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、咳嗽、喘息、呼吸困难等）、消化道过敏症状（如恶心、呕吐、腹痛、腹泻等）以及全身性过敏症状（如头晕、乏力、血压下降、意识丧失等）。教授学生根据过敏症状的程度进行初步评估，判断是轻度过敏反应（仅出现局部症状，如轻微皮肤瘙痒、少量皮疹等），中度过敏反应（出现较明显的局部症状和轻度全身症状，如皮肤大片红斑、瘙痒剧烈，伴有轻度呼吸道或消化道症状），还是严重过敏反应（出现危及生命的症状，如过敏性休克，表现为血压急剧下降、呼吸困难、意识不清等）。通过案例分析和小组讨论，让学生掌握症状评估的方法和要点。

【环节三】过敏反应的特点

引导学生结合生活常识，思考注射青霉素之前为

什么要做皮试实验呢？为什么每次注射疫苗后都要在医院观察30 mins后再离开？

总结过敏反应的特点：过敏反应有快慢之分，可在接触后数分钟内出现反应，也可能在24 hs后才有症状。有明显的遗传倾向和个体差异。

【环节四】其他因素引起的过敏反应

①蜂蜇伤

概念：是被蜂尾巴蜇伤，毒液注入人体，还可能伴随刺留皮肤内。

症状：局部会出现红肿刺痛、瘙痒、水疱；全身有头晕、头痛、恶心、呕吐、烦躁、胸闷、四肢麻木等症状。严重者可导致肌肉痉挛、晕厥、昏迷、休克，更有甚者会死亡。

常见蜂类蜇伤处理方法：蜜蜂毒针有可能滞留，不要捏，要刮除！

②刺蛾幼虫（洋辣子）蜇伤

处理方法：不干胶粘掉毛刺。

③隐翅虫蜇伤

特点：飞行能力较强，它翅膀大多数时候是隐藏的；夜间时有趋光性。它不咬人，不蜇人，但打死后会造腹内强酸性毒液会腐蚀皮肤。

共同处理方法：冲洗、冰敷、观察。

【环节五】过敏急救措施与技能训练

针对不同程度的过敏反应，详细讲解相应的急救措施。对于轻度过敏反应，指导学生如何采取脱离过敏原、局部冷敷并及时就医等措施；对于中度过敏反应，除上述措施外，如有条件可了解肾上腺素笔正确使用方法（包括注射部位、剂量、注意事项等）并使用；对于严重过敏反应，重点教授学生心肺复苏术、海姆立克急救法（用于气道梗阻导致的窒息），强调在紧急情况下及时拨打急救电话120的重要性。

开展技能训练活动，利用模拟人、急救模型等教学设备，让学生进行实际操作练习。例如，组织学生进行心肺复苏术的模拟演练，从判断患者意识、呼吸和脉搏，到胸外按压、开放气道、人工呼吸等操作步骤，让学生反复练习，直至熟练掌握。让学生通过实际模拟操作，了解肾上腺素注射器的使用，了解注射部位并进行模拟注射，确保学生在实际遇到紧急情况时能够准确无误地进行操作。

最后通过抽签方式，以小组为单位，进行情境下的实操展示，并通过自评、同学互评和教师评的方式评分，作为实操成绩的一部分。



图1 同学“心肺复苏”实操展示



图2 小组同学进行情景下的实操展示

【环节六】预防措施和治疗

在急救领域，预防被视为最重要的环节之一。通过主动采取措施降低突发事件的发生概率和影响，能够从根本上减少对紧急救援的依赖。因此，对于过敏而言：

①找出过敏原并尽量避免再次接触该过敏原

- ┌ 自测（观察）
- └ 体外试验

②治疗：抑制组胺等化学物质发挥功能和脱敏治疗

【环节七】生物学背景下的急救课

介绍“急救”概念：急救即紧急救治的意思，是指当有任何意外或疾病发生时，施救者在医护人员到

达前，按医学护理的原则，利用现场适用物资临时及适当地为伤病者进行的初步救援及护理，然后从速送往医院。

在学校开设生物学背景下的急救选修课，在生物学知识的指导下，让同学们知道其急救的原理基础上，也能更好地完成急救实操。

最后希望人人都加入急救的队伍中，人人学急救，急救为人人。

3 生命教育视角下的价值延伸

基于高中生物学核心素养的“急救措施”校本课程的实施，将生物学相关内容融入“急救措施”校本课程的教学实施中（以“过敏那些事”为例），实现了知识转化：免疫学理论知识→急救技能；素养落地：社会责任具象化为生命救助能力；教育变革：从“解题”转向“解决真实问题”。“有生命的课堂，需让学生动起来，用知识滋润生命”，相信未来，我们可拓展至心脏病急救（循环系统）、癫痫处理（神经系统）等主题，构建全面的生命教育课程体系。

参考文献

[1]中华人民共和国教育部.普通高中生物学课程标准(2017年版2025年修订)[S].北京:北京师范大学出版社,2025.

[2]杨惠雯.OECD核心素养框架的理论基础[J].外国中小学教育,2018(11):20-27.

[3]蔡清田.论核心素养的国际趋势与理论依据[J].东北师范大学学报(哲学社会科学版),2018(01):149-158.

[4]张浩.基于生物学知识的高中“急救措施”校本课程的开发研究[D].哈尔滨:哈尔滨师范大学,2019.

[5]陆宁.《现场急救处置》课程开设[M].镇江:江苏大学出版社,2014.

[6]贾大成.《急救,比医生快一步》[M].天津:天津科学技术出版社,2019.

基金项目 | 本文系市级课题“基于高中生物学核心素养下‘急救措施’校本课程的开发和实施”(项目编号为GYCQJ2022054)研究成果。