

Wiedza i umiejętności niezbędne w prewencji wypadków i w ratownictwie łodowym

Wstęp..... 4

Rozdział 1.

Ratownictwo wodne i lodowe

1.1. Historia Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego w Polsce..... 7

1.2. Główne obowiązki ratowników WOPR..... 10

1.3. Wprowadzenie do ratownictwa lodowego..... 12

1.4. Badanie grubości lodu i poruszanie się po nim..... 12

1.5. Sposoby pomocy podczas hipotermii..... 15

1.6. Bezpieczeństwo na łodzie..... 19

Rozdział 2.

Umiejętności ratowników wopr i ratowników lodowych

2.1. Podstawowe umiejętności ratowników WOPR..... 22

2.2. Autoratownictwo w Szwecji..... 25

2.3. Tripskate..... 26

Rozdział 3.

Sposoby pomocy poszkodowanemu podczas załamania się lodu

3.1. Akcja ratunkowa..... 29

3.2. Postępowanie z uratowanym 32

3.3. Samopomoc..... 33

Rozdział 4.

Analiza wyników badań własnych

4.1. Założenia badawcze.....	35
4.1.1. Problemy badawcze.....	35
4.1.2. Hipotezy robocze.....	36
4.1.3. Metody badawcze.....	38
4.2. Materiał badawczy.....	41
4.3. Wyniki badań.....	43
4.3.1. Jak badani oceniają swoją wiedzę na temat ratownictwa lodowego.....	43
4.3.2. Wiedza badanych na temat zasad pierwszej pomocy przedmedycznej oraz podczas hipotermii.....	47
4.3.3. Wiedza badanych na temat bezpiecznego przebywania na zamrożonym akwenu.....	53
4.3.4. Wiedza badanych na temat autoratownictwa w Szwecji.....	58
4.4. Dyskusja.....	65
 Podsumowanie. wnioski.....	 70
Spis piśmiennictwa.....	73
Załączniki.....	75