

Spis treści

WPROWADZENIE.....	9
Rozdział 1	
TROCHĘ HISTORII.....	11
1.1. Historia ratownictwa wodnego na świecie.....	11
1.2. Ratownictwo wodne w Polsce.....	15
Rozdział 2	
STOPNIE W RATOWNICTWIE WODNYM: STOPNIE RATOWNIKÓW I INSTRUKTORÓW WOPR.....	21
2.1. Podstawa prawna.....	21
2.2. Wymogi formalne na poszczególne stopnie ratunkowe WOPR.....	25
2.3. Wymogi formalne na poszczególne stopnie instruktorskie	29
Rozdział 3	
PRZYCZYNY I OKOLICZNOŚCI TONIĘCIA.....	33
3.1. Proces tonięcia (etapy tonięcia)	33
3.2. Przyczyny tonięcia	39
3.3. Okoliczności tonięcia	41
Rozdział 4	
FORMY PRACY RATOWNIKA	46
4.1. Obowiązki ratownika wodnego	46
4.2. Praca ratownika wodnego na kąpielisku śródlądowym.....	50
4.3. Praca ratownika wodnego na kąpielisku nadmorskim.....	62
4.4. Praca ratownika wodnego na kąpielisku rzeczny.....	74
4.5. Praca ratownika wodnego na pływalni – uwarunkowania technologiczno-funkcjonalne	76
4.6. Praca ratownika wodnego w parku wodnym (aquaparku)	82
4.7. Praca ratownika wodnego z grupą zorganizowaną	89
Rozdział 5	
PIERWSZA POMOC PRZEDLEKARSKA.....	94
5.1. Podstawowe układy w organizmie człowieka – zarys.....	94
5.2. Pierwsza pomoc przedlekarska w nagłych przypadkach.....	100
Rozdział 6	
RESUSCYTACJA W RATOWNICTWIE WODNYM.....	116

Rozdział 7

PODSTAWOWE AKTY PRAWNE W RATOWNICTWIE WODNYM

Z KOMENTARZEM.....	123
7.1. Bezpieczeństwo osób przebywających na obszarach wodnych.....	123
7.2. Minimalne wymagania dotyczące liczby ratowników wodnych	144
7.3. Wyposażenie wyznaczonych obszarów wodnych	146
7.4. Oznakowanie i zabezpieczenie obszarów wodnych	151
7.5. Szkolenia w ratownictwie wodnym	156
7.5.1. Ramowy program szkolenia ratowników wodnych	162
7.5.2. Ramowy program szkolenia instruktorów	165
7.5.3. Wzór zaświadczenia o ukończeniu szkolenia ratowników wodnych	168
7.5.4. Wzór zaświadczenia o ukończeniu szkolenia instruktorów	170
7.5.5. Ramowy program szkolenia psów ratowniczych wraz z przewodnikami	172
7.6. Kwalifikowana pierwsza pomoc.....	174

Rozdział 8

UMIĘTNOŚCI PRAKTYCZNE RATOWNIKA.....

8.1. Techniki pływania stosowane w ratownictwie wodnym	203
8.2. Skoki stosowane w ratownictwie wodnym.....	207
8.3. Sposoby holowania w ratownictwie wodnym.....	213
8.3.1. Holowanie osoby przytomnej	213
8.3.2. Holowanie osoby nieprzytomnej.....	219
8.4. Zejście pod wodę, nurkowanie i przeszukiwanie dna	224
8.4.1. Metody zejścia pod wodę	225
8.4.2. Techniki nurkowania.....	227
8.4.3. Charakterystyka sprzętu ABC ratownika wodnego	228
8.4.4. Metody przeszukiwania dna	230
8.5. Sprzęt ratowniczy – charakterystyka.....	234
8.5.1. Koło ratunkowe	234
8.5.2. Rzutki ratunkowe.....	236
8.5.3. Żerdzie ratownicze	239
8.5.4. Bojki i pasy ratownicze.....	240
8.5.5. Liny asekuracyjno-ratunkowe.....	242
8.6. Łodzie ratunkowe	244
8.6.1. Wiosłowe łodzie ratunkowe	244
8.6.2. Motorowe łodzie ratunkowe	252
8.7. Węzły stosowane w ratownictwie wodnym.....	256
8.7.1. Węzły podstawowe	256
8.7.2. Węzły zaawansowane	259

Rozdział 9	
RATOWNIK WODNY JAKO WOLONTARIUSZ.....	263
9.1. Idea wolontariatu	263
9.2. Kwalifikacje wolontariusza.....	267
9.3. Obowiązki wobec wolontariusza	269
9.4. Wolontariacki charakter pracy ratownika wodnego	272
BIBLIOGRAFIA	276