

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИТМО»

ОТЧЕТ

по лабораторной работе « **Безопасность в путешествиях**»

по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

Автор: Суворов Станислав Денисович

Факультет: ПИиКТ

Группа: Р3115

Преподаватель: Черкасова М. О.

Выбранный вариант: 19

1. Анализ района

Географическое	Республика Карелия расположена на северо-западе России,		
положение	граничит с Финляндией. Регион богат озёрами (включая Ладожское		
	и Онежское), лесами, реками и национальными парками. Рельеф		
	холмистый, много скальных образований. Часовой пояс: UTC+3		
	(Московское время).		
Социальное и	Карелия — субъект РФ. Валюта: российский рубль. Население: русск		
политическое	(82%), карелы (7%), вепсы, финны. Регион безопасен для туристов, но		
устройство	важно учитывать удалённость некоторых районов от цивилизации.		
Климат	Умеренно-континентальный. Лето короткое (июнь-август), средняя		
	температура +15-20°C, возможны дожди. Зима снежная, температура		
	до -20°C. Лучший сезон для велопутешествий: июль-август.		
Туристские	Основные показатели:		
ресурсы	- Природные парки (Водлозерский, Паанаярви);		
	- Озёра и реки для сплавов;		
	- Исторические объекты (Кижи, Валаам).		
	Места притяжения (туристского интереса):		
	- Горный парк «Рускеала»;		
	- Водопад Кивач;		
	- Остров Валаам;		
	- Маршрут «Дорога жизни»;		
	- Национальная деревня Кинерма.		
Пассажирское	Из Санкт-Петербурга до Петрозаводска можно добраться:		
сообщение	- Поездом (5-6 часов);		
	- Автобусом (6–7 часов);		
	- На автомобиле (430 км). Далее — локальные маршруты на		
	велосипеде.		
Выбор сезона и	Лучший период для велопутешествия — июль-август: стабильная		
сроков	погода, длинный световой день.		
путешествия	Сроками поездки выбираю:		
	Планирую поездку на выходные (3 дня): 21–23 июля. Маршрут:		
	Петрозаводск → Рускеала → водопад Кивач → возвращение. Логистика		
	удобна благодаря развитой сети грунтовых и асфальтированных дорог.		

2. Модель поведения и обеспечение личной безопасности

Риски	1. Переменчивая погода (дожди, ветер). 2. Встречи с дикими животными (медведи, лоси). 3. Поломка велосипеда в удалённой местности. 4. Клещи в лесных зонах.	
Особенности	1. Взять непромокаемую одежду и чехлы для багажа.	
поведения для	2. Избегать передвижения в одиночку по глухим лесам, шуметь для	
обеспечения	отпугивания животных.	
личной	3. Иметь ремкомплект для велосипеда (запасная камера, насос,	
безопасности	сности ключи).	
	4. Обработать одежду репеллентами от клещей, осматриваться после	
	леса.	
	5. Сохранять маршрут в офлайн-картах (например, Yandex maps).	

Задание 3. Подбор пакета страхования

Формат страхования:

Выбран пакет «Активный отдых и спорт» от страховой компании «АльфаСтрахование».

Причины выбора:

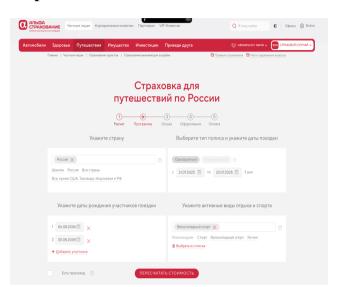
- 1. Покрытие травм при занятиях велоспортом (включая экстренную медицинскую помощь).
- 2. Возмещение ущерба при поломке/угоне велосипеда (до 30 000 рублей).
- 3. Эвакуация из труднодоступных районов (актуально для лесных и горных маршрутов Карелии).
- 4. Страховка действует на всей территории РФ.

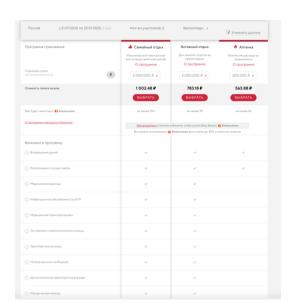
Процесс оформления:

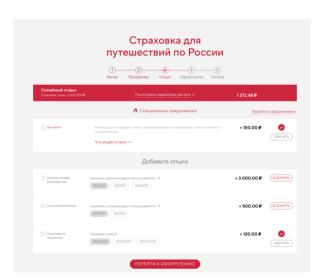
- 1. На сайте АльфаСтрахование (https://www.alfastrah.ru/) в разделе «Путешествия и отдых» выбран продукт «Для активного отдыха».
- 2. Вручную указаны параметры:
 - о Регион: Карелия;
 - Срок поездки: 3 дня (21–23 июля);

- Вид активности: Велоспорт;
- о Дополнительные опции: Страхование снаряжения, Эвакуация.
- 3. После заполнения данных система рассчитала стоимость: 1272.48 рубля.

Скриншоты:







Выводы:

Пакет от «АльфаСтрахование» — оптимальный вариант для велопутешествия. Он покрывает ключевые риски (травмы, поломка снаряжения, эвакуация), а также предлагает гибкие условия. Оформление напрямую через сайт компании исключает использование агрегаторов, что соответствует требованиям задания. Рекомендую сохранить полис в электронном виде и продублировать его на бумаге.

Задание 4. Чек-лист в путешествие

Чек	Наименование	Количество
	Транспортировочное	
Ø	Велорюкзак (20 л)	1 шт
Ø	Велобагажник с сумкой	1 шт
	Одежда/обувь	
Ø	Велошорты	2 шт
•	Ветровка	1 шт
•	Термобельё	1 комплект
Ø	Кроссовки	1 пара
	Бивуачное снаряжение	
②	Палатка (2-местная)	1 шт
S	Спальник (комфорт +5°C)	1 шт
	Документы	
Ø	Паспорт	1 шт
•	Страховой полис	1 шт
	Гигиена	
S	Влажные салфетки	2 упаковки
•	Зубная паста/щётка	1 шт
	Специальное снаряжение	
Ø	Рекомплект для велосипеда	1 шт

Ø	Велофонарь	1 шт
	Гаджеты	
Ø	Powerbank	2 шт
Ø	iPhone 16 pro	1 шт
Ø	Apple Watch Ultra 2	1 шт
	Прочее	
Ø	Сухой паёк (орехи, шоколад)	3 пор
	Аптечка	
Ø	Пластырь	10 шт
Ø	Йод	1 фл
Ø	Антигистаминное	1 уп
	Аренда	
Ø	Велосипед (горный)	1500 руб/сутки