



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.

Санкт-Петербург 2025 г.

Выбранный вариант: 19

1. Анализ района

Географическое положение	<i>Республика Карелия расположена на северо-западе России, 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).</i>
Социальное и политическое устройство	Карелия — субъект РФ. Валюта: российский рубль. Население: русские (82%), карелы (7%), вепсы, финны. Регион безопасен для туристов, но 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 ресурсы	Основные показатели: <ul style="list-style-type: none">- Природные парки (Водлозерский, Паанаярви);- Озёра и реки для сплавов;- Исторические объекты (Кижы, Валаам). Места притяжения (туристского интереса): <ul style="list-style-type: none">- Горный парк «Рускеала»;- Водопад Кивач;- Остров Валаам;- Маршрут «Дорога жизни»;- Национальная деревня Кинерма.
Пассажирское сообщение	Из Санкт-Петербурга до Петрозаводска можно добраться: <ul style="list-style-type: none">- Поездом (5–6 часов);- Автобусом (6–7 часов);- На автомобиле (430 км). Далее — локальные маршруты на велосипеде.
Выбор сезона и сроков путешествия	Лучший период для велопутешествия — июль-август: стабильная погода, длинный световой день. 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	<i>1. Переменчивая погода (дожди, ветер). 2. Встречи с дикими животными (медведи, лоси). 3. Поломка велосипеда в удалённой местности. 4. Клеи в лесных зонах.</i>
Особенности поведения для обеспечения личной безопасности	1. Взять непромокаемую одежду и чехлы для багажа. 2. Избегать передвижения в одиночку по глухим лесам, шуметь для отпугивания животных. 3. Иметь ремкомплект для велосипеда (запасная камера, насос, 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:
 - Регион: Карелия;
 - Срок поездки: 3 дня (21–23 июля);

- Вид активности: Велоспорт;
- Дополнительные опции: Страхование снаряжения, Эвакуация.

3. После заполнения данных система рассчитала стоимость: 1272.48 рубля.

Скриншоты:

Страховка для путешествий по России

1 Расчет 2 Программы 3 Опции 4 Оформление 5 Оплата

Укажите страну:

Выберите тип полиса и укажите даты поездки: с 21.07.2025 по 23.07.2025, 3 дня

Укажите даты рождения участников поездки: 1 06.08.2006, 2 30.08.2005

Укажите активные виды отдыха и спорта: Велоспортивный спорт

ПЕРЕСЧИТАТЬ СТОИМОСТЬ

Россия	с 21.07.2025 по 23.07.2025, 3 дня	Кол-во участников: 2	Велоспорт	Уточнить данные
Программа страхования	Семейный отдых Максимальный семейный размер для путешествий всей семьей О программе	Активный отдых Для активных спортсменов и любителей экстрима О программе	Алтеча Восстановительное лечение О программе	
Страховая сумма (на застрахованного)	2 000 000 ₽	2 000 000 000 ₽	300 000 000 ₽	
Стоимость полиса на всех	1 002.48 ₽ ВЫБРАТЬ	783.18 ₽ ВЫБРАТЬ	563.88 ₽ ВЫБРАТЬ	
Ваш бюджет на поездку: Алтеча	на менее 100	на менее 75	на менее 55	
Специальные предложения: Алтеча	Алтеча в подарок к покупке билетов, чтобы уехать. Ваш билет Алтеча Вы можете использовать Алтеча для оплаты до 30% стоимости поездки			
Включено в программу				
<input checked="" type="checkbox"/> Возвращение домой	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Репатриация в случае смерти	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Медицинские расходы	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Инфекционное заболевание Covid-19	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Медицинская транспортировка	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Экстренная стоматологическая помощь	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Транспортные расходы	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Оплата срочных сообщений	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Дополнительная транспортная расходы	✓	✓	✓	
<input checked="" type="checkbox"/> Круглогодичная помощь	✓	✓	✓	

Страховка для путешествий по России

1 Расчет 2 Программы 3 Опции 4 Оформление 5 Оплата

Семейный отдых
Страховая сумма 2 000 000 ₽

Специальные предложения
Компенсация за содержание, отмену регулярного рейса и возмещение стоимости билетов на перелеты
+150.00 ₽

Добавьте опции

Отмена поездки	Страховая сумма на каждого застрахованного, ₽	+3 000.00 ₽	ДОБАВИТЬ
Страхование багажа	Страховая сумма на каждого застрахованного, ₽	+500.00 ₽	ДОБАВИТЬ
Страхование имущества	Страховая сумма, ₽	+120.00 ₽	ДОБАВИТЬ

ПЕРЕЙТИ К ОФОРМЛЕНИЮ

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

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