**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: Гафурова Ф. Ф.

Факультет: ПИиКТ

Группа: P3120

Преподаватель: Черкасова М. О.

Изображение выглядит как черный, темнота

Автоматически созданное описание

Санкт-Петербург 2024г.

**Выбранный вариант:** 19.*Велосипедное путешествие на выходные в Карелию.*

1. **Анализ района**

|  |  |
| --- | --- |
| Географическое положение | Республика Карелия – субъект РФ, расположена на северо-западе, является частью Северного экономического района.  Часовой пояс: UTC+3 (Московское время). |
| Социальное и политическое устройство | Государство: Российская Федерация  Валюта: Руна  Конституция Республики Карелия — основной закон, обладающий высшей юридической силой. В Республике Карелия Конституция была принята 30 мая 1978 года.  Население: русские – 82,2%, карелы – 7,4%, финны – 1,4%, вепсы – 0,6%. |
| Климат | Умеренно–континентальный, с признаками морского. Средняя температура зимних месяцев минус 13°С, летних - плюс 13°С.  Климатические показатели:  Средняя температура: января -8,0 °C; июле +16,4°C.  Средняя температура воды: января -14,1°C, августа 20,6°C  Среднегодовая влажность воздуха 78-84 %. |
| Туристские ресурсы | Основные показатели:   * Граничит с Финляндией; * Промышленность строительных материалов; * Озера Ладожское и Онежское; * Архитектурный и заповедный комплекс Кижский погост.   Места притяжения (туристского интереса):   * Горный парк «Рускеала» * Музей-заповедник «Кижи» * Валаамский монастырь * Водопад Кивач * Ладожское озеро * Онежское озеро * Ладожские шхеры * Национальный парк «Паанаярви» * Национальный парк «Водлозерский» * Национальный парк «Калевальский» * Онежские петроглифы * Беломорские петроглифы * Гора Воттоваара * Национальный музей Карелии * Музей изобразительных искусств Республики Карелия |
| Пассажирское сообщение | Основные показатели:   * На автомобиле; * На поезде; * На самолете. |
| Выбор сезона и сроков путешествия | При выборе сезона для путешествия на велосипеде в Карелию следует учитывать климатические особенности этого региона. Оптимальным временем для такого путешествия будет летний период, начиная с мая по сентябрь, когда климат умеренный и благоприятный для активного отдыха на велосипеде. В это время года вы сможете насладиться красивыми пейзажами, свежим воздухом и окунуться в уникальную природу Карелии. С учетом того, что Республика Карелия известна своими озерами и лесами, также важно запланировать маршрут и предусмотреть достаточное количество времени для отдыха и исследования окружающей природы.  **Сроками поездки выбираю: 18–30 мая.** |

1. **Модель поведения и обеспечение личной безопасности**

|  |  |
| --- | --- |
| Риски | 1. Погодные условия. 2. Дикие животные 3. Отсутствие инфраструктуры 4. Риск кражи или потери личных ценностей |
| Особенности поведения для обеспечения личной безопасности | 1. Важно следовать правилам походов и кемпинга, сохраняя чистоту и порядок на природных территориях. Это поможет избежать конфликтов с дикими животными и снизит риск возникновения природных бедствий.  2. Перед началом поездки необходимо хорошо изучить маршрут и убедиться, что у вас есть достаточное оборудование для безопасного передвижения. Не отклоняйтесь от плана и всегда оставляйте информацию о маршруте и времени возвращения.  3. Встречи с дикими животными могут быть опасны, поэтому важно знать, как вести себя в случае столкновения. Не приближайтесь к диким животным, не оставляйте еду и мусор на земле, и не позволяйте животным подбирать пищу из ваших рук.  4. Обеспечьте наличие средств связи, таких как мобильный телефон или трекер для экстренной связи. Также важно иметь карту и компас для ориентации в неизвестной местности. |

**Задание 3. Подбор пакета страхования**

Я планирую путешествие в Карелию, которая расположена на северо-западе России, и где медицинские услуги доступны по полису ОМС, а спасательные операции и эвакуация проводятся МЧС. Тем не менее, учитывая мои походы по лесам и ценный багаж, я считаю важным оформить страховой полис для путешественников.

Я выбрала страховую компанию «Cherehapa», так как они предоставляют нужные услуги за выгодную цену, а также есть возможность дистанционного оформления полиса. У них широкий ассортимент программ, подходящих под разные жизненные ситуации, высокая вероятность получения выплаты при наступлении страхового случая и расширенный список рисков, от которых можно защититься.

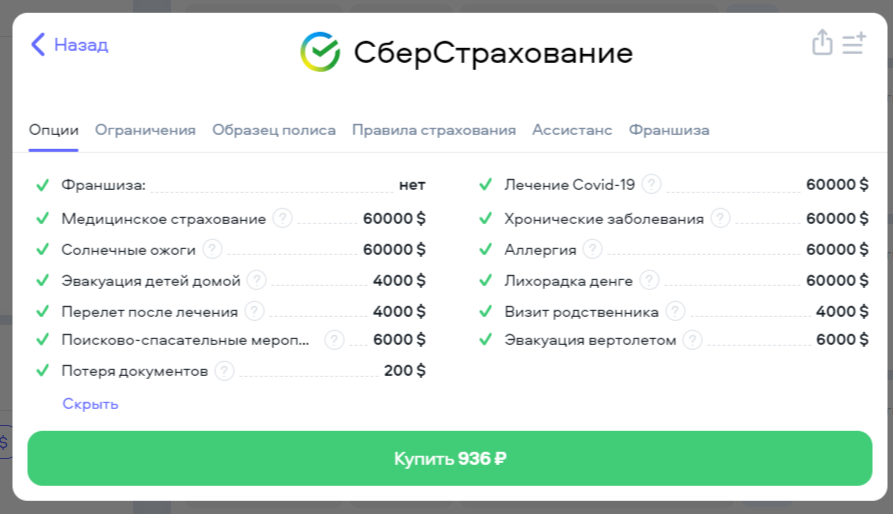
Скриншоты расчёта страхового полиса в сервисе «Cherehapa»:

Изображение выглядит как текст, снимок экрана, плавание, пляж

Автоматически созданное описание

Изображение выглядит как текст, снимок экрана, программное обеспечение, Значок на компьютере

Автоматически созданное описание

  
  
При расчете пакета страхования были введены данные с учетом наших планов и максимальных рисков.

Из вышеприведенных скринов видно, что нам для активных походов по лесу подходит программа "СберСтрахование".

Итоговая стоимость составит: 936,00 руб.

**Задание 4. Чек-лист в путешествие**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Чек** | **Наименование** | **Количество** |
|  | **Транспортировочное** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Сумка для документов* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Рюкзак для походов* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Сумочка для прогулок* | *2 шт* |
|  | **Одежда/обувь** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Футболки* | *5 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Шорты, велосипедки* | *4 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Кроссовки* | *2 пары* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Платье* | *2 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Туфли* | *1 пара* |
|  | **Бивуачное снаряжение** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Спальник* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Фонарь* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Палатка* | *1 шт* |
|  | **Документы** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Страховой полис* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Паспорт* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Водительские права (на случай аренды машины)* | *1 шт* |
|  | **Гигиена** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Зубная паста и щетка* | *по 1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Влажные салфетки* | *2 уп* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Расческа и базовый набор косметики* |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Туалетная бумага* | *1 уп* |
|  | **Специальное снаряжение** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Термобелье* | *1 комплект* |
|  | **Гаджеты** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Телефон* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Плейер* | *1 шт* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Наушники* | *2 шт* |
|  | **Прочее** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Столовые приборы* | *1 комплект* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Книгу* | *1–2 шт* |
|  | **Аптечка** |  |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Бинты и пластыри* | *2 уп* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Обезболивающее* | *1 уп* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Перекись водорода* | *1 баночка* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Средства от насекомых* | *1 баночка* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Таблетки от аллергии* | *1 уп* |
| Значок "Галочка1" со сплошной заливкой | *Порошок от простуды* | *1 уп (10 шт)* |