

Skolegårdskart Apalløkka skole

Denne PDF-filen inneholder orienteringsløyper for skolegården på Apalløkka skole. Det er to sett med kart, samt noen andre ark:

- Stjerne-orientering, åtte stk
- Løyper rundt skolen, tre stk
- Fasit stjerne-orientering
- Beskrivelse av hvordan stolper og fasiten for stjerne-orientering brukes
- Et kart med alle poster/stolper

Kartene ligger i denne rekkefølgen.

Det anbefales at kartene printes og lamineres i klassesett. I et klassesett for stjerne-orientering bør det være nok kart for en klasse, slik at alle har et kart hver, og noen ekstra i tillegg. Elevene løper en løype og bytter så kart hos læreren. Da er det greit å ha noen kart til overs også. I stjerne-orientering kan det være lurt å begynne med de korteste/letteste løypene og så fortsette med de som er litt lenger.

Fasit stjerne-orientering gir fasiten over hvilke tall, bokstaver, dyr, farger og former som de finner på de forskjellige stolpene. Hvis eleven har løpt «Stjerne 4-12», skal man lese av linje 4 og 12 i fasiten. Før elevene løper ut forteller læreren forteller om de skal huske tall, bokstav, dyr, farge eller form på postene. Så forteller elevene hva de fant og læreren sjekker med fasiten.

For spørsmål, kontakt skoleorientering@lillomarka.no

Hvis en stolpe mangler, si ifra, så setter vi opp ny stolpe.

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Stjerne 1-13



Lengde 0,3 km

Start

1. 31 Stolpe

2. 43 Kolle

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Stjerne 3-1



LILLOMARKA
OLAG

Lengde 0,3 km

Start

1. 33 Gjerde

2. 31 Stolpe

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegetasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Stjerne 4-15



LILLOMARKA
OLAG

Lengde 0,3 km

Start

1. 34 Tre

2. 45 Bygning

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegetasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
 Ekvidistanse: 2,5 m
 Kartarbeide: 2013 og
 2020, Lillomarka OL

Stjerne 4-6



Lengde 0,3 km

Start

1. 34 Tre

2. 36 Gjerde, ende

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
 DNB

Lyst til å prøve
 orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
 Ekvidistanse: 2,5 m
 Kartarbeide: 2013 og
 2020, Lillomarka OL

Stjerne 5-4



Lengde 0,2 km

Start

1. 35 Søkk

2. 34 Tre

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
 DNB

Lyst til å prøve
 orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
 Ekvidistanse: 2,5 m
 Kartarbeide: 2013 og
 2020, Lillomarka OL

Stjerne 5-8



Lengde 0,3 km

Start

1. 35 Søkk

2. 38 Gjerde

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		



Lyst til å prøve orientering?

Gå inn på www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Stjerne 7-9



Lengde 0,3 km

Start

1. 37 Tre

2. 39 Hushjørne

Start

Tegnforklaring:

	Høydekurve
	Hus (forbudt å passere)
	Overbygg
	Asfalt/Grus
	Åpent, lettløpt område
	Åpent område
	Skog
	Undervegistasjon
	Vegitasjon, nedsatt løpbarhet
	Tre - stort, lite
	Privat (forbudt å passere)
	Vegitasjon (forbudt å passere)

	Berg i dagen
	Passerbar mur
	Mur (forbudt å passere)
	Passerbart gjerde
	Gjerde (forbudt å passere)
	Passasje
	Stor sti
	Liten sti
	Trapp
	Myr

	Vann (forbudt å passere)
	Bekk
	Steingrunn
	Stein
	Steinklynge
	Spesiell detalj (lekeapparat)
	Monument, flaggstang
	Stup (forbudt å passere)
	Skrent

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve orientering?

Gå inn på www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Stjerne 9-5



Lengde 0,2 km

Start

1. 39 Hushjørne

2. 35 Søkk

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Løype 1



Lengde 0,4 km

Start

- 1. 39 Hushjørne
- 2. 38 Gjerde
- 3. 36 Gjerde,ende
- 4. 37 Tre
- 5. 34 Tre

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Løype 2



Lengde 0,5 km

Start

- | | |
|-------|--------------|
| 1. 35 | Søkk |
| 2. 36 | Gjerde, ende |
| 3. 38 | Gjerde |
| 4. 40 | Myr |
| 5. 44 | Skrent |
| 6. 42 | Høydepunkt |
| Start | |

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		



Lyst til å prøve orientering?

Gå inn på www.lillomarka.no

Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Løype 3



LILLOMARKA
OLAG

Lengde 0,8 km

Start

- | | | |
|----|----|------------|
| 1. | 38 | Gjerde |
| 2. | 44 | Skrent |
| 3. | 42 | Høydepunkt |
| 4. | 35 | Søkk |
| 5. | 31 | Stolpe |
| 6. | 33 | Gjerde |
| 7. | 43 | Kolle |

Start

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegistasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

Fasit stolper: hvilke bokstaver, dyr, farge og form på stolpene

Stjerne	Tall	Bokstav	Dyr	Farge	Form
1	31	A	Elg	Blå	Sirkel
2	32	B	Mus	Gul	Kvadrat
3	33	C	Hest	Rød	Trekant
4	34	D	Fisk/Torsk	Grønn	Rektangel
5	35	E	Katt	Svart	Sirkel
6	36	F	Hund	Lilla	Kvadrat
7	37	G	Fugl/Måke	Brun	Trekant
8	38	H	Sommerfugl	Oransje	Rektangel
9	39	I	Rev	Blå	Rektangel
10	40	J	Hare	Gul	Trekant
11	41	K	Elefant	Rød	Kvadrat
12	42	L	Løve	Grønn	Sirkel
13	43	M	Giraff	Brun	Rektangel
14	44	N	Bjørn	Lilla	Kvadrat
15	45	O	Slange	Svart	Trekant
16	46	P	Humle	Oransje	Sirkel

Stolper som postmarkeringer i skolegård

Steinar Eastwood og Stein Blomseth, Lillomarka OL, skoleorientering@lillomarka.no

I en skolegård får ikke vanlige postflagg henge i fred lenge, de vil gjerne skolebarna leke med. Så for at postmarkeringene skal kunne stå i skolegården året rundt uten å forsvinne, bruker vi solide stolper av tre som festes med plaststrips eller patentbånd.

Stolpene vi bruker er 5cm brede og 80cm lange. Da er det god plass til et selvklebende A4 ark på midten og hull til feste, og stolpene er synlige nok.

På toppen har vi slått ned en krampe hvor det kan festes stimplingsklemmer eller oppgaveark i. Stolpene har gjennomgående hull oppe og nede og kan festes til trær, rekkverk, lysmaster, nedløpsrør etc. Plaststrips fungerer fint, de kan også skjøtes sammen om det trengs lenger strips.

På midten av stolpen er det festet et selvklebende plastark med oransje sider og symboler på forsiden. Disse symbolene brukes for å sjekke at elevene har funnet riktig post. Som i vanlige o-løyper er det et tall. I tillegg er en bokstav, en farge, en geometrisk figur og et dyr. En vanlig øvelse i en skolegård vil være stjerne-orientering, og da kan læreren be elevene huske hvilke dyr de finner på postene. Læreren står med fasiten og kan sjekke at de har funnet riktig post. Tabellen med symbolene for de 16 forskjellige postene vi bruker er vist på neste siden, sammen med et karteksempel for stjerne-orientering.



Krampe for å feste klemmer eller oppgaveark

Hull for strips, begge retninger

Selvklebende plastark med symboler

Stjerne-orientering: hvilke bokstaver, dyr, farge og form på hver stolpe

Stjerne	Tall	Bokstav	Dyr	Farge	Form
1	31 (47)	A	Elg	Blå	Sirkel
2	32 (48)	B	Mus	Gul	Kvadrat
3	33 (49)	C	Hest	Rød	Trekant
4	34 (50)	D	Fisk/Torsk	Grønn	Rektangel
5	35 (51)	E	Katt	Svart	Sirkel
6	36 (52)	F	Hund	Lilla	Kvadrat
7	37 (53)	G	Fugl/Måke	Brun	Trekant
8	38 (54)	H	Sommerfugl	Oransje	Rektangel
9	39 (55)	I	Rev	Blå	Rektangel
10	40 (56)	J	Hare	Gul	Trekant
11	41 (57)	K	Elefant	Rød	Kvadrat
12	42 (58)	L	Løve	Grønn	Sirkel
13	43 (59)	M	Giraff	Brun	Rektangel
14	44 (60)	N	Bjørn	Lilla	Kvadrat
15	45 (61)	O	Slange	Svart	Trekant
16	46 (62)	P	Hunle	Oransje	Sirkel



Stjerne 4-13



Apalløkka skole



1:2000

0 50m 100m 150m 200m

Målestokk: 1:2000
Ekvidistanse: 2,5 m
Kartarbeide: 2013 og
2020, Lillomarka OL

Alle poster (objekter)



- 31 Støipe
- 33 Gjerde
- 34 Tre
- 35 Søkk
- 36 Gjerde,ende
- 37 Tre
- 38 Gjerde
- 39 Hushjørne
- 40 Myr
- 42 Høydepunkt
- 43 Kolle
- 44 Skrent
- 45 Bygning

Tegnforklaring:

Høydekurve	Berg i dagen	Vann (forbudt å passere)
Hus (forbudt å passere)	Passerbar mur	Bekk
Overbygg	Mur (forbudt å passere)	Steingrunn
Asfalt/Grus	Passerbart gjerde	Stein
Åpent, lettløpt område	Gjerde (forbudt å passere)	Steinklynge
Åpent område	Passasje	Spesiell detalj (lekeapparat)
Skog	Stor sti	Monument, flaggstang
Undervegetasjon	Liten sti	Stup (forbudt å passere)
Vegetasjon, nedsatt løpbarhet	Trapp	Skrent
Tre - stort, lite	Myr	
Privat (forbudt å passere)		
Vegetasjon (forbudt å passere)		

SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no