

Skolegårdskart Refstad skole

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

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

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.

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

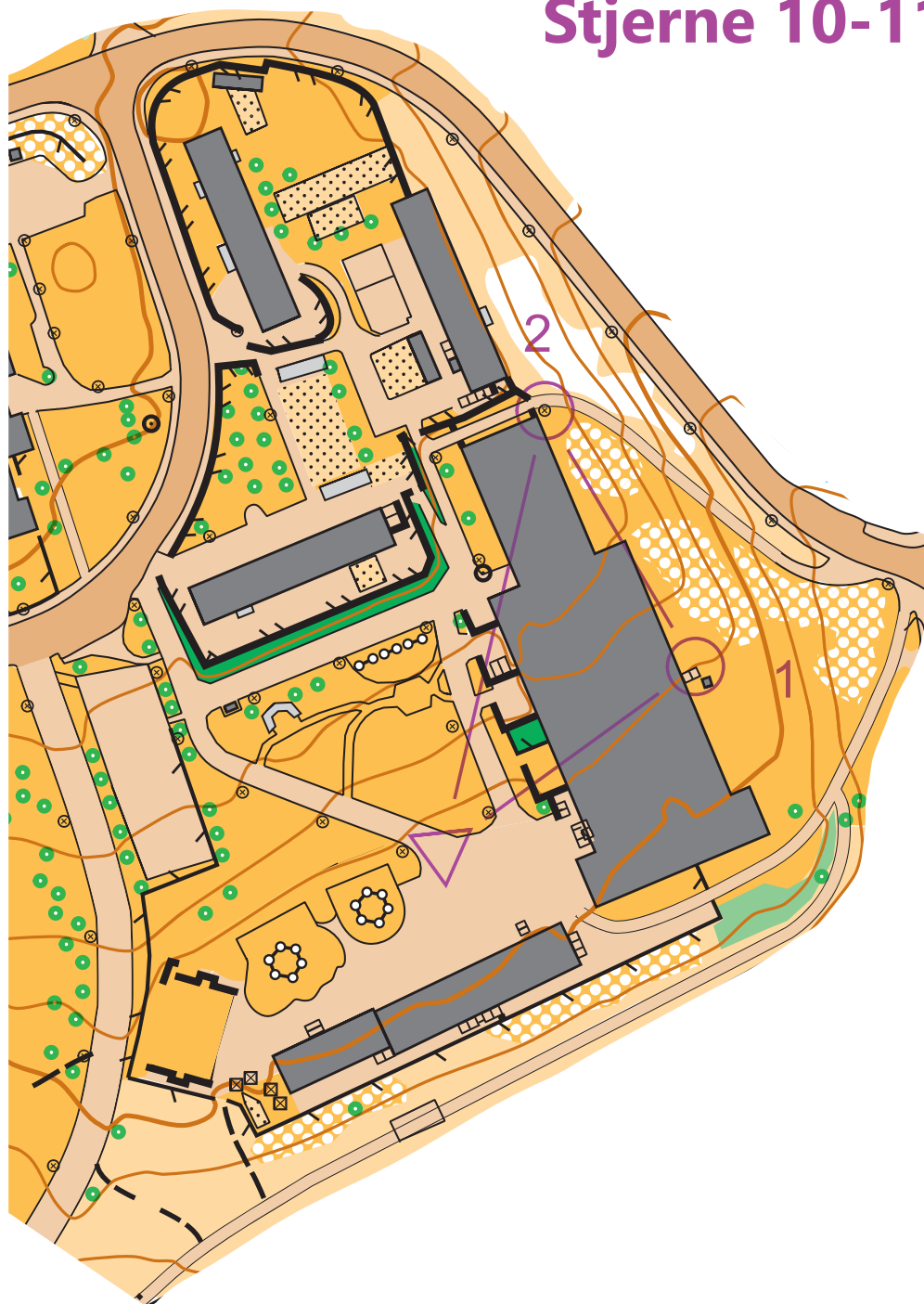
1:1500



Stjerne 10-11

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

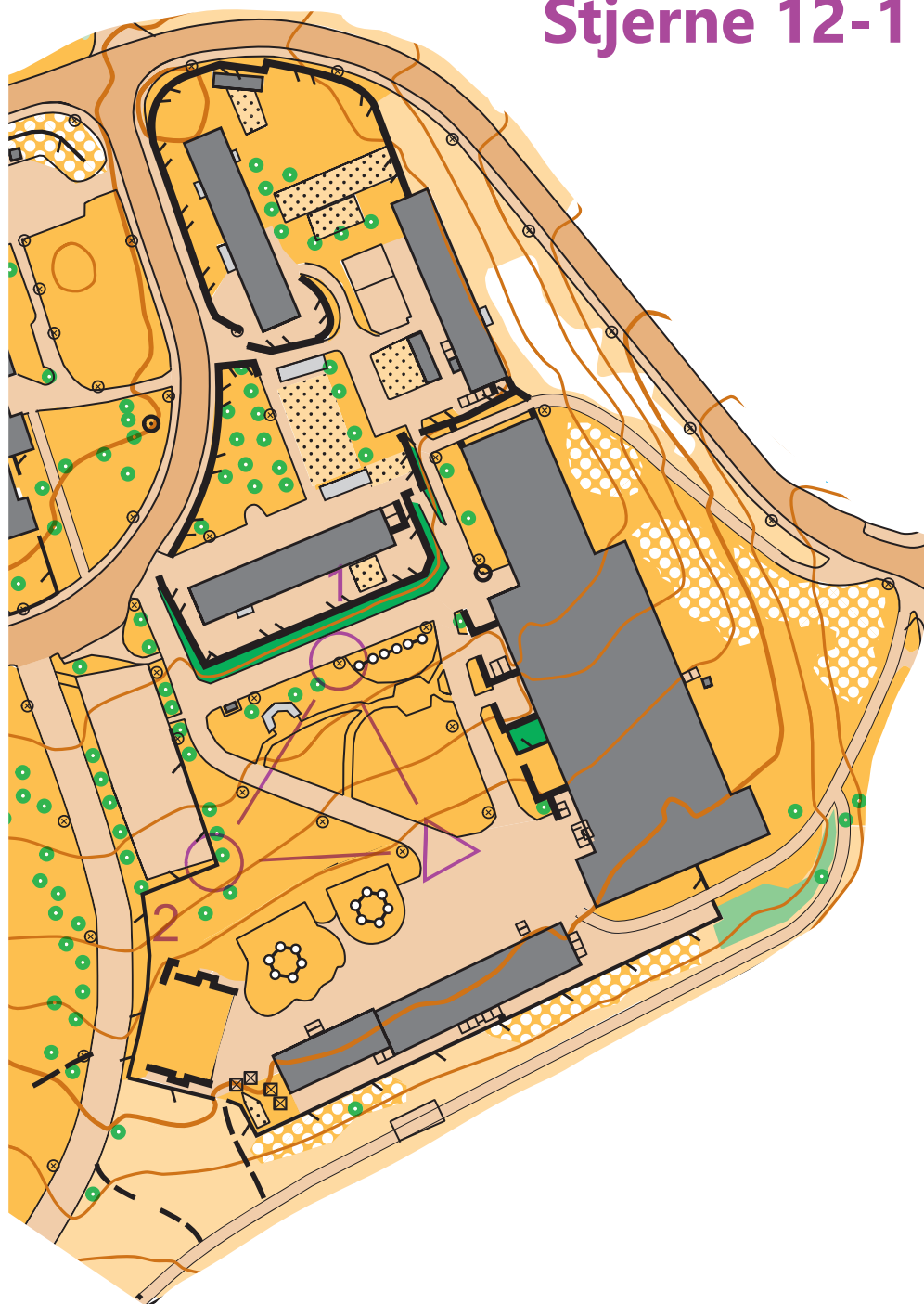
1:1500



Stjerne 12-1

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

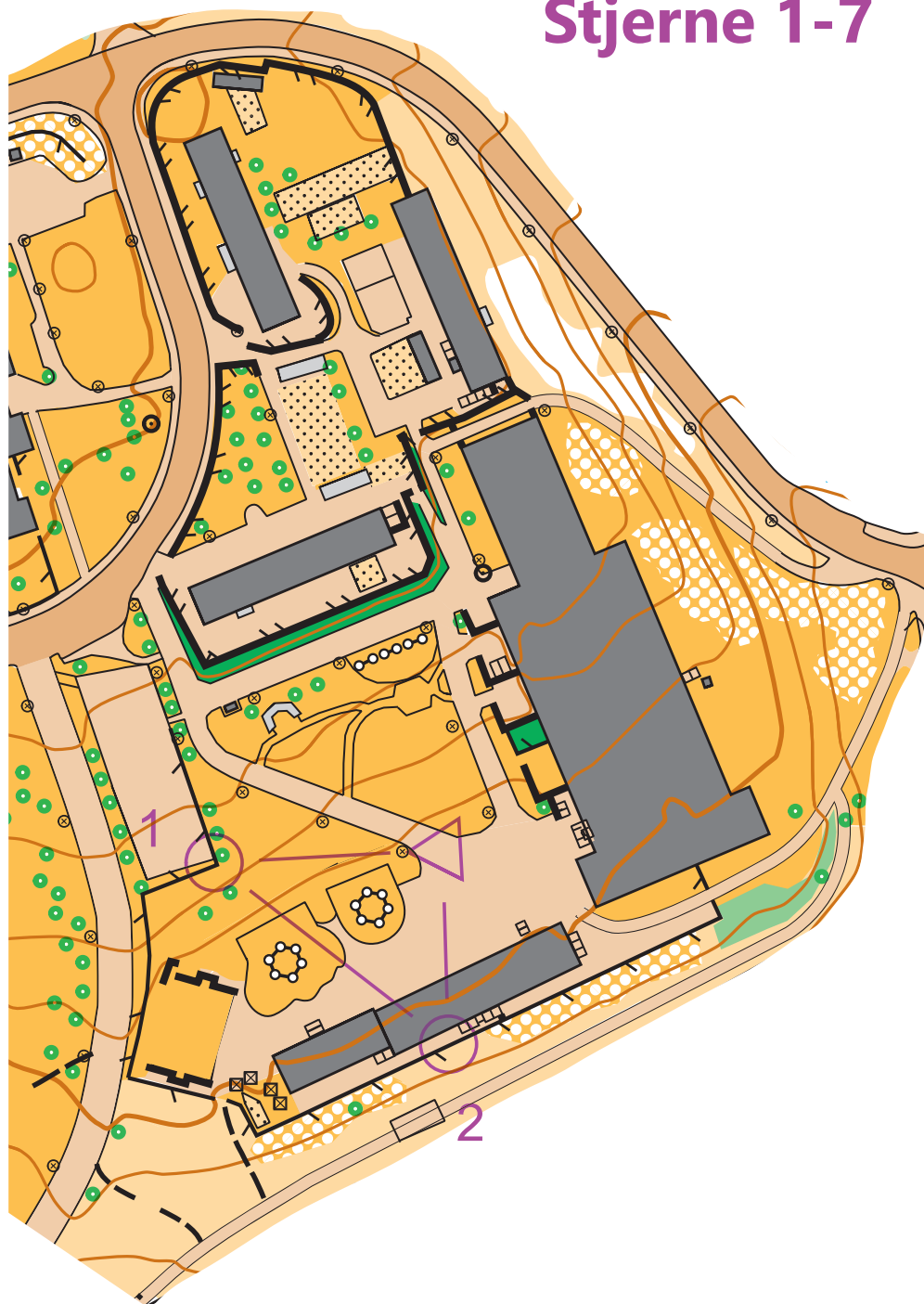
1:1500



Stjerne 1-7

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

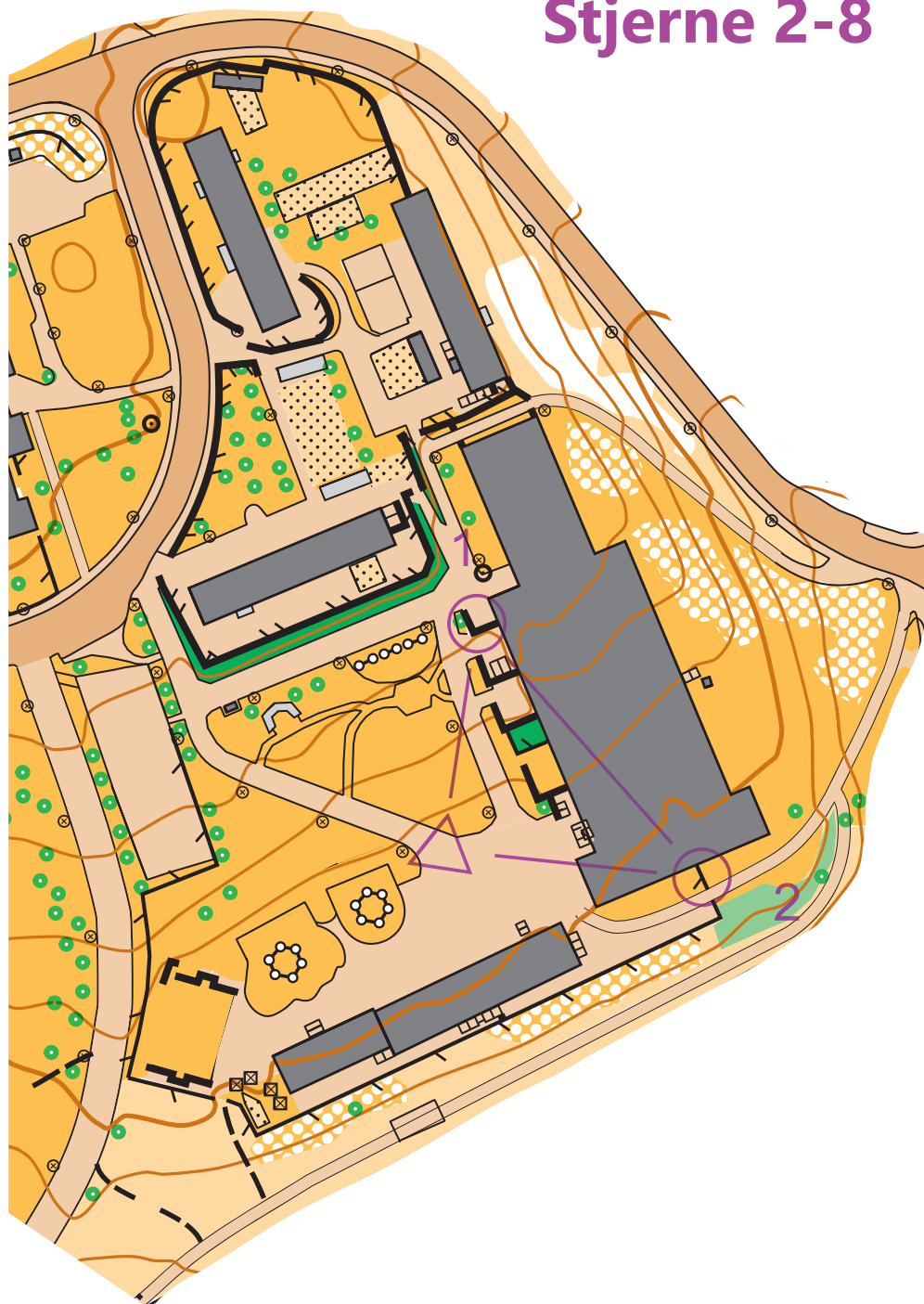
1:1500



Stjerne 2-8

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbarmur
- Upasserbarmur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- × • Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

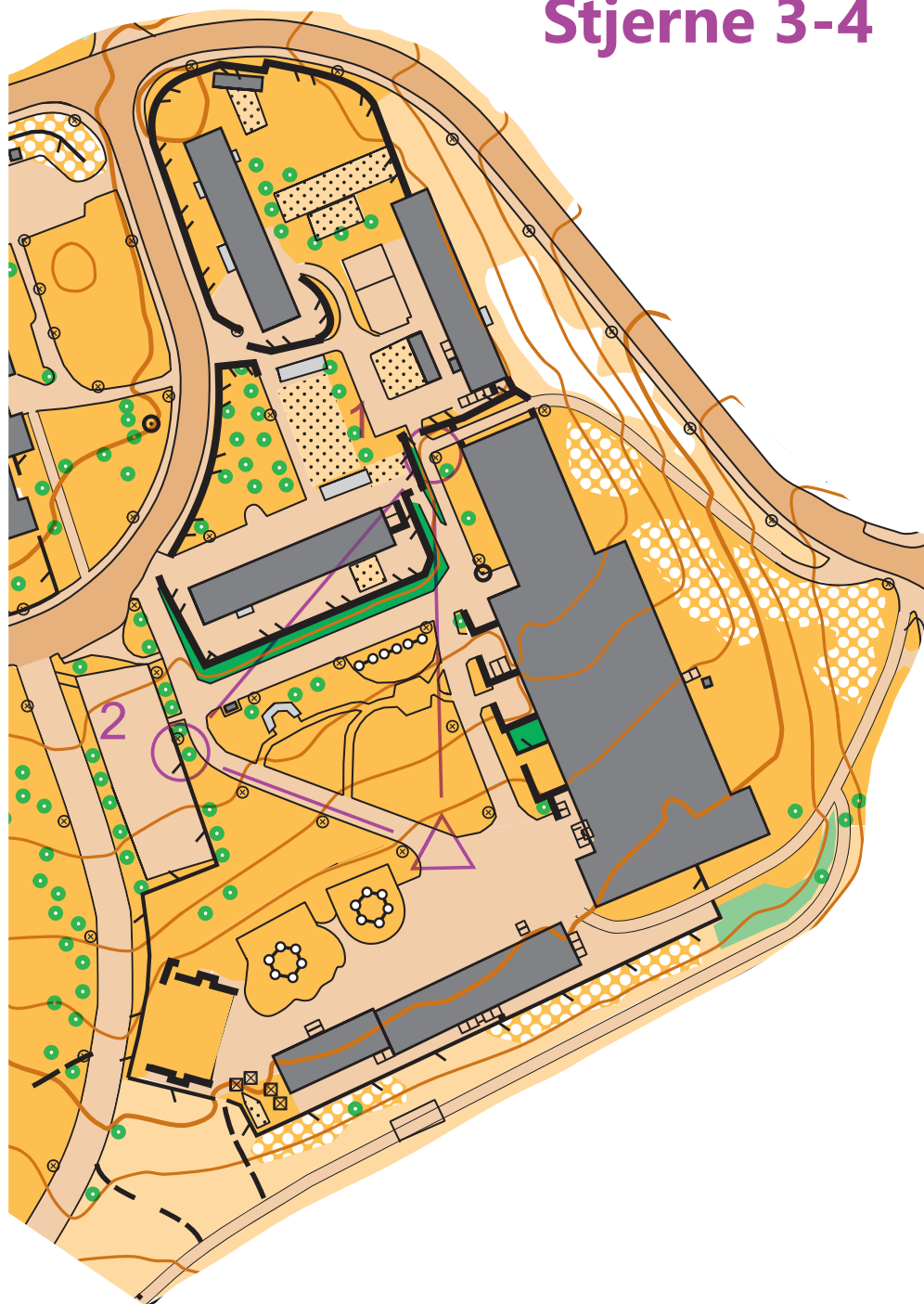
1:1500



Stjerne 3-4

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

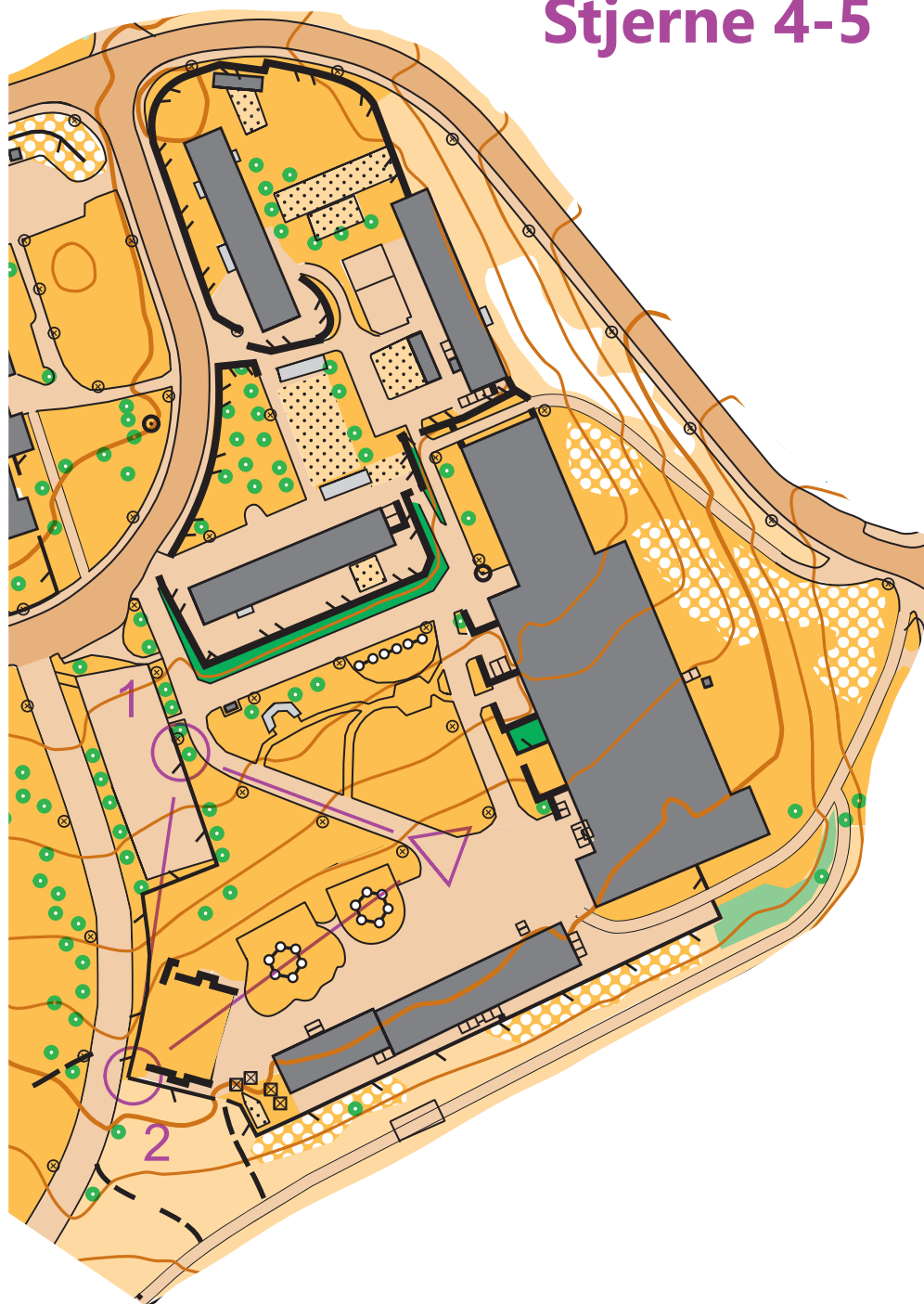
1:1500



Stjerne 4-5

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- × • Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

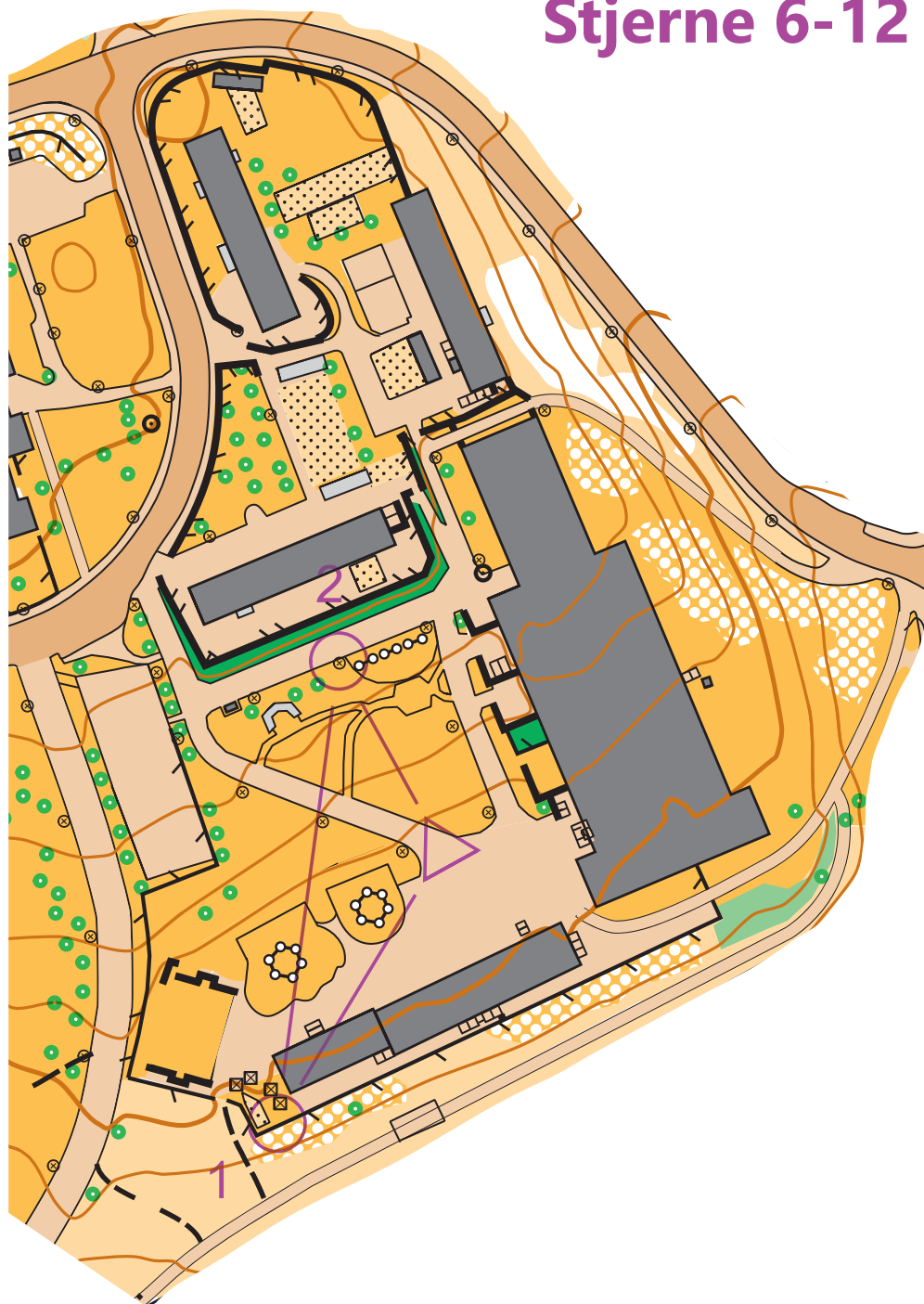
1:1500



Stjerne 6-12

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

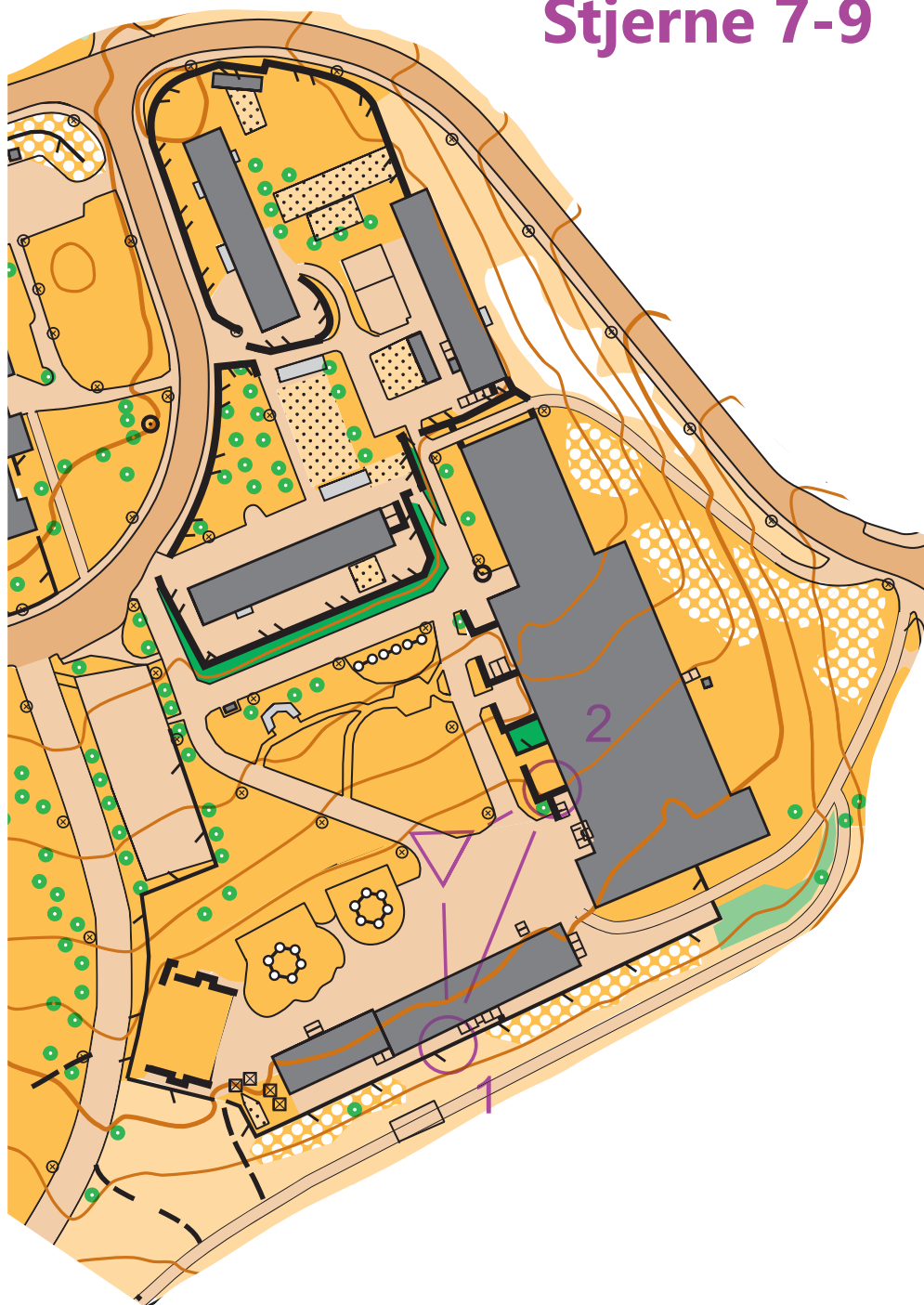
1:1500



Stjerne 7-9

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

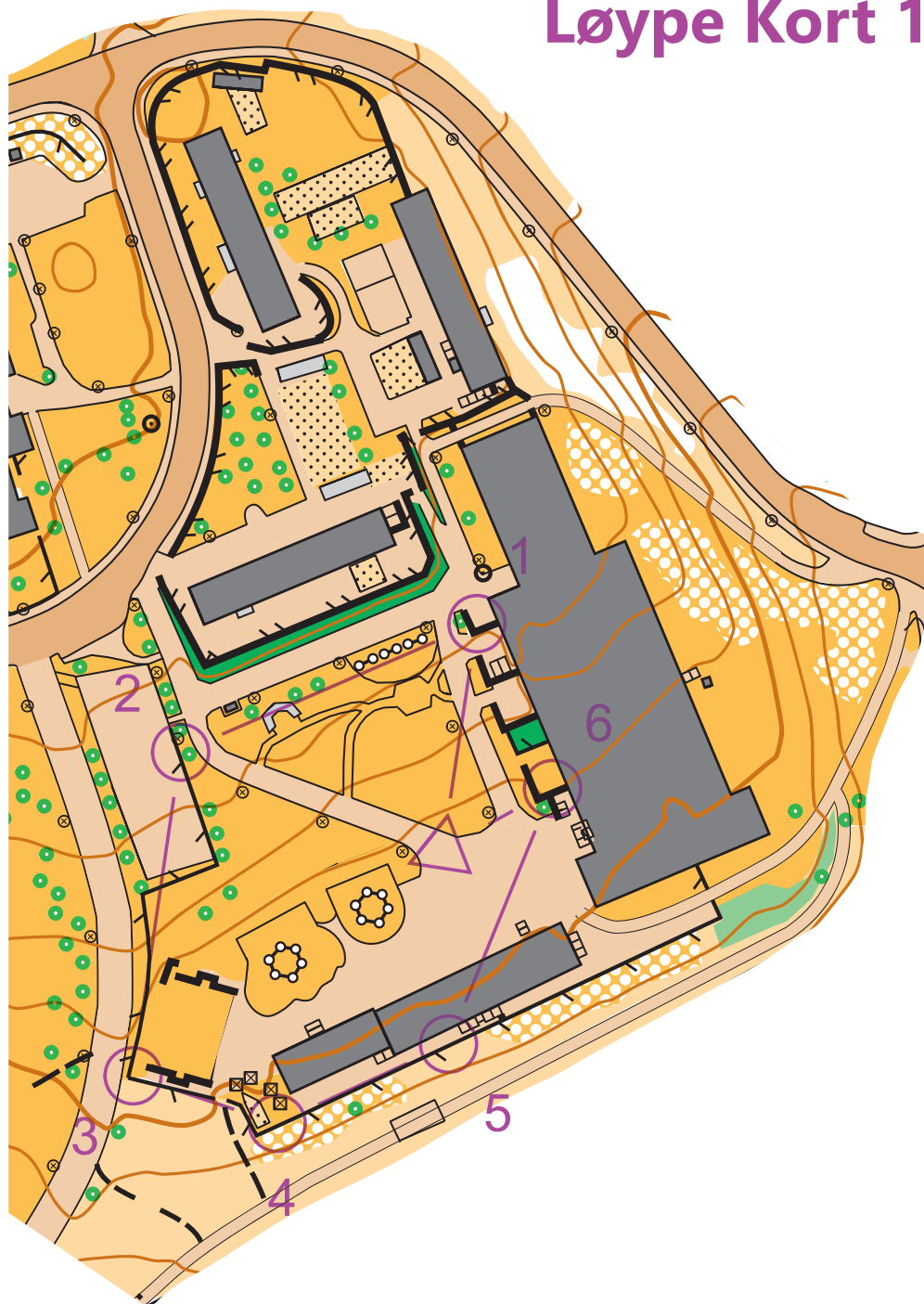
1:1500



Løype Kort 1

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

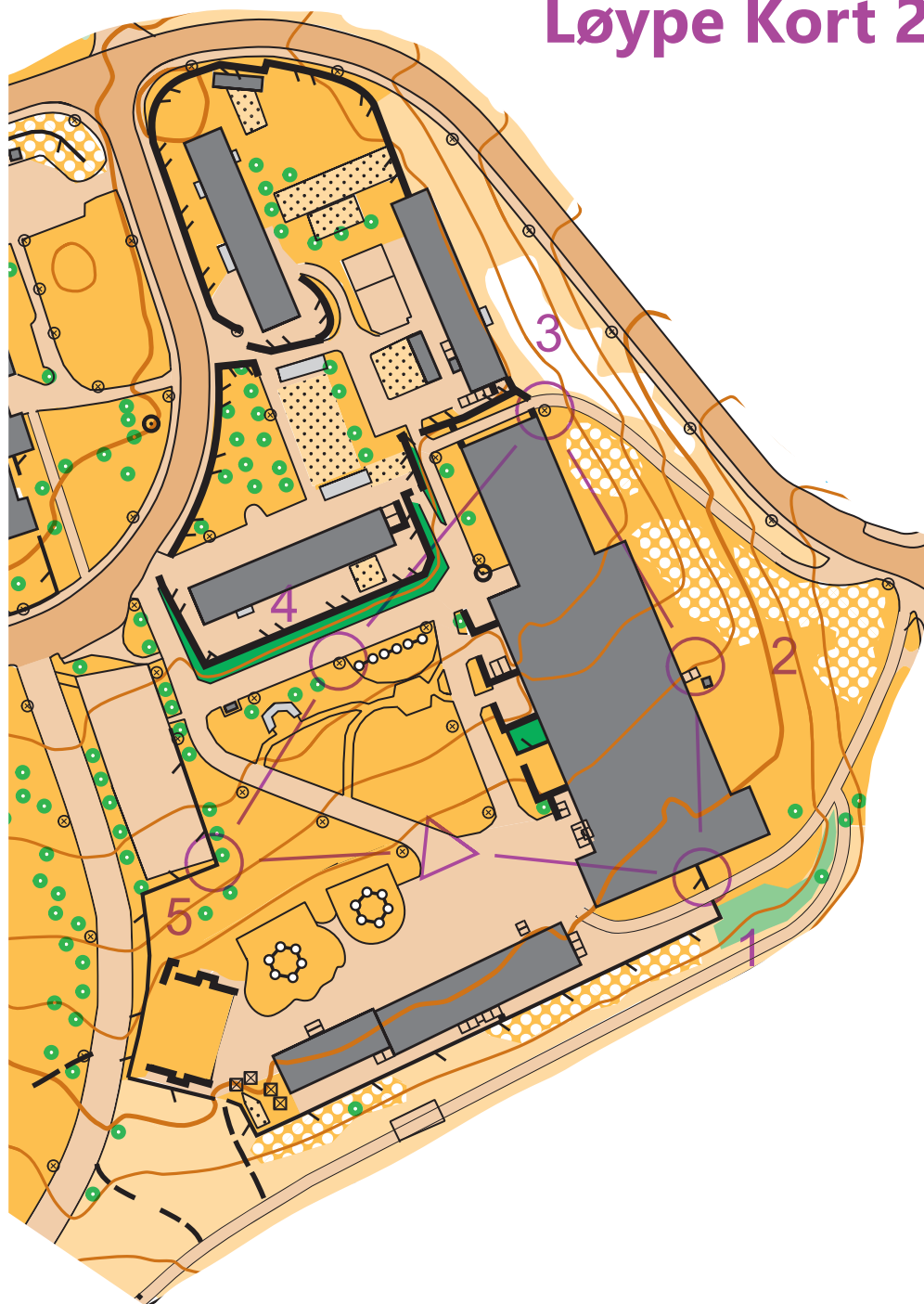
1:1500



Løype Kort 2

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Refstad skole



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

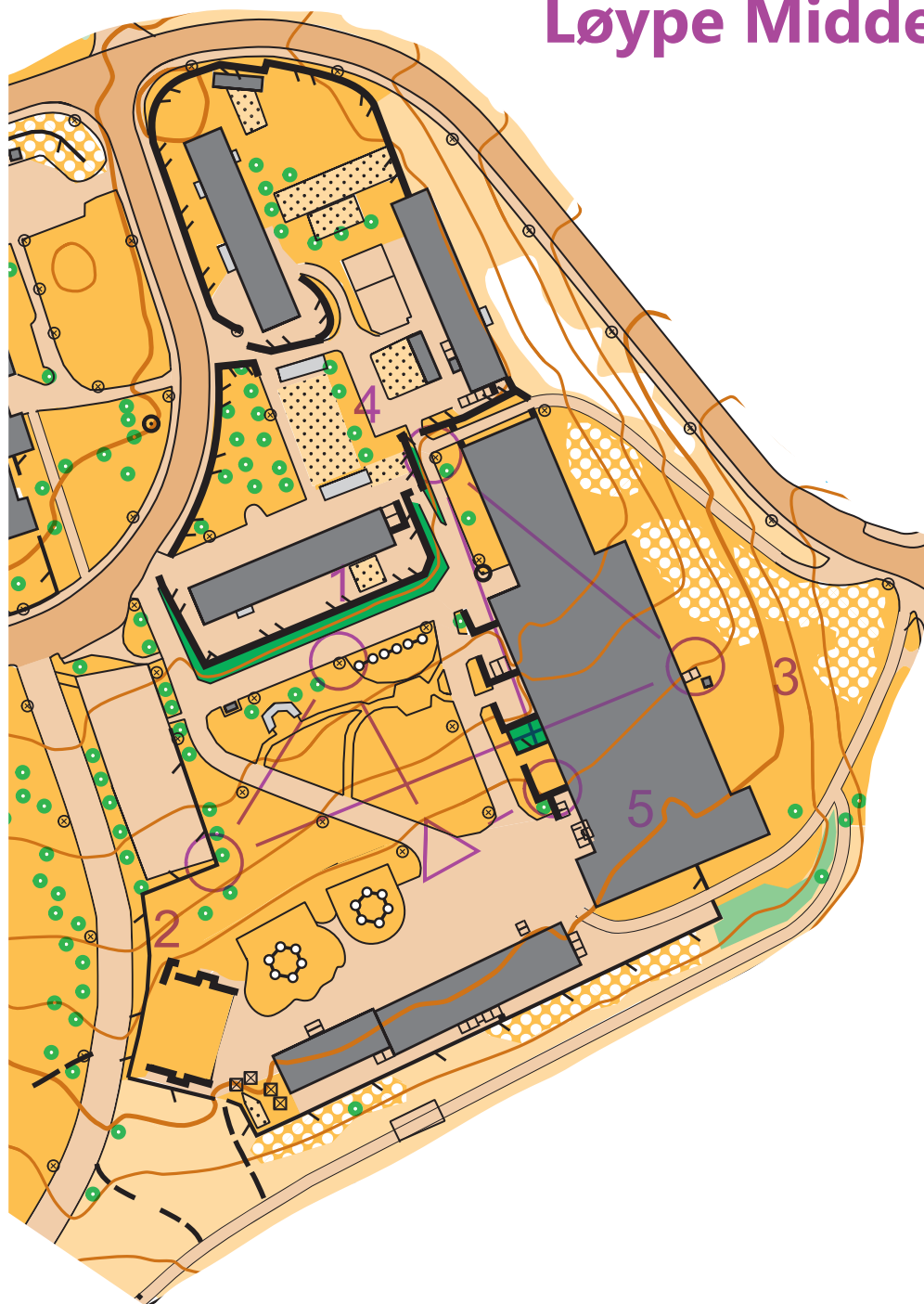
1:1500



Løype Middels

SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lyktestolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

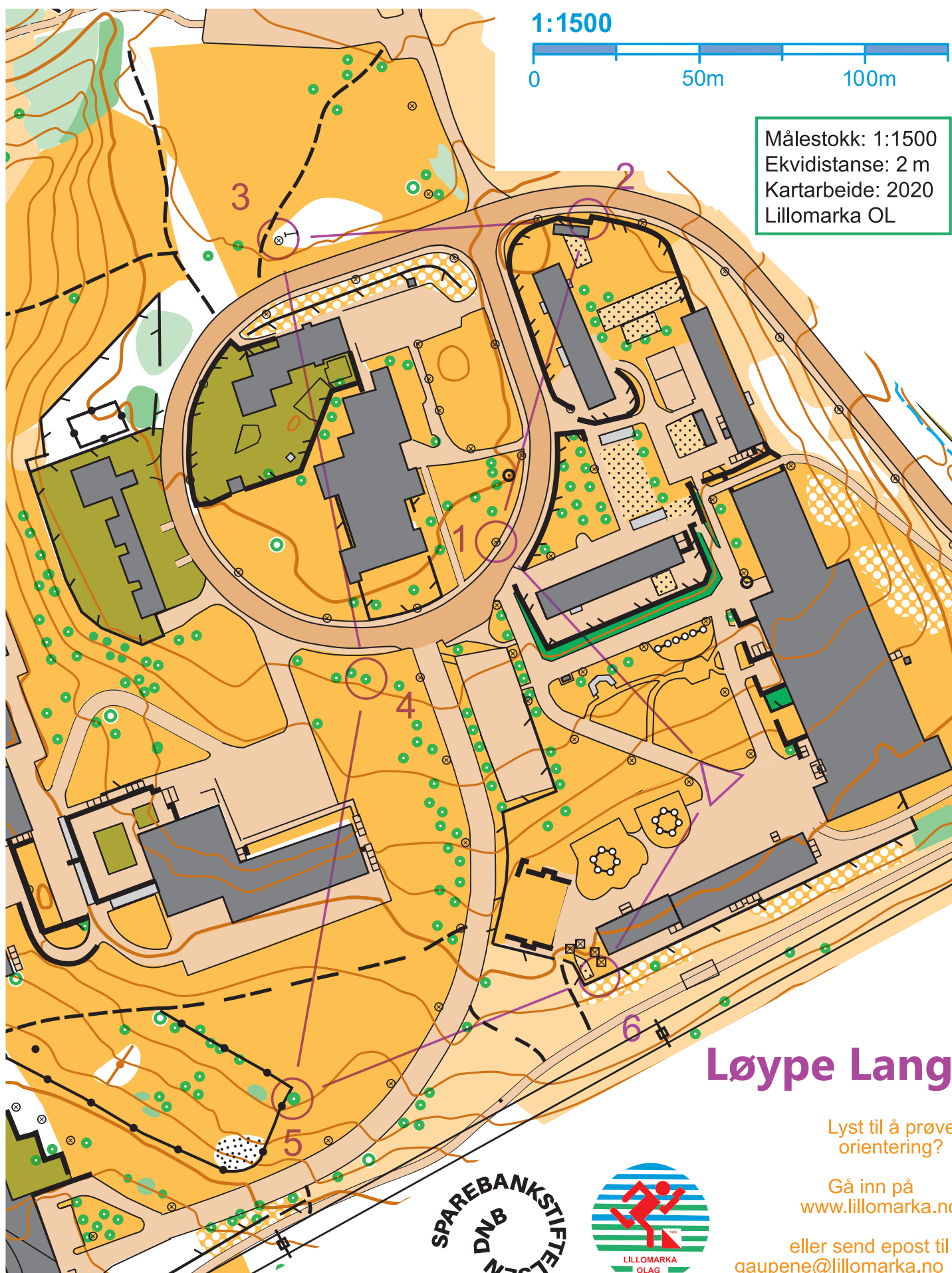
Refstad skole



1:1500



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL



Løype Lang

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@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

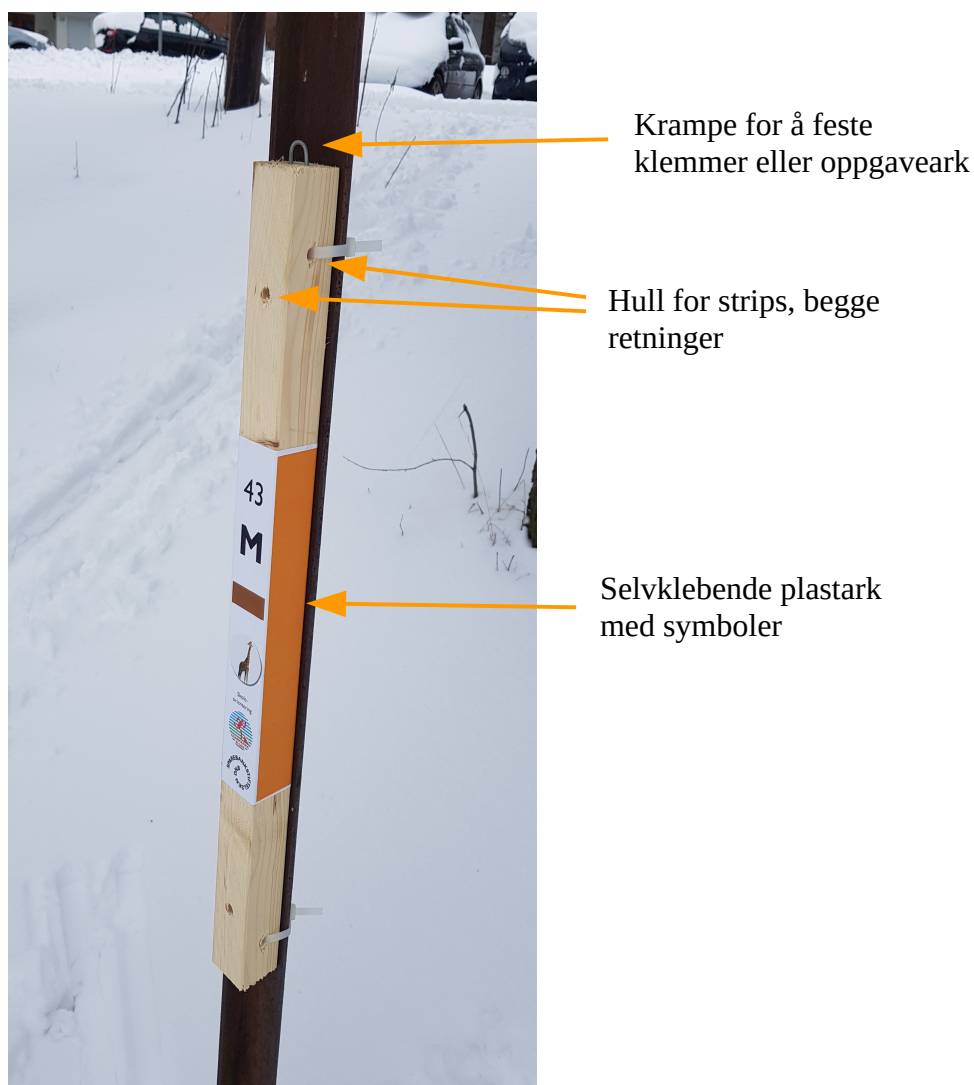
I en skolegård får ikke vanlige postflagg henge i fred lenge, de vil gjerne skolebarna leke med. Så for at postmarkeringene skal kunne stå i skolegården året rundt uten å forsvinne, bruker vi solide stolper av tre som festes med plaststrips eller patentbånd.

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 stemplingsklemmer 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.



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



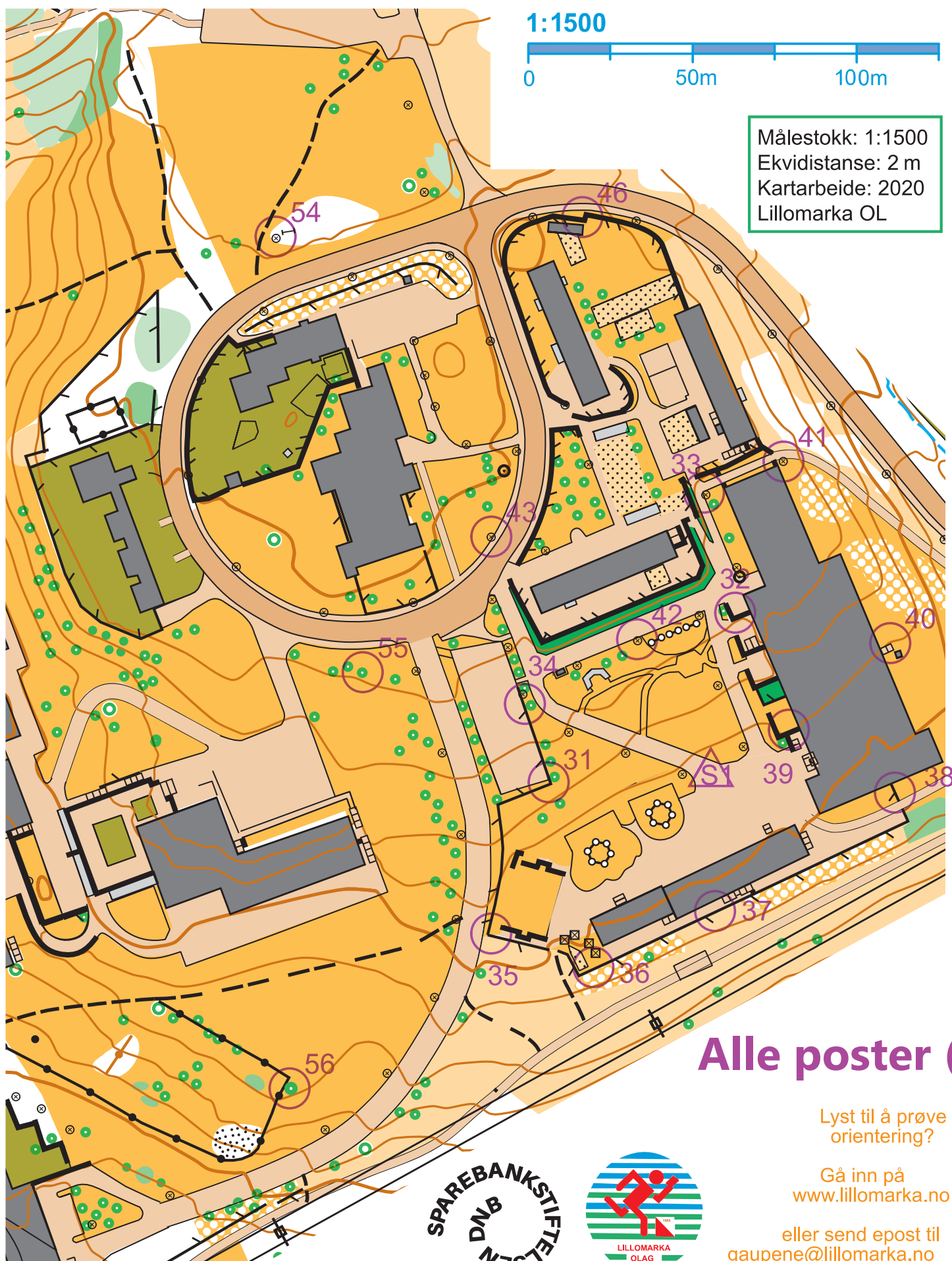
Refstad skole



1:1500



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL



Alle poster (ok)

Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no



Refstad skole



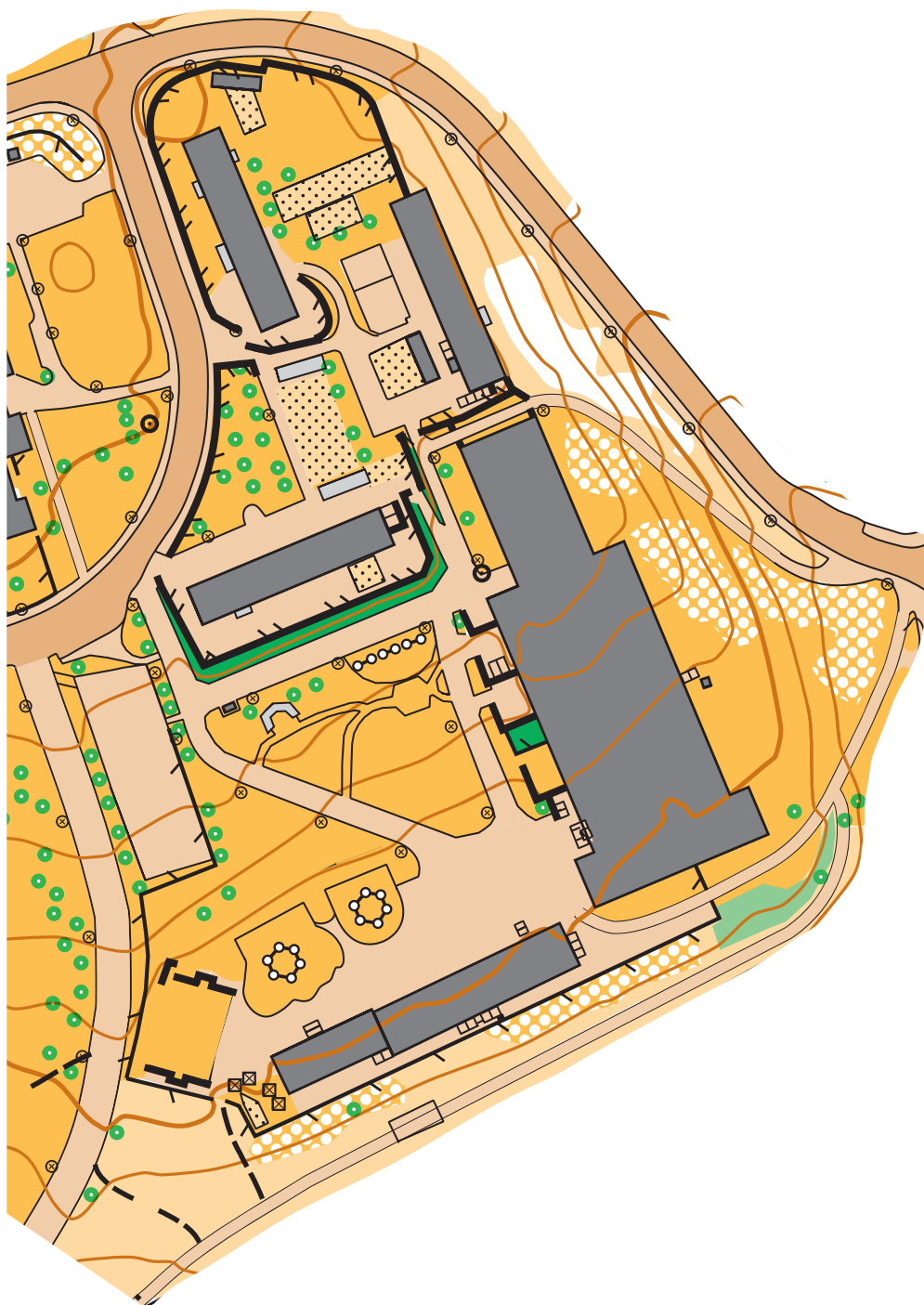
Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL

1:1500



SYMBOLFORKLARING:

- Høydekurve
- Høydepunkt
- Stein
- Åpent sandområde
- Bekk/grøft
- Åpent område
- Spredte trær
- Åpent, røft område
- Skog
- Tett skog
- Hekk
- Tre, stort tre
- Område med fast dekke
- Sti
- Stor sti
- Liten sti
- Passerbar mur
- Upasserbar mur
- Gjerde/rekkverk
- Upasserbart gjerde
- Forbudt område
- Bygning
- Overbygg
- Trapp
- Statue, monument
- Sykkelstativ, linjedetalj
- Spesiell detalj
- Lekeapparat
- Bord
- Benk
- Stolpe, lykt Stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

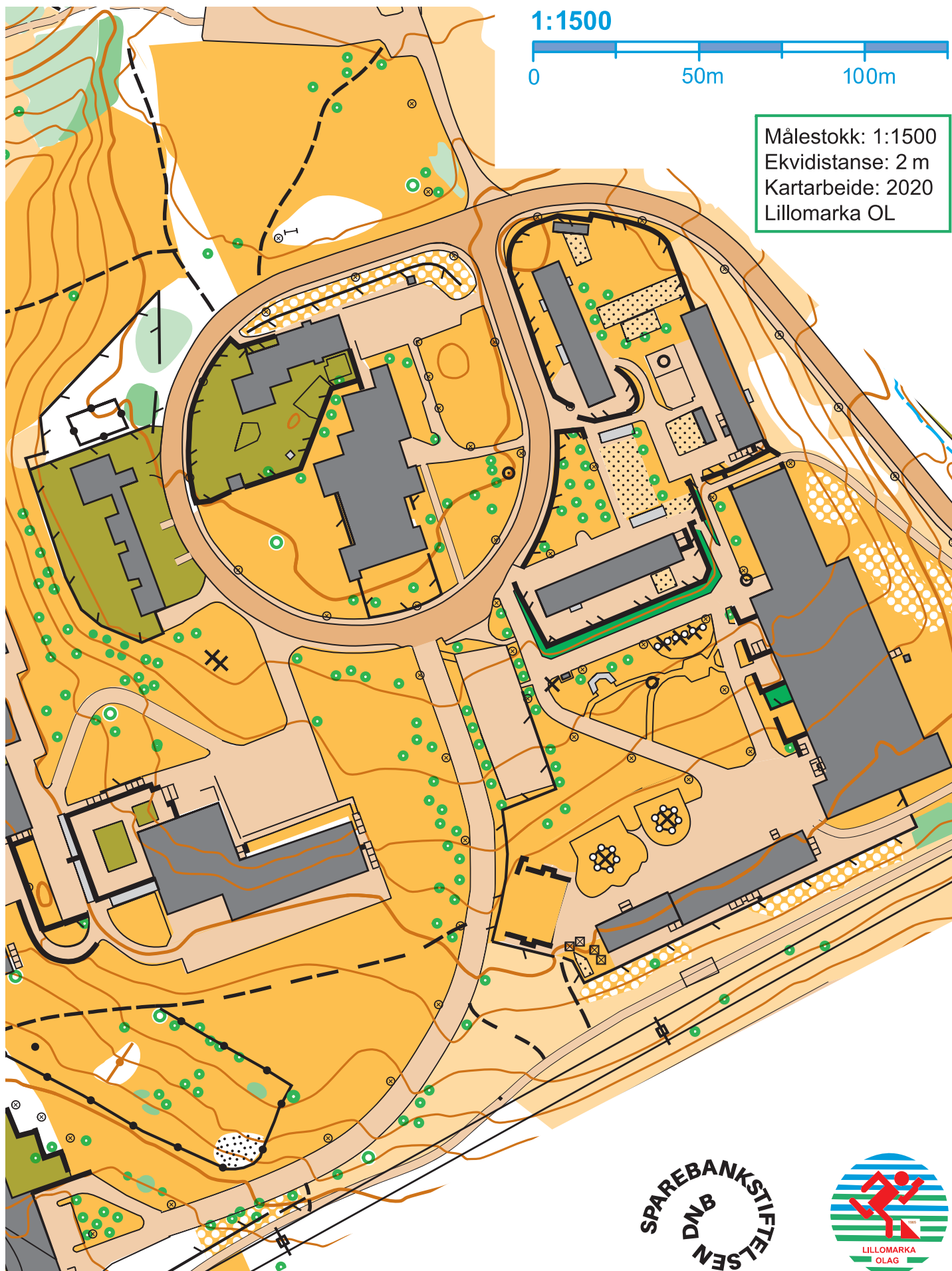
Refstad skole



1:1500



Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2 m
Kartarbeide: 2020
Lillomarka OL



SPAREBANKSTIFTELSEN
DNB

