

Skolegårdskart Løren skole

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

- Stjerne-orientering, åtte stk
- Løyper i skolegård, tre stk
- Fasit stjerne-orientering
- Beskrivelse av hvordan stolper og fasiten for stjerne-orientering brukes
- Et kart med alle postene/stolpene i skolegården
- Et kart uten poster for skolegården

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.

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.

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 10-6



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 11-2



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 1-6



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 2-8



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbuddt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbuddt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbuddt)
- Passerbar mur
- Mur (forbuddt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbuddt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 3-4



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 4-11



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



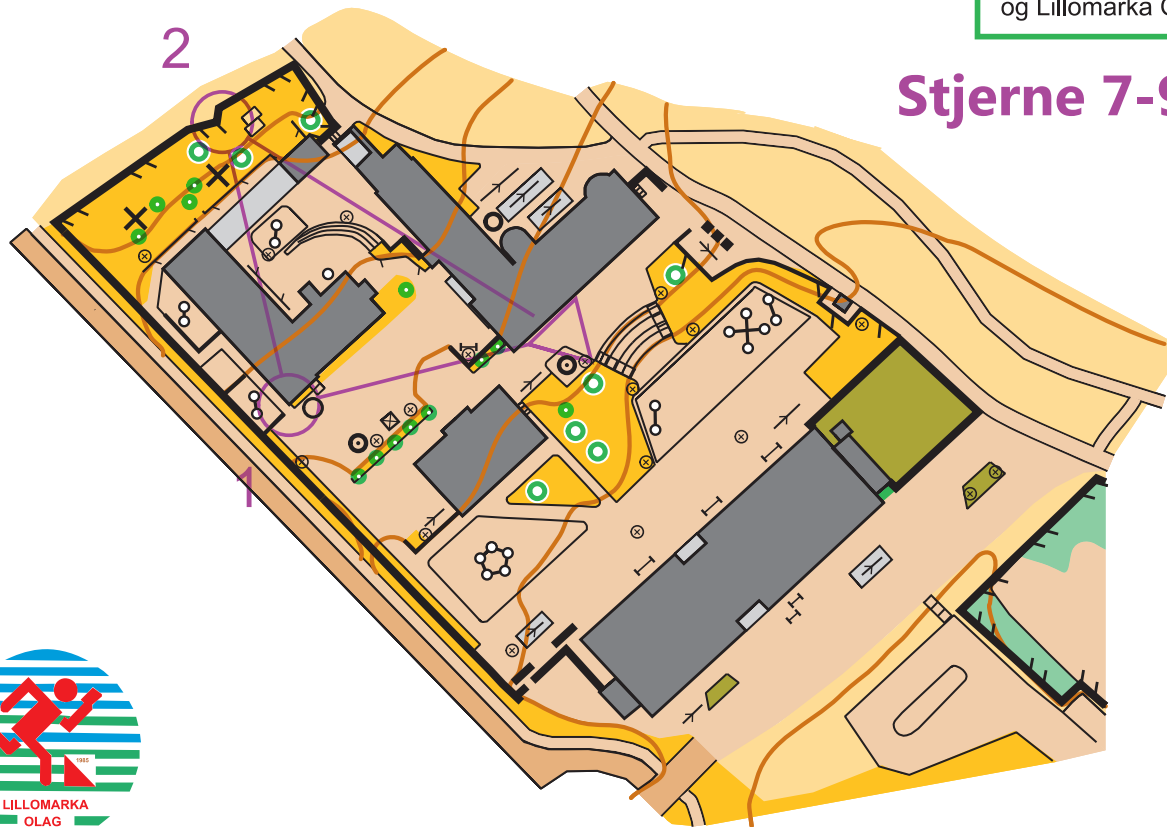
1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 7-9



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Stjerne 8-5



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbuds å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbuds å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbuds)
- Passerbar mur
- Mur (forbuds å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbuds å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Løype 1



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbuds å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbuds å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbuds)
- Passerbar mur
- Mur (forbuds å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbuds å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



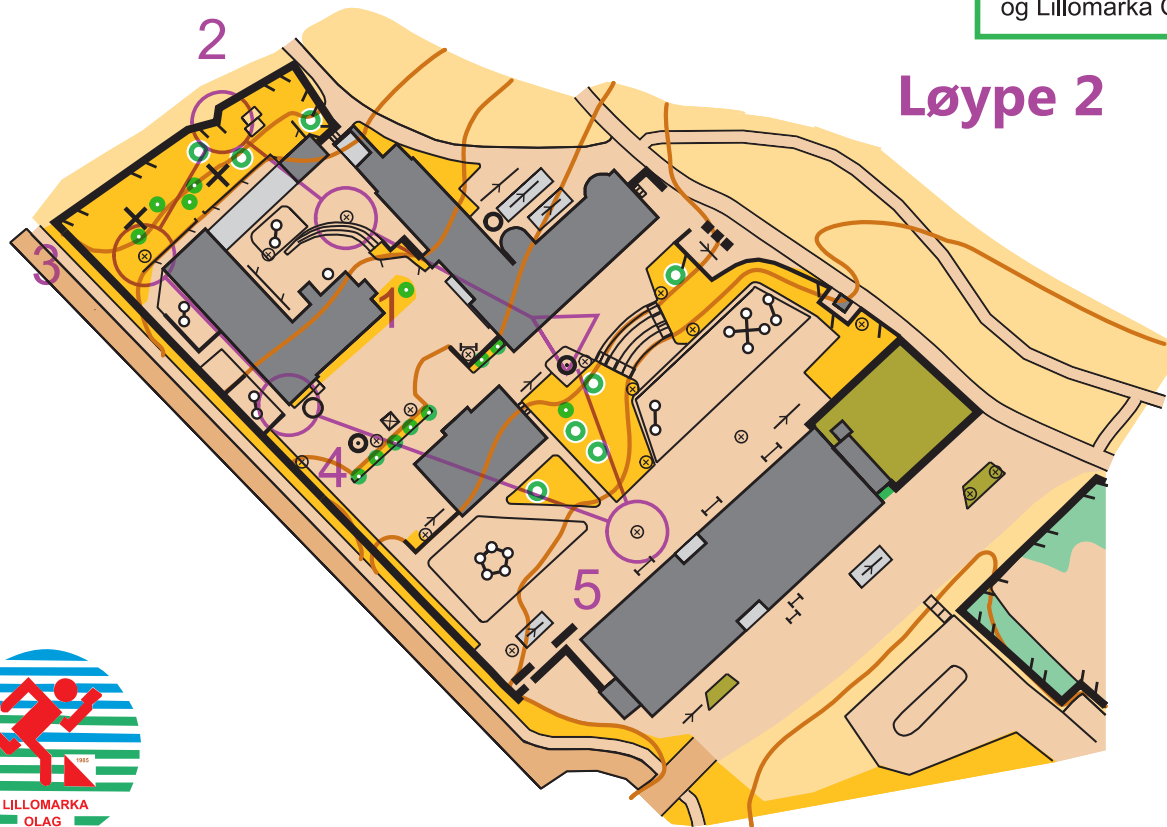
1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Løype 2



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



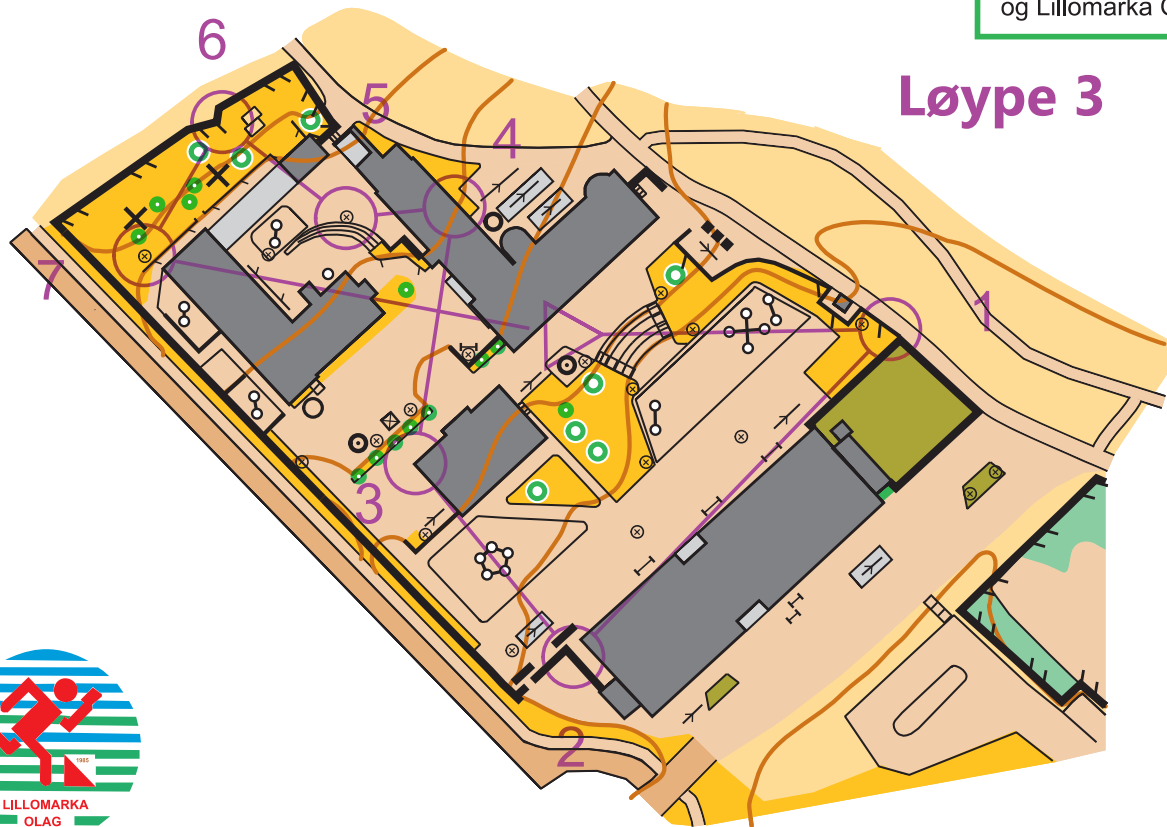
1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Løype 3



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbudt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbudt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbudt)
- Passerbar mur
- Mur (forbudt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbudt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



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.



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



Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENGET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL

Alle poster (objekter)



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbuddt å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Gruis, med kant
- Åpent, flatt og tørt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbuddt å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbuddt)
- Passerbar mur
- Mur (forbuddt å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbuddt å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no

Løren skole



1:1500

0 25m 50m 75m 100m

1 CM PÅ KARTET = 15 METER I TERRENET

Målestokk: 1:1500
Ekvidistanse: 2m
Kartarbeide: Nydalen
og Lillomarka OL



Tegnforklaring:

- Høydekurve
- Hus (forbuds å passere)
- Overbygg
- Asfalt/Grus, med kant
- Åpent, lettøpt område
- Åpent område
- Undervegetasjon /kratt
- Vegetasjon, dårlig løpbarhet
- Tre - stort, lite
- Privat (forbuds å passere)
- Blomsterbed, hekk (forbuds)
- Passerbar mur
- Mur (forbuds å passere)
- Passerbart gjerde
- Gjerde (forbuds å passere)
- Port, bom, passasje
- Stor sti
- Liten, utydelig sti
- Trapp
- Stein
- Spesiell detalj
- Flaggstang, stolpe



Lyst til å prøve
orientering?

Gå inn på
www.lillomarka.no

eller send epost til
gaupene@lillomarka.no