



[Orienteringskart](#) og [aktivitetsforslag](#) fra Norges Orienteringsforbund kan med fordel benyttes når elevene skal jobbe med følgende **kompetansemål**:  
(Se aktuelle aktivitetstips knyttet opp mot kompetansemålene under fanen «læreplanmål» på [www.o-skolen.no](http://www.o-skolen.no))

FAG	ETTER TRINN	MÅL FOR OPPLÆRINGA
Samfunnsfag	2. trinn	Samtale om korleis ulike kjelder, inkludert kart, kan gi informasjon om samfunnsfaglege spørsmål. Utforske og beskrive kulturminne og kultur- og naturlandskapet i nærmiljøet.
	4. trinn	Beskrive kultur- og naturlandskap i Noreg og samtale om korleis historiske og geografiske kjelder, inkludert kart, kan gi informasjon om landskap.
Kroppsøving	2. trinn	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre.
		Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå egne føresetnader.
		Leike og vere med saman med andre i aktivitet i varierte bevegelsesmiljø.
		Utforske naturen i nærmiljøet med varierte aktivitetar til ulike årstider.
	4. trinn	Utforske og gjennomføre leikar, idrettsaktivitetar, dansar og andre bevegelsesaktivitetar.
		Bruke kroppen til å utforske aktivitetar og utvikle grunnleggjande bevegelsar.
		Forstå og bruke reglar for samhandling i spel og bevegelsesaktivitetar.
		Utforske uteaktivitetar og samarbeide med andre under vekslande årstider i nærmiljøet.
		Lage og bruke kart for å orientere seg i kjent terreng.
	7. trinn	Utforske og gjennomføre leik og spel saman med andre i ulike bevegelsesaktivitetar.
		Gjennomføre aktivitetar ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar.
		Bruke kart, digitale verktøy og teikn i naturen til å orientere seg i natur og nærmiljø.
		Vurdere sikkerheit i uteaktivitet og naturferdsel.
10. trinn	Utforske egne moglegheiter til trening, helse og velvære gjennom leik, dans, friluftsliv, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar.	
	Trene på og utvikle ferdigheiter i varierte bevegelsesaktivitetar.	
	Forstå fleire typer kart og digitale verktøy og bruke dei til å orientere seg i kjende og ukjende miljø.	

Orienteringskart kan med fordel benyttes i flere fag når elevene skal jobbe med den **grunnleggende ferdigheten** «å kunne lese»:

Norsk	Lesing i norsk innebærer også å lese sammensatte tekster som kan inneholde skrift, bilder, tegninger, tall og andre uttrykksformer.
Kroppsøving	Utviklinga av leseferdigheiter i kroppsøving går frå å hente inn og reflektere over informasjon frå enkle instruksjonar, kart og tekstar til å kunne lese meir samansette og fagspesifikke tekstar, kart og bilete.

Ved å benytte fysisk aktiv læring blir læreplanens tverrfaglige tema «**Folkehelse og livsmestring**» ivaretatt.