

# FRILUFTS- SKOLEN



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT

Prosjektet «Orientering – Kart i skole og fritid»

## Orienteringsaktivitet på Friluftsskolen

Webinar 26. mai 2021



*noname*

Henning Bratland Carlsen

Ansatt i Norges Orienteringsforbund - Prosjektleder «Orientering i skolen»

[Henningbratland.carlsen@orientering.no](mailto:Henningbratland.carlsen@orientering.no) – tlf. 45293210



Mål for dagens webinar:

- Hvordan finne kart
- Få konkrete tips til orienteringsaktiviteter
- Bli kjent med nettsider og instruksjonsfilmer som kan være til hjelp når aktivitet skal planlegges
- Ulikt aktivitetsmaterieill
- Informasjon om instruktørjobben
- Få svar på ev. spørsmål

Presentasjonen blir sendt påmeldte deltakere på mail, den blir også bli lagt ut på [www.o-](http://www.orientering.no)  
[skolen.no](http://www.orientering.no) under fanen «prosjekt / dokumenter».



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# «Orientering - Kart i skole og fritid»

## HOVEDELEMENTER:

- Skolegårdskart på nett
- Aktivitetsmateriell
- Nettressurser
- Kurs- og undervisningstilbud
- Samarbeid med andre organisasjoner

## Hovedmålsetting:

«At barn og unge over hele landet er fysisk aktive i sitt nærområde og lærer seg å bruke kart gjennom lekbetonte aktiviteter i skole- og fritiden. Disse kartene skal være fritt tilgjengelig på nett.»

Økonomisk støtte fra Sparebankstiftelsen DNB, 5 millioner kroner over en treårsperiode (2020-2022) har muliggjort prosjektet «Orientering – kart i skole og fritid».



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*



# Samarbeid DNT, FL og NOF

Denne delen av prosjektet er et samarbeid mellom Den Norske Turistforening (DNT), Friluftsrådernes Landsforbund (FL) og Norges Orienteringsforbund (NOF).



To hovedområder:

- Orienteringsklubber tegner kart til utvalgte friluftsskoler.
- Utvalgte friluftsskoler får tilbud om orienteringsinstruktører.



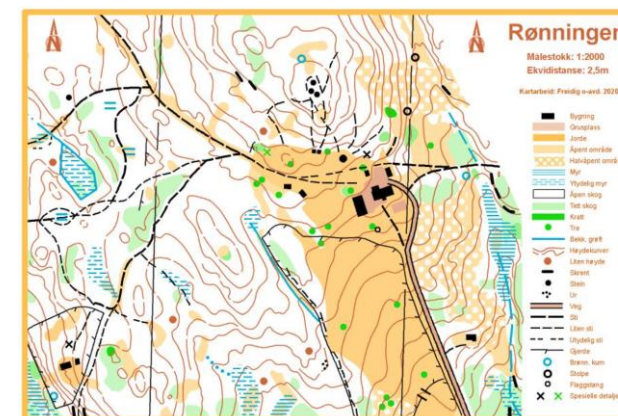
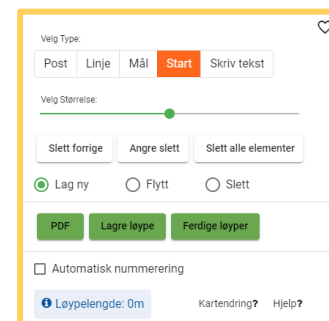
VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Kart - skoleorientering.no

- På [www.skoleorientering.no](http://www.skoleorientering.no) finner du skolegårdskart, nærkart og flere kart over aktuelle områder for Friluftsskoler.
- Brukervennlig: Ingen pålogging kreves, intuitive funksjoner, enkelt tegneverktøy og mulighet for lagring og utskrift.
- Se en kort introduksjonsfilm:



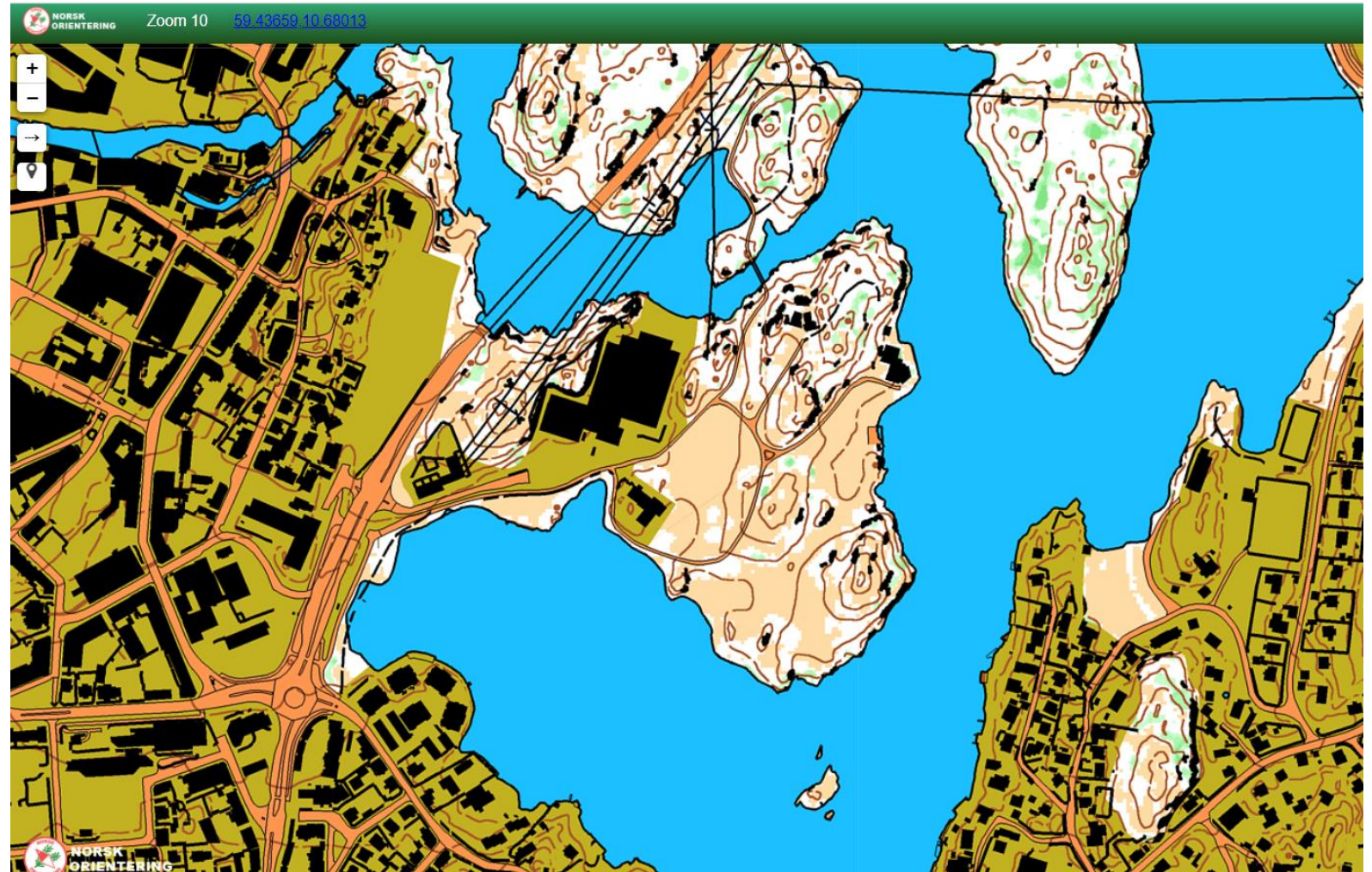
VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



noname

# Kart - mapant.no

På [www.mapant.no](http://www.mapant.no)  
kan du generere enkle  
orienteringskart.



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Kart - norgeskart.no

På [www.norgeskart.no](http://www.norgeskart.no)  
kan du lage enkle kart.



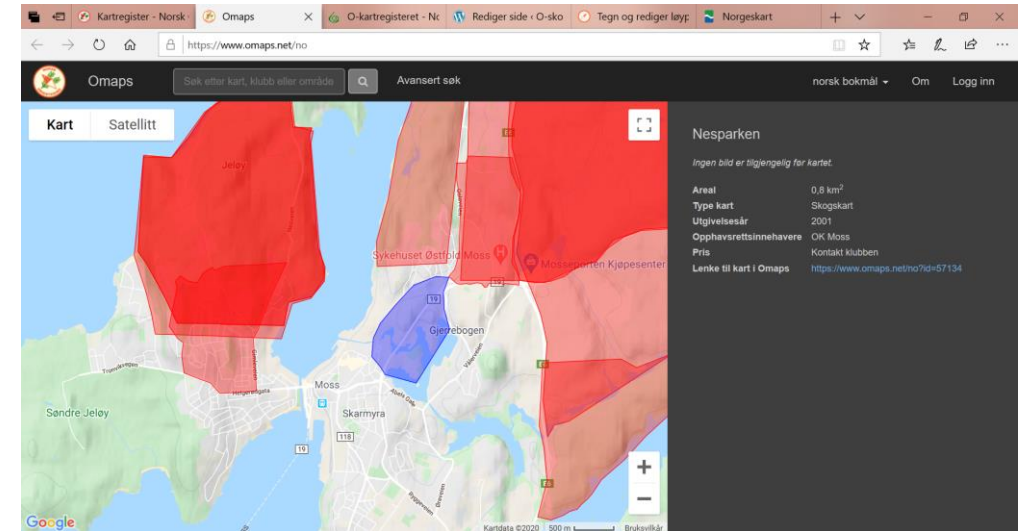
VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Kart - [omaps.net/no](https://www.omaps.net/no)

På [www.omaps.net/no](https://www.omaps.net/no) kan du finne ut hvor det er orienteringskart.



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*



# Kart - o-skolen.no

På <https://www.o-skolen.no/klubb-skole-1/finn-klubb-1/>

kan du finne en orienteringsklubb nær deg som forhåpentligvis kan svare på spørsmål om orienteringskart.

## Finn klubb

Fylkesvis oversikt over klubber tilsluttet Norges Orienteringsforbund (ikke oppdatert etter sammenslåing av enkelte fylker i 2020):

[Akershus og Oslo](#)  
[Aust-Agder](#)  
[Buskerud](#)  
[Finnmark](#)  
[Hedmark](#)  
[Hordaland](#)  
[Møre og Romsdal](#)  
[Nord-Trøndelag](#)  
[Nordland](#)  
[Oppland](#)  
[Rogaland](#)  
[Sogn og Fjordane](#)  
[Sør-Trøndelag](#)  
[Telemark](#)  
[Troms](#)  
[Vest-Agder](#)  
[Vestfold](#)  
[Østfold](#)



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Aktiviteter - nettressurser

Finn aktiviteter i [www.aktivitetsbanken.no/orientering](http://www.aktivitetsbanken.no/orientering) eller via [www.o-skolen.no](http://www.o-skolen.no) under fanen læreplanmål.

**Aktivitetsbanken**  
Øvelser og treningsprogram for ski, orientering & golf

Registrer deg | Logg inn

Ski | **Orientering** | Golf | Basisøvelser

Øvelser | Treningsøkter | Treningsperioder

Du er her: Aktivitetsbanken > Orientering > Øvelser

### Øvelser for orientering

Søk

Gren: Alle | Vanskelighetsgrad: Alle | Målgruppe: Alle | Funksjonshemming: Alle | Nøkkelord: Alle | Miljø: Alle

Øvelser	Vanskelighetsgrad	Målgruppe	Funksjonshemming	Miljø	Treningsøkter
<a href="#">Aktiviteter Orientering ( video )</a>	Nybegynner	Barn	Generell	Skog, terreng Skolegård	Logg inn for å lage egne økter.
<a href="#">Barns kartlesing og kartforståelse</a>	Nybegynner	Barn	Ikke tilrettelagt	Skog, terreng Skolegård	Logg inn for å lage egne økter.

Læreplanmål | Kart | Læring | Materieell | Samarbeid skole – klubb | Verdens o-dag | Pro

Barnehage  
1.-4. trinn  
**5.-7. trinn**  
8.-10. trinn  
Vg3

Læreplanmål etter 7. trinn:  
**Elevene skal kunne orientere seg ved hjelp av kart i kjent terreng.**

- Kunne orienteringskartets farger og de vanligste karttegnene
- Kunne orientere kartet ved hjelp av terrenget
- Kunne lese og forstå enkle detaljer på kartet og følge enkle, tydelige ledelinjer (eks.: langs vei, sti bekk)
- Kunne vurdere enkle veivalg (lang – kort vei, sikker/trygg – usikker vei)
- Kunne bruke kart i ulike målestokk

**Aktuelle undervisningsopplegg fra aktivitetsbanken:**  
[Fargeleken](#)  
Eleven lærer seg fargene på et orienteringskart. (Med enkel instruksjonsfilm.)  
[Karttegnlek 1](#) [Karttegnlek 2](#) [Karttegnlek 3](#)



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT

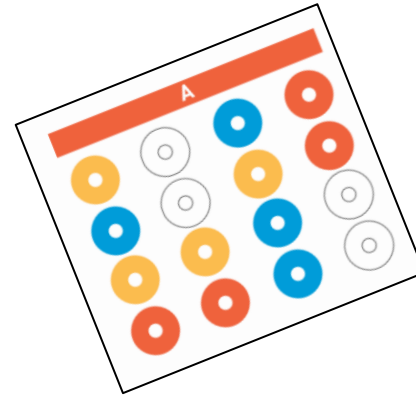


noname

# Aktiviteter - orientere seg uten orienteringskart

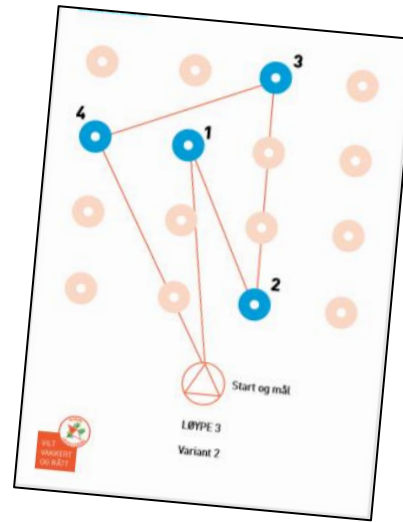
## Mønsteret

<http://aktivetsbanken.no/orientering/ovelser/monsteret/>



## Kjegle-løype

<http://aktivetsbanken.no/orientering/ovelser/kjegleloype/>



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Aktiviteter - orientere seg uten orienteringskart

## Caps-stafett

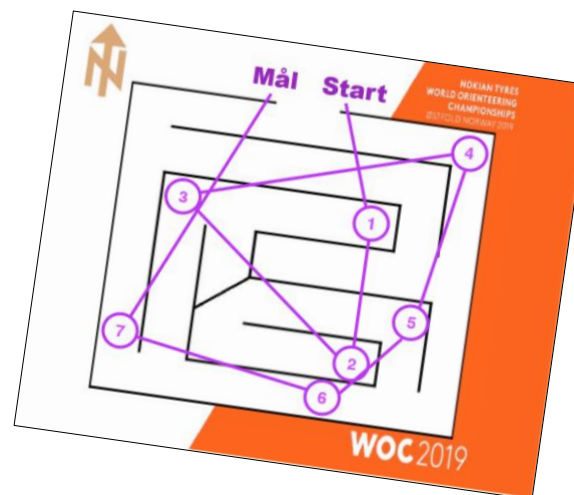
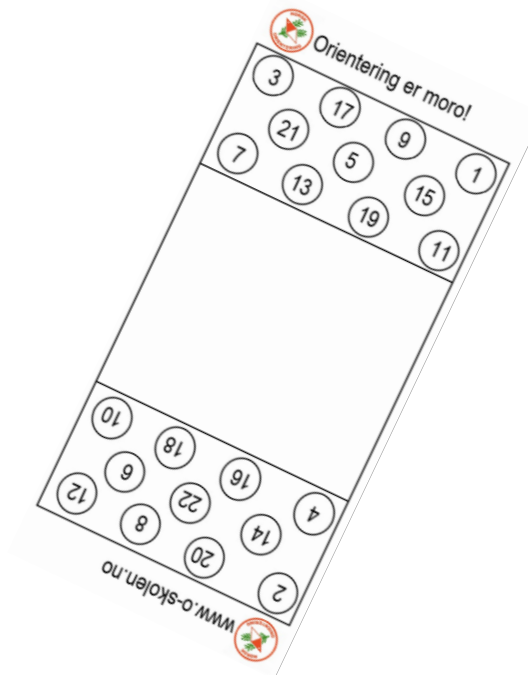
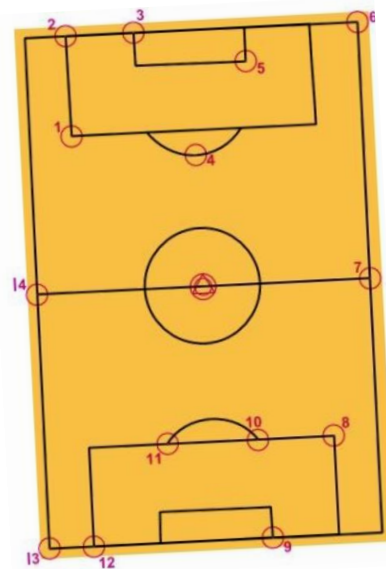
[aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/caps-stafett/](http://aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/caps-stafett/)

## Troll-leken

[aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/nybegynner-troll-leken/](http://aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/nybegynner-troll-leken/)

## Labyrint-orientering

[aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/labyrint-orientering/](http://aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/labyrint-orientering/)



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Aktiviteter - kartkunnskap

## Fargeleken

[aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/nybegynner-fargeleken/](http://aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/nybegynner-fargeleken/)

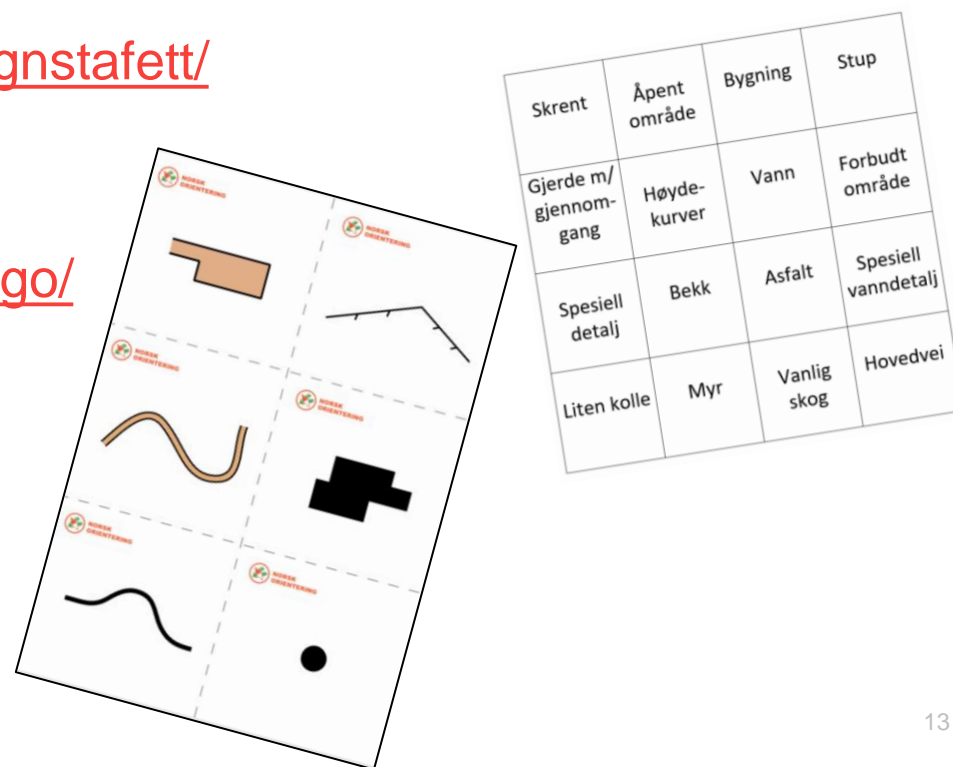


## Karttegnstafett

[aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/for-alle-karttegnstafett/](http://aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/for-alle-karttegnstafett/)

## Karttegn-Bingo

[aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/Karttegn-Bingo/](http://aktivitetsbanken.no/orientering/ovelser/Karttegn-Bingo/)



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



*noname*

# Aktiviteter - med orienteringskart

## Linje-orientering

[aktivetsbanken.no/orientering/ovelseser/for-alle-linje-orientering/](https://aktivetsbanken.no/orientering/ovelseser/for-alle-linje-orientering/)

## Revejakten

[Revejakten :: Aktivetsbanken](https://aktivetsbanken.no/orientering/ovelseser/revejakten)

## Skattejakten

[aktivetsbanken.no/orientering/ovelseser/nybegynnerskattejakten/](https://aktivetsbanken.no/orientering/ovelseser/nybegynnerskattejakten/)



VILT  
VAKKERT  
OG RÅTT



noname