



Amser ar gyfer y gweithgaredd:

Opsiynau ar gyfer nifer o sesiynau gwahanol o hyd amrywiol. 1 awr ar gyfer y gweithdy ymarferol.

Leoliad:

Allan yn yr awyr agored – gorau oll os oes hen goeden wrth law.

Cyd-destun: Mae'r cynllun gweithgaredd yma yn edrych ar syniadau sut i archwilio stori trwy'r Celfyddydau Mynegiannol a sut y gellid e ddefnyddio fel sbardun i syniadau a gweithgareddau eraill fyddai hefyd yn medru cael eu cysylltu gyda Meysydd Dysgu a Phrofiad Iaith, Llythrennedd a Chyfathrebu. Ar gyfer disgyblion CA2 mae'r stori wedi ei anelu, ond gellir addasu rhannau ohoni ar gyfer CA1 fel ffordd o edrych ar storïau traddodiadol.

Cysylltiadau â'r Cwricwlwm: Edrych ymlaen at ddatblygiad **Y Cwricwlwm Newydd i Gymru**, bydd y **Maes Dysgu a Phrofiad Y Celfyddydau Mynegiannol** yn cynnwys celf, drama, cerddoriaeth, dawns, ffilm a'r cyfryngau digidol, gan gwmpasu agweddau creadigol ehangach megis byrfyfyrïo. Mae rhai enghreifftiau o sut y gall y maes hwn gyfrannu at bob un o bedwar diben y cwricwlwm yn cynnwys:

Dysgwyr uchelgeisiol a galluog – annog plant i archwilio meysydd profiad newydd a heriol ac i anelu at wella eu perfformiad

Cyfranwyr mentrus a chreadigol – datblygu creadigrwydd mewn ystod o wahanol ffyrdd o fynegiant; darparu cyd-destunau a heriau cyfoethog fydd yn galluogi plant i gydweithio, gan ddysgu o werthuso'n feirniadol eu gwaith eu hunain

Dinasyddion egwyddorol a gwybodus - eu galluogi i adnabod eu hunaniaeth ddiwylliannol a chymdeithasau eraill mewn llyfudd ac mewn amseroedd eraill

Unigolion iach a hyderus – eu cynorthwyo i ddatblygu gwytnwch a themlo'n fwy hyderus wrth iddynt gael mwynhad a boddhad personol o fynegiant creadigol

Offer ac adnoddau a awgrymir:

- Llyfr – 'The Lost Happy Endings' gan Carol Ann Duffy
- Gwisgoedd ac eitemau amrywiol sydd wedi eu 'casglu' o storïau dychmygol
- Sach
- Glanhawyr Cety'n Iliw Aur
- Clai
- Darnau o hen ffabrig – gan gynnwys llenni net i'w defnyddio fel 'niwlen'
- Ysgrifbinnau / papur glas tywyll neu ddu
- Siswrn gardd / cyllell / secateurs / pegiau pabell / morthwylion a menig diogelwch os ydych chi'n defnyddio offer
- Bowlen tân ac offer os ydych yn defnyddio tân
- Gwlân
- Camerâu digidol/ i-pad
- Uchelseinydd cludadwy os am ddefnyddio cerddoriaeth yn yr awyr agored
- Hen fframiau paentio pren
- Llinyn

Amcanion

Erbyn diwedd y gweithgaredd hwn bydd y cyfranogwyr wedi cael cyfle i weld sut mae defnyddio stori i gynllunio cyfres o sesiynau sydd wedi eu gwreiddio yn y Celfyddydau Mynegiannol, ond hefyd sydd yn medru bod yn rhan o ddull mwy trawsgwricwlaidd

Syniadau ar gyfer Gweithgareddau

Bydd y gweithdy ymarferol yn cychwyn trwy edrych ar **Osod y Sefyllfa**. Gellir gwneud hyn trwy ddefnyddio gweithgaredd dechreuol/gweithgaredd ysbrydoli, neu os dymunir, gellir defnyddio'r gweithgaredd hwn nes ymlaen os yw'r stori yn cael ei harchwilio fesul tudalen. Dylid creu ardal a allai fod yn gartref i Jub a'i addurno trwy ddefnyddio propiau lliwgar, dillad, byntin a llyfrau. Ar gyfer sesiynau pellach, gall y plant eu hunain gynllunio a chreu'r ardal hon, fyddai'n arwain at weithgareddau chwarae rôl o fewn yr ystafell ddosbarth mewn gwaith yn y dyfodol.

Yna bydd cyfranogwyr y gweithdy yn rhannu'r stori cyn cael cyfle i archwilio rhai o'r syniadau a gweithgareddau allweddol sydd wedi eu hamlinellu ar y tabl cynllunio Celf. Mae'n bur debyg y bydd deinameg grŵp, profiad blaenorol o fewn y celfyddydau a'r grŵp cleientiaid yn dylanwadu ar hyn. Bydd angen darparu adnoddau fydd yn caniatáu i'r nifer mwyaf o opsiynau gael eu defnyddio er mwyn teilwra'n unigryw ar gyfer y grŵp.

Cwestiynau allweddol a awgrymir

- Sut y gellir defnyddio'r amgylchedd awyr agored i archwilio'r Celfyddydau Mynegiannol, yn hytrach na mynd a'r Celfyddydau Mynegiannol i'r awyr agored?
- Pa risgiau allai fod yn gysylltiedig â sut y gellid rheoli gweithgareddau yn ddiogel?
- Sut y gallwn sicrhau bod pob cyfranogwr yn cymryd rhan a chaniatáu iddynt weithio o fewn eu terfynau profiad a hyder, ond hefyd eu hannog i archwilio syniadau newydd a chymryd risgiau creadigol
- Sut y gellir rhannu a dathlu gwaith sydd yn cael ei ddatblygu trwy'r Celfyddydau Mynegiannol?
-

Addasu ar gyfer anghenion/galluoedd gwahanol

Nodir y rhain yn y tabl cynllunio. Bydd ymarferwyr yn gweld bod ystod eang o ddewisiadau a byddant yn medru dewis gweithgareddau yn seiliedig ar eu hyder a'u profiad eu hunain yn ogystal â'r grwpiau y maent yn gweithio gyda nhw

Gweithgaredd dilynol/ymestyn

Gellir ymestyn llawer o'r gweithgareddau a awgrymir fel gwaith dilynol. Mae dros 40 o weithgareddau wedi eu hawgrymu yn barod ond mae'r stori yn cynnig ei hun ar gyfer storïau dilynol a deilliedig y gellid eu harchwilio mewn ffyrdd tebyg i'r hyn a awgrymir yn y tabl cynllunio gwreiddiol.

Gwybodaeth Ychwanegol:

Mae llawer o wahanol fathau o themâu cerddorol yn **'Carnifal yr Anifeiliaid' (Carnival of the Animals) gan Saint-Saens** fyddai'n medru cefnogi llawer o'r gweithgareddau cerddoriaeth, dawns a drama, neu ddarparu trac sain da iawn ar gyfer y cyflwyniadau celf a digidol fydd wedi eu creu. Unwaith y bydd y plant yn gwybod y stori, byddai modd iddynt wrando ar ddarnau gwahanol o gerddoriaeth a disgrifio pa ran o'r stori maent yn meddwl amdano wrth iddynt wrando ar bob darn.

Llyfrau a argymhellir:

Argymhellir y canlynol fel llyfrau sydd yn cynnig ffyrdd cyffrous o ddysgu storïau traddodiadol trwy gerddoriaeth, dawns a drama sef **'Three Tapping Teddies'**, **'Three Singing Pigs'**, **'Three Rapping Rats'** a **'Three Rocking Crocs'** gan **Kaye Umansky**

Mae nifer o lyfrau ar gael hefyd sydd yn cynnig diweddglu gwahanol i'r chwedlau traddodiadol fyddai'n medru cefnogi gwaith o fewn Meysydd Dysgu a Phrofiad Iaith, Llythrennedd a Chyfathrebu.

Cynllun Gweithgareddau: Iechyd a Lles 'Healing Nature'

Faint o amser sydd ei angen ar gyfer y gweithgaredd:

2-3 awr os caiff yr holl weithgareddau eu cynnal fel rhan o un sesiwn. Gallai ymarferwyr ddewis cyfuniad o weithgareddau os yw amser yn brin. Gellid mwynhau'r gweddill mewn sesiynau eraill.

Lleoliad:

Unrhyw leoliad yn yr awyr agored.

Cyd-destun

Mae'r cynllun gweithgareddau hwn wedi cael ei ddylunio i ddangos sut y gellir defnyddio'r awyr agored i wireddu a chyfoethogi'r cwricwlwm Iechyd a Lles fel y'i disgrifir yng 'Nghwricwlwm Newydd Cymru' ac y'i nodir yn 'Dyfodol Llwyddiannus'.

Cysylltiadau â'r cwricwlwm

- Nod y Maes Iechyd a Lles o fewn Addysg a Dysgu yw helpu plant a phobl ifanc i ddatblygu'r wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau er mwyn datblygu cydberthnasoedd positif a phriodol, delio â materion a phenderfyniadau anodd, a dysgu sut i fyw'n annibynnol. Bydd hyn yn canolbwyntio ar chwaraeon a gweithgarwch corfforol, sef testun y Grŵp Gorchwyl a Gorffen a arweiniwyd gan y Farwnes Tanny Grey-Thompson, yn ogystal â lles meddyliol ac emosiynol, a materion sy'n ymwneud â rhyw a chydberthynas.
- Drwy gael hwyl, symud a chyffwrdd y byd o'u cwmpas mewn amgylchedd amlsynnwyr, gall y rhai sy'n cymryd rhan gyfathrebu'n rhydd a datblygu dealltwriaeth o ddiwylliant, cymuned a byd ddoe a heddiw. Wrth ddatblygu dealltwriaeth a gwerthfawrogiad o'u byd naturiol mae dysgwyr yn fwy tebygol o ddod o hyd i ffyrdd o ofalu amdano.
- Mae plant yn datblygu'n unigolion iach a hyderus sy'n gallu mynegi eu meddyliau a'u teimladau a dadansoddi rhai pobl eraill, gan ddangos parch a datblygu cydberthnasoedd cryf a phositif fel y gallan nhw weithio gydag eraill i oresgyn heriau.
- Mae plant a phobl ifanc yn datblygu'r wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau er mwyn datblygu cydberthnasoedd positif a phriodol, delio â materion a phenderfyniadau anodd, a dysgu sut i fyw'n annibynnol.
- Drwy archwilio a chyflawni ymarferion ac atgyfnerthu pwysigrwydd deiet a ffitrwydd, gall dysgwyr gymryd cyfrifoldeb dros eu bywydau eu hunain a gwneud gwell dewisiadau a phenderfyniadau ynghylch eu hiechyd corfforol a meddyliol.
- Bydd y rhai sy'n cymryd rhan yn gwybod sut i ddod o hyd i wybodaeth a chefnogaeth er mwyn cadw'n ddiogel ac yn iach. Byddan nhw'n datblygu i fod yn unigolion iach, hyderus a gwybodus; yn rhan o gymdeithas amrywiol a pharchus.

Offer ac adnoddau

Sylfaenol:

- Prop i gynrychioli Plentyn coll (dol/pyped/tegan meddal)
- Mwclis wedi ei wneud o linyn a disg oren. Mae symbol ar y disg (e.e. arth/afon/derwen) a gweithred wedi ei hysgrifennu arni (cysgu/rhedeg/ymestyn). Mae hyn yn datgelu Enw'r Plentyn.
- Map – afon â 5 pwynt wedi eu nodi sy'n dangos y ffordd, gyda'r gair "Gartref" ar y diwedd.

- Darnau hir o ddefnydd sy'n cynrychioli tonnau
- Basged i ddal y deunyddiau sydd eu hangen

Pwynt 1 y Map:

- Disgiau pren (dim mwy na maint llaw) gyda thwll yng nghanol y top. Rhai plaen y gall disgyblion ysgrifennu arnyn nhw.
- Bag/basged yn llawn cardiau/disgiau pren â berfau/symbolau wedi eu hysgrifennu arnyn nhw ac un arall sy'n cynnwys rhai fflora/ffawna/mwynau (lluniau neu eiriau)
- Gwlân lliwgar
- Peniau ffelt
- Siswrn

Pwynt 2 y Map:

- Geiriau'r gân "Annwyl Bennaeth"
- Drwm llaw
- Ffyn rhythm (2 i bob disgybl)

Pwynt 3 y Map:

- Asana'r stori yoga - dewiswch asanas sylfaenol e.e. mynydd, coeden, eryr, alarch, haul, rhyfelwr, plentyn a.y.b.

Pwynt 4 y Map:

- Tatws/peli plastig meddal
- Llinyn/sialc
- Basged/bowlen maint bowlen golchi llestri (1 i bob tîm cyfnewid)

Pwynt 5 y Map:

- Blancedi/matiau
- Sgript myfyrio

Amcanion

Erbyn diwedd y gweithgaredd hwn bydd dysgwyr:

- Wedi cael teimlad hyderus o hunanwerth
- Wedi cael teimlad o hunaniaeth
- Wedi cael profiad o ddinasyddiaeth
- Yn adnabod eu diwylliant eu hunain a diwylliant eraill yn y gorffennol a'r presennol
- Yn cydweithio gydag eraill i gyflawni canlyniadau a goresgyn heriau
- Yn teimlo empathi ag eraill, yn eu parchu a'u helpu
- Yn datblygu cydberthnasoedd
- Yn deall beth yw bod yn ddiogel
- Yn ymwybodol o gyfrifoldeb personol
- Yn gwneud dewisiadau iachach
- Yn gorfforol egniol
- Yn chwarae rôl yn hyderus o flaen eraill
- Yn defnyddio technegau ymwybyddiaeth ofalgar ac yn gallu eu defnyddio yn y dyfodol
- Yn datblygu gwydnwch
- Yn meddwl yn greadigol ac yn bod yn ddyfeisgar
- Yn adnabod emosiynau
- Yn gwerthfawrogi diwylliannau a thraddodiadau eraill o'r gorffennol a'r presennol

Beth i'w wneud

Creu'r sefyllfa

Mae'n dechrau wrth i Blentyn brodorol coll, sydd wedi ei anafu, gael ei ddarganfod. Mae wedi bwrw ei ben ac nid yw'n gallu cofio unrhyw beth. Mae gan y Plentyn ambell beth mewn basged (yn ddibynnol ar y gweithgareddau sydd wedi eu cynllunio) gan gynnwys map o'r afon â 5 pwynt wedi eu marcio arno a

“gartref” ar y diwedd. Yr unig beth all y Plentyn ei gofio yw bod ym Mhwynt 1 y map yn casglu tatws i’w deulu eu bwyta.

Nod y sesiwn yw helpu’r Plentyn i fynd i fyny’r afon a “gartref”; gyda’r dysgwyr yn gweithio fel tîm. Mae 5 arhosfan ar hyd y ffordd ble caiff gweithgareddau sy’n ymwneud â phob agwedd o lechyd a Lles eu cynnal. Mae’r Plentyn a’r dysgwyr yn teithio ar hyd yr afon, gan ddelio â ffactorau sy’n effeithio ar syniad y Plentyn o lechyd a Lles. Mae’r dysgwyr yn darganfod y gallan nhw gael gwared â’u gofid/straen/tensiwn drwy fynd “oddi mewn”. Maen nhw’n dod yn ymwybodol o’r presennol ac yn sylweddoli pwy ydyn nhw, eu pŵer i greu a datrys problemau, a deall eu hunain fel pobl hyfryd ac arbennig.

Ger Pwynt 1 y map

Dyfalwch enw’r Plentyn gan ddefnyddio’r cliwiau ar ei dalisman (mwclis, disg pren). Rhannwch y dysgwyr i grwpiau llai. Mae gan bob grŵp 2 fisged bren mewn bag/basged, mae Berfau ar un ac mae anifeiliaid/planhigion naturiol brodorol y Plentyn yn y llall. Mae’r dysgwyr yn cymryd tro i gymryd 1 disg pren. Mae hwn yn datgelu eu henw am y diwrnod, e.e. Eryr sy’n Rhedeg, Afon sy’n Byrlymu. Mae pob plentyn yn cymryd tro i actio eu henw i weddill y grŵp tan i rywun ddyfalu eu henw. Gan ddefnyddio’r deunyddiau a ddarperir, mae’r grŵp yn gwneud mwclisau enwau eu hunain i’w gwisgo.

Rhwng pob gweithgaredd sy’n cael ei gyflawni’n llwyddiannus, mae’r dysgwyr yn defnyddio’r deunydd i helpu symud y Plentyn ymhellach ar hyd yr afon i bwynt nesaf y map.

Gallwch arbrofi gyda llif, cyflymder a gwaith tîm a dynwared y tywydd.

Gallwch ymarfer gwrando a dilyn cyfarwyddiadau.

Ger Pwynt 2 y map

Nid yw’r Plentyn yn teimlo’n ddiogel, mae’n crynu gan ofn ac nid yw’n gallu symud. Trafodwch y rhesymau pam fod hyn yn digwydd a beth all y grŵp ei wneud i helpu’r Plentyn deimlo’n fwy diogel. Gwrandewch ar y syniadau. Cyflwynwch y cydsyniad o siarad yn bwylllog, ac yna canu er mwyn teimlo’n ddiogel. Mae’r Plentyn yn cofio un o ganeuon ei bobl:

“Annwyl Bennaeth, creawdwr y mynydd,

Clyw ni! Clyw ein cri.

Clyw ein cri am gysur, pawb sydd angen cysur,

Hai a-hai a-hai-i.”

Trafodwch eiriau eraill y gallech chi eu defnyddio yn lle “cysur” - gair sydd â dau sillaf, yn ddelfrydol, e.e. dyfroedd, swper, gorffwys, lloches, mamol, cyfaill. Gwrandewch ar syniadau’r dysgwyr. Cynigiwch ambell awgrym doniol fel “pizza”, “pêl-droed” neu hyd yn oed “tŷ bach”! Mae comedi a chwerthin yn gwneud i bobl ymlacio. Gall godi hwyliau ac annog pobl i fwynhau eu hunain, a gwneud i ofnau gilio. Mae cydnabod ein bod ni i gyd yr un peth, ac yn aml â theimladau ac anghenion tebyg, yn datblygu cydymdeimlad a dealltwriaeth. Canwch benillion gyda’ch gilydd. Defnyddiwch symudiadau os hoffech chi. Defnyddiwch ffyn, ysgydwy a drymiau i greu cyfeiliant cerddorol.

Mae’r Plentyn yn teimlo’n hapusach ac ychydig yn well. Hwrê! *Symudwch i fyny’r afon.*

Ger Pwynt 3 y map

Mae’r Plentyn bellach yn dechrau cofio pethau wrth i’r cur pen gilio. Mae meddwl y Plentyn yn dechrau clirio. Mae’r Plentyn yn dweud, “Dwi’n cofio fy mam yn adrodd straeon er mwyn gwneud i siwrne hir fynd yn gynt. Hoffech chi glywed un? A dweud y gwir, wna’i ddangos stori i chi. Ni fydd fy stori.”

Gan ddefnyddio ystumiau yoga sylfaenol (“asanas”) i ysbrydoli crëwch stori gynhyrfus sy’n cynnwys pawb sy’n cymryd rhan. Gweithiwch ar eich pen eich hun neu mewn partneriaid. Er enghraifft, gallai eich stori gynnwys:

Mynydd, coeden, eryr, alarch, rhyfelwr, cath, lleuad, ystum y plentyn:

Un tro mewn gwlad bell, bell i ffwrdd roedd MNYDD. Roedd yn dal ac yn gryf. Allai dim ei siglo. Roedd ei greigwely’n ddwfn iawn, islaw’r môr, i lawr mor ddwfn fel na allai golau gyrraedd ei waelod. Roedd pen y mynydd yn uchel iawn, uwchben y cymylau ble roedd y sêr i gyd. Ar ochr greigiog y mynydd roedd COEDEN unig, hynafol. Roedd y goeden yn ddoeth ac yn hen. Roedd wedi gweld sawl lleuad yn ymddangos a diflannu, sawl haul yn machlud a gwawrio. Byddai gaeafau’n mynd heibio, hafau’n blaguro a’r

goeden yn gwneud dim ond yfed a thyfu, yfed a thyfu tan i rywbeth hudolus ddigwydd, un diwrnod. Un prynhawn diog, glaniodd ERYR aur mawreddog i orffwys ar ei changen uchaf. Trodd yr eryr ei ben i'r dwyrain ac i'r gorllewin cyn dewis ei lwybr nesaf. Ond nid eryr cyffredin mo hwn, roedd yn eryr hud a allai drawsnewid i mewn i bob math o bethau fel y mynnai. Ymhen hir a hwyr ac er mawr syndod i'r goeden cododd yr eryr a hedfan. Wrth iddo neidio i'r awyr, trawsnewidiodd i mewn i ALARCH! Plymiodd yr alarch yn gynt ac yn gynt, gan gyflymu ac anelu i lawr, i lawr, i lawr tuag at rywbeth bach a sgleiniog oedd islaw. Wrth iddo agosáu at y ddaear daeth i'r amlwg mai blaen gwaywffon hela RHYFELWR oedd y peth sgleiniog! Aeth yr alarch i banig, ond nid at yr alarch roedd y rhyfelwr islaw'n anelu. O! Na. Roedd yn anelu at rywbeth oedd yn cuddio ym mrigau cangen isaf y goeden. CATH wyllt fawr, ffyrnig, ysgythrog. Roedd y gath yn gefnigrwm mewn dicter ac arhosodd y rhyfelwr i'r gath neidio. Ond gwyddai'r gath fod neidio ar waywffon yn beryglus, felly arhosodd yno drwy'r nos tan iddi dywyllu ac i'r rhyfelwr syrthio i gysgu. Cododd y LLEUAD yn uchel yn yr awyr a disgleirio dros y tir islaw. Syrthiodd y byd i gysgu a sleifiodd y gath i ffordd yn dawel ac yn ddiogel. Cysgodd y rhyfelwr ar y glaswellt meddal islaw yng ngolau arian y lleuad, ei ben ar ei ysgwydd. Ac yno y breuddwydiodd fel PLENTYN, wedi ei swatio'n gynnes ac yn gyfforddus drwy'r nos.

Wrth gwrs, gall eich symudiadau fod lawer yn fwy sylfaenol, neu hyd yn oed yn fwy egnïol, yn dibynnu ar y math o weithgaredd corfforol yr hoffech ei wneud gyda'ch grŵp. Mae yoga yn rhoi cyfle i stopio ein meddwl rhag rhuthro a chanolbwytio ar symudiad a chryfder eich corff. Mae'n rhoi egni a thawelwch ar yr un pryd, mae'n rhoi hwb i gryfder corfforol a hyblygrwydd.

Mae'r ymarfer wedi rhoi hwb i hwyliau'r Plentyn ac mae'n amser symud i fyny'r afon!

Ger Pwynt 4 y map

Mae'r Plentyn eisiau cael hwyl fel bod y daith yn mynd yn gynt. Cyflwynwch gêm gyfnewid lawn hwyl o'r enw "Dal y Daten" i helpu'r amser fynd yn gynt, gan ddefnyddio'r tatws roedd gan y Plentyn yn y bag. Yn ddelfrydol, dylai'r tatws fod yn fudr gan y bydd hyn yn arwain at drafodaeth ynghylch tarddiad bwydydd. Eglurwch fod rhai mannau yn y byd sydd heb archfarchnadoedd ac mae'n rhaid i bobl aros i'w bwyd i dyfu. Trafodwch pa ddewisiadau o fwyd sydd ar gael wrth fyw ar y tir a manteision deiet iach a chytbwys. Gallech drafod o ble mae'r bwyd yn ein siopau'n dod; y pellteroedd mawr mae ein bwyd yn eu teithio a'r gwahaniaethau diwylliannol a'r ffactorau amgylcheddol sy'n effeithio ar gnydau fel tywydd a thymhorau. Mae'n rhaid rhannu i dimau. Mae pob dysgwr yn cymryd ei dro i fynd o'r man cychwyn (marciwch y llinell gychwyn gyda llinyn/sialc) i'r fasedg/bowlen sydd 10m o'u blaenau. Mae'n rhaid dal taten rhwng eu pengliniau/cluniau a cherdded/rhedeg at y bowlen. Mae'n rhaid iddyn nhw ollwng y daten i'r bowlen a rhedeg 'nôl i'r dechrau, ac yna gall y disgybl nesaf gychwyn. Mae pob aelod yn cael tro. Y tîm buddugol yw'r un sydd â'r mwyaf o datws yn y bowlen. Os yw'r timau'n gyfartal, y tîm cyflymaf sy'n ennill.

Mae'r Plentyn yn chwerrthin wrth wyllo'r grŵp yn chwarae'r gêm, nes ei fod wedi anghofio pa mor negyddol roedd yn teimlo. Symudwch i fyny'r afon eto.

Ger Pwynt 5 y map

Mae'r Plentyn yn diolch i bawb am yr holl brofiadau hyfryd mae wedi eu cael hyd yn hyn sydd wedi gwella ei emosiynau, ei egni a'i deimlad o fod yn ddiogel. Mae ei gof yn well nawr ac mae bron gartref. Mae'r Plentyn yn cyflwyno techneg mae ei Bobl yn ei defnyddio i deithio drwy'r meddwl. Gwahoddwch y grŵp i gymryd rhan mewn ymarfer tawel, llonydd. Gorweddwch i lawr. Arweiniwch nhw drwy ymarfer ble mae pawb yn cau eu llygaid. Siaradwch â nhw am fod yn ymwybodol o'u stumog yn codi a gostwng i'r ddaear oddi tany'n nhw; pwysau eu corff a sut mae'n teimlo wedi ei gysylltu â'r ddaear. Gwnewch nhw'n ymwybodol o rannau o'u corff gan ddechrau o fodiau'r traed yr holl ffordd i'r pen, wyneb a gorffen gyda'r ffroenau. Gofynnwch iddyn nhw deimlo aer yn dod i mewn ac allan o'u corff. Wrth iddo ddod i mewn mae'n aer clir, tryloyw. Teimlwch yr aer yn llenwi'r ysgyfaint. Wrth anadlu allan mae'r aer yn olau llachar, gwyn. Ar ôl anadlu am ychydig, croesawch y plant i'w meddyliau. Canmolwch ryfeddod eu meddwl a sut mai eu corff yw tŷ eu meddwl. Trafodwch sut mae meddyliau'n creu gweithredoedd. A sut mae'r rhyddid ganddyn nhw i symud a pheth mor braf yw hynny. Penderfyniad y meddwl i weithredu yw pob gweithred. Gwahoddwch nhw i ddiolch i'w hunain am ofalu am eu corff a diolch i'w corff am fynd â'u llygaid i leoedd newydd a dangos i'w meddwl pa mor brydferth yw'r blaned. Tynnwch eu sylw at eu calon werthfawr sy'n curo, y pwmp sy'n pweru bywyd. Gwahoddwch nhw i ddychmygu lliw'r cariad sy'n eu calon, yn ddisglair a chynnes. Gadewch iddyn nhw orwedd mewn tawelwch am eiliad, gan deimlo'r cariad yn rhedeg drwyddyn nhw... Ailgyflwynwch gyfarwyddiadau'n araf. "Pan rydych chi'n barod, fe drown ni ein sylw nôl at ein calon. Diolchwch iddyn nhw am guro. Diolchwch i'ch meddwl am ei helpu i ddigwydd. Diolchwch i'r aer oer glân o'u cwmpas am roi bywyd iddyn nhw. Mae angen aer ar bopeth ar y ddaear. Rydyn ni i gyd yn arbennig ac yn gysylltiedig yn y ffordd honno. Mae'r aer rydyn ni'n ei rannu'n rhodd. Dechreuwch anadlu i mewn yn ddwfn a

symudwch eich bysedd a bodiau eich traed. Teimlwch bwysau eich corff ar y ddaear a dechreuwch ymestyn. Ymestynnwch yn llydan ac wrth i'ch corff ymlacio 'nôl i fod yn llonydd dechreuwch agor a chau eich llygaid. Dyma chi, 'nôl i nawr, y presennol, gweddill eich bywydau gwerthfawr. Trowch eich pen a gwenwch ar eich cymydog. Ac yn eich meddwl gwnewch addewid i fod yn garedig wrth eich hun ac wrth eraill o hyd, heddiw ac am byth. A chofiwch, gallwch wneud hyn unrhyw bryd rydych chi'n teimlo ar goll, angen llonyddwch, neu angen teimlo'n hynod ddiogel.”

Gorffen

Mae'r Plentyn yn diolch i bawb unwaith eto ac yn egluro ei fod wedi cofio mai yn ei galon mae ei gartref, roedd rhaid mynd yno er mwyn cael ei atgoffa. Gall fynd â'i "gartref" i unrhyw le a phob man mae'n mynd. Yna gall y Plentyn fynd yn ôl i focs/basged/drôr a dod allan rywbryd eto i orffen y gweithgareddau os oes angen.

Syniadau am gwestiynau allweddol

- Sut mae dweud os yw rhywun yn drist/anhapus?
- Sut mae gwneud i'r Plentyn deimlo'n ddiogel?
- Sut mae cael help os ydyn ni ar goll/yn teimlo'n anniogel/anhapus?
- Beth yw dy enw? Pwy roddodd dy enw i ti? Pam fod dy enw di'n arbennig?
- Beth sy'n gwneud i ti deimlo'n dawel/diogel?
- Beth sydd ei angen arnat ti i fod yn fyw? Beth sydd angen ar berson i fod yn fyw? Beth sy'n gwneud i ti deimlo'n fyw?
- O ble daw ein bwyd?
- Sut mae'r hyn rwyf ti'n ei fwyta'n wahanol i fwyd y Plentyn?
- Sut wyt ti'n teimlo/beth roeddet ti'n ei feddwl?

Addasu ar gyfer gwahanol anghenion/galluoedd

Haws

- Defnyddio eich amgylchedd lleol
- Defnyddio ein fflora/ffawna brodorol ni
- Defnyddio delweddau o anifeiliaid yn hytrach na geiriau
- Tynnu/addasu'r berfau yn ôl gallu'r grŵp
- Actio'r anifeiliaid drwy ddefnyddio synau hefyd yn hytrach na meimio
- Disgrifio yn hytrach nag actio
- Creu siapiau syml gan ddefnyddio'r corff yn hytrach na defnyddio siapiau asana yoga
- Cario'r daten yn lle'i rhoi rhwng y cluniau

Anoddach

- Dyfeisio enwau i rywogaethau brodorol a symudiadau
- Stori yoga mewn parau – mae gweithio gyda pherson arall yn newid ffocws y gweithgaredd
- Datblygu symudiadau/straeon yoga newydd
- Cynyddu cyflymder/pellter y ras gyfnewid er mwyn annog mwy o ffitrwydd
- Rhoi rhwystrau yn y ras gyfnewid
- Lleihau maint y targed ble mae'r tatws yn cael eu gollwng er mwyn datblygu cywirdeb
-

Gweithgaredd pellach/estyniad

- Ymdrochi yn y goedwig – Treulio amser yn rhoi sylw i'r byd naturiol. Helfeydd, chwarae cuddio, tasgau adnabod
- Creu celf a phethau sy'n gysylltiedig â gwreiddiau'r Plentyn
- Creu mapiau – gyda llaw neu feddalwedd cyfrifiadur
- Archwilio amrywiaeth o straeon yoga
- Creu doliau poeni gan ddefnyddio gwllân a ffyn er mwyn dweud problemau wrthyn nhw
- Gwneud casglwr breuddwydion i ddal hunllefau
- Gwneud offerynnau cerdd
- Creu caneuon a straeon yoga, eu dysgu i eraill
- Bwyta'n iach - o'r pridd i'r plât. Plannu bwyd a'i faethu nes y gellir ei fwyta

- Gwneud ymarferion myfyrio eraill
- Adeiladu rafft – un fach neu un fawr – ei phrofi, rhoi cynnig ar ddulliau eraill, gwella'r cynlluniau

Gwybodaeth ychwanegol

ADNODDAU

Yoga and Mindfulness Practices for Children Card Deck gan Jennifer Cohen Harper
Mindful Kids (Mindfulness for Children – Cardiau Fflach) gan Whitney Stewart

LLYFRAU

Forest Therapy: Seasonal Ways to Embrace Nature for a Happier You gan Sarah Ivens
Shinrin-Yoku: The Art and Science of Forest Bathing gan Dr Qing Li

LLYFRAU I BLANT

My World Your World gan Melanie Walsh
Between Earth and Sky: Legends of Native American Sacred Places gan Joseph Bruchac
Calm: Mindfulness For Kids gan Wynne Kinder
Yoga for Kids gan Susannah Hoffman
I am Yoga gan Susan Verde
Bee Still – An invitation to Meditation gan Frank J. Sileo
How Does My Fruit Grow? gan Gerda Muller
Grow. Food. Anywhere. gan Mat Pember a Dillon Seitchik-Reardon
Listening with My Heart: A Story of Kindness and Self-Compassion gan Gabi Garcia

GWEFANNAU

www.thegreenchildmagazine.com
www.kidsyogastories.com
www.positivepsychologyprogram.com/mindfulness-for-children-kids-activities

Cynllun Gweithgaredd: y Dyniaethau



Amser sydd ei angen at y gweithgaredd:

Hyd at awr

Leoliad: Yn yr awyr agored; os oes modd, mewn coetir gyda llannerch, seddi a chylch tân ar gyfer trafodaeth grŵp.

Cyd-destun

Cynlluniwyd y gweithdy cyfranogol hwn i'w gyflenwi gydag addysgwyr oedolion ond mae'n cynnwys amrywiaeth o weithgareddau y gellir eu dyblygu gyda phlant a phobl ifanc.

Wedi'i ysbrydoli gan thema'r Cenhedloedd Unedig yn dilyn Diwrnod Rhyngwladol y Ddaearfam, a gynhelir bob blwyddyn ar 22 Ebrill, mae'r gweithdy hwn yn ceisio cynnwys y cyfranogwyr mewn trafodaeth anffurfiol am foeseg, credoau, crefydd ac ysbrydolrwydd yng nghyd-destun dysgu yn yr awyr agored.

Cysylltiadau â'r cwricwlwm

- **Daearyddiaeth:** Gwybodaeth a dealltwriaeth o'r byd; lleoedd, amgylcheddau a phrosesau
- **Addysg Grefyddol:** archwilio pobl, credoau a chwestiynau; Datblygiad ysbrydol, moesol, diwylliannol, meddyliol a chorfforol
- **Addysg ar gyfer Datblygu Cynaliadwy a Dinasyddiaeth Fyd-eang (ADCDF):** Newid Hinsawdd; Treuliant a Gwastraff; Dewisiadau a phenderfyniadau; Hunaniaeth a diwylliant; Yr Amgylchedd Naturiol
- **Addysg Bersonol a Chymdeithasol:** Dinasyddiaeth Weithgar; Iechyd a lles emosiynol

Cyfarpar ac adnoddau

Gall fod angen adnoddau amrywiol i gyflenwi'r rhaglen hon. Mae'r adnoddau a ddefnyddir yn y gynhadledd yn cynnwys baneri gweddi Tibetaid, dalwyr breuddwydion, llygaid Mecsicanaidd, twll tân cludadwy, aroglarth, addurn Bwdha, papur, pennau, sisyrnau, rygiau a chlustogau, lloches tarpolin, clai modelu, llinyn a photeli plastig glân.

Amcanion

Erbyn diwedd y gweithgaredd, bydd y dysgwyr yn gallu:
Adnabod dulliau amrywiol y gallant ddatblygu rhaglen ddysgu ar sail y Dyniaethau mewn amgylchedd awyr agored, yn enwedig yng nghyd-destun Addysg Grefyddol.

Beth i'w wneud

Gêm Torri'r Ias: 'Craig, Papur, Siswrn' Pobl. Gêm grŵp gyda dau dîm bach yn chwarae yn erbyn ei gilydd, gan ddefnyddio eu cyrff cyfan i arddangos eu dewis yn hytrach nag ystumiau llaw yn unig. Mae 3 Symudiad, sef: Pobl – yn torri coeden i lawr â bwyell; Coed – yn tyfu i fyny o'r ddaear; CO₂ – neidiau seren i gynrychioli nwyon.

Mae Pobl yn curo Coed am eu bod yn eu torri i lawr
Mae Coed yn curo CO₂ am fod coed yn amsugno CO₂
Mae CO₂ yn curo Pobl am ei fod yn cyfrannu at gynhesu byd-eang

Ar ôl y gêm torri'r ias, anogir y dysgwyr i archwilio a rhyngweithio â nifer o orsafoedd a gweithgareddau a sefydlwyd ymlaen llaw. Gallant wneud hyn yn unigol neu mewn grwpiau bach a daw pawb at ei gilydd unwaith eto ar ôl 30 munud i rannu a myfyrio.

Gorsafodd:

1. Dalwyr breuddwydion (dalwyr breuddwydion yn hongian o goedden)

Darllenwch am hanes dalwyr breuddwydion. <http://www.motherbird.com/dreams.htm>

Dylai addysg grefyddol yng Nghymru sicrhau bod dysgwyr yn archwilio dehongliadau o darddiad y byd. Yn y stori hon, rydym yn dod ar draws pedair elfen aer, daear, dŵr a tân yn ysbrydion y byd breuddwydion.

Ym mhedwar ban byd a thrwy hanes, mae'r pedair elfen (ac weithiau 5 elfen neu ragor) yn bwysig i lawer o systemau cred, crefyddau a diwylliannau, yn enwedig mewn perthynas â dehongli neu ddeall y sail am bethau byw a ffisegol.

A allwch feddwl am unrhyw grefyddau neu ddiwylliannau lle mae'r cyfan neu rai o'r elfennau hyn yn arwyddocaol?

A allwch nodi sut mae aer, daear, dŵr a tân yn bwysig i chi o ddydd i ddydd?

2. Llygaid Mecsicanaidd (llygaid Mecsicanaidd yn hongian o gwmpas y lle dysgu)

Darllenwch yr erthygl am y Llygad Mecsicanaidd. <https://layers-of-learning.com/ojo-de-dios/>

Ystyriwch y canlynol a gwnewch ychydig o nodiadau efallai:

- Mae'r Ojo de Dios yn symboleiddio credoau'r Indiaid Huichol, sef agwedd anweladwy ar eu system gred. Mae'r agweddau gweledol yn cael eu cynrychioli ym mhedair elfen Daear, Dŵr, Aer a Tân. Gwneir y symbolau hyn o ddeunyddiau naturiol; prennau bach a gwllân. A allwch feddwl am unrhyw symbolau/eitemau eraill cysylltiedig â ffydd neu

arferion crefyddol sy'n gysylltiedig â chydabod unrhyw un o'r 4 elfen?

- Gellir defnyddio'r Llygad Mecsicanaidd i ysgogi dysgu am bynciau lu. Darllenwch yr erthygl eto. Nodwch sut gallai archwilio neu wneud Llygaid Mecsicanaidd gyda'r dysgwyr arwain at drafod ac ymholi ar unrhyw un o'r meysydd pwnc canlynol: Hanes, Daearyddiaeth, Addysg Grefyddol. Sut? Pa ganlyniadau dysgu sy'n bosibl? Ym mha feysydd pwnc eraill y gellid defnyddio'r Llygad Mecsicanaidd?

3. **Baneri Gweddi Tibetaid** (baneri wedi'u hongian o gwmpas y lle dysgu)

Defnyddir baneri gweddi Tibetaid yn draddodiadol i hyrwyddo heddwch, doethineb, tosturi a chryfder. Credir yn gyffredin fod y baneri'n cynnig gweddïau i Dduw. Nid felly. Cred y Tibetaid y bydd y gwynt yn chwythu'r gweddïau a'r mantrâu i'r amgylchoedd, gan ledu ewyllys da a thosturi.

Mae'r lliwiau a ddefnyddir ar gyfer baneri gweddi yn seiliedig ar eu defnydd cyn y Bwdhyddion. Byddai brodorion Tibet yn defnyddio glas, gwyn, coch, gwyrdd a melyn i anrhydeddu duwiau natur Bon, eu crefydd siamanaidd. Mae pob lliw'n cynrychioli un o'r pum elfen, mewn trefn arbennig:

- glas ar gyfer awyr neu ofod
- gwyn ar gyfer aer neu gymylau
- coch ar gyfer tân
- gwyrdd ar gyfer dŵr
- melyn ar gyfer daear

Wrth i Fwdhaeth dyfu, addaswyd y baneri i gynnwys symbolau a mantrâu Bwdhaidd ac fe'u gelwir felly'n faneri gweddi. Mae'n naturiol i faneri gweddi bylu a threulio; yn wir, fe'u gadewir yn fwiadol heb eu hemio er mwyn i hyn ddigwydd. Mae hyn yn symboleiddio tranc anochel pob peth. Gellir naill ai hongian baneri gweddi newydd dros yr hen rai, neu dynnu'r hen rai i lawr a'u llosgi gan ryddhau'r olaf o'r bendithion. Ffynhonnell: <http://www.tibetrelieffund.co.uk/tibetan-prayer-flags/>

Tasg: cymerwch ddarn o bapur lliw ac ysgrifennu'ch gweddi eich hun arno. Ychwanegwch y papur at y lein. Gallai eich gweddi fod ynghylch mater personol, yn gysylltiedig â thema'r gynhadledd neu'r gweithdy, neu'n gysylltiedig â thema Diwrnod Rhyngwladol y Ddaearfam. Os oes modd, dylid gwneud y dasg hon gan ddefnyddio baneri clwt lliw.

4. **Llosgi aroglarth** (dysgl o dywod wedi'i pharatoi â ffyn aroglarth yn llosgi ger y lle dysgu)

Defnyddir aroglarth o gwmpas y byd mewn cyd-destunau diwylliannol a chrefyddol, er enghraifft mewn eglwysi Cristnogol, Templau Bwdhaidd a Hindŵaidd, ond fe'i defnyddir hefyd gan lawer o bobl yn eu cartrefi.

A ydych chi'n hoff o aroglau'r aroglarth? Am beth y mae'n gwneud ichi feddwl? A wyddoch o beth y caiff aroglarth ei wneud? Pa arogleuon eraill y gallwch eu synhwyro yn y lle awyr agored hwn?

5. **Drwy'r ysbïendwll**

Credai'r Groegiaid gynt fod pedair elfen yr oedd popeth wedi'i wneud ohonynt: sef *daear*, *dŵr*, *aer*, a *thân*. Y syniad bod y pedair elfen hyn - daear, dŵr, aer, a tân - yn cyfansoddi pob mater oedd conglaen athroniaeth, gwyddoniaeth, a meddygaeth am ddwy fil o flynyddoedd. Gwyddom yn wahanol bellach am elfennau ac nad yw popeth wedi'i wneud o gyfuniad o'r 4 elfen; fodd bynnag, maent yn gysylltiedig â'r **pedwar cyflwr mater** y mae gwyddoniaeth fodern wedi cytuno arnynt: *solid* (daear), *hylif* (dŵr), *nwy* (aer), a *phlasma* (tân). O ran archwilio ein cysylltiad â'r blaned, mae'r pedair elfen yn bwynt cyfeirio defnyddiol. Os edrychwn o'n cwmpas yma, mae'r pedair yn amlwg yn ein hamgylchoedd.

Tasg: Cymerwch ddarn o bapur a thwll wedi'i dorri o'r canol. Daliwch y papur i fyny o'ch blaen er mwyn ichi edrych drwy'r twll. Pa elfennau y gallwch eu gweld? Ar y papur, tynnwch lun neu

ysgrifennwch yr hyn a welwch yn y rhan uchaf. Nawr, trowch 90 gradd gloccwedd i'r dde ac ailadrodd yr ymarfer. Nawr, trowch 90 gradd arall cloccwedd i'r dde, ailadrodd ac yna eto am 90 gradd olaf. Ar eich papur, bydd gennych yn awr gynrychioliad o'r elfennau o'ch cwmpas.

6. Bwdha yn myfyrio

Dewch o hyd i'r Bwdha yn eistedd o dan goeden. Mae cerfddelwau a delweddau o Fwdha yn bwysig mewn arferion Bwdhaidd. Un dydd, roedd Siddhartha (enw'r Bwdha cyn y dechreuwyd ei alw'r Bwdha) yn eistedd o dan goeden ffigys a fyddai'n cael ei galw yn y pen draw'n goeden Bodhi (coeden y deffroad). Roedd wedi ymgolli'n ddwfn mewn myfyrdod, a hynny ynghylch ei brofiad o fywyd. Eisteddodd am saith niwrnod a chyflawnodd oleuedigaeth ac ers hynny gelwir ef y Bwdha.

Tasg: Cymerwch sedd, ond nid am saith niwrnod; bydd ychydig funudau'n gwneud y tro. Mae ychydig o wybodaeth am ddysgeidiaeth Bwdha ar y sedd. Cymerwch funud i ymlacio a darllen.

Yna, cymerwch funud i feddwl, fel ymarferwr addysg, am eich profiad ac am arfer dysgu yn yr awyr agored. Ym mha ffyrdd ydych chi'n defnyddio'r awyr agored? A allech ddefnyddio mwy o'r awyr agored? A oes gennych yr hyder i ddefnyddio manau awyr agored yn fwy? Beth yw'r heriau? Gwnewch ychydig o nodiadau byr i edrych yn ôl arnynt a'u rhannu efallai gyda gweddill y grŵp.

7. Neges mewn Potel

Thema Diwrnod Rhyngwladol y Ddaearfam eleni ar 22 Ebrill yw **Diwedd i Lygredd Plastig**. Dathliad yw Diwrnod Rhyngwladol y Ddaearfam i'n hatgoffa bod y Ddaear a'i hecosystemau yn rhoi bywyd a chynhaliaeth i ni. Mae hefyd yn cydnabod bod angen ein cyfrifoldeb ar y cyd i hyrwyddo cytgord â byd natur a'r Ddaear er mwyn sicrhau cydbwysedd teg rhwng anghenion economaidd, cymdeithasol ac amgylcheddol cenedlaethau'r ddynol ryw heddiw ac yfory.

Mae poteli plastig ar wasgar drwy'r coetir. Mae pob un yn cynnwys darn o bapur gyda gwybodaeth am lygredd plastig. Dewch o hyd i botel a thynnwch y papur allan i'w ddarllen. Dychwelwch y papur ac yna chwiliwch botel arall. Ar ôl ichi edrych ar ddwy neu dair potel, ewch ag un o'r darnau o bapur siâp potel o'r lein llinyn a nodi arno neges neu addewid ar gyfer Diwrnod y Ddaearfam am eich ymrwymiad personol chi i leihau eich gwastraff plastig. Pegiwch eich neges yn ôl ar y lein er mwyn i eraill ei gweld.

8. Gardd Basg (enghraifft o ardd Basg wedi'i pharatoi ymlaen llaw)

Gellir creu gardd Basg er mwyn cynorthwyo addoli mewn eglwysi a chartrefi Cristnogol. Mae gan ardd Basg dair nodwedd hanfodol: twmpath ag o leiaf un groes arno i gynrychioli Calfarî; carreg neu strwythur o garreg i awgrymu'r beddrod gwag; a llawer o lesni a blodau byw.

Beth am roi cynnig ar wneud eich gardd Basg eich hun?

9. Yr amgylchedd o safbwyntiau crefyddol

O gwmpas y lle dysgu, mae darnau o gerdyn ac arnynt fewnwelediadau bras i farn a chredoau gwahanol grefyddau mewn perthynas â'n gofal am yr amgylchedd.

Darllenwch y cardiau amrywiol.

A allwch nodi unrhyw debygrwydd rhwng crefyddau?

Pan feddylwch yn gyntaf am grefydd, a yw'r amgylchedd yn rhywbeth a ddaw i'r meddwl?

Os na, pam felly?

Awgrymu cwestiynau allweddol

Ar ddechrau'r gweithdy, gofynnwch i'r dysgwyr sut maent yn defnyddio manau awyr agored ar hyn o bryd ar gyfer dysgu.

Defnyddir y cwestiynau canlynol i hyrwyddo trafodaeth ymhlith cyfranogwyr y gweithdy ar ôl iddynt gael ychydig o amser i archwilio rhai o'r gorsafoedd uchod.

- Beth fu'r gwahanol ddulliau a ddefnyddiwyd yn y sesiwn hon?
- Sut mae'r dysgu hwn yn wahanol i a) dysgu dan do a b) eich profiad chi o ddysgu yn yr awyr agored?
- Beth oedd eich barn chi am dull y gweithdy?
- Pa atgof y byddwch yn ei gadw am y gweithdy hwn?
- A ydych yn credu y gallai'r gweithdy hwn fod yn ysbrydoliaeth am ryw weithgaredd yn y dyfodol y byddwch yn cynnwys dysgwyr ynddo? Meddyliwch am y cynnwys ond hefyd yr amgylchedd dysgu a grëwyd.

Gwybodaeth ychwanegol

Datblygwyd strwythur y gweithdy hwn i hyrwyddo Ystafell Ddosbarth Swyddogaeth Uchel.

Diwrnod y Ddaearfam:

<http://www.un.org/en/events/motherearthday/>

<https://globaldimension.org.uk/event/international-mother-earth-day/2018-04-22/>

Cynllun Gweithgaredd: Mathemateg Mapiau

Amser sydd ei angen ar gyfer y gweithgaredd: 45 munud	Lleoliad: Unrhyw
Cyd-destun Yn y gweithgaredd hwn, canolbwyntir ar archwilio pam rydym yn defnyddio mapiau a sut mae creu map naturiol gan ddefnyddio gwrthrychau naturiol. Byddwn yn defnyddio llyfr stori yn fan cychwyn. Y prif ffocws o ran grŵp blwyddyn yw Cyfnod Sylfaen 1 (Blwyddyn 1), ond gellir ei ddefnyddio drwy gydol y Cyfnod Sylfaen.	
Cysylltiadau â'r cwricwlwm Gwybodaeth a Dealltwriaeth o'r Byd: <ul style="list-style-type: none">• gwneud arsylwadau a mesuriadau a chadw cofnodion• cyfathrebu arsylwadau a mesuriadau Datblygiad Mathemategol: <ul style="list-style-type: none">• disgrifio safle, cyfeiriad a symudiad B1 - M• cyflwyno gwaith ar lafar, mewn darluniau ac yn ysgrifenedig, a defnyddio ffyrdd	

amrywiol o gynrychioli'r data a gasglir **B1 - M**

- defnyddio unedau ansafonol i fesur: – hyd, uchder a phellter **B1 – M**

Datblygiad iaith:

- siarad am bethau y maent wedi'u gwneuthur neu wneud, gan egluro'r broses **B1 – M**

Cymerir y sgiliau o 'Gwricwlwm Diwygiedig y Cyfnod Sylfaen 2015'.

Daw hwn o dan y Cwricwlwm Newydd fel 'Mathemateg a Rhifedd', 'Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu' a 'Dyfiaethau'.

Mae'r gweithgareddau hyn oll yn cyfeirio at agweddau ar Bedwar Diben Donaldson gyda ffocws penodol ar 'ddysgwyr galluog, uchelgeisiol sy'n barod i ddysgu drwy gydol eu hoes.'

Cyfarpar ac adnoddau

- Cael at amrywiaeth o wrthrychau naturiol amrywiol eu maint (e.e. moch coed, mes, brigau, concyrs ac ati)
- Mat i greu map arno (dewisol)
- Amrywiaeth o fapiau (ffyrdd, lleoliad, stryd)
- Llyfrau stori sy'n gysylltiedig â mapiau e.e. *The Pirate Cruncher*, *Henry's Map*, 'Dyn Ni yn Mynd i Hela Arth', *Lucy in the City*, *As the Crow Flies*.

Amcanion

Erbyn diwedd y gweithgaredd hwn, bydd y dysgwyr yn gallu:

- dangos dealltwriaeth sylfaenol o fapiau
- creu map gan ddefnyddio gwrthrychau naturiol sy'n adlewyrchu amgylchedd penodol
- defnyddio iaith safle, wrth ymyl, uwchben, islaw, chwith, dde, gyferbyn, golygfa trem aderyn

Beth i'w wneud

- Cyflwynwch y pwnc drwy ddarllen stori iddynt mewn perthynas â phwnc, thema neu lyfr sydd â ffocws ar fapiau.
- Rhwch i'r disgyblion rai gwahanol fathau o fap i edrych arnynt. Trafodwch y gwahaniaethau rhyngddynt. Edrychwch ar y gwahanol nodweddion a ddangosir a sut y'u cynrychiolir (e.e. golygfa trem aderyn, dim pobl ac ati) e.e. afonydd, mynyddoedd, coetir, adeiladau
- Eglurwch i'r disgyblion mai eu tasg heddiw yw eich helpu i greu map o'r safle. (Gallai hwn fod yn fap o'r lle chwarae, parc lleol, neu unrhyw leoliad yn yr ardal leol). Pwysleiswch y byddant yn defnyddio gwrthrychau naturiol i gynrychioli'r gwahanol nodweddion ar y safle. Bydd angen iddynt ystyried maint, siâp a safle pob gwrthrych er mwyn sicrhau ei fod yn gynrychioliad teg.
- Yna bydd y disgyblion yn mynd i chwilio am wahanol wrthrychau i gynrychioli'r gwahanol nodweddion ar y map yn eu tro. Ar ôl dychwelyd, rhaid rhoi'r gwrthrych ar y map yn y safle cywir. Rhaid defnyddio arweiniad ac iaith safle, lle bo'n briodol.
- Cadwch drafod gyda'r grŵp beth sydd angen ei ychwanegu, ymhle mae gwahanol nodweddion yn eistedd a gwahanol feintiau'r nodweddion ar y map.

Awgrymu cwestiynau allweddol

- Pam mae gennym fapiau?
- Beth nad yw mapiau'n eu dangos inni?
- Ble fyddwch chi'n rhoi hwn?
- Beth sydd wrth ymyl y ...?
- Beth yw'r nodweddion allweddol a welwch ar y safle?
- Ble mae ??? yn eistedd ar y map? Ai wrth ymyl X neu gyferbyn ag X?
- A ydy X yn fwy neu'n llai na X?

Addasu ar gyfer gwahanol anghenion/galluoedd

Haws

- Darparwch y gwrthrychau i'w defnyddio ar y map.
- Defnyddiwch lun golygfa trem aderyn o'r safle i helpu i greu'r map.
- Gweithiwch fel grŵp i ddewis y deunydd i'w ddefnyddio

Caletach

- Defnyddiwch frigau mawr i greu grid uwchben y map ar ôl ei gwblhau. Defnyddiwch gerrig â rhifau a llythrennau arnynt i ychwanegu cyfesurynnau at y map naturiol.
- Eglurwch i'r disgyblion sut mae darllen cyfesurynnau 'ar hyd y coridor ac i fyny'r grisiau'.
- Gofynnwch i'r plant herio eu cyfoedion i ddod o hyd i rywbeth mewn cell benodol.
- Crëwch allwedd i'w map.

Gweithgaredd dilynol/estyniad

- Gosodwch helpa drysor gan ddefnyddio gwahanol gliwiau cyfesurynnau i'w tywys.
- Tynnwch lun eu map fel cynrychioliad darluniadol i'r plant ei gadw fel copi a'i ddefnyddio at heriau eraill.
- Gwnewch fapiau 3D a dechreuwch ddefnyddio iaith godio i gyfarwyddo crwydryn/Beebot o amgylch y safle.

Gwybodaeth ychwanegol

Gellir defnyddio'r gweithgaredd hwn drwy gydol y Cyfnod Sylfaen. Rydym wedi dewis canolbwyntio'n bennaf ar sgiliau rhifedd ond gellir ei ddefnyddio i ddatblygu amrywiaeth o sgiliau trawsgwricwlaidd. Rydym wedi edrych ar sgiliau Cyfnod Sylfaen 1 (Blwyddyn 1) ond gellir cwblhau hwn yn hawdd drwy bob oedran.

Mae potensial ar gyfer mwy o Ddatblygu Iaith – gyda chofnodi cyfarwyddiadau. Gellid ymdrin â TGCh gan edrych ar y Beebot, crwydryn ac iaith godio.

Cynllun Gweithgaredd: Mathemateg Brag y Wrach

Amser sydd ei angen at y gweithgaredd: 45 munud

Lleoliad: Unrhyw

Cyd-destun: Brag y Wrach

Defnyddiwch y llyfr stori *'What's in the Witch's Kitchen?'* i ysbrydoli'r dysgwyr i gymhwyso gwahanol sgiliau rhifedd a ddysgwyd, mewn cyd-destun ystyrion. Byddwn yn sefydlu siop i brynu eitemau ar gyfer diod/brag y Wrach. Bydd y plant yn defnyddio adnoddau naturiol fel arian i brynu eu cynhyrchion.

Mae'r sesiwn hon yn seiliedig ar ffocws Cyfnod Sylfaen 2 (Blwyddyn 2), ond gellir ei ddefnyddio drwy gydol y Cyfnod Sylfaen gyda newidiadau i'r sgiliau rhifedd a gwerthoedd y rhifau a ddewisir.

Cysylltiadau â'r cwricwlwm

Datblygiad Mathemategol:

- Defnyddio unedau safonol i fesur: pwysau/màs **B2 - M**
- Defnyddio symbolau cysylltiedig â hyd, pwysau/màs a chynhwysedd **B2 - M**
- Dewis mathemateg a thechnegau priodol i'w defnyddio **B2 - M**

Datblygiad Iaith:

- ysgrifennu testun sy'n ddealladwy i ddarllenwr arall, a allai gynnwys manylion a lluniau **B2 - C**
- deall a defnyddio iaith sy'n briodol i ysgrifennu, e.e. enw, berf, ansoddair **B2 - C**

Cymerir y sgiliau o 'Gwricwlwm Diwygiedig y Cyfnod Sylfaen 2015'.

Daw hwn o dan y Cwricwlwm Newydd fel 'Mathemateg a Rhifedd' ac 'Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu'.

Mae'r gweithgareddau hyn yn cyfeirio at bob agwedd ar Bedwar Diben Donaldson gyda ffocws penodol ar 'gyfranwyr creadigol, mentrus, sy'n barod i chwarae rhan lawn mewn bywyd a gwaith'.

Cyfarpar ac adnoddau

- Llyfr stori – *What's in the Witch's Kitchen?*
- Adnoddau i'w gwerthu yn y siop: Dyma rai enghreifftiau:- Griff Broga Llysnafeddog (Hadau Basil), Llwych Tylwyth Teg (Blawd Ilif), Llysnafedd Coblyn (Jeli Gwyrdd), Esgyrn (Uwd)
- Crochanau
- Llwyau
- Clipfyrddau
- Pensiliau
- Papur
- Gwrthrychau naturiol: i'w defnyddio ar gyfer arian
- Cyfarpar mesur i'w ddefnyddio yn y siop e.e. cwpanau, llwyau gwahanol eu maint, pipedau, jygiau a silindrau mesur

Amcanion

Erbyn diwedd y gweithgaredd hwn, bydd y dysgwyr yn gallu:

- Defnyddio mesurau safonol i greu diod
- Defnyddio amryw strategaethau i bennu sut mae datrys problem fathemategol
- Cymhwyso eu sgiliau rhifedd mewn modd ymarferol
- Ysgrifennu eu cyfarwyddiadau eu hunain, ar gyfer diod

Beth i'w wneud

- Darllenwch stori '*What's in the Witch's Kitchen*' gan amlygu'r gwahanol gynhwysion yn y cypyrddau cegin.
- Eglurwch eu bod yn mynd i greu eu diod eu hunain gan ddefnyddio cynhwysion y byddant yn eu prynu o siop.
- Ewch â nhw i edrych ar beth sydd ar gael i'w prynu yn y siop i'w ddefnyddio yn eu diodydd. Dangoswch y rhestr brisiau iddynt gan egluro y bydd angen iddynt gael y gwrthrychau cywir i'w cyfnewid am y gwahanol eitemau.
- Wedyn rhwch y cyfle iddynt ysgrifennu/llunio eu diod eu hunain, gan sicrhau eu bod yn rhoi enw iddi, a disgrifio at beth y bydd y ddiod yn cael ei defnyddio.
- Yna mae'r disgyblion yn prynu'r eitemau o'r siop gan ddefnyddio'r rhestr brisiau a osodwyd. Gellir gosod y rhestr brisiau yn y siop i ba lefel bynnag sy'n briodol i'ch grŵp chi. Byddant yn defnyddio pethau naturiol yn arian i brynu'r gwahanol eitemau e.e. 2 fochyn coed = 1 llwy fwrdd o lwch tylwyth teg neu ar lefel uwch 3 x 2 fochyn coed = 1 llwy fwrdd o lwch tylwyth teg. Mae angen iddynt gasglu'r adnoddau naturiol o gwmpas y safle y gellir eu cyfnewid am y cynhwysion y mae arnynt eu heisiau.
- Ar ôl gwneud yr holl ddiodydd, rhaid i'r disgyblion roi adborth i'r grŵp am beth a ddefnyddiwyd yn eu diodydd, beth yw enwau eu diodydd a beth yw eu diben.

Awgrymu cwestiynau allweddol

- Beth oedd gan y wrach yn ei chypyrddau?
- Beth yw'r cynhwysion gorau i'w defnyddio?
- Faint yn rhagor y bydd eu hangen arnoch?
- Pa iaith allech chi ei defnyddio?
- Beth fyddech chi'n ei newid?
- Pa werth yw hwn?
- A allwch ddarllen y glorian?
- Pam ydych wedi dewis hwn?
- Faint yn fwy o hylif fyddai ei angen arnoch i wneud 100ml?
- Beth yw X llusoi â X?
- Sut fyddech yn addasu eich diod?

Addasu ar gyfer gwahanol anghenion/galluoedd

Haws

- Gwneud 1 pot o ddiod gyda'ch gilydd mewn grwpiau bach.
- Ysgrifennu rysáit grŵp
- Defnyddio mesurau ansafonol – e.e. 1 llwyaid, bicer o..., gwniadur o...
- Gellid newid yr arian cyfredol i nifer o frigau e.e. 5 brigyn = 1 llwy fwrdd o lwch tylwyth teg.

Caletach

- Gwneud y fathemateg ar y rhestr brisiau yn fwy heriol.
- Cael y disgyblion i ysgrifennu rhestr o gyfarwyddiadau ar sut i wneud y ddiod gan ddefnyddio berfau gorchmynnol.
- Rhoi swm penodol o arian (gwrthrychau naturiol) i'r plant ei wario.
- Cyfyngu ar faint o hylif y gallant ei gael e.e. angen iddo lenwi crochan 100ml (methu cael gormod). Bydd hyn yn datblygu sgiliau rhesymu.
- Hanner ffordd drwy'r sesiwn, cyflwyno sêl hanner pris i'w herio ymhellach. Gofynnwch i'r disgyblion ddweud wrthyf faint o bob eitem y dylent fod yn ei gael wrthyf bellach.

Gweithgaredd dilynol/estyniad

- Gofyn i'r disgyblion ddylunio'r rhestr brisiau.
- Gwneud diod o drwch penodol, dyfrllyd – solid a'i gwneud yn bêl
- Defnyddio gwybodaeth am dablau llusgi i brynu eitemau
- Defnyddio adnodau naturiol i gynrychioli darnau arian a gwerthoedd penodol
- Trosglwyddo'r siop i'r ystafell ddosbarth.

Gwybodaeth ychwanegol

Gellir defnyddio'r gweithgaredd hwn drwy gydol y Cyfnod Sylfaen. Rydym wedi dewis canolbwyntio'n bennaf ar sgiliau rhifedd ond gellir ei ddefnyddio i ddatblygu amrywiaeth o sgiliau trawsgwricwlaidd.

- Drwy gyfyngu ar yr adnoddau a roir neu roi heriau penodol e.e. am y meintiau o hylif i'w wneud neu nifer y cynhyrchion y gallant eu prynu (gyda'r swm y gallant ei wario) gallwn herio a datblygu gwahanol sgiliau rhesymu a datrys problemau.
- Mae potensial ar gyfer sgiliau gwyddonol drwy edrych ar ansawdd, cymysgedd a phriodweddau solidau a hylifau.
- Mwy o ffocws llythrennedd ar gynnwys iaith y llyfr, gan ddefnyddio berfau gorchmynnol a mwy o ffocws ar gofnodi cyfarwyddiadau.
- Ffocws Gwybodaeth a Dealltwriaeth o'r Byd ar ddeunyddiau y gellir dod o hyd iddynt mewn gwahanol amgylcheddau a pham.

Cynllun Gweithgareddau: Gwyddoniaeth a Thechnoleg

Yr amser sydd ei angen ar gyfer y gweithgaredd: lleiafswm 30 munud / mwyafswm 90 munud

Lleoliad: Unrhyw safle ble mae tyllu'r tywarch a'r pridd yn dderbyniol

Cyd-destun:

Yr arolwg pridd

Mae'r disgyblion yn torri twll 20cm yn y pridd ac yn cyfrif nifer y mwydod yn y twll, gan eu hadnabod gan ddefnyddio allwedd. Maen nhw'n defnyddio papur pH i brofi'r pridd a chynnal profion syml eraill ar y pridd hwnnw.

Gallan nhw gynnal yr arolwg mewn un ardal neu fwy er mwyn cymharu'r canlyniadau neu gymharu eu canlyniadau gyda'r canlyniadau ar y wefan.

Cyfnod Allweddol 2

Sgiliau Rhifedd

Gall gwaith maes yr Arolwg Pridd gael ei ddefnyddio i ymarfer y sgiliau canlynol:

Datblygu rhesymu rhifol.

Cynrychioli a Chyfathrebu; Dewis a chreu siartiau, diagramau a graffiau priodol gyda graddfeydd addas.

Adolygu; llunio casgliadau o ddata a chydnabod efallai fod rhywfaint o'r data yn gamarweiniol neu'n ansicr.

Defnyddio sgiliau mesur

Amseru

O Flwyddyn 5 ymlaen; Amseru digwyddiadau mewn munudau ac eiliadau a rhoi'r canlyniadau yn eu trefn. Cynnal gweithgareddau ymarferol sy'n cynnwys digwyddiadau sy'n cael eu hamseru ac esbonio pa uned amser sydd fwyaf priodol.

Defnyddio sgiliau data

Casglu a chofnodi data – siartiau cyfrif, tablau a diagramau a thablau amllder. O Flwyddyn 5 ymlaen; siartiau bar, defnyddio cymedr, canolrif a modd i ddisgrifio set ddata.

Gwyddoniaeth

Sgiliau

Cynrychioli a Chyfathrebu

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg pridd i gyfathrebu eu teimladau yn glir ar lafar, ar bapur neu mewn darluniau, diagramau, siartiau, tablau neu siartiau bar neu gan ddefnyddio geirfa wyddonol berthnasol.

Ymholi

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg pridd i gynnal ymholiad gwyddonol. Gallan nhw gymharu dwy ardal wahanol ar dir yr ysgol, amlinellu dull arfaethedig, gwneud rhagfynegiad gan ddefnyddio gwybodaeth flaenorol, cynnal prawf teg, rheoli'r newidynnau sydd angen aros yr un fath.

Datblygu

Gall disgyblion wneud arsylwadau a mesuriadau wrth wneud yr arolwg pridd a defnyddio'r offer a'r technegau yn ddiogel.

Gallan nhw wirio arsylwadau trwy eu hailadrodd er mwyn casglu data mwy dibynadwy.

Gallan nhw wneud cymariaethau a nodi a disgrifio tueddiadau neu batrymau yn eu data a defnyddio'r data ar wefan **opalexplorenature.org** i ymestyn hyn.

Yn olaf, gallan nhw ystyried gwahanol ddehongliadau o'r data, gan roi rhesymau, cyflwyno safbwyntiau ystyriol a gwneud penderfyniadau ynglŷn â gwella tir yr ysgol ar gyfer bywyd gwyllt o ganlyniad.

Myfyrio

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg pridd i feddwl am yr hyn maen nhw wedi'i wneud, dechrau gwerthuso canlyniadau, penderfynu a oedd y dull yn llwyddiannus ac awgrymu unrhyw welliannau i'r canlyniadau.

Gallan nhw gysylltu eu dysgu â sefyllfaoedd tebyg gan ddefnyddio'r data ar wefan **opalexplorenature.org**

Amrediad

Cyd-ddibyniaeth organebau, yn enwedig pwyntiau 4 a 6

Trwy'r arolwg pridd, gall disgyblion gyflawni gwaith maes i bennu pa anifeiliaid a geir mewn dau amgylchedd gwahanol.

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg pridd i ddysgu am y ffactorau amgylcheddol sy'n effeithio ar beth sy'n tyfu a beth sy'n byw mewn dau amgylchedd – er enghraifft, lefelau pH a gwead y pridd.

Cyfnod Allweddol 3

Rhifedd

Gall y data o'r Arolwg Pridd gael ei ddefnyddio i ymarfer y sgiliau canlynol ar ôl casglu'r data yn y maes.

Defnyddio sgiliau data

Casglu a chofnodi data

Cynllunio sut i gasglu data i brofi damcaniaethau.

Creu tablau amllder ar gyfer setiau data (Blwyddyn 7)

Cyflwyno a dadansoddi data

Creu amrywiaeth eang o graffiau a diagramau i gynrychioli'r data (Blwyddyn 7), gan gynnwys siartiau cylch (Blwyddyn 9).

Profi damcaniaethau, gwneud penderfyniadau ynglŷn â'r ffordd orau o gofnodi a dadansoddi'r wybodaeth o setiau data mawr. (Blwyddyn 9).

Dehongli canlyniadau

Dehongli diagramau a graffiau (gan gynnwys siartiau cylch) i gymharu setiau data.

Defnyddio cymedr, canolrif, modd ac amrediad i gymharu'r ddau ddsbarthiad (data annibynnol)

(o Flwyddyn 7 ymlaen)

Dewis a chyfiawnhau'r ystadegau mwyaf priodol i'r broblem, gan ystyried gwerthoedd eithafol (Blwyddyn

9)

Sgiliau Gwyddoniaeth

Cyfathrebu

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg Pridd i gyfathrebu eu canfyddiadau yn glir ar lafar, ar bapur neu mewn darluniau, diagramau, siartiau, tablau neu siartiau bar, a chan ddefnyddio geirfa wyddonol berthnasol.

Ymholi

Cynllunio

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg Pridd i gynnal ymholiad gwyddonol. Gallan nhw gymharu dwy ardal wahanol ar dir yr ysgol, amlinellu dull arfaethedig, gwneud rhagfynegiad gan ddefnyddio gwybodaeth flaenorol, cynnal prawf teg, rheoli'r newidynnau sydd angen aros yr un fath.

Datblygu

Gall disgyblion wneud arsylwadau a mesuriadau wrth wneud yr arolwg pryfed a defnyddio'r offer a'r technegau yn ddiogel. Gallan nhw wirio arsylwadau trwy eu hailadrodd er mwyn casglu data mwy dibynadwy. Gallan nhw wneud cymariaethau a nodi a disgrifio tueddiadau neu batrymau yn eu data a defnyddio'r data ar wefan **opalexplornature.org** i ymestyn hyn. Yn olaf, gallan nhw ystyried gwahanol dehongliadau o'r data, gan roi rhesymau, cyflwyno safbwyntiau ystyriol a gwneud penderfyniadau ynglŷn â gwella tir yr ysgol ar gyfer bywyd gwyllt o ganlyniad.

Myfyrio

Gall disgyblion ddefnyddio'r arolwg pryfed i feddwl am yr hyn maen nhw wedi'i wneud, dechrau gwerthuso canlyniadau, penderfynu a oedd y dull yn llwyddiannus ac awgrymu unrhyw welliannau i'r canlyniadau. Gallan nhw gysylltu eu dysgu â sefyllfaedd tebyg gan ddefnyddio'r data ar wefan **opalexplornature.org**

Cwmpas

Cyd-ddibyniaeth organebau,

Gall disgyblion ddefnyddio canlyniadau'r Arolwg Pridd i gynrychioli'r cynefin drwy ddefnyddio gwe fwyd.

Deunyddiau ac adnoddau

- Canllaw hwylus gwaith maes (canllawiau'r arolwg)
- Llyfr gwaith cysylltiedig (gwybodaeth, cyngor a thafenni ateb)
- Deunyddiau defnydd un tro
 - Chwyddwydr (x1) (os ydych am adnabod rhywogaethau mwydod)
 - Stribedi pH (x2) (ar gyfer rhan C yn unig)
 - Pacedi mwstard (x2) (C yn unig)
 - Pacedi finegr (x2) (C yn unig)
- Dwy botel ddŵr 750ml
- Rhaw fach neu trywal
- Menig (os dymunir)
- Bagiau bin i archwilio'r pridd (ac i benlinio)
- Blychau addas e.e. potiau iogwrt neu dybiau plastic (dim ceuad)
- Yn ddefnyddiol i fynd gyda chi
 - Camera
 - Pen ysgrifennu a chlipfwrdd
 - Oriawr neu declyn i amseru
 - Papur cegin neu rywbeth tebyg
 -

Amcanion

Erbyn diwedd y wers mi fydd y dysgwyr yn medru:

Pob dysgwr:

Gweithio fel rhan o dîm i gasglu gwybodaeth am eu hamgylchedd lleol mewn modd diogel a phriodol. Defnyddio adnoddau OPAL i gyfathrebu canfyddiadau gan ddefnyddio geirfa wyddonol, uwchlwytho canlyniadau ar wefan OPAL./

Ennill sgiliau ymholi ac ymchwilio drwy asesu priodweddau pridd lleoliad yr astudiaeth e.e. pH, gwedd a lleithder y pridd.

Ennill sgiliau ymholi ac ymchwilio drwy ddefnyddio allwedd ddeubarthol i adnabod a chofnodi amllder y rhywogaethau o fwydod sydd yn bresennol.

Rhan fwyaf o ddysgwyr: Datblygu dealltwriaeth o rôl a phwysigrwydd mwydod o fewn yr ecosystem.

Rhai o'r dysgwyr: Ystyried effaith pobl, gan gynnwys newid hinsawdd, ar briddoedd a mwydod a nodi'r goblygiadau ar gyfer y dyfodol.

Beth i'w neud

A - Nodweddion y safle Dewch o hyd i leoliad yr arolwg, ac mewn grwpiau bach (tri neu bedwar sy'n gweithio orau), gadewch i'r disgyblion ddewis ardal sampl 20cm x 20cm addas. Cwblhewch gwestiynau 1-6 yn y llyfryn gwaith. Os yw amser yn brin, gofynnwch i wahanol fyfyrwyr o bob grŵp ateb cwestiynau ar wahân, ac yna rannu eu canfyddiadau yn y maes neu yn ystod y dilyniant.

B – Y twll pridd a chyfri mwydod: Gofynnwch i'r myfyrwyr dyllu eu sgwâr (20cm x 20cm a thurio'r twll pridd i ddyfnder o 10cm). Gallan nhw nodi eu sgwâr drwy ddefnyddio marcwyr fel brigau bach. Peidiwch ag anghofio bod ffon fesur ar ymyl y pecyn arolwg. Wrth ei dynnu o'r twll, gallwch roi'r pridd ar fag bin plastig neu gynhwysydd er mwyn ei ddioli.

- Cyfrwch nifer y mwydod sy'n oedolion a'r rhai anaeddfed sy'n bresennol yn y pridd (*cwestiynau B1 a B2*).

- Arllwyswch 750ml o ddŵr wedi'i gymysgu ag un pecyn o fwstard i mewn i'r twll i weld pa mor hir fydd yn ei gymryd i ddiflannu (*cwestiwn B3*). Casglwch a chyfrwch nifer yr oedolion a'r rhai anaeddfed sy'n dod i'r wyneb (*cwestiynau B4 a B5*).

C - Priodweddau'r pridd: Cwblhewch gwestiynau 7-15, gan ddilyn cyfarwyddiadau'r pecyn arolwg. Awgrymwn ichi arddangos i'r disgyblion sut mae gwneud hyn.

CH - Cofnodi mwydod: Defnyddiwch un enghraifft o fwydyn gyda'r grŵp gan ddangos y pethau allweddol i edrych amdany'n nhw, e.e. pen y mwydyn, cyfrwy, mandyllau gwryw, padiau cyfrwy.

Awgrym cwestiynau allweddol

Beth ydy mwydod?

Beth maen nhw'n ei fwyta?

Beth yw pridd?

Pam fod pridd yn bwysig?

Addasu'r arolwg ar gyfer galluoedd gwahanol

Haws

A a B Mesur a thirio'r pridd (mewn gwahanol leoliadau a hefyd ar adegau gwahanol o'r flwyddyn) / cyfri'r mwydod / gwahanu'r oedolion a'r rhai anaeddfed / cymharu canlyniadau. Fe allwch newid maint y twll hefyd. Fydech chi'n disgwyl dod o hyd i fwy neu lai o fwydod?

Anoddach

C a D: Cwblhau'r arolwg yn cynnwys nodweddion y pridd, adnabod rhywogaethau mwydod gan ddefnyddio'r allwedd adnabod.

Gweithgareddau i ddilyn y wers / ychwanegu at y dysgu

- Trafodwch sut gall gweithgareddau pobl effeithio ar bridd a mwydod.
- Dangos a thrafod beth mae pob grŵp wedi ei ddarganfod.
- Mewnbynnu'r data ar wefan OPAL a chymharu canlyniadau gydag ardaloedd eraill
- Gall disgyblion gyflwyno eu canlyniadau mewn amrywiaeth o ffyrdd (yn cynnwys siartiau bar neu symbolau cyfrannol) neu ddefnyddio ystadegau syml e.e. i adnabod y rhywogaethau mwyaf cyffredin.
- Gall y disgyblion greu cyflwyniadau er mwyn rhannu'r wybodaeth ag eraill. Os oes gan y myfyrwyr gamerâu neu ffonau, gellir gwneud y cyflwyniad ar ffurf dogfen neu adroddiad newyddion.
- Gall y dosbarth greu abwydfa dros dro gan ddefnyddio poteli plastig neu gynhwysydd priodol i gael gweld sut mae'r mwydod yn ymateb i dywyllwch a golau neu liwiau pridd efallai. Cofiwch adael i'r mwydod ddychwelyd i bridd iawn ar ôl diwrnod neu ddau!

Gwybodaeth ychwanegol

Paratoi o flaen llaw

- Iechyd a diogelwch, sicrhewch fod pawb wedi gwisgo dillad addas.
- Byddwch yn siŵr eich bod wedi meddwl am le i gynnal yr arolwg.
- Paratowch asesiad risg o flaen llaw / a chaniatâd i dyllu
- Byddwch yn ymwybodol o'r profiad dysgu a beth yw allbwn y sesiwn dysgu.
- Trefnwch gludiant neu aelodau ychwanegol o staff os oes angen
- Paratowch adnoddau a pheccynnau arolwg - gweler y wefan
- Mae'n bosibl cynnal yr Arolwg Pridd drwy gydol y flwyddyn, ond byddai'n well ei wneud rhwng dechrau'r gwanwyn hyd ddiwedd yr hydref.
- Byddwch yn barod i newid y sesiwn os oes angen o ran y tywydd a ffactorau eraill.
- Mae cynllun dysgu / nodiadau athrawon a gwybodaeth ddifyr am fwydod yn ogystal â thafleuni cofnodi ychwanegol i gyd ar gael ar wefan OPAL

Cynllun Gweithgareddau:

Fy Llyfr Atgofion Arbennig —
cofnod o weithgareddau llythrennedd
tymhorol yn yr awyr agored

Amser sydd ei angen ar gyfer y gweithgaredd:

Bore neu brynhawn cyfan os yw'r holl weithgareddau'n cael eu gwneud neu ½ – 1 awr ar wahân i greu'r llyfr mewn gwersi unigol.

Lleoliad:

Unrhyw leoliad yn yr awyr agored

Cyd-destun

Mae'r cynllun gweithgareddau hwn wedi'i gynllunio i ddangos sut y gall yr awyr agored gael ei ddefnyddio i ddarparu a gwella'r cwricwlwm ieithoedd, llythrennedd a chyfathrebu fel y'i disgrifir yn y rhaglen 'Dyfodol Llwyddiannus'.

Cysylltiadau â'r cwricwlwm

Cyfnod Sylfaen – Sgiliau Iaith, Llythrennedd a Chyfathrebu – Llafaredd, Darllen ac Ysgrifennu

Cyfleoedd ar gyfer:

- Siarad, gwrando, cydweithredu a thrafod – gweler y nodweddion penodol.
- Dethol, defnyddio a dod o hyd i wybodaeth ac ymateb i'r hyn a ddarllenwyd.
- Trefnu syniadau a gwybodaeth ac ysgrifennu'n gywir.

Cyfnod Sylfaen – Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Llesiant ac Amrywiaeth Ddiwylliannol

- Ymateb i syniadau a chwestiynau yn frwdfrydig, sensitif, creadigol a greddfodol.
- Mynegi syniadau a theimladau yn greadigol, gan esbonio pam eu bod yn arwyddocaol.
- Holi cwestiynau ynglŷn â pham y dylai pethau arbennig gael eu trin â pharch ac ymateb yn bersonol.
- Dangos gofal, parch ac anwylder tuag at blant eraill, oedolion a'u hamgylchedd.
- Datblygu diddordeb cynyddol yn y byd o'u cwmpas a deall beth sydd gan eu hamgylchedd i'w gynnig wrth chwarae ar eu pennau eu hunain a chydag eraill.

CA2 – Llythrennedd – Llafaredd

- Esbonio gwybodaeth a syniadau gan ddefnyddio geirfa berthnasol.

- Trefnu beth maent yn ei ddweud fel y gall gwrandawyr ddeall, e.e. pwysleisio pwyntiau allweddol, rhoi dilyniant i esboniad.
- Siarad yn glir gan amrywio'r mynegiant i helpu gwrandawyr.
- Cynnal y chwarae rôl a chefnogi eraill wrth chwarae rôl.
- Esbonio gwybodaeth a syniadau, archwilio a defnyddio ffyrdd o ddwyn perswâd, e.e. y defnydd o eirfa, ystumiau, cymhorthion gweledol.
- Siarad yn glir, gan ddefnyddio iaith ffurfiol ac amrywio mynegiant, tŷn ac uchder y sŷn i gynnal diddordeb y gwrandawyr.
- Cyfrannu at drafodaeth grŵp, gan rannu syniadau a gwybodaeth.
- Cyfrannu at drafodaeth grŵp a helpu pawb i gymryd rhan.

CA2 – Llythrennedd – Darllen

- Darllen testunau gwybodaeth byr yn annibynnol, gan ganolbwyntio.
- Chwilio am wybodaeth benodol gan ddefnyddio amrywiaeth o nodweddion mewn testunau, e.e. teitlau, darluniau, geiriau allweddol.

CA2 – Llythrennedd – Ysgrifennu

- Cyfleoedd ar gyfer: Ysgrifennu at ddibenion amrywiol, ysgrifennu mewn amrywiaeth o destunau di-dor ac unigol mewn amrywiaeth o ffurfiau ac ysgrifennu'n farddonol gan ddefnyddio delweddaeth a dyfeisiau barddonol, e.e. odli a ffurf.

Cwricwlwm Dyfodol Llwyddiannus

- Drwy gael hwyl, symud a chyffwrdd y byd o'u cwmpas mewn amgylchedd amlsynhwyrdd, mae cyfranogwyr yn gallu cyfathrebu'n rhydd a dysgu geirfa newydd.
- Gan ddatblygu dealltwriaeth a gwerthfawrogiad o'u byd naturiol, mae dysgwyr yn fwy tebygol o ddod o hyd i ffyrdd o ofalu amdano.
- Drwy iaith a llenyddiaeth, bydd disgyblion yn datblygu ymdeimlad o hunaniaeth. Byddant yn gallu mynegi mewn geiriau, datgan a chynrychioli eu hemosiynau eu hunain a chael eu harfogi i ddeall emosiynau eraill.
- Datblygu fel unigolion hyderus iach sy'n gallu mynegi eu syniadau a theimladau a dehongli rhai eraill, gan ddangos parch a datblygu cydberthnasau cadarnhaol a chryf fel y gallant weithio gydag eraill i oresgyn heriau.

Offer ac adnoddau

- Cardfwrdd ar gyfer blaen/cefn y llyfr
- Taflenni papur ar gyfer gweithgareddau
- Sgwariau lliain ar gyfer gweithgaredd
- Creonau a phennau ysgrifennu
- Tâp/taflenni clir dwyochrog
- Morthwylion pren
- Gwybodaeth Helfa Sborion Naturiol
- Pennau ysgrifennu/pensiliau (mae'r rhain yn gweithio'n well yn ystod tywydd llaith)
- Clipfyrddau

Amcanion

Erbyn diwedd y gweithgaredd hwn, bydd dysgwyr yn gallu gwneud yr isod:

- Arsylwi / ymateb i / disgrifio'r amgylchedd o'u cwmpas.
- Mynegi meddyliau a theimladau a chyfathrebu'r rhain i eraill (boed ar lafar a/neu drwy ysgrifennu).
- Wedi gwrandao ar ac ymateb i straeon / cerddi / caneuon / meddyliau a syniadau cyfoedion.
- Wedi cael profiad o weithio fel tîm.
- Defnyddio synhwyrddau mewn amgylchedd naturiol.
- Dilyn cyfarwyddiadau at ganlyniad yn y pen draw.
- Deall newidiadau tymhorol i adnoddau naturiol.
- Archwilio a chasglu a llunio taflenni sy'n seiliedig ar lythrennedd i gasglu llyfr 'Naturiol' yn

cwmpasu syniadau am gyfathrebu, iaith, darllen, ysgrifennu a chelf.

- Creu ymdeimlad o ryfeddod a syndod o fod yn yr awyr agored ac arwain at well llesiant ac iechyd.

Beth i'w wneud

Gosod yr olygfa

- Cyflwynwch y thema a'r testun. Dewch o hyd i becyn neu nodyn i esbonio'r gweithgaredd. Crëwch Lyfr Atgofion o eitemau naturiol a thymhorol. (Gallai fod yn gysylltiedig â thestun neu thema yn y dosbarth ar gyfer yr wythnos honno / tymor hwnnw.) Cerddwch o gwmpas gyda phartner a dod o hyd i'r cyfarwyddiadau ac adnoddau i wneud eu tudalen naturiol 'arbennig' ar gyfer y llyfr.
- Byddwn ni'n defnyddio ein synhwyrâu a beth sydd ar gael y tymor hwnnw o amgylch y safle i lunio ein tudalen.
- Dilynwch y cyfarwyddiadau ar bob arosfa a chyda eich partner helpu eich gilydd i wneud y gweithgaredd hwyl, sydd naill ai â thema llafaredd, llythrennedd neu gyfathrebu.
- Defnyddiwch yr amser hwn yn gryno fel cyfle i drafod iechyd a diogelwch â'r grŵp. Ni fyddwn yn defnyddio ein synnwyr blas oni bai y derbyniwn gyfarwyddyd ar gyfer hynny. Caniatewch i'r cyfranogwyr nodi risgiau ac awgrymwch sut i'w lleihau. Gellid gwneud hynny yng nghydestun paratoi ar gyfer taith.
- Atgoffwch y grŵp ynglŷn â chasglu gwrthrychau naturiol mewn ffordd gyfrifol a cheisio peidio â phigo neu niweidio bywyd gwylt, ac edrychwch am yr hyn sydd eisoes wedi syrthio ar y ddaear. Byddwch yn ymwybodol o blanhigion pigog neu wenwynig a ffyngau neu beryglon eraill yn yr ardal.

Bant â chi

- **Helpa sborion clawr y Llyfr Naturiol:** Cymerwch sgwaryn o gerdyn gyda thâp dwyochrog arno. Edrychwch o'ch cwmpas i ddod o hyd i eitemau naturiol i'ch atgoffa o'r ardal honno i lynu wrth y cerdyn. Ychwanegwch eich enw ac ychydig eiriau i ddweud sut y mae'r eitemau yn gwneud i chi deimlo neu sut maent yn edrych i chi.
- **Troi a thro:** Cymerwch sgwaryn a chyda phen ysgrifennu/pensil ysgrifennwch gerdd neu frawddeg droellol i ddisgrifio rhywbeth y gallwch ei weld. Gallech hefyd ei ddarlunio ac ysgrifennu'r gerdd ynddo neu o'i gwmpas.
- **Rysâit ar gyfer coetir:** Cymerwch sgwaryn a thrafodwch gyda'ch partner beth sydd ei angen arnoch i greu coetir 'perffaith'. Edrychwch o'ch cwmpas, cyffyrddwch â phethau, gwrandewch. (Gallai hyn fod yn real neu'n ddychmygol.) Darluniwch neu ysgrifennwch y cynhwysion. Gallai'r rhain hefyd fod yn eitemau naturiol a gellid tynnu ffotograff ohonynt.
- **Swnio'n ddiddorol:** Cymerwch sgwaryn yr un a chymerwch eich tro i arwain eich gilydd am dro byr gan wisgo mwgwd dros eich llygaid a gwrandewch a byddwch yn ymwybodol o'r hyn rydych yn ei synhwyro, e.e. gwynt, gwres neu oerfel, llwybr gwastad neu dir garw. Cyfnewidiwch ac ailadroddwch hyn. Lluniwch fap o'r synau a'r hyn rydych yn ei synhwyro gan ddefnyddio patrymau a siapau. Dangoswch i'ch partner wedyn a gweld a all ddyfalu beth y gwnaethoch ei glywed.
- **Cofnodi ennyd:** Cymerwch ffrâm, a dwy daflen glir, ludiog. Edrychwch o'ch cwmpas drwy'r ffrâm i gofnodi ennyd a'i gofnodi yn eich ffrâm – cymerwch eitem naturiol gerllaw i chi nad yw'n niweidio'r safle ac sy'n eich atgoffa o'r ennyd a'i ludio ar y daflen glir gyntaf. Cysylltwch ef at y ffrâm a gludiwch yr ail un ar yr ochr arall i'w gofnodi. Gallai hyn hefyd fod yn ffotograff. Trafodwch gyda'ch partner a/neu ysgrifennwch pam y gwnaethoch ei ddewis.
- **Mewn parau:** Mae un unigolyn yn cymryd cerdyn o'r bag cyntaf a'r llall o'r ail fag. Bydd gair ar un a llun ar y llall. Trowch y cardiau gefn-wrth-gefn. Mae'r unigolyn cyntaf yn disgrifio'r gair ac mae'r unigolyn arall yn tynnu llun o'r hyn a ddisgrifiwyd. Cyfnewidiwch. Mae gan yr ail unigolyn lun ac mae'n disgrifio beth mae'n ei weld i'w bartner. Mae'n rhaid iddo ddyfalu beth yw'r gair. Cymerwch eich tro i ddisgrifio'r gair ar eich cerdyn fel bod yr unigolyn arall yn tynnu llun o'r hyn a gaiff ei ddisgrifio iddo. Pan fydd y ddau wedi gorffen, edrychwch ar y llun gorffenedig a thrafodwch a wnaeth hyn weithio, sut aeth y cyfathrebu, ac a oedd unrhyw anawsterau.
- **Creu fy llyfr:** Dewch ynghyd a chreu eich llyfr. Ychwanegwch gerdyn i'r clawr cefn – defnyddiwch y stampiau i'w addurno. Torrwch dyllau yn y tudalennau. Rhowch y cyfan at ei gilydd. Dewch o hyd i frigyn a defnyddiwch hwn gyda dolen elastig i fynd drwy'r tudalennau a rhowch yr elastig fel dolen ar bob pen o'r brigyn.
- Trafodwch y gweithgareddau a oedd yn gysylltiedig â'r grŵp – teimladau, synhwyrâu, sut y gwnaethant gyfathrebu, sut mae'n gysylltiedig â thestun/thema'r dosbarth os yw'n berthnasol.

Ydy pob tudalen wedi creu atgof iddynt? Gellid ailadrodd hyn dros dymhorau gwahanol neu mewn tywydd gwahanol.

Cwestiynau allweddol a awgrymir

- Sut allwn ni edrych ar ôl byd natur / y coetir?
- Sut oeddech chi'n teimlo yn yr awyr agored?
- Pa adnoddau y daethoch chi o hyd iddynt yn yr awyr agored i'w defnyddio?
- Beth yw eich synhwyrau?
- Sut rydym yn cyfathrebu â'n gilydd?
- Pa bethau sy'n newid gyda'r tywydd neu yn ôl y tymor?
- Beth oedd eich hoff dudalen yn y llyfr?

Addasu ar gyfer anghenion/galluoedd gwahanol

Haws

- Parhewch i gael arosfannau i greu'r tudalennau ond gellir symleiddio'r gweithgareddau neu gall y grŵp cyfan wneud un llyfr rhyngddynt – a phawb yn cymryd rhan er mwyn creu, e.e. clawr blaen mawr. Gall pawb gynnig geiriau ar gyfer cerdd droellog a gall yr athro/athrawes ei hysgrifennu neu ddefnyddio marciau. Gellir cymryd ffotograffau yn hytrach na defnyddio geiriau ysgrifenedig. Pawb i wneud ffrâm llun mawr ac ati.

Anos

- Cysylltwch yn fwy â'r themâu a thestunau yn y dosbarth a meysydd llythrennedd, e.e. iaith berswadiol, geiriau cyfarwyddol, geiriau disgrifiadol. Defnyddiwch eirfa sy'n fwy datblygedig. Trafodwch a dadleuwch mewn parau a grwpiau. Cysylltwch y gweithgareddau â llyfr neu fardd sy'n cael ei astudio. Dewiswch arddulliau barddonol i'w defnyddio. Cyflwynwch eu llyfr i'r grŵp neu bartner a thrafodwch.

Gweithgaredd dilynol/estyniad

- Cysylltwch y gweithgareddau awyr agored â gwaith a gwmpaswyd yn yr ystafell ddosbarth – er mwyn mynd â gwaith ysgrifenedig ymhellach, llunio cyflwyniad neu gynnal trafodaeth bellach ar destunau a godwyd ar gyfer llythrennedd neu lesiant.
- Ailadroddwch y gweithgareddau mewn tywydd neu dymor gwahanol.
- Rhowch arddangosfa o'r gwaith o dan do er mwyn i eraill ei weld.
- Trowch yn ôl at y llyfr yn ddiweddarach a gweld beth maent yn ei gofio am y tudalennau/diwrnod yn yr awyr agored.
- Y plant i feddwl am eu syniadau llyfr atgofion eu hunain.

Gwybodaeth ychwanegol

- Defnyddiwch yr hyn sydd gennych ar eich tir eich hunan.
- Peidiwch ag ofni mynd â nhw i allan ymhob tywydd ac yn ystod pob tymor.
- Cadwch bethau'n syml a pharatowch yn ysgafn.
- Byddwch yn hyblyg a dilynwch syniadau a meddyliau'r plant.