Halkyn Castle Wood Events and Education
Campfire Cymru
Cryfder mewn Niferoedd / Strength in Numbers
Cyngor Sir y Fflint / Flintshire County Council

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

Casgliad o weithgareddau natur i
ysbrydoli chwe wythnos o antur awyr agored, dysgu a lles,
i ddatblygu sgiliau llythrennedd/ESOL, rhifedd a digidol.

Ysgrifennwyd gan VR Warrington 2025 @resilienceathalkyncastlewood

Funded by UK Government
Wedi ei ariannu gan Llywodraeth y DU

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Cyflwyniad

Mae'r llyfryn hwn yn cynnig gweithgareddau i chi eu cyflawni gyda'ch dosbarth, plant neu deuluoedd yn yr awyr agored.

Maen nhw wedi'u trefnu i ddatblygu sgiliau a hyder dros gyfnod o chwe wythnos.

Daw'r budd mwyaf i les cyfannol o dreulio amser rheolaidd yn 'bodoli' ym myd natur.

Rydym yn eich gwahodd i dreulio hanner awr bob dydd am chwe wythnos yn dod i adnabod eich man gwyrdd, eich plant neu deuluoedd.

**Mae'r adnoddau hyn wedi'u dylunio i gyd-fynd â'r Cwricwlwm i Gymru**

Y pedwar diben

Sgiliau trawsgwricwlaidd ar draws y meysydd dysgu ac arbenigedd

Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol

Nodau Lles

Y pum cam at les meddyliol

"People must feel that the natural world is important and valuable and beautiful and wonderful and an amazement and a pleasure."

"The truth is: the natural world is changing. And we are totally dependent on that world. It provides our food, water and air. It is the most precious thing we have and we need to defend it."

"No one will protect what they don't care about; and no one will care about what they have never experienced."

Sir David Attenborough

Funded by UK Government
Wedi ei ariannu gan Llywodraeth y DU

Halkyn Castle Wood Events and Education
Campfire Cymru
Cryfder mewn Niferoedd / Strength in Numbers
Cyngor Sir y Fflint / Flintshire County Council

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

Manteision bod yn yr awyr agored - dyma 20 rheswm i fynd allan i fyd natur (sydd wedi'u cefnogi gan dystiolaeth wyddonol).

1. Mae'r cyfathrebu'n llifo ac mae'r plant yn gwrando'n fwy astud, gan feithrin sgiliau cymdeithasol a datblygu perthnasoedd.
2. Mae yna lawer o gyfleoedd i arsylwi plant ac i ddysgu amdanyn nhw a'u harddulliau dysgu.
3. Mae'n ymarfer corff gwych y mae'r plentyn yn ei arwain wrth ei bwysau ac yn ystwytho nifer o wahanol gyhyrau.
4. Mae'r aer yn llawer gwell i bawb, yn rhoi hwb hyfryd o ocsigen i'r corff.
5. Mae'r micro-organeddau sydd mewn mwd, pridd a nentydd yn helpu datblygu mwy o ymwrthedd i salwch.
6. Mae bod ym myd natur yn gwella sylw, creadigrwydd a'r gallu i ddysgu.
7. Mae natur yn ysbrydoli chwilfrydedd ac yn ein hannog i ddysgu am y byd naturiol.
8. Bydd natur yn bwysig i'r plant ac fe fyddan nhw'n ei werthfawrogi, sy'n golygu y byddan nhw'n gwneud penderfyniadau sy'n fwy ystyriol o natur yn oedolion.
9. Bydd pawb yn teimlo'n fwy tawel ac yn gallu rheoli straen a gorbryder yn well.
10. Bydd pwysedd gwaed a chyflymder y galon yn gwastatáu.
11. Bydd ïonau positif yn cynyddu yn ein cyrff pan fyddwn ni dan do, gan achosi straen. Mae mynd allan i'r awyr agored yn eu gwagio nhw o'n cyrff, gan leihau straen.
12. Byddwn yn dechrau anadlu'n ddyfnach ac yn fwy rheolaidd.
13. Bydd ein cyrff a'n meddyliau'n ymlacio ac yn dechrau gorffwys, treulio ac iachau.
14. Mae pawb yn cael cyfle a lle i fyfyrio ar eu gweithredoedd a gwneud penderfyniadau.
15. Mae mynd allan i olau naturiol yn helpu ein cyrff i gynhyrchu mwy o fitamin D er mwyn datblygu ein hesgyrn.
16. Mae'n helpu datblygu ymwybyddiaeth a synnwyr naturiol o beryglon a risgiau.
17. Gall reoleiddio ein hemosiynau a'n hymddygiad a lleihau difrifoldeb symptomau ADHD.
18. Gall wella ein patrymau cwsg.
19. Mae ein synhwyrau'n cael eu lleddfu ac mae ein llygaid yn ymlacio (gellir gwyrdroi golwg byr).
20. Mae bod ym myd natur yn antur ac yn cynnig atgofion anhygoel.

**Dolenni Cwricwlwm i Gymru (8 – 12 Oed, Cam Cynnydd 3 - 4)**
**Wythnos a Gweithgareddau a Ganolbwyntir Arnynt - AoLEs (Meysydd Dysgu a Phrofiad)**
**Sgiliau Trawsgwricwlaidd Cam Cynnydd 3–4 (8 – 12 Oed)**
**Y Pedwar Diben**

**Wythnos 1** - Geiriau ym Myd Natur (Ansoddeiriau a Data) Chwileiriau (llythrennau, ansoddeiriau), cadw cyfrif o eitemau naturiol, helfeydd sborion,
siart o'r canfyddiadau, Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu; Mathemateg a Rhifedd; Iechyd a Lles; Llythrennedd;
(geirfa, ysgrifennu disgrifiadol); Rhifedd (tablau, siartiau); Digidol (cofnodi data)

**Llythrennedd: Rydw i'n gallu defnyddio ansoddeiriau i ddisgrifio'n fwyfwy manwl.**
**Rhifedd: Rydw i'n gallu casglu, cynrychioli a dehongli data mewn tablau / siartiau bar.**
**Lles: Rydw i'n gallu sylwi a disgrifio'r hyn sydd o fy nghwmpas i gefnogi ymwybyddiaeth ofalgar.**

Dysgwyr uchelgeisiol; Unigolion iach a hyderus

**Wythnos 2** - Siapiau, Patrymau a Bingo Ansoddeiriau a geiriau gwrthwyneb, tynnu llun gwrthrychau naturiol + ansoddeiriau,cadw cyfrif o siapiau/patrymau, creu oriel gelf natur Y Celfyddydau Mynegiannol; Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu; Mathemateg a Rhifedd; Llythrennedd (cyfystyron / geiriau gwrthwyneb, ysgrifennu disgrifiadol); Rhifedd (patrymau, siapiau); Digidol (rhannu oriel)

L**lythrennedd: Rydw i'n gallu defnyddio geiriau gwrthwyneb a chyfystyron i ychwanegu dyfnder i 'ngwaith ysgrifennu.**
**Rhifedd: Rydw i'n gallu adnabod a disgrifio siapiau / patrymau mewn cyd-destun.**
**Y Celfyddydau Mynegiannol: Rydw i'n gallu creu a gwerthuso celf sydd wedi'i ysbrydoli gan natur.**

Cyfranwyr mentrus a chreadigol

**Wythnos 3** - Cadw Dyddiadur a Myfyrio Cadw dyddiadur dyddiol: teimladau, synhwyrau ym myd natur, strategaethau ar gyfer lles Iechyd a Lles;
Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu Llythrennedd; (ysgrifennu myfyriol); Lles (mynegiant emosiynol); Digidol
adnoddau cadw dyddiadur dewisol)

**Llythrennedd: Rydw i'n gallu cofnodi a myfyrio ynghylch fy meddyliau a theimladau.**
**Lles: Rydw i'n gallu nodi strategaethau i gefnogi fy iechyd meddwl a gwytnwch.**

Unigolion iach a hyderus

**Dolenni Cwricwlwm i Gymru (8 – 12 Oed, Cam Cynnydd 3 - 4)**
**Wythnos a Gweithgareddau a Ganolbwyntir Arnynt - AoLEs (Meysydd Dysgu a Phrofiad)**
**Sgiliau Trawsgwricwlaidd Cam Cynnydd 3–4 (8 – 12 Oed)**
**Y Pedwar Diben**

**Wythnos 4** - Creaduriaid ac Ecosystemau Archwilio dan foncyffion, cadw cyfrif / mesur anifeiliaid di-asgwrn-cefn, gêm gwe fwyd, arsylwi creaduriaid, dylunio cynefinoedd dychmygol Gwyddoniaeth a Thechnoleg; Mathemateg a Rhifedd; Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu Llythrennedd (ansoddeiriau/berfau, geirfa wyddonol); Rhifedd (mesur, cadw cyfrif); Dwyieithog (Cymraeg/Saesneg)

**Gwyddoniaeth: Rydw i'n gallu dosbarthu pethau byw ac egluro cadwynau / gweoedd bwyd.**
**Rhifedd: Rydw i'n gallu mesur yn gywir yn defnyddio unedau safonol.**
**Llythrennedd: Rydw i'n gallu defnyddio iaith fanwl i ddisgrifio arsylwadau gwyddonol**.

Dinasyddion moesegol a gwybodus; Dysgwyr uchelgeisiol

**Wythnos 5** - Mynegiant Creadigol ym Myd Natur Creaduriaid o does halen, cynefinoedd naturiol, barddoniaeth (3 gair, haiku, cerdd acrostig) Y Celfyddydau Mynegiannol; Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu; Llythrennedd (barddoniaeth, iaith drosiadol); Creadigrwydd; Cydweithio

**Llythrennedd: Rydw i'n gallu creu cerddi yn defnyddio strwythurau amrywiol.**
**Y Celfyddydau Mynegiannol: Rydw i'n gallu mynegi syniadau drwy gerfluniau ac ysgrifennu creadigol.**
**Lles: Rydw i'n gallu rhannu fy ngwaith creadigol gydag eraill yn hyderus.**

Cyfranwyr mentrus, creadigol; Unigolion iach a hyderus

**Wythnos 6** - Ysgrifennu Stori a Dylunio Digidol, Barddoniaeth Pumawd, cynllunio/ysgrifennu stori yn yr awyr agored, dylunio gêm gyfrifiadurol, cynllun marchnata Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu; Cymhwysedd Digidol; Y Celfyddydau Mynegiannol; Llythrennedd (ysgrifennu naratif, cynllunio); Digidol (adnoddau dylunio, marchnata); Creadigrwydd;

**Llythrennedd: Rydw i'n gallu cynllunio, drafftio a golygu darnau estynedig**
**Digidol: Rydw i'n gallu defnyddio adnoddau digidol i ddylunio a chyflwyno syniadau creadigol.**
**Y Celfyddydau Mynegiannol: Rydw i'n gallu creu straeon a chymeriadau gwreiddiol.**

Dysgwyr uchelgeisiol, galluog; Cyfranwyr mentrus, creadigol

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Iechyd a Diogelwch i bobl a natur

Cwblhewch asesiad risg o'ch man awyr agored.

Dysgwch lle mae'r pecyn cymorth cyntaf yn cael ei gadw a byddwch yn gyfarwydd â gweithdrefnau i'w dilyn mewn argyfwng.

Gwnewch wiriad gweledol o'r man awyr agored cyn y gweithgaredd. Tynnwch sylw at unrhyw blanhigion allai bigo neu ddal ar ddillad, fel dail poethion a mieri.

Gadewch y mannau'n wyllt er mwyn annog bioamrywiaeth a dysgu. Golchwch eich dwylo cyn bwyta.

Rhowch unrhyw drychfilod yn ôl yn eu cynefin.

Ceisiwch beidio ag amharu ar anifeiliaid fel adar sy'n nythu.

Dim casglu - Dim llyfu.

Os ydych chi'n cario ffon, cariwch hi am i lawr.

Gofynnwch i'r plant wneud y gweithgareddau, yna gadewch iddyn nhw arwain y dysgu.

I arbed papur, argraffwch y taflenni a'u lamineiddio, a defnyddiwr y taflenni gwaith gyda phinnau ffelt y gallwch chi eu sychu i ffwrdd.

**Mwynhewch, anadlwch, arsylwch a chofnodwch y newidiadau cadarnhaol.**

Gwnewch eich hoff weithgareddau dro ar ôl tro drwy gydol y flwyddyn - mae ymwybyddiaeth ofalgar yn rhywbeth i'w ymarfer.

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 1 Diwrnod 1 - 5

## Archwilio a Sylwi

| | **Beth allwch ei weld?** | **Arwyddion o'r tymor drwy eich synhwyrau** | **Gweld Clywed Teimlo** |
|---|---|---|---|
| Hydref | Lliw y dail yn newid | Siffrwd y dail | Aer yn oeri |
| Gaeaf | Coed heb eu dail | Canghennau oer | Aer oer |
| Gwanwyn | Planhigion newydd yn blaguro | Adar yn canu | Awel gynnes |
| Haf | Blodiau lliwgar | Awel ysgafn drwy'r dail | Cynhesrwydd yr haul |

- Archwiliwch eich man awyr agored
- Codwch unrhyw sbwriel
- Cyflwynwch y plant i'r syniad y byddan nhw'n treulio rhywfaint o amser yn yr awyr agored bob diwrnod yn ystod y tymor hwn.

**Gofynnwch i'r plant wneud y gweithgaredd hwn bob bore yn ystod wythnos 1.**

Gofynnwch iddyn nhw gau eu llygaid
Gofynnwch iddyn nhw anadlu'n ddwfn i'w boliau a'i ochneidio allan (peidiwch â phoeni am y chwerthin!)
Gwnewch hyn dair gwaith. Gofynnwch iddyn nhw agor eu llygaid ac ymestyn.
Pan fyddan nhw'n agor eu llygaid, gofynnwch iddyn nhw gerdded o gwmpas nes eu bod nhw'n gweld rhywbeth sy'n ennyn eu chwilfrydedd neu'n gwneud iddynt wenu
Rhowch amser iddyn nhw ddangos i rywun beth maen nhw wedi'i weld.

Halkyn Castle Wood Events and Education
Campfire Cymru
Cryfder mewn Niferoedd / Strength in Numbers
Cyngor Sir y Fflint / Flintshire County Council

Ymarfer yn y dosbarth

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Week 1 Day 1

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| m | e | dd | a | l | ch | g | w | y | d | n | ll |
| a | s | d | r | p | dd | w | i | f | a | c | ff |
| w | p | i | g | o | g | l | e | ch | ll | a | b |
| r | c | l | a | e | u | y | b | a | ch | l | y |
| o | r | e | u | th | g | b | g | rh | o | e | r |
| t | r | w | m | dd | a | g | o | r | e | d | |
| ch | t | y | w | y | ll | n | l | n | e | i | s |
| m | o | r | g | a | r | w | a | m | a | w | r |
| s | y | ch | y | ll | u | ll | u | f | n | y | dd |
| ph | s | ll | d | i | s | g | l | a | i | r | r |

Ceisiwch gyfri faint o bob llythyren sydd yn y grid uchod ac ysgrifennwch y rhif wrth ymyl y llythrennau isod

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| a | | b | | c | | ch | | d | | dd | |
| e | | f | | ff | | g | | h | | l | |
| j | | l | | ll | | m | | n | | o | |
| p | | ph | | r | | rh | | s | | t | |
| th | | u | | w | | y | | | | | |

Halkyn Castle Wood Events and Education
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Cyngor Sir y Fflint Flintshire County Council

**Ymarfer yn y dosbarth**

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 1 Diwrnod 2

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| m | e | dd | a | l | ch | g | w | y | d | n | ll |
| a | s | d | r | p | dd | w | i | f | a | c | ff |
| w | p | i | g | o | g | l | e | ch | ll | a | b |
| r | c | l | a | e | u | y | b | a | ch | l | y |
| o | r | e | u | th | g | b | g | rh | o | e | r |
| t | r | w | m | dd | a | g | o | r | e | d | |
| ch | t | y | w | y | ll | n | l | n | e | i | s |
| m | o | r | g | a | r | w | a | m | a | w | r |
| s | y | ch | y | ll | u | ll | u | f | n | y | dd |
| ph | s | ll | d | i | s | g | l | a | i | r | r |

Dewch o hyd i'r 20 ansoddair (geiriau disgrifiadol) yn y chwilair. Rhowch linell drwy'r geiriau yn y tabl uchod ac isod

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| meddal | golau | llyfn | gwlyb | gwydn |
| agored | caled | oer | dilewyrch | bach |
| tywyll | garw | mawr | poeth | ar gau |
| sych | disglair | neis | trwm | pigog |

Ydych chi'n gallu darganfod unrhyw eiriau eraill?

Halkyn Castle Wood Events and Education
CRYFDER STRENGTH
Sir y Fflint Flintshire

**Ymarfer yn y dosbarth**

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Wythnos 1
## Diwrnod 3

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| m | e | dd | a | l | ch | g | w | y | d | n | ll |
| a | s | d | r | p | dd | w | i | f | a | c | ff |
| w | p | i | g | o | g | l | e | ch | ll | a | b |
| r | c | l | a | e | u | y | b | a | ch | l | y |
| o | r | e | u | th | g | b | g | rh | o | e | r |
| t | r | w | m | dd | a | g | o | r | e | d | |
| ch | t | y | w | y | ll | n | l | n | e | i | s |
| m | o | r | g | a | r | w | a | m | a | w | r |
| s | y | ch | y | ll | u | ll | u | f | n | y | dd |
| ph | s | ll | d | i | s | g | l | a | i | r | r |

Dewch o hyd i'r 20 ansoddair (geiriau disgrifiadol) yn y chwilair. Ysgrifennwch y geiriau yn y tabl isod

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 1 Diwrnod 4

| | |
|---|---|
| meddal | |
| caled | |
| golau | |
| tywyll | |
| agored | |
| ar gau | |
| neis | |
| gwlyb | |
| llyfn | |
| garw | |

Defnyddiwch y daflen hon i gyfrif faint o bethau y gallwch ddod o hyd iddynt ym myd natur sy'n cyd-fynd â'r ansoddeiriau.

Defnyddiwch y geiriau fel helfa sborion. Dewch o hyd i wrthrych naturiol sy'n cyd-fynd â'r disgrifiad.

Gwnewch hyn yn gêm! Gweiddwch yr ansoddair ac yna rhaid i eraill redeg i chwilio am rywbeth sy'n cyd-fynd â'r ansoddair

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Wythnos 1
## Diwrnod 5

Crëwch siart bar i ddangos eich canfyddiadau.

Ychwanegwch brif deitl a labeli ar gyfer echelin-x ac echelin-y


Halkyn Castle Wood Events and Education
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Sir y Fflint Flintshire

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 2 Diwrnod 1

| | |
|---|---|
| disglair | |
| dilewyrch | |
| oer | |
| poeth | |
| trwm | |
| sych | |
| pigog | |
| gwydn | |
| bach | |
| mawr | |

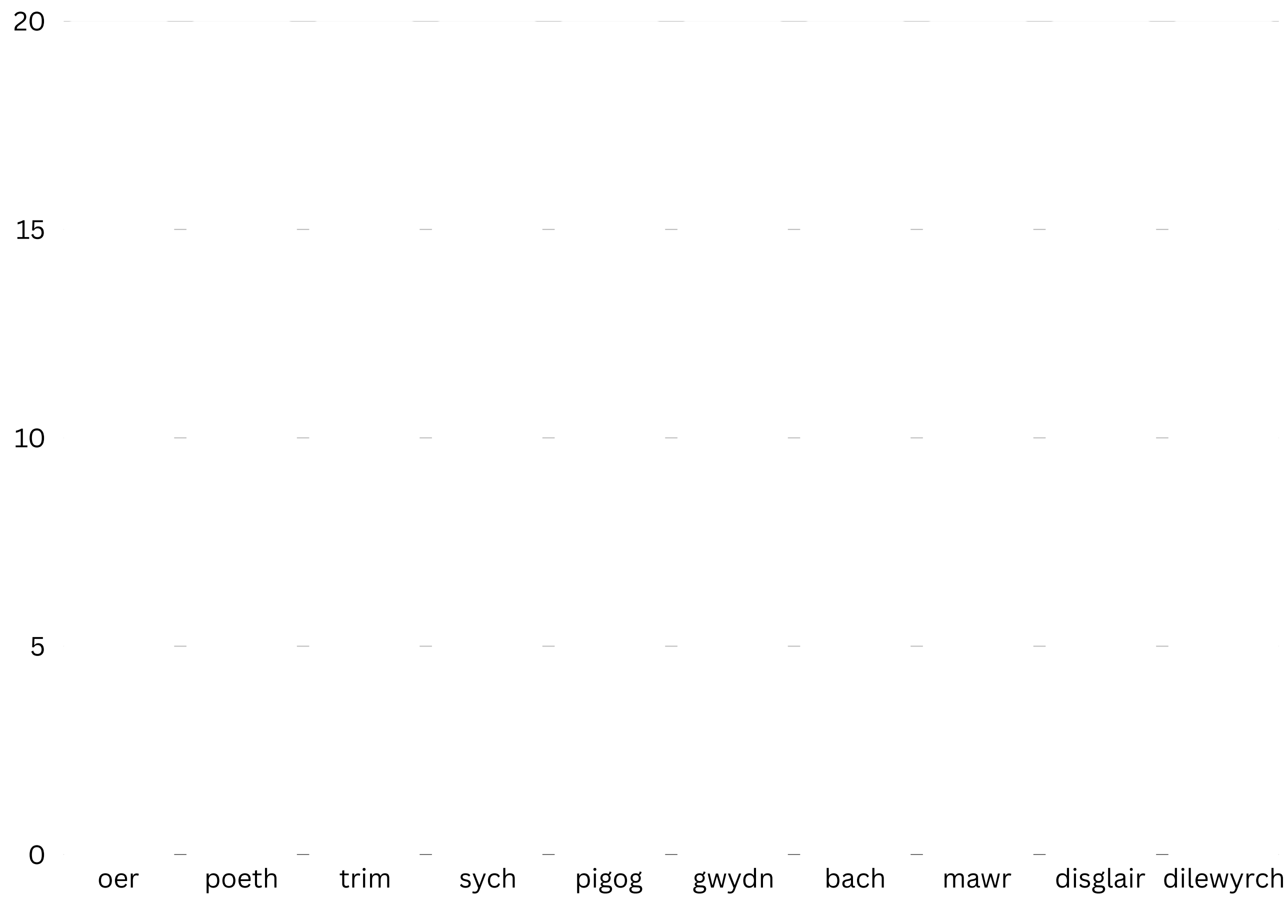
Defnyddiwch y daflen hon i gyfrif faint o bethau y gallwch ddod o hyd iddynt ym myd natur sy'n cyd-fynd â'r ansoddeiriau.

Defnyddiwch y geiriau fel helfa sborion. Dewch o hyd i wrthrych naturiol sy'n cyd-fynd â'r disgrifiad.

Gwnewch hyn yn gêm! Gweiddwch yr ansoddair ac yna rhaid i eraill redeg i chwilio am rywbeth sy'n cyd-fynd â'r ansoddair

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 2 Diwrnod 1




Crëwch siart bar i ddangos eich canfyddiadau.

Ychwanegwch brif deitl a labeli ar gyfer echelin-x ac echelin-y

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

**Wythnos 2**
**Diwrnod 2**

| | | | |
|---|---|---|---|
| trwm | llyfn | oer | meddal |
| mawr | disglair | dilewyrch | sych |
| gwydn | tywyll | bach | golau |
| gwlyb | poeth | garw | agored |

Bingo gyda geiriau

Pan ddewch o hyd i rywbeth ym myd natur sy’n cyd-fynd â’r ansoddair, rhowch garreg ar y gair ac arhoswch i weld pwy sy’n cwblhau LLINELL, a THŶ LLAWN ac yn gweiddi BINGO gyntaf!

Halkyn Castle Wood Events and Education
CAMPFIRE CYMRU
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Cyngor Sir y Fflint Flintshire County Council

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 2 Diwrnod 2

| | |
|---|---|
| llyfn | meddal |
| disglair | tywyll |
| sych | golau |
| poeth | agored |
| trwm | oer |
| dilewyrch | mawr |
| gwlyb | bach |
| caled | ar gau |
| pigog | garw |

Tynnwch linell i gysylltu'r geiriau ar y chwith gyda'r gair cyferbyniol.

Edrychwch ar bob gair uchod a meddyliwch am air arall sydd â'r un ystyr neu ystyr tebyg. Gelwir hyn yn gyfystyr. Er enghraifft, esmwyth = fflat. Ysgrifennwch y geiriau tebyg o dan bob gair.

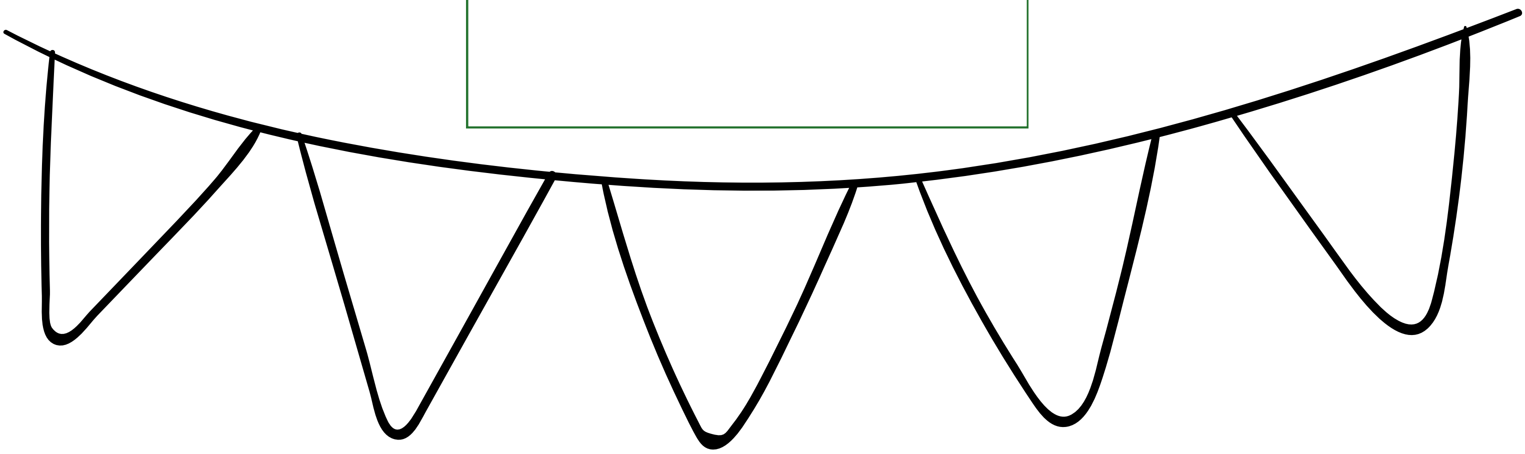
Gwnewch hyn yn gêm! Ewch allan a dewch o hyd i wrthrych i gyd-fynd ag un o'r geiriau, a gofynnwch i'ch partner ddod o hyd i rywbeth sy'n groes i'r gwrthrych hwnnw. Er enghraifft, os ydych chi'n gafael mewn carreg arw dylai eich partner fynd i chwilio am garreg lefn.

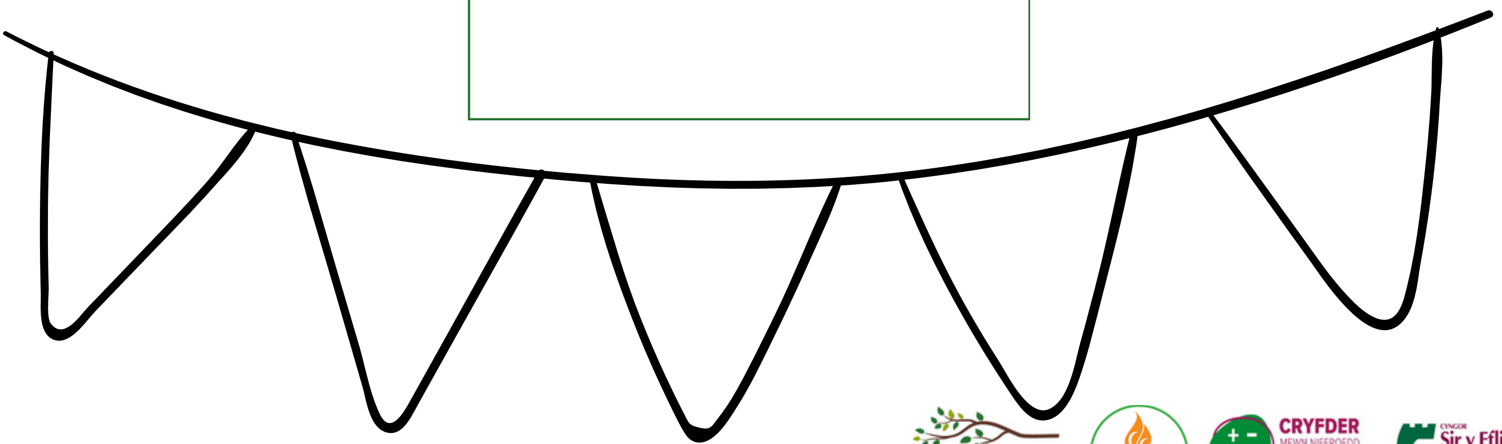
Halkyn Castle Wood Events and Education
CAMPFIRE CYMRU
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Cyngor Sir y Fflint Flintshire County Council

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Wythnos 2 Diwrnod 3

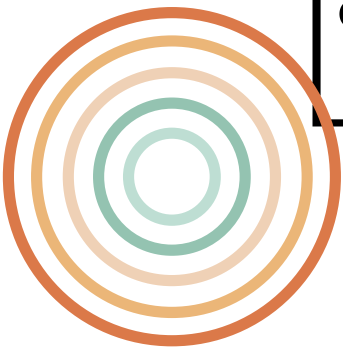
Dewch o hyd i ddau beth ym myd natur. Tynnwch lun ohonynt yn y blychau isod ac ysgrifennwch 5 ansoddair yn y baneri uwchben i'w disgrifio.



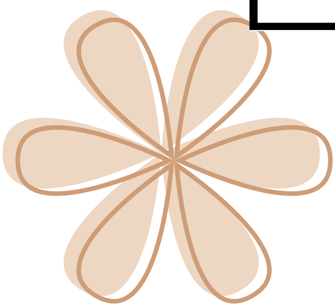


# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

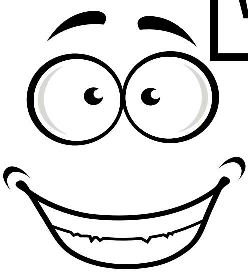
## Wythnos 2 Diwrnod 4



**Cylchoedd**



**Blodau**



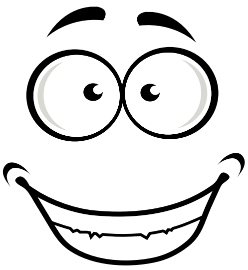
**Wynebau**

**Calonnau**

Chwiliwch am siapiau ym myd natur. Bob tro y byddwch yn gweld rhywbeth sy'n debyg i un o'r siapiau yma, rhowch ricyn yn y bocs perthnasol

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Wythnos 2 Diwrnod 5



Defnyddiwch ddeunyddiau naturiol i wneud y siapiau hyn mewn natur.

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 2 Diwrnod 5

Crëwch ddau o'ch dyluniadau y tu allan yn defnyddio deunyddiau naturiol.
Gwahoddwch eraill i ymweld â'ch oriel.
Tynnwch luniau ohonynt yn y blychau uchod.

Halkyn Castle Wood Events and Education
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Sir y Fflint Flintshire

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Cadw Dyddiadur

## Wythnos 3 Diwrnod 1 - 5

Dewch o hyd i rywle i eistedd y tu allan. Defnyddiwch y templed hwn bob dydd yr wythnos hon i gadw dyddiadur. Mae wedi'i ddylunio i'ch helpu i ddod i adnabod eich hun, adnabod beth sy'n digwydd yn eich bywyd ac i feddwl am bethau y gallwch eu gwneud i wneud newidiadau cadarnhaol i'ch helpu i deimlo'n well.

<table>
<tr><td>Canolbwyntio arnoch chi eich hun</td><td>Sut ydw i'n teimlo amdano?</td><td>Beth allech chi ei wneud i deimlo'n well?</td><td rowspan="8">Dewch o hyd i le i eistedd tu allan.<br><br>Anadlwch i mewn am 3 eiliad<br><br>Anadlwch allan am 9 eiliad<br><br>Ailadroddwch hyn 9 gwaith</td><td>Ydych chi'n teimlo ychydig yn well?</td></tr>
<tr><td>Fy nghorff</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Fy hwyliau</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Fy meddyliau</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Fy ffrindiau</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Fy nghartref a fy nheulu</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Fy ysgol neu waith</td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

Os ydych chi'n teimlo'n drist am unrhyw beth, siaradwch â rhywun yr ydych yn ymddiried ynddynt.

Halkyn Castle Wood Events and Education
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Sir y Fflint Flintshire

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 3 Diwrnod 1 - 5

Dewch o hyd i rywle i eistedd y tu allan. Defnyddiwch y templed hwn bob dydd yr wythnos hon i gadw dyddiadur. Mae wedi'i ddylunio i'ch helpu i ddod i adnabod eich ardal natur, adnabod beth sy'n mynd ymlaen o'ch cwmpas, sylwi ar unrhyw newidiadau, bod yn chwilfrydig a mwynhau bod yn yr awyr agored.

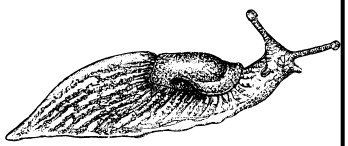
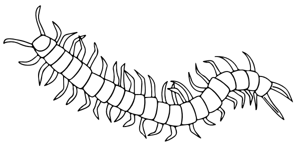
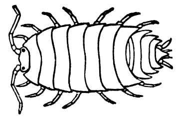
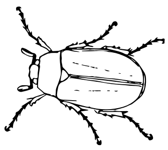
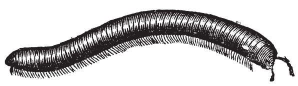
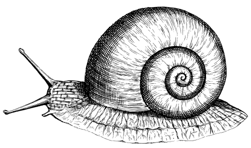
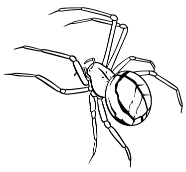
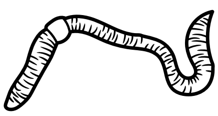
| Canolbwyntio ar natur | Beth allwch ei weld? | Caewch eich llygaid, beth allwch chi ei deimlo, ei glywed, ei arogli? | Agorwch eich llygaid, ydych chi'n sylwi ar unrhyw beth arall? |
|---|---|---|---|
| Uwch eich pen | | | |
| Oddi tanoch | | | |
| I'r chwith | | | |
| I'r dde | | | |
| Yn y glaswellt | | | |
| O dan neu ar garreg neu gangen | | | |

Os ydych chi'n teimlo'n drist am unrhyw beth, siaradwch â rhywun yr ydych yn ymddiried ynddynt.

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 4 Diwrnod 1

Edrychwch dan ddail a boncyffion, beth sy'n byw yno?

| | Enw'r rhywogaeth (enw) yn Gymraeg ac yn Saesneg | **Faint y daethoch o hyd iddynt?** | **Rhestr o ansoddeiriau i'w disgrifio** |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Slug<br>Gwlithen | | |
|  | Centipede<br>Neidr gantroed | | |
|  | Woodlouse<br>Pry lludw | | |
|  | Beetle<br>Chwilen | | |
|  | Millipede<br>Neidr filtroed | | |
|  | Snail<br>Malwen | | |
|  | Spider<br>Pry copyn | | |
|  | Worm<br>Pry genwair | | |

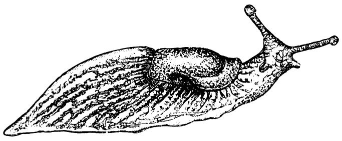
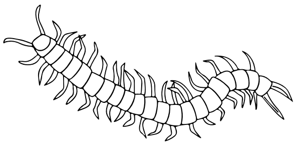
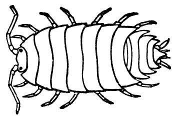
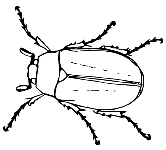
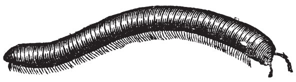
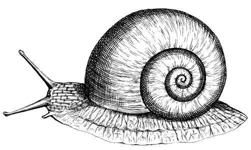
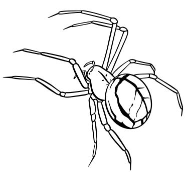
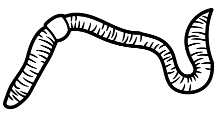
Fedrwch chi enwi'r creaduriaid mewn iaith arall?
Ysgrifennwch eu henwau oddi tanodd.

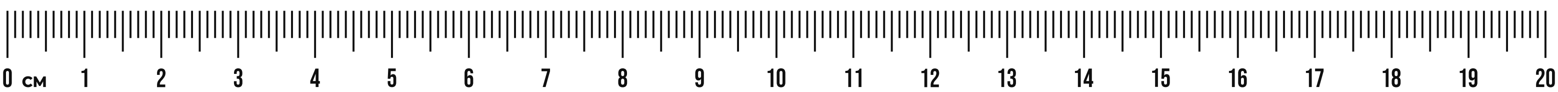
Halkyn Castle Wood Events and Education

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 4 Diwrnod 2

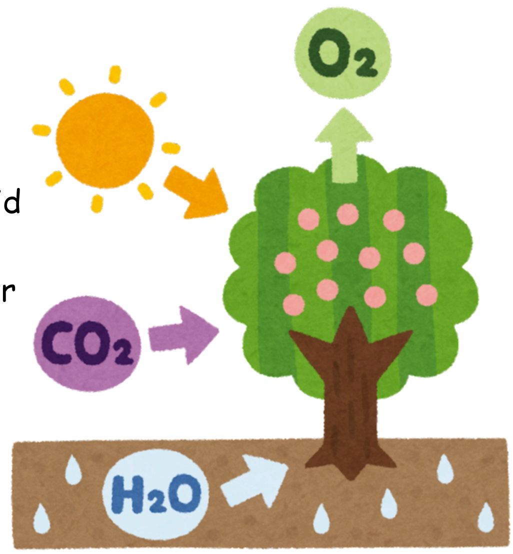
Edrychwch dan ddail a boncyffion, beth sy'n byw yno?

| | Enw'r rhywogaeth (enw) yn Gymraeg ac yn Saesneg | Pa mor hir ydyn nhw? Defnyddiwch y pren mesur isod i helpu. Cofnodwch yr ystod o feintiau, o'r lleiaf i'r hiraf. | Rhestr o ferfau i ddisgrifio sut y mae'n symud ac yn byw. |
|---|---|---|---|
|  | Slug<br>Gwlithen | | |
|  | Centipede<br>Neidr gantroed | | |
|  | Woodlouse<br>Pry lludw | | |
|  | Beetle<br>Chwilen | | |
|  | Millipede<br>Neidr Filtroed | | |
|  | Snail<br>Malwen | | |
|  | Spider<br>pry copyn | | |
|  | Worm<br>Pry genwair | | |



# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 4 Diwrnod 3




Ffotosynthesis
I ddal egni golau o'r haul a'i drosi'n egni cemegol a gaiff ei storio mewn glwcos, math o siwgr.
Mae planhigion yn defnyddio cloroffyl mewn cloroplastau I amsugno golau'r haul, a chyfuno carbon deuocsid a dŵr i greu glwcos ac ocsigen.
Y glwcos hwn sy'n llawn egni yw'r bwyd ar gyfer y cynhyrchwyr eu hunain ac mae hefyd yn gweithredu fel y ffynhonnell egni cychwynnol sy'n mynd i mewn i'r gadwyn fwyd.

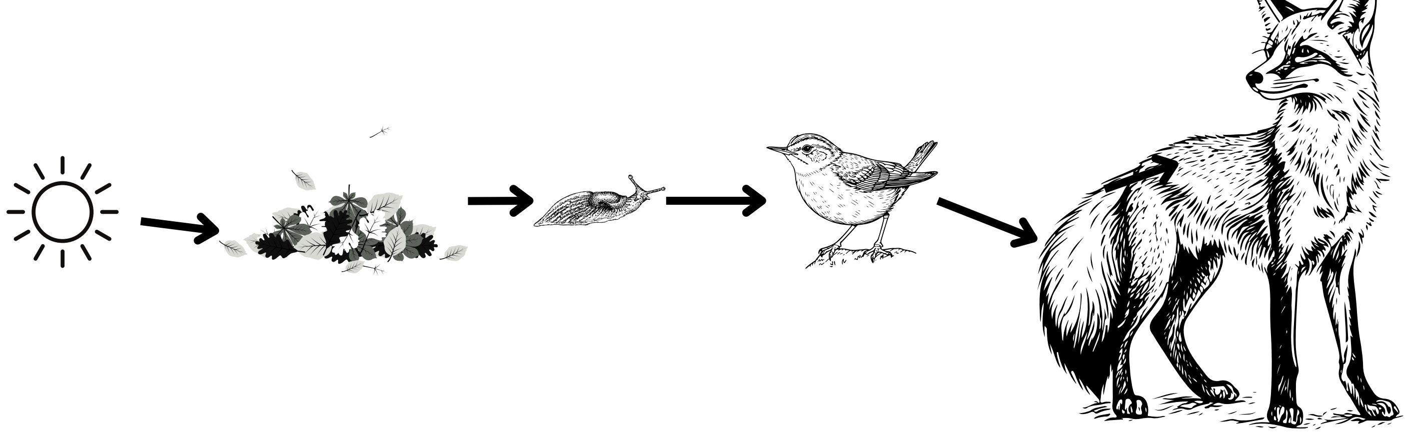
Trosglwyddiad Egni mewn Cadwyni Bwyd
**Cynhyrchwyr**
Mae'r rhain yn organebau, fel planhigion, sy'n gwneud eu bwyd eu hunain drwy ffotosynthesis.
Maent yn storio egni'r haul yn eu biomas (cyfanswm y sylwedd biolegol).

**Ysyddion Cynradd**
hunain.
Mae'r rhain yn llysysyddion sy'n bwyta cynhyrchwyr, gan drosglwyddo rhywfaint o'r egni o'r planhigyn i'w

**Ysyddion Eilaidd a Thrydyddol**
Cigysyddion neu hollysyddion sy'n bwyta ysyddion cynradd, gan gael egni gan y creaduriaid y maent yn eu bwyta.

Mae'r Diagram Cadwyn Fwyd (isod) yn dangos y broses o drosglwyddo egni
Mae'r saethau mewn cadwyn fwyd yn pwyntio tuag at gyfeiriad llif yr egni, gan ddangos pa organeb sy'n cael ei bwyta gan un arall. Er enghraifft, mae saeth o'r dail i gyfeiriad gwlithen yn golygu bod y wlithen yn bwyta'r dail.

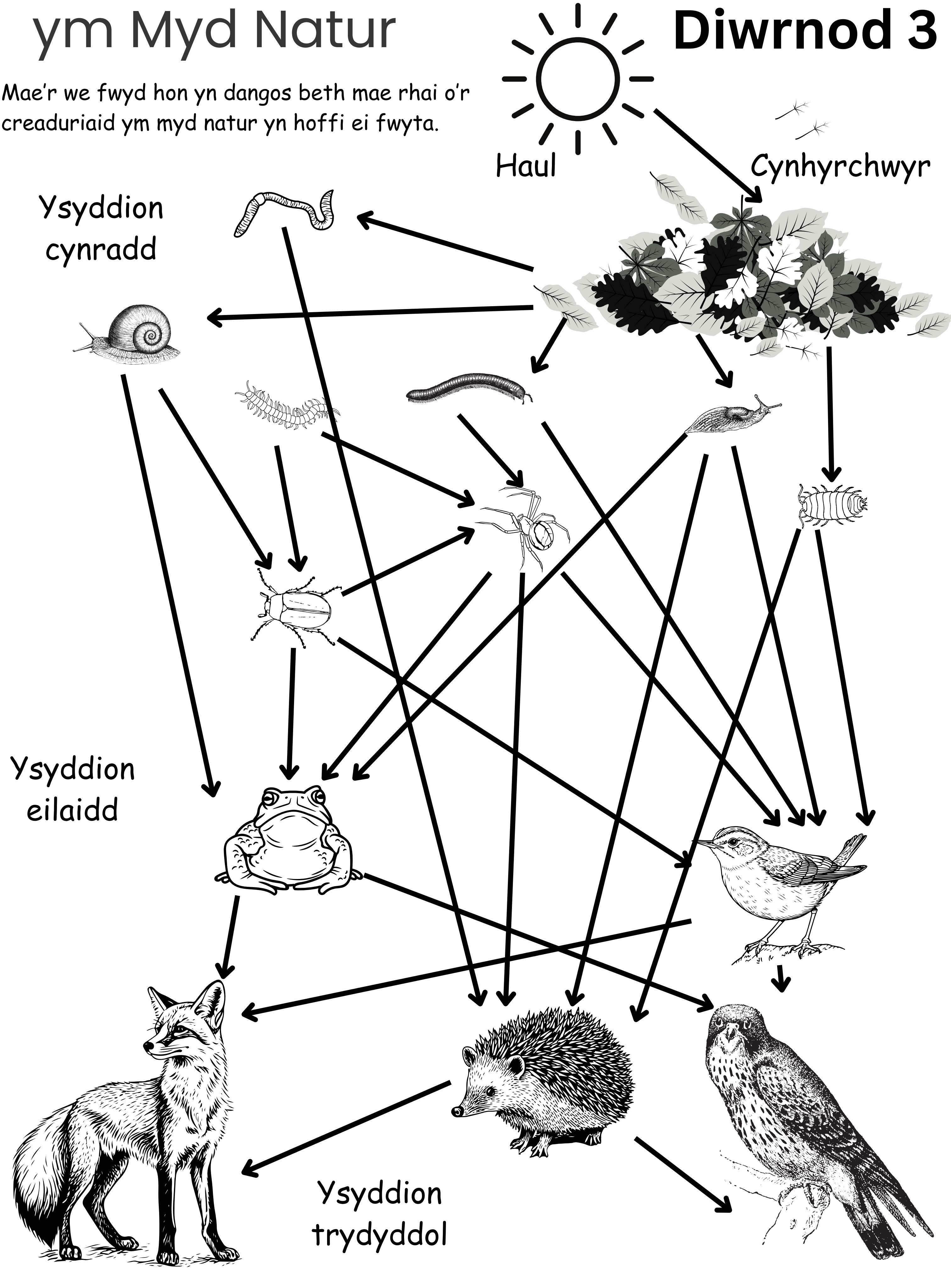
Haul → Dail (cynhyrchydd) → Gwlithen (ysydd cynradd) → Dryw (ysydd eilaidd) → Llwynog (ysydd trydyddol))



# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 4 Diwrnod 3

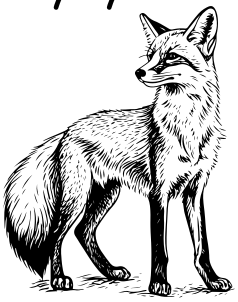
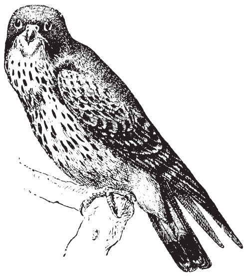
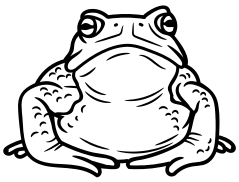
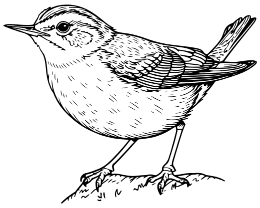
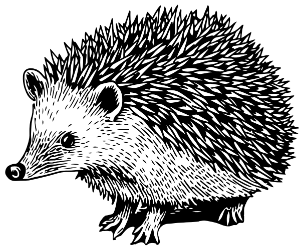
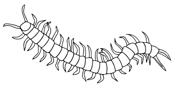
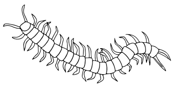
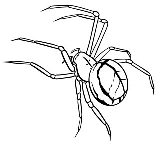
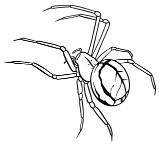
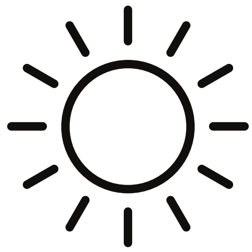
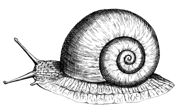
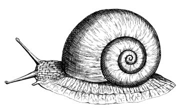
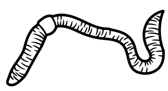
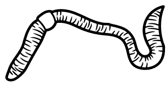
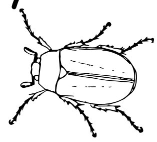
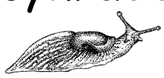
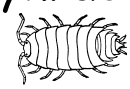
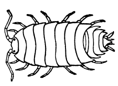
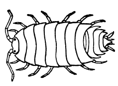
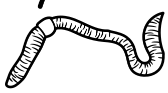
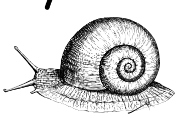
Mae'r we fwyd hon yn dangos beth mae rhai o'r creaduriaid ym myd natur yn hoffi ei fwyta.



# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Week 4 Day 3

Chwaraewch y gêm gwe fwyd. Torrwch y labeli isod a rhowch un ar bob plentyn

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Ysyddion trydyddol  | Ysyddion trydyddol  | Ysyddion eilaidd  | Ysyddion eilaidd  | Ysyddion eilaidd  |
| Ysyddion eilaidd  | Ysyddion eilaidd  | Ysyddion eilaidd  | Ysyddion eilaidd  |  |
| Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd  |
| Ysyddion cynradd | Ysyddion cynradd | Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd | Ysyddion cynradd  |
| Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd  | Ysyddion cynradd | Ysyddion cynradd  |
| Cynhyrchwyr | Cynhyrchwyr | Cynhyrchwyr | Cynhyrchwyr | Cynhyrchwyr |

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 4 Diwrnod 3

## Gweithgaredd Gwe Fwyd

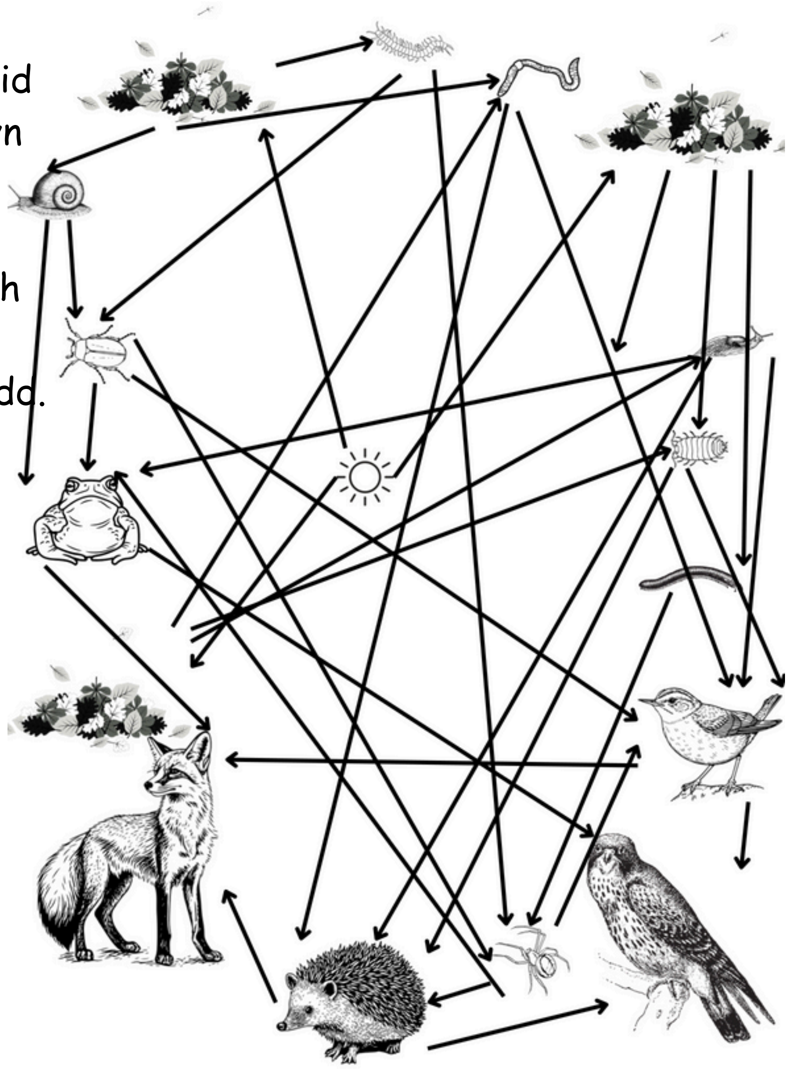
Argraffwch y tudalennau planhigion ac anifeiliaid sydd wedi'u cynnwys, yna torrwch ar hyd y llinellau toredig.  Rhowch un ar bob plentyn.

Dewiswch rywun i fod yn haul.  Gofynnwch i'r plant sefyll mewn cylch, gyda'r haul yn y canol. Gofynnwch i'r plant gyflwyno eu hunain fel y planhigion neu'r anifeiliaid y maent yn eu cynrychioli.
Gofynnwch i'r plant:

- Pwy yn y cylch hwn fyddech chi'n rhoi eich egni iddo? (Pwy fyddai'n eich bwyta chi?)
- Pwy yn y cylch hwn allai roi egni i chi? (Pwy allech chi ei fwyta?)

Eglurwch fod y belen wlân yn cynrychioli egni o'r haul.
Gofynnwch i'r haul afael ym mhen yr edafedd a phasio'r belen o wlân i rywun sy'n gallu defnyddio'r egni hwnnw (planhigyn gwyrdd). Pan fydd y plentyn sy'n cynrychioli'r planhigyn gwyrdd yn gafael yn y belen, mae'n rhaid iddynt ei phasio i rywun sydd nesaf yn y gadwyn fwyd. Daliwch ati nes i'r belen gyrraedd yr anifail ar frig y gadwyn fwyd honno (cigysydd - anifail sy'n bwyta anifeiliaid eraill). Rydych wedi cwblhau un gadwyn fwyd! Torrwch y gwlân.
Rhowch y belen o wlân yn ôl i'r haul a dechreuwch gadwyn newydd, parhewch i wneud cadwyni bwyd nes bod pob plentyn yn dal o leiaf un darn o edafedd.
Gofynnwch i'r plant:

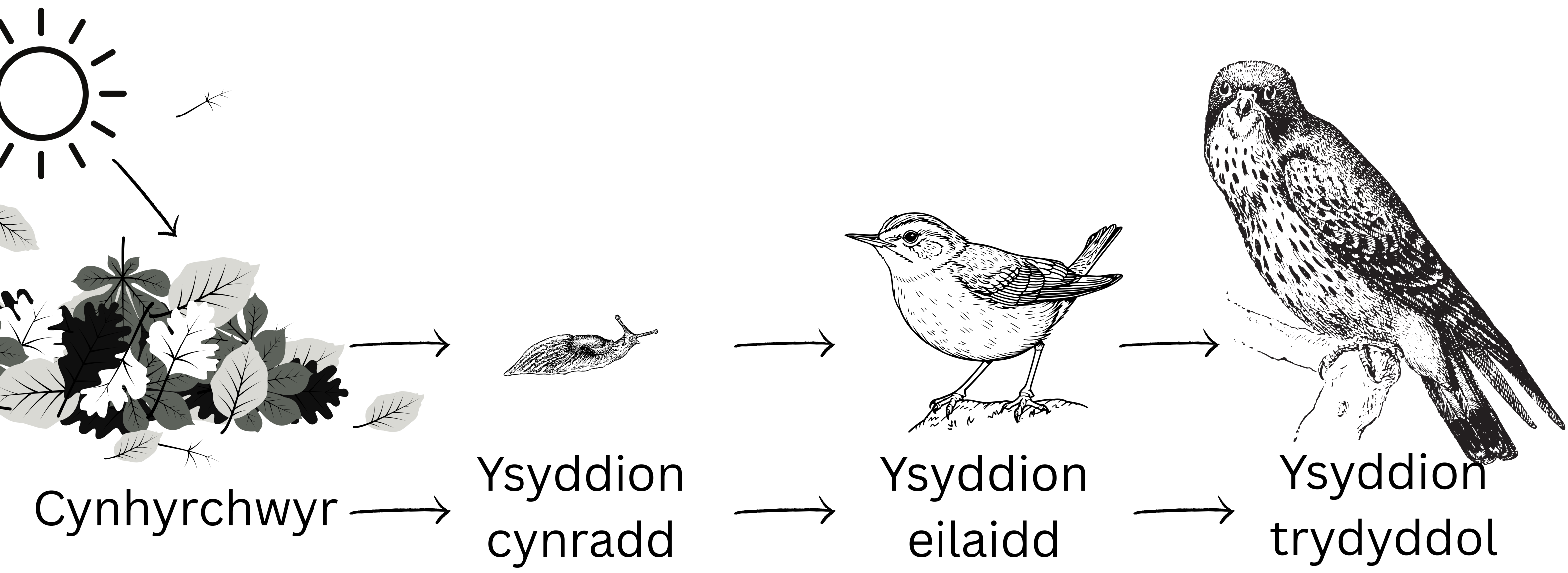
- Ydym ni wedi gwneud cadwyni bwyd?
- Fel beth mae ein cadwyni bwyd gyda'i gilydd yn edrych? (Gwe)
- Pwy sy'n gafael yn y nifer fwyaf o ddarnau a pham?
- Cyflwynwch rai senarios, er enghraifft, os yw'r pridd wedi'i halogi beth fyddai'n digwydd? Pe bai'r goedwig yn cael ei thorri?



# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 4 Diwrnod 3

Dewiswch dair cadwyn fwyd o'r we fwyd ac ewch ati i dynnu eu lluniau yn y blychau isod, mae enghraifft isod.



# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Wythnos 4
## Diwrnod 4

Dewch o hyd i gynefin bach y tu allan ym myd natur.
Rhestrwch ansoddeiriau yn y tabl isod i ddisgrifio'r cynefin.

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |

Dewch o hyd i greadur sy'n byw yma. Tynnwch ei lun yn y gofod isod.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Sut mae'n edrych? | Sut mae'n symud? | Beth mae'n ei fwyta? | Beth sy'n ei fwyta? |
| | | | |
| Beth mae'n ei hoffi neu'n ei gasáu? | Sut ydych chi'n meddwl mae'n teimlo? | A yw'n wynebu unrhyw heriau? | A oes ganddo ffrindiau? |
| | | | |

Halkyn Castle Wood Events and Education
CAMPFIRE CYMRU
CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS
Cyngor Sir y Fflint Flintshire County Council

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Wythnos 4 Diwrnod 5

Dychmygwch gynefin ffuglennol y tu allan ym myd natur.
Rhestrwch ansoddeiriau yn y tabl isod i ddisgrifio'r cynefin

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |

Dychmygwch greadur sy'n byw yma. Tynnwch lun o'ch creadur dychmygol yn y gofod isod.

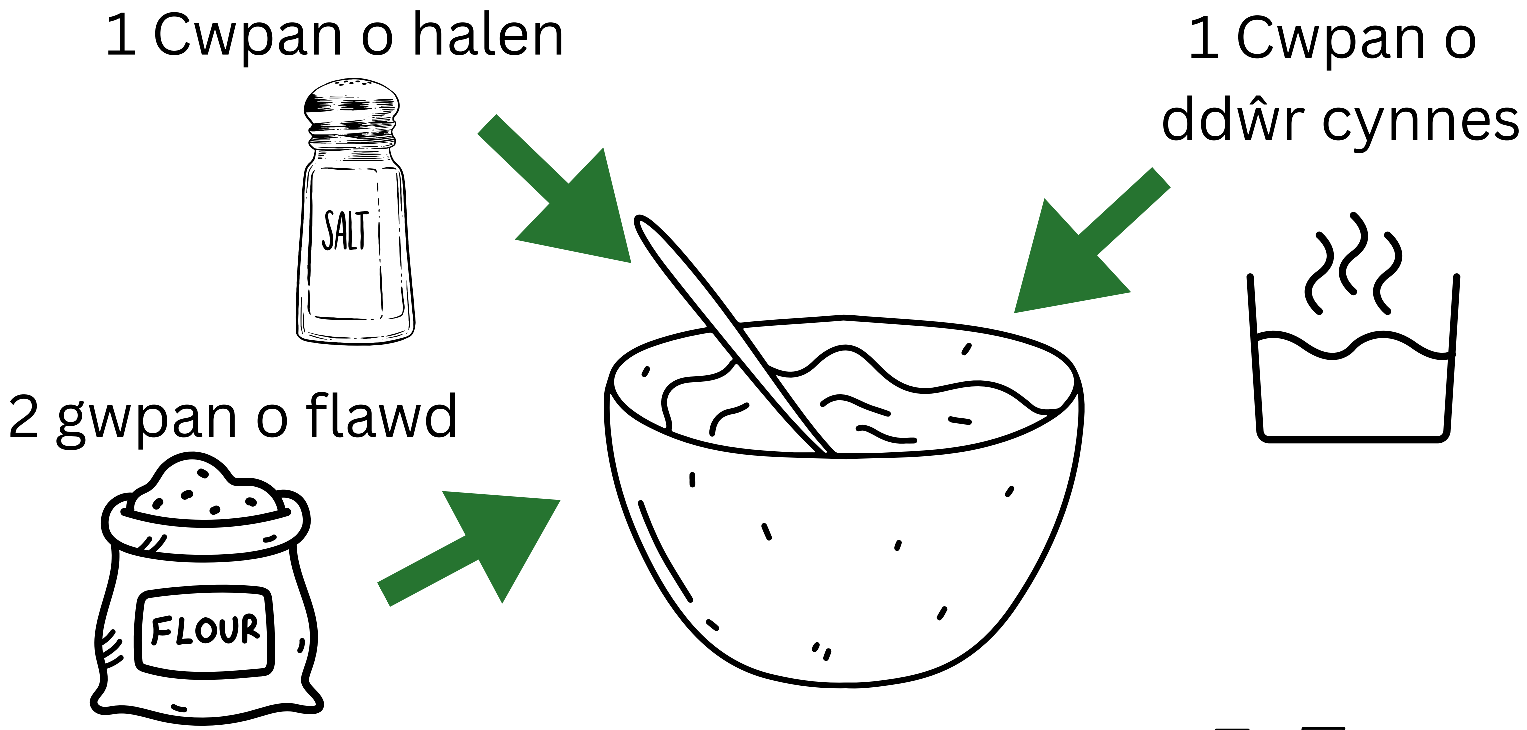
| | | | |
|---|---|---|---|
| Sut mae'n edrych? | Sut mae'n symud? | Beth mae'n ei fwyta? | Beth sy'n ei fwyta? |
| | | | |
| Beth mae'n ei hoffi neu'n ei gasáu? | Sut ydych chi'n meddwl mae'n teimlo? | A yw'n wynebu unrhyw heriau? | A oes ganddo ffrindiau? |
| | | | |

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 5 Diwrnod 1

## Gwneud toes halen

Dilynwch y cyfarwyddiadau i wneud toes halen a chreu eich creadur



Rhowch yr holl gynhwysion mewn bowlen a'u cymysgu'n dda. Pan fydd y cynhwysion wedi'u cyfuno, tylinwch y gymysgedd fel toes.

*Os yw ychydig yn friwsionllyd ychwanegwch fwy o ddŵr - 1 llond llwy fwrdd ar y tro*
*Os yw ychydig yn ludiog ychwanegwch fwy o flawd - 1 llond llwy fwrdd ar y tro*
*Pan fydd yn llyfn, gallwch chwarae, dylunio a cherflunio.*

Ar ôl i chi wneud eich creadur, gallwch sychu'r toes halen mewn dwy ffordd;

- Gadewch iddo sychu'n naturiol. Yn dibynnu ar ei drwch, fe allai gymryd hyd at 5 diwrnod.
- Rhowch y toes yn y popty ar 200 F / 90 C i sychu. Bydd hyn yn cymryd tua awr, gall toes sy'n fwy trwchus gymryd hyd at 3 neu 4 awr. Gadewch iddynt oeri a sychu dros nos

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 5 Diwrnod 2

Ewch allan, dewch o hyd i ofod gwag a gwnewch gynefin ar gyfer eich creadur yn defnyddio deunyddiau naturiol.

Tynnwch lun o'ch cynefin yn y blwch isod (neu atodwch ffotograff) a gwahoddwch eich ffrindiau i ddod i'w weld

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 5 Diwrnod 3

Dewiswch le allan ym myd natur ac ysgrifennwch ddwy gerdd am y creaduriaid yr ydych yn eu gweld.

Rhowch gynnig ar ysgrifennu'n defnyddio'r strwythurau isod

chwech o goesau pigog ← pedwar gair
sy'n ludiog ac yn flewog ac ← chwech gair
yn barod i redeg ← pedwar gair

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

**Wythnos 5**
**Diwrnod 4**

Dewiswch le allan ym myd natur ac ysgrifennwch ddwy gerdd am y creaduriaid yr ydych yn eu gweld.

Rhowch gynnig ar strwythur y gerdd Haiku isod

Yn y ddaear llaith ← pum sill
yn gwarchod ei wyau ← saith sill
fel perlau natur ← pum sill

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 5 Diwrnod 5

Dewch o hyd i le gwag allan ym myd natur ac ysgrifennwch gerdd acrostig am rywbeth yr ydych yn ei arsylwi.

Dewiswch air. Yn yr enghraifft hwn rydym wedi dewis GWE PRY’ COP Ysgrifennwch y gair yn fertigol yn y blwch isod a defnyddiwch y llythrennau i strwythuro eich cerdd.

**G**we bach gwych
**W**edi’i droelli’n dwt o
**E**dau tenau’r
**P**ry’ Cop Cryf
**R**ownd a rownd
**Y**n gweu rhwng y pyst
**C**ampwaith
**O**nd trap creulon
**P**ryfed bach

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 6 Diwrnod 1

Dewch o hyd i le gwag allan ym myd natur ac ysgrifennwch gerdd pumawd am rywbeth yr ydych yn ei
arsylwi.

Coesau ← Un gair – teitl neu destun

byr, tew ← Dau ansoddair (geiriau disgrifio)

procio, suddo, sleifio ← Tair berf (geiriau gweithredu)

synhwyro pryfaid bach blasus ← Pedwar gair (emosiwn neu deimlad)

aelodau ← Un gair – gair arall neu drosiad ar gyfer y gair yn y llinell gyntaf

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 6 Diwrnod 2

Cynlluniwch eich stori yn defnyddio’r cwestiynau isod i’ch helpu i’w strwythuro.

1. **Cyflwyniad - Cwrdd â Bwystfil Bach**
Beth yw enw eich bwystfil bach?

Sut mae’n edrych? (lliwiau, maint, faint o goesau / adenydd sydd ganddo)

Lle mae’n byw? (o dan y ddaear, mewn coeden, wrth ymyl pwll)

**2. Problem - Mae rhywbeth yn mynd o’i le**
Pa broblem sy’n wynebu’r bwystfil bach? (ar goll, llwglyd, storm, gelyn, cartref wedi’i ddinistrio)

Sut mae’n teimlo am y broblem? (ofnus, dewr, wedi cynhyrfu, penderfynol)

**3. Antur - Y siwrnai**
Beth mae’r bwystfil bach yn ei wneud i ddatrys y broblem?

A yw’n cyfarfod ffrindiau neu rywun i’w helpu? (pryfed, anifeiliaid neu blanhigion eraill)

A yw’n wynebu unrhyw heriau? (pwll dŵr mawr, gwyntoedd cryfion, anifail arall)

**4. Datrysiad - Trwsio’r broblem**
Sut mae’r bwystfil bach yn datrys y broblem?

A yw’n defnyddio rhywbeth sy’n arbennig amdano’i hun? (Adenydd, cyflymder, cuddliw, syniad clyfar)

**5. Diweddglo - Hapus (neu Ddoniol)**
Beth sy’n digwydd ar ôl datrys y broblem?

Sut mae’r bwystfil bach yn teimlo rŵan?

A oes tro annisgwyl neu ddigwyddiad doniol ar ddiwedd y stori?

✨ Enghraifft:
“Yn nyfnderoedd tywyll y goedwig, roedd chwilen ddisglair, fach o’r enw Sbarc yn byw. Roedd gan Sbarc adenydd seithliw a oedd yn disgleirio yn y tywyllwch. Ond un noson stormus, diflannodd lewyrch Sbarc...”

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 6 Diwrnod 3

Ewch â'ch cynllun allan i'r awyr agored a meddyliwch am eich syniadau, nodwch unrhyw newid yr hoffech ei wneud.

Ysgrifennwch eich stori.

(Cofiwch, eich stori chi yw hon, does dim dewis cywir neu anghywir!)

| |
|---|
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

*Gallwch barhau ar y dudalen nesaf os ydych angen mwy o le.*

Halkyn Castle Wood Events and Education

CRYFDER MEWN NIFEROEDD STRENGTH IN NUMBERS

Sir y Fflint Flintshire

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 6 Diwrnod 3

*Gallwch barhau ar y dudalen nesaf os ydych angen mwy o le.*

Halkyn Castle Wood Events and Education

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 6 Diwrnod 4

Ewch allan a chynlluniwch eich syniad ar gyfer gêm gyfrifiadurol

Arwr (y creadur)

Sgil neu sgiliau arbennig (pŵer)

Byd y gêm (lle mae'n digwydd)

Nod (nod y gêm)

Rhwystrau / Heriau (o leiaf 2)

Gwobrau neu Lefelau

Sut mae'n mynd i edrych? Tynnwch lun o fyd y gêm neu'r lefel gyntaf yma

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

# Wythnos 6 Diwrnod 5

Marchnata fy ngêm / stori

Slogan (ymadrodd bachog):

Cynllun Poster:
- Teitl
- Llun
- Y lliwiau y byddaf yn eu defnyddio

Yn fras, tynnwch lun o'ch syniad ar gyfer poster yma:

Sgript Hysbyseb / Rhaglun (3 - 4 llinell):

Neges ar gyfer y Cyfryngau Cymdeithasol (brawddeg hwyliog):

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

## Taflen Fyfyrio ar gyfer y Cyfranogwr

**Enw::**

Sut oeddwn i'n teimlo yr wythnos hon

| Hapus a Chyffrous | Iawn | Gwael |
|---|---|---|
| ◻ | ◻ | ◻ |

Beth wnes i

Fy Nysgu

| Sgil | Rydw i'n gallu gwneud hyn yn dda | Rydw i'n gwella | Rydw i angen mwy o help |
|---|---|---|---|
| Defnyddio geiriau (llythrennedd/ESOL) | ◻ | ◻ | ◻ |
| Defnyddio rhifau (rhifedd) | ◻ | ◻ | ◻ |
| Defnyddio adnoddau digidol | ◻ | ◻ | ◻ |
| Gwella fy lles | ◻ | ◻ | ◻ |

Fy Hoff Ran

Beth Oedd Yn Heriol?

Fy Ngham Nesaf

Fy Llun
(Tynnwch lun o rywbeth y gwnaethoch ei fwynhau)

# Twf Sgiliau Hanfodol ym Myd Natur

Dysgu ym Myd Natur  Taflenni Myfyrio a Monitro
Taflen Fyfyrio ar gyfer yr Athro / Athrawes

**Enw:**

| Wythnos | Ffocws a Gweithgareddau | Uchafbwyntiau Dysgu'r Plentyn | Nodiadau'r Athro neu Athrawes /Tystiolaeth |
|---|---|---|---|
| Wythnos 1 | Ansoddeiriau, cadw cyfrif, siart bar, ymwybyddiaeth ofalgar | | |
| Wythnos 2 | Siapiau, patrymau, geiriau gwrthwyneb, natur, celf | | |
| Wythnos 3 | Cadw dyddiadur, teimladau, synhwyrau, myfyrio | | |
| Wythnos 4 | Creaduriaid, cadw cyfrif, mesur, gweoedd bwyd, | | |
| Wythnos 5 | Toes halen, cynefinoedd, barddoniaeth (haiku, cerdd acrostig) | | |
| Wythnos 6 | Cynllunio stori, ysgrifennu, dylunio gêm, marchnata | | |

| Sgil / Maes | Disgrifyddion Cam Cynnydd 3–4 | Cynnydd y Plentyn | Tystiolaeth |
|---|---|---|---|
| Llythrennedd ac ESOL | Yn defnyddio ansoddeiriau ac iaith ddisgrifiadol yn effeithiol. Yn ysgrifennu cerddi a storïau estynedig. Yn mynegi myfyrdodau'n ysgrifenedig. | | |
| Rhifedd | Yn casglu ac yn cofnodi data (cadw cyfrif, siartiau). Yn gallu adnabod patrymau a siapiau. Yn mesur gydag unedau safonol | | |
| Cymhwysedd Digidol | Yn cofnodi arsylwadau'n ddigidol. Yn dylunio ac yn cyflwyno syniadau digidol creadigol. | | |
| Lles | Yn nodi ac yn myfyrio ar deimladau. Yn ymarfer ymwybyddiaeth ofalgar. Yn gallu cydweithio yn yr awyr agored. | | |

Gwerthusiad yr Athro / Athrawes a Chamau Nesaf:
Cryfderau a arsylwyd:
Meysydd sydd angen cefnogaeth bellach:
Camau Nesaf / Targedau: