

## Pam tyfu bwyd?

- Mae'n darparu profiadau dysgu cyfoethog, dilys
- Gall garddio gyda'i gilydd gryfhau'r cysylltiadau rhwng ysgol a'i chymuned.
- Mae trochi eu dwylo yn helpu i gysylltu plant a phobl ifanc â byd natur.
- Mae garddio yn cryfhau systemau imiwneidd plant a phobl ifanc.
- Mae gweithio mewn gardd ysgol yn helpu plant a phobl ifanc i gadw'n heini, gan helpu i leihau gordewdra.
- Mae garddio yn cymedroli hwyliau ac yn lleddfu pryder.
- Mae plant a phobl ifanc sy'n garddio yn yr ysgol yn datblygu empathi ac yn ymarfer risg.
- Mae addysgu a gerddi bwyd yn gwella deiet plant a phobl ifanc.

## Beth sydd ei angen arnoch?

- Dillad tywydd gwlyb a menig garddio
- Offer garddio – gan gynnwys offer llaw yn ogystal â rhawiau, rhacanau/cribiniau ac ati.
- Potiau planhigion a chynwysyddion – amrywiaeth o feintiau ac wedi'u gwneud o ddeunyddiau gwahanol
- Cwpanau plastig tryloyw ailddefnydd i alluogi plant i weld systemau gwreiddiau
- Pridd, tyweirch, compost – os nad yw'n bosib darparu 'llain palu' ar gyfer plant a phobl ifanc, dylid darparu pridd mewn potiau mawr neu hambyrddau i annog archwilio ac ymchwilio.
- Llain llysiau – yn darparu cyfleoedd ar gyfer dysgu trwy brofiad uniongyrchol. Bydd gan blant ddealltwriaeth well o ffynonellau bwyd a gallant hyd yn oed arbrofi gyda bwydydd newydd o ganlyniad i dyfu eu llysiau eu hunain
- Amrywiaeth o hadau, planhigion, perllysiau – mae'n bwysig gwirio eu bod yn gyfeillgar i blant
- Bwcedi, ysgubau a brwshys
- Tap y tu allan a phibell ddŵr
- Caniau dyfrio a photeli chwistrellu – bydd hyn yn sicrhau na fydd planhigion byth yn brin o ddŵr!
- Casgen ddŵr – yn darparu cyflenwad rhwydd i blant ac mae'n ecogyfeillgar
- Whilberi/berfâu – bob amser yn boblogaidd ymhlith plant yn enwedig yn yr hydref pan fo dail i'w clirio a chludo a chynnyrch i'w cynaeafu
- Tomen gompost – yn darparu cyfleoedd i blant ddeall cysyniadau gwyddonol a dod yn fwy ymwybodol yn ecolegol
- Chwyddaduron
- Gwiall a delltwaith
- Cordyn/llinyn neu glymau a chaewyr plastig
- Labeli a marcwyr sy'n addas ar gyfer tywydd tu allan
- Llyfrau lluniau ffeithiol, posteri, cardiau gwybodaeth ac ati mewn bocs/basged y gellir ei gludo allan yn hawdd





**Cysyniadau Allweddol** Twf, Newid, Tymhorau, Tywydd

### Cwestiynau Allweddol

A yw'n bosibl tyfu ein bwyd ein hunain?  
Beth sydd ei angen ar blanhigion i dyfu?  
Pryd dylen ni blannu ein hadau?  
Ydy pob planhigyn yn hoffi llecyn heulog?  
Faint o ddŵr ddylen ni ei roi iddyn nhw?  
Pa mor hir fydd hi cyn i ni allu cynaeafu ein bwyd?  
Beth allwn ni ei wneud gyda'r bwyd rydyn ni wedi'i dyfu?

### Pethau i'w tyfu

- Perlysiâu** Mintys, Cennin syfi, Saets, Teim, Persli
- Saladau** Letys, Rhuddygl, Ciwcymbr, Tomatos ceirios, Sbigoglys
- Llysiâu** Ffa Gwyrdd, Moron, Tatws, Pys, Winwns/Nionod
- Ffrwythau** Mefus, Llus, Eirin Mair



## Profiadau dysgu posib

- Darganfod pryd a ble i blannu perlysiâu, ffrwythau a llysiâu
- Paratoi'r pridd ar gyfer plannu
- Plannu amrywiaeth o hadau mewn potiau, cynwysyddion patio, gwelyau uchel, gardd yr ysgol
- Dod o hyd i a defnyddio cynwysyddion wedi'u hailgylchu i blannu hadau ynddynt
- Defnyddio llinyn i nodi llinell syth ar gyfer plannu mewn gwelyau uchel / lleiniau llysiâu
- Defnyddio gwahanydd i wneud yn siŵr bod gan blanhigion unigol ddigon o le i dyfu
- Tyfu llysiâu ac arsylwi ar y broses 'had i blât'. Efallai y bydd angen adeiladu bwgan brain i warchod eich planhigion
- Labelu'r planhigion. Darganfod yr enwau Cymraeg am bethau rydych chi'n eu gweld neu'n eu defnyddio yn yr ardd hefyd
- Tynnu llun ohonyn nhw'n rheolaidd i gofnodi eu twf
- Gofalu am eich planhigion gan roi'r amodau tyfu gorau iddynt
- Pan fydd eich cynnyrch yn barod dechreuwch ei gynaeafu
- Gwneud rhai lluniau/paentiadau arsylwadol o'r ffrwythau a'r llysiâu rydych chi wedi'u tyfu. Gellir defnyddio'r rhain ar becynnu ar gyfer eich cynnyrch
- Defnyddio'r cynnyrch rydych chi wedi'i dyfu i baratoi byrbrydau iach - golchi, paratoi, torri a chyflwyno mewn ffridd deniadol
- Tyfu cawl – brocoli a basil
- Gwerthu rhai o'ch perlysiâu, ffrwythau a llysiâu yn y Big Bocs Bwyd
- Defnyddio rhywfaint o'ch cynnyrch i'w goginio yn yr ysgol a gartref

### Gwefannau defnyddiol

<https://schoolgardening.rhs.org.uk/home>  
<https://www.growveg.co.uk/guides/how-to-set-up-a-school-garden/>  
<https://learn.eartheasy.com/guides/how-to-start-a-school-garden-your-complete-guide/>



## Pedwar Pwrpas

### Dysgwyr uchelgeisiol, galluog

Yn gallu egluro'r syniadau a'r cysyniadau y maent yn dysgu amdanynt

### Unigolion iach, hyderus

Cymryd rhan mewn gweithgaredd corfforol

### Cyfranwyr mentrus, creadigol

Cysylltu a chymhwyso eu gwybodaeth a'u sgiliau i greu syniadau a chynhyrchion

### Dinasyddion moesegol, gwybodus

Dangos eu hymrwymiad i gynaliadwyedd y blaned

## Sgiliau Annatod

### Creadigrwydd ac arloesedd

Datblygu chwilfrydedd a holgarwch

### Meddwl yn feirniadol a datrys problemau

Holi cwestiynau

### Effeithiolrwydd personol

Hyder a hunan-barch

### Cynllunio a Threfnu

Rheoli adnoddau

## Yr Hyn Sy'n Bwysig

### Gwydd-Tech

Mae'r byd yn llawn o bethau byw sy'n dibynnu ar ei gilydd i oroesi

### I&LI

Mae ein penderfyniadau yn effeithio ar ansawdd ein bywydau a bywydau pobl eraill

### M&Rh

Mae mesur yn canolbwyntio ar feintioli ffenomenau yn y byd ffisegol

## Disgrifiadau o Ddysgu

Gallaf gydnabod bod planhigion ac anifeiliaid yn bethau byw sy'n tyfu.

Mae gen i ddealltwriaeth y gall pethau fod yn ddiogel neu'n anniogetl.

Gallaf wneud amcangyfrifon a chymariaethau â mesurau, megis 'byrrach na', 'trymach na'.

## Sgiliau Trawsgwricwlaidd

### Meithrin

#### M&Rh

- Cymharu, didoli a threfnu dau wrthrych yn nhermau maint, pwysau a chynhwysedd trwy arsylwi uniongyrchol
- Defnyddio geiriau sy'n disgrifio tymheredd yn ystod gweithgareddau bob dydd, e.e. poeth/oer

### Derbyn

#### M&Rh

- Defnyddio cymariaethau uniongyrchol gyda hyd, uchder a phellter, pwysau/màs, a chynhwysedd
- Defnyddio cymariaethau uniongyrchol wrth ddisgrifio tymheredd, e.e. poeth/oer

