

Pecyn cymorth Ysgolion Cynradd



AWR DDAEAR 2019

YMUNWCH Â'R FRWYDR AM EICH BYD



Sadwrn 30 Mawrth 2019 am 8.30yh
wwf.org.uk/earthhour





PAN FO NATUR YN FFYNNU, RYDYN NINNAU'N FFYNNU.

Mae natur yn hanfodol. Mae'n darparu ein system cynnal bywyd ac ni allwn oroesi hebddi. Ond heddiw mae o dan fygythiad mewn ffordd na welwyd erioed o'r blaen. Rydyn ni'n disbyddu adnoddau ein planed werthfawr mor gyflym, ni all natur ymadfer mwyach.

Ni yw'r genhedlaeth gyntaf i ddeall y niwed rydyn ni'n ei wneud i'r blaned, a'r olaf a all wneud rhywbeth amdano. Mae gennym ni i gyd ran hanfodol i'w chwarae wrth sicrhau byd tecach a mwy cynaliadwy lle gall pobl a natur ffynnu. Trwy ymuno ag Awr Ddaear WWF, gall eich disgyblion ddangos eu bod eisiau cymryd rhan yn y frwydr am ein byd.

Am 8.30yh ar nos Sadwrn 30 Mawrth 2019, bydd cannoedd o filiynau o bobl ledled y byd yn diffodd eu goleuadau ac yn dod ynghyd i ddathlu Awr Ddaear. Mae'n adeg i ddangos ein bod yn malio am ein byd ac yn ffordd symbolaidd o atgoffa pobl bod dyfodol ein planed yn y fantol.

Byddan nhw'n addo helpu i adfer natur a rhoi dyfodol disgleiriach i'n planed. Pan fo un person yn dewis gweithredu, efallai bod hynny'n edrych fel un cam bach, ond pan fo miliynau'n gweithredu gyda'i gilydd, gall newid ddigwydd go iawn.

Pan fo natur yn ffynnu, rydyn ninnau'n ffynnu. Ymunwch â ni ar gyfer Awr Ddaear 2019 a gyda'n gilydd gallwn frwydro am blaned sy'n ffynnu i genedlaethau'r dyfodol. wwf.org.uk/earthhour

UCHAFBWyNTIAU AWR DDAEAR 2018



Y llynedd, mewn sioe drawiadol o undod a gweithredu, ymunodd cannoedd o filiynau o bobl ledled y byd ag Awr Ddaear i ddathlu ein planed ac addo i frwydro am ein byd.

Cymerodd 188 o wledydd a thiriogaethau ar draws saith cyfandir, nifer sy'n record, ran yn y mudiad byd-eang mwyaf i warchod ein planed. Diffoddodd bron i 18,000 o dirnodau a henebion, o Dŷ Opera Sydney i Dŵr Eiffel ac o Balas Buckingham a'r Stadiwm Principality i Gastell Caeredin, eu goleuadau wrth i filiynau uno i frwydro am ein planed.

Yn y Deyrnas Unedig dangosodd mwy na 10 miliwn o bobl eu cefnogaeth i Awr Ddaear a chymerodd mwy na 7,000 o ysgolion ran gan drefnu digwyddiadau a gweithgareddau yn eu cymunedau lleol. Cymerasant ran mewn nifer o ffyrdd, gan gynnwys:

- diffodd goleuadau, offer trydanol, byrddau gwyn a sgriniau cyfrifiaduron am awr yn ystod y dydd;
- helpu i lanhau traethau;
- creu ffilmiau am ddyfodol cadarnhaol a negyddol o ran yr hinsawdd;
- gwneud addewid i'r blaned;
- cynnal digwyddiad yn yr ysgol i hyrwyddo ymwybyddiaeth o newid hinsawdd a cholli cynefinoedd, gan wahodd y gymuned ehangach a'r wasg leol i ddod iddo.

Eleni bydd mwy o bobl yn achub ar y cyfle i wneud gwahaniaeth trwy ymuno ag Awr Ddaear. Bydd miliynau'n cael eu hysbrydoli i gymryd rhagor o gamau y tu hwnt i Awr Ddaear ac ymuno â'r frwydr am ein byd.

BRWYDRO AM EIN BYD

Mae Awr Ddaear yn ein hysbrydoli i feddwl am yr hyn y gallwn ei wneud am ein planed. Boed gwneud dewisiadau cynaliadwy fel defnyddio llai o blastig, gwastraffu llai o fwyd neu ddewis prynu cynhyrchion nad ydyn nhw'n niweidio'r amgylchedd, gall pob penderfyniad a wnawn wneud gwahaniaeth. Dyma rai ffyrdd y gallwn i gyd wneud dewis sy'n dda i natur.



BRWYDRO AM EIN BYWYD GWYLLT

Bydd eich myfyrwyr yn gyfarwydd â llawer o gymeriadau o fyd natur, o Mrs Tigi-Dwt o lyfrau Beatrix Potter i Siôn Blewyn Coch. Eto, yn y pedwar deg blynedd ddiwethaf, gwelwyd prinhad digynsail ym mhoblogaethau bywyd gwylt y Deyrnas Unedig, gan olygu mai hi yw un o'r gwledydd mwyaf prin o natur yn y byd. Ers 1970, mae mwy na hanner ein rhywogaethau brodorol wedi prnhau.

Mae mwy na 70% o'n tir yn cael ei ddefnyddio ar gyfer amaethyddiaeth ond mae ein dulliau ffermio dwys yn golygu ein bod wedi colli llawer o'r dolydd blodeuog, gwrychoedd a choed sy'n cynnig cartrefi i bryfed peillio fel gwenyn ac anifeiliaid eraill. Mae plaladdwyr yn cael eu trosglwyddo i fyny'r gadwyn bwyd gan niweidio ysglyfaethwyr fel draenogod neu adar a llygru ein hafonydd.

Mae angen inni weithredu yn awr i adfer natur.





BRWYDRO YN ERBYN LLYGREDD PLASTIG

BRWYDRO I DRWSIO EIN SYSTEM FWYD

Mae angen i bawb fwyta. Ond y ffordd rydyn ni'n cynhyrchu a defnyddio ein bwyd yw un o'r bygythiadau mwyaf i'n planed. Ar draws y byd, caiff coedwigoedd eu torri i lawr i dyfu cnydau fel olew palmwydd neu soi, a ddefnyddir i borthi da byw yn y diwydiannau llaeth a chig. Y cyflenwad bwyd sy'n gyfrifol am tua 20% o allyriadau nwyon tŷ gwydr y Deyrnas Unedig ac mae'n cyfrannu mwy at gynhesu byd-eang na thrafnidiaeth hyd yn oed.

Mae diet gwledydd y gorllewin yn cynnwys llawer o gig, cynnyrch llaeth a bwydydd wedi'u prosesu. Rydyn ni'n bwyta bron dwywaith yn fwy o brotein o gynhyrchion anifeiliaid nag mae angen inni wneud. A phob blwyddyn yn y Deyrnas Unedig rydyn ni'n taflu traean o'r holl fwyd rydyn ni'n ei brynu.

Gall newidiadau bach i'n diet wneud gwahaniaeth enfawr i'n planed. Byddai bwyta diet mwy amrywiol a bwydydd o blanhigion yn lle rhai o'r cynhyrchion llaeth a chig yn iachach i ni ac i'n planed.

Mae plastig ym mhob man. O'n hafonydd a thraethau lleol i fôr yr Arctig ymhell i ffwrdd, mae'n tagu ein moroedd ac yn lladd bywyd gwylt. Bob blwyddyn rydyn ni'n taflu 8 miliwn o dunelli o blastig i'n moroedd – sy'n gyfwerth â phwysau mwy na 600,000 o fysiau deulawr.

Mae llygredd plastig hefyd yn fygythiad mawr i fywyd morol. Yn ôl gwyddonwyr, gellir gweld gronynnau plastig yn 90% o adar môr y byd. Os na weithredwn yn awr, erbyn 2050 bydd mwy o blastig nag o bysgod yn y môr.

Gallwn i gyd geisio defnyddio llai o blastig a'i aildefnyddio a'i ailgylchu. Ond mae angen hefyd inni berswadio cynhyrchwyr i atal llygredd plastig.



BRWYDRO I FYND I'R AFAEL Â NEWID HINSAWDD

Mae newid hinsawdd, a achosir gan weithgarwch pobl, yn effeithio ar bob cornel o'n planed ac mae un o bob chwe rhywogaeth mewn perygl o ddifodiant o'r herwydd. Ym Môr yr Arctig, mae colli iâ yn ei gwneud yn llawer anos i eirth gwyn hela a bridio. Mae cynhesu'r moroedd yn dinistrio riffiau cwrel sy'n gartref i fwy o rywogaethau o anifeiliaid na choedwigoedd glaw.

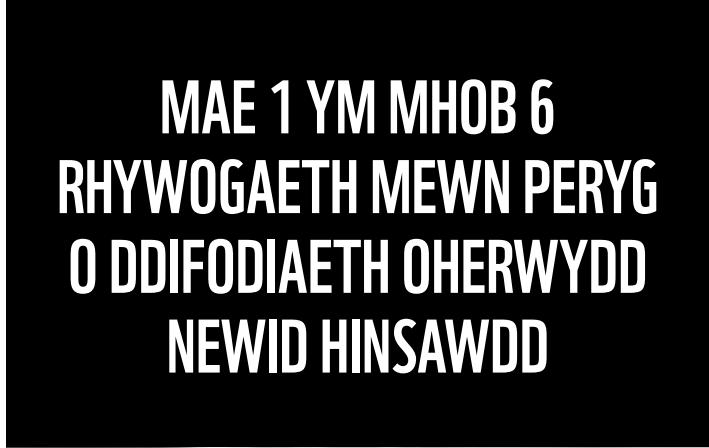
Mae newid hinsawdd yn effeithio ar bobl hefyd. Rydym yn gweld mwy o dywydd eithafol fel llifogydd, tanau coedwig neu sychdwr. Mae rhai arbenigwyr yn rhagweld y bydd y newid yn yr hinsawdd wedi gorfodi hyd at 200 miliwn o bobl i adael eu cartrefi erbyn 2050.

Gallwn ni i gyd chwarae rhan wrth fynd i'r afael â newid hinsawdd. Bydd y dewisiadau a wnawn yn llywio dyfodol ein planed.

POLAR BEAR: © NATUREPL.COM / TONY WU / WWF
CORAL REEF: © WWF / JAMES MORGAN
FOREST FIRE: © NIGEL DICKINSON / WWF
FLOOD: © GLOBAL WARMING IMAGES / WWF
DROUGHT: © JOHN E. NEWBY / WWF



**MAE 1 YM MHOB 6
RHYWOGAETH MEWN PERYG
O DDIFODIAETH OHERWYDD
NEWID HINSAWDD**





GWEITHGAREDDAU I'R YSTAFELL DDOSBARTH

Mae pobl ifanc heddiw yn hanfodol i warchod ein planed, yn awr ac yn y dyfodol. Yn yr adnodd hwn ceir digonedd o weithgareddau deniadol i'ch helpu i feithrin dealltwriaeth eich myfyrwyr o faterion amgylcheddol allweddol a'u hannog i weld eu hunain fel rhan o fyd rhyng-gysylltiedig gyda rhan hanfodol i'w chwarae wrth sicrhau dyfodol ffyniannus a chynaliadwy.

Mae'r holl weithgareddau wedi'u cysylltu â chwricwla'r Deyrnas Unedig a gellir eu haddasu i'w defnyddio gyda gwahanol oeddrannau a galluoedd. Gallwch eu defnyddio mewn dull trawsgwricwlaidd dros nifer o wythnosau yn y cyfnod cyn Awr Ddaear. Neu gallwch gynnal rhai sesiynau unigol. Gellir hefyd cysylltu rhai gweithgareddau ag uned gwaith benodol rydych yn ei chyflawni yn y misoedd ar ôl Awr Ddaear.

Mae pob tudalen adnodd ar gael fel ffeil unigol PDF.

CYSYLLTIADAU Â'R CWRICWLWM

LLOEGR CA2

Dylunio a Thechnoleg: dylunio, creu a gwerthuso, coginio a maeth; **Saesneg:** Saesneg llafar – mynegi a chyfiawnhau atebion, dadleuon a barn, cymryd rhan mewn trafodaethau, ystyried a gwerthuso safbwyntiau gwahanol; **Gwyddoniaeth:** Pethau byw a'u cynefinoedd; **Daearyddiaeth:** daearyddiaeth ddynol a daearyddiaeth ffisegol.

GOGLEDD IWERDDON CA2

Iaith a Llythrennedd: siarad a gwrando; **Y Byd o'n Cwmpas:** Cyd-ddibyniaeth, symud ac ynni, lle, newid dros amser; **Datblygiad Personol a Chyd-dealltwriaeth**

CWRICWLWM AR GYFER RHAGORIAETH YR ALBAN P4 - P7

Llythrennedd a Saesneg: gwrando a siarad; **Gwyddorau:** y Ddaear – bioamrywiaeth a chyd-ddibyniaeth, ffynonellau ynni a chynaliadwyedd; **Astudiaethau Cymdeithasol:** Pobl, lle ac amgylchedd; **Technoleg:** crefftau, dylunio, peirianneg a graffeg, bwyd

CYMRU CA2

Dylunio a Thechnoleg: dylunio a chreu; **Saesneg:** llefaredd - datblygu a chyflwyno gwybodaeth a syniadau; **Daearyddiaeth:** Deall lleoedd, amgylcheddau a phrosesau; **Gwyddoniaeth:** cyd-ddibyniaeth organebau, y Ddaear gynaliadwy; **Addysg Bersonol a Chymdeithasol:** dinasyddiaeth weithgar, iechyd a llesiant emosiynol, datblygu cynaliadwy a dinasyddiaeth fyd-eang

GWEITHGAREDD 1

Y FRWYDR AM NATUR YN Y DEYRNAS UNEDIG: ANIFEILIAID AR Y DIBYN

Mae'r gweithgaredd hwn yn annog y disgyblion i ystyried rhai o'r bygythiadau i fywyd gwyllt y Deyrnas Unedig ac ymchwilio i'r camau y gallwn eu cymryd i helpu natur i ffynnu.

DEILLIANNAU DYSGU

- Bydd y disgyblion yn deall y ffyrdd mae gwahanol rywogaethau brodorol y DU dan fygythiad
- Bydd y disgyblion yn meithrin eu dealltwriaeth o newid hinsawdd a sut mae'n effeithio ar natur yn y DU
- Bydd y disgyblion yn datblygu eu sgiliau gwaith grŵp

ADNODDAU ANGENRHEIDIOL

- Un copi o luniau Natur y Deyrnas Unedig, wedi'u torri i fyny, i bob grŵp
- Un copi o ffeithiau Natur y Deyrnas Unedig, wedi'u torri i fyny, i bob grŵp
- Dalen fawr o bapur i bob grŵp
- Glud eco-gyfeillgar
- Nodiadau gludiog (dau liw gwahanol, os oes modd)
- Dau ysgrifbin o liwiau gwahanol i bob grŵp

BETH I'W WNEUD

Cyflwynwch y gweithgaredd trwy drafod natur yn y Deyrnas Unedig gyda'r disgyblion. Faint o'r disgyblion dreuliodd amser ym myd natur yn yr wythnos diwethaf? A welsant neu a glywsant unrhyw anifeiliaid? A all y disgyblion enwi rhai rhywogaethau anifeiliaid brodorol? Beth yw cynefin naturiol y rhywogaethau hyn?

Esboniwch mai'r Deyrnas Unedig yw un o'r gwledydd mwyaf prin o natur yn y byd heddiw. Byddan nhw'n dysgu am rai o'r anifeiliaid sydd dan y bygythiad mwyaf.

Rhannwch y dosbarth yn grwpiau o bedwar i chwech o ddisgyblion a rhowch i bob grŵp set o luniau a ffeithiau Natur y Deyrnas Unedig sydd wedi cael eu torri i fyny a'u cymysgu. Gofynnwch i'r disgyblion edrych ar yr anifeiliaid a pharu pob un â'i gynefin. Wedyn dylen nhw ddarllen pob ffaith a'i pharu ag anifail fel y bydd gan bob rhywogaeth bedair ffaith yn gysylltiedig â hi. Pan fyddan nhw'n fodlon bod pob ffaith yn y lle iawn dylen nhw eu gludo ar eu dalen.

Rhowch gyfle i bob grŵp rannu eu canfyddiadau gyda'r dosbarth. Oes unrhyw beth sydd wedi eu synnu? Sut maen nhw'n teimlo am yr hyn maen nhw wedi'i ddysgu?

Nawr gofynnwch i'r disgyblion, yn eu grwpiau, feddwl am y gwahanol fygythiadau mae bywyd gwyllt yn y Deyrnas Unedig yn eu hwynebu. Byddan nhw wedi dysgu rhai o'r rhain o ffeithiau Natur y

Deyrnas Unedig, ond mae'n bosibl y byddan nhw'n ychwanegu mwy o syniadau. Dylai'r disgyblion ysgrifennu pob bygythiad ar nodyn gludiog a rhoi'r rhain o gwmpas eu dalen papur.

Wedyn gofynnwch i'r grwpiau fynd trwy'r broses hon eto ac ystyried rhai camau y gellir eu cymryd i warchod bywyd gwyllt. Gofynnwch iddyn nhw ysgrifennu pob un o'r rhain ar nodyn gludiog o liw gwahanol neu gydag ysgrifbin o liw gwahanol.

Yn olaf, dewch ynghyd fel dosbarth cyfan a gofynnwch i'r disgyblion sôn am eu meddyliau. Faint o'r bygythiadau i natur sy'n cael eu hachosi gan y dewsiadau mae pobl yn eu gwneud? Er enghraifft, mae ein dulliau ffermio'n bygwth cynefinoedd a chyflenwadau bwyd anifeiliaid agored i niwed fel ystlumod a llygod pengrwn. Mae plastigau sy'n mynd i'n hafonydd a'n moroedd yn lladd mamaliaid ac adar môr. Tynnwch sylw at y ffaith bod popeth ar ein planed yn rhyng-gysylltiedig mewn gwe bywyd cymhleth – os ydyn ni'n dinistrio unrhyw ran ohoni, rydyn ni'n bygwth ein dyfodol ein hunain.

Mae'n bosibl y bydd rhai o'r materion fydd yn cael eu codi yn y gweithgaredd hwn yn ymddangos yn llethol i'r disgyblion, ond mae'n bwysig eu hatgoffa y gallwn ni i gyd wneud rhywbeth i frwydro dros ein byd. Mae Gweithgaredd 5: Addewid i'r Blaned yn caniatáu i'r disgyblion ganolbwyntio ar gamau personol y gallan nhw eu cymryd.

GWEITHGAREDD 1

Y FRWYDR AM NATUR YN Y DEYRNAS UNEDIG: ANIFEILIAID AR Y DIBYN

RHAGOR O SYNIADAU

GWEITHGARWCH BARDDONIAETH

Beth am ysgrifennu cerdd am un o'r anifeiliaid ar ffurf dyfaliad? Disgrifio rhywbeth heb ddefnyddio ei enw yw dyfaliad. Mae pob llinell yn cynnwys un disgrifiad, ar ffurf rhestr.

Cyn dechrau, atgyfnerthwch eirfa'r disgyblion trwy greu cronfa geiriau gyda'ch gilydd. Ehangwch ddewisiadau'r disgyblion trwy ofyn a allan nhw awgrymu geiriau gwell. Pan fydd y disgyblion wedi ysgrifennu eu cerddi gofynnwch iddyn nhw eu darllen yn uchel, ac i'r dosbarth ddyfalu pa anifail maen nhw'n ysgrifennu amdano.

Teithio ar y gorwel

Ehedeg â phlu

Dawnsio ar adenydd

Ymlid pysgod

Plymio i'r tonnau

Taro'n ddisymwth

Mae'r aderyn môr.

GWYDDONIAETH DINASYDDION

Beth am gymryd rhan mewn prosiect gwyddoniaeth dinasyddion a chofnodi'r natur sydd ar stepen eich drws? Gallwch ddefnyddio **iNaturalist app** neu **iNaturalist.org** i lanlwytho ffotograffau o arsylwadau'r disgyblion ar fywyd gwylt. Bydd y rhain yn cyfrannu at gronfa ddata fyd-eang o fioamrywiaeth, gan gefnogi prosiectau ymchwil lleol a byd-eang.



Mae gan Opal Explore Nature hefyd amrywiaeth fawr o arolygon gwyddoniaeth dinasyddion i ysgolion a theluoedd sy'n cynnwys gwneud arolwg o iechyd coed, edrych ar lefelau llygredd mewn llynnoedd a phyllau, a chyfrif pryfed.

www.opalexplorenature.org

Edrychwch allan am adnoddau gwyddoniaeth dinesydd gwych WWF a sialensau sy'n gysylltiedig â Our Planet - cyfres hanes naturiol newydd anhygoel gyda chynnwys yn rhad ac am ddim. Ar gael o 5 Ebrill 2019. www.ourplanet.com

GWELLA BIOAMRYWIAETH AR DIROEDD EICH YSGOL

O fwydo bywyd gwylt i blannu man blodau gwylt, mae digonedd y gallwch ei wneud. Beth am:



Gwesty pryfed
www.org.uk/gabughotel

Teclyn bwydo ieir bach yr haf
www.org.uk/gabutterflyfeeder



GWEITHGAREDD 2

Y FRWYDR I DRWSIO'R SYSTEM BWYD: EDRYCH AR EIN CINIO

Mae'r gweithgaredd hwn yn cael y disgyblion i feddwl am ddietau iach sy'n dda i ni a hefyd i'n planed.

DEILLIANNAU DYSGU

- Bydd y disgyblion yn sylweddoli beth sydd mewn diet iach
- Bydd y disgyblion yn meithrin dealltwriaeth o effaith cynhyrchu bwyd ar ein planed
- Bydd y disgyblion yn ymchwilio i sut y gallwn leihau gwastraff trwy ein dewisiadau o ran bwyd
- Bydd y disgyblion yn meithrin eu sgiliau gwaith grŵp

BETH I'W WNEUD

Dechreuwch trwy drafod gyda'r disgyblion eu dealltwriaeth o fwydydd sy'n 'iach' ac 'afiach'. Ceisiwch ddod i gyd-ddealltwriaeth o ystyr y termau hyn ac esboniwch wrth y disgyblion bod angen inni i gyd fwyta'r mathau iawn o fwyd i aros yn iach.

Cyflwynwch y Plât Byw'n Dda. Mae hwn yn debyg iawn i Blât Bwyta'n Iach y GIG, ond mae'n canolbwyntio ar gynaliadwyedd yn ogystal ag iechyd. Mae cynhyrchion o anifeiliaid sy'n cael eu ffermio – cynhyrchion llaeth a chig fel llaeth a chaws – ymysg y cynhyrchion dwysaf oll o ran ynni a nwyon tŷ gwydr a gall bwyta gormod ohonyn nhw fod yn ddrwg i'n hiechyd. Mae diet Byw'n Dda yn golygu bwyta diet amrywiol a mwy cytbwys gyda llai o gynnyrch llaeth a chig a mwy o fwyd a diodydd o blanhigion. Mae'n ddietau iach a fforddiadwy a allai arwain at 30% o ostyngiad mewn allyriadau nwyon tŷ gwydr o gynhyrchu bwyd. Mae'n iawn i'r blaned ac i ni!

Yn awr rhowch gopi o'r daflen adnoddau Bwyta dros Blaned Iach i bob disgybl. Gofynnwch iddyn nhw ddarllen trwy'r awgrymiadau gyda phartner a thrafod pob pwynt, gan feddwl yn arbennig am eu cinio ysgol. Pa lysiau a ffrwythau maen nhw'n mwynhau eu bwyta? Ydyn nhw'n taflu bwyd? Oes unrhyw fwyd yn cael ei dyfu yn yr ysgol? Pa mor iach yw eu byrbrydau? Ydyn nhw'n yfed dŵr tap?

Rhowch gopi o daflen adnoddau 'Cinio ysgol iach' neu 'Bocs cinio iach' i bob disgybl a gofynnwch iddyn nhw gynllunio cinio ysgol neu becyn cinio iach a chynaliadwy.

ADNODDAU ANGENRHEIDIOL

- Copi o'r daflen adnoddau Bwyta dros Blaned Iach i bob pâr o ddisgyblion.
- Copi o daflen adnoddau 'Cinio ysgol iach' neu 'Bocs cinio iach' i bob disgybl.
- Llun o'r Plât Byw'n Dda y gellir ei daflunio ar y bwrdd gwyn rhyngweithiol.

Rhannwch syniadau'r disgyblion gyda'ch gilydd. Pa eitemau fyddai'r disgyblion yn eu hoffi mwyaf yn eu cinio? Pa brydau sy'n arbennig o gytbwys? Cofiwch feddwl am wastraff bwyd gyda'ch gilydd. A all y disgyblion gwtogi ar faint o ddeunydd pacio sydd yn eu cinio? Oes unrhyw ddeunydd pacio bwyd y gellir ei gompostio? Oes unrhyw fwydydd yr hoffech eu tyfu eich hunain yn yr ysgol? Pam mae'n bwysig bod â diet sy'n gwarchod ein planed? Oes unrhyw newidiadau yr hoffai'r disgyblion eu gwneud i'w dewisiadau bwyd o ganlyniad i'r hyn maen nhw wedi'i ddysgu?

Gallwch ymchwilio ymhellach i faterion yn ymwneud â bwyd a chynaliadwyedd gyda'ch disgyblion trwy ddefnyddio adnoddau 'Plant2Plate' WWF www.org.uk/plant2plateresources.

RHAGOR O SYNIADAU

Ewch ati i dyfu

Mae digonedd o ffyrdd hawdd i gynnwys y disgyblion yn y gwaith o dyfu eu bwyd eu hunain yn yr ysgol. Gallwch ddechrau trwy ddefnyddio 'The Beginner's Guide to Growing Food in School' sy'n llawn syniadau ymarferol am bopeth o beth i'w blannu a phryd, i sut i wneud cynwysyddion o ddeunyddiau wedi'u hailgylchu.

www.org.uk/plant2plateresources

GWEITHGAREDD 3

Y FRWYDR YN ERBYN LLYGREDD PLASTIG: CREADIGAETHAU GWYLLT

Mae'r gweithgaredd creadigol hwn yn caniatáu i'r disgyblion weithio mewn grwpiau i greu model ar raddfa fawr o anifail sydd mewn perygl o wastraff plastig wedi'i ailgylchu. Mae'n bosibl y byddwch eisiau cysylltu â grŵp cymunedol lleol i greu'r modelau, efallai gan arddangos yr anifeiliaid a'u negeseuon mewn man a rennir.

DEILLIANNAU DYSGU

- Bydd y disgyblion yn ymchwilio i fater amgylcheddol trwy ddull gweledol a chreadigol
- Bydd y disgyblion yn ystyried y defnydd o blastig yn eu bywydau pob dydd
- Bydd y disgyblion yn ystyried amrywiaeth o gamau y gellir eu cymryd i leihau'r defnydd o blastig
- Bydd y disgyblion yn meithrin eu sgiliau gwaith grŵp

ADNODDAU ANGENRHEIDIOL

- Casgliad mawr o wastraff plastig (gweler uchod).
- Rhai darnau mawr o wastraff pren neu blastig, fel coesau brwshys, y gellir eu defnyddio i wneud ffrâm i'r anifail. Os bydd yr anifail yn cael ei arddangos dan do gellid defnyddio cardbord cryf hefyd.
- Gwifren neu linydd i glymu'r darnau ynghyd. Gallwch hefyd wneud clymau trwy ddefnyddio stribedi o fapiau plastig.
- Copi o daflen waith My Plastic Diary, neu gyfieithiad ohoni, i bob disgybl

PARATOI

Fel dosbarth cyfan bydd angen ichi Gronni casgliad mawr o wastraff plastig yn yr wythnosau cyn y gweithgaredd hwn ond gwnewch yn siŵr nad ydych chi'n prynu unrhyw blastig ychwanegol er mwyn cael mwy o ddeunydd ar gyfer y gweithgaredd. Os ydych chi'n lledu'r gair, mae'n debyg y bydd aelodau o'r gymuned leol yn fwy na hapus i gyfrannu eitemau plastig wedi'u golchi a'u glanhau. Meddyliwch mewn

ffordd greadigol a chofiwch y bydd bron unrhyw beth yn ddefnyddiol! Gallai'r eitemau gynnwys deunydd pacio plastig, caeadau poteli, CDs ail-law, bagiau siopa, deunydd pacio bwyd, potiau a photeli plastig o bob maint, cyllyll, ffyrce a llwyau defnydd untro, bagiau llinyn oedd yn dal ffrwythau, gwellt ac ati. Efallai y bydd hefyd o gymorth ichi fynd i storfa sborion, os oes un yn eich ardal leol.

BETH I'W WNEUD

Cyflwynwch y disgyblion i Nadia Sparkes a ddechreuodd boeni, ar ôl dechrau yn yr ysgol uwchradd, am faint o sbwriel a welai wrth gerdded y ddwy filltir i'r ysgol ac yn ôl. Dechreuodd gasglu sbwriel ond oherwydd ei harferion gwyrdd cafodd ei bwlio a galwyd 'Trash Girl' arni. Ni adawodd Nadia i hyn ei rhwystro rhag gwneud gwaith amgylcheddol. Coleddodd yr enw a chreodd grŵp ar Facebook, 'Team Trash Girl', i annog pawb i godi tri darn o sbwriel heddiw. Yn ei thymor cyntaf yn yr ysgol casglodd fwy na llond dau fin gwyrdd 80 litr o sbwriel, y mae'r rhan fwyaf ohono'n ddeunyddiau y gellir eu hailgylchu neu'n blastig. O gwmpas y byd

mae pobl yn dilyn esiampl Nadia.

www.wwf.org.uk/trashgirl

Rhannwch y disgyblion yn grwpiau a gofynnwch iddyn nhw feddwl am y plastig maen nhw'n ei ddefnyddio yn eu bywydau. Pa mor aml maen nhw'n defnyddio plastig? At beth maen nhw'n ei ddefnyddio? Ydyn nhw'n teimlo y gallen nhw ddefnyddio llai?

Esboniwch wrth y disgyblion bod plastig yn tagu ein moroedd ac yn lladd bywyd gwylt. Bydd y wybodaeth yn y rhan gyflwyniadol o gymorth yma. Yn awr mae'r disgyblion yn mynd i droi gwastraff

GWEITHGAREDD 3**Y FRWYDR YN ERBYN LLYGREDD PLASTIG:
CREADIGAETHAU GWYLLT**

plastig yn waith i'n hatgoffa pa mor bwysig yw hi i warchod ein planed rhag ei effeithiau. Byddan nhw'n gweithio mewn timau i greu anifeiliaid môr mae llygredd yn effeithio arnyn nhw, gan ddefnyddio eitemau plastig wedi'u hailgylchu. Gallai'r rhain gynnwys morloi, crwbanod môr, adar môr, pysgod, morfilod a dolffiniaid. Neu efallai y byddwch eisiau i'r dosbarth cyfan greu anifail enfawr, gyda phob grŵp yn gyfrifol am un rhan o'r corff.

Wrth iddyn nhw weithio, anogwch y disgyblion i arbrofi gyda'r deunyddiau plastig gwahanol ac i beidio â chael gormod o syniadau pendant ynghylch yr hyn y byddan nhw'n ei wneud - mae rhai o'r syniadau gorau'n codi'n gwbl ddamweiniol! Gellir greu coesau neu adenydd trwy stwffio bagiau siopa i ddeunydd pacio plastig. Efallai y bydd y disgyblion eisiau torri gwaelodion poteli plastig ac yna torri holltau o waelod y botel bron i'r pen. Gellir defnyddio'r rhain i greu siapiau plu i adar môr.

Ar ôl i'r grwpiau gael digon o amser i greu eu hanifeiliaid, efallai dros ddwy sesiwn, ychwanegwch nifer o gardiau post neu faneri ac arnynt negeseuon a ffeithiau am lygredd plastig. Arddangoswch yr

anifeiliaid mewn mannau amlwg i gyfleu'r neges am lygredd plastig.

Tra bo'r disgyblion yn creu eu hanifeiliaid, gofynnwch iddyn nhw gadw dyddiadur plastigau am wythnos, gan ddefnyddio'r daflen waith My Plastic Diary / Fy Nyddiadur Plastig. Dewch yn ôl a chymharwch faint o bethau plastig untro maen nhw wedi'u defnyddio. Ble defnyddiwyd y mwyaf o blastigau? Ydi'r disgyblion wedi newid eu barn am faint o blastig maen nhw'n ei ddefnyddio? Allan nhw feddwl am ffyrdd y gallen nhw ddefnyddio llai o blastig? Efallai y gallen nhw aildefnyddio mwy o eitemau? Er enghraifft, gellir defnyddio potiau iogwrt i gadw'r ffrwythau i'w pecynnau cinio. Neu efallai y bydd y disgyblion yn dewis yfed dŵr o'r tap yn hytrach na photel blastig. Cofiwch fod gan bob un ohonom ni ran i'w chwarae wrth warchod ein moroedd rhag llygredd plastig!

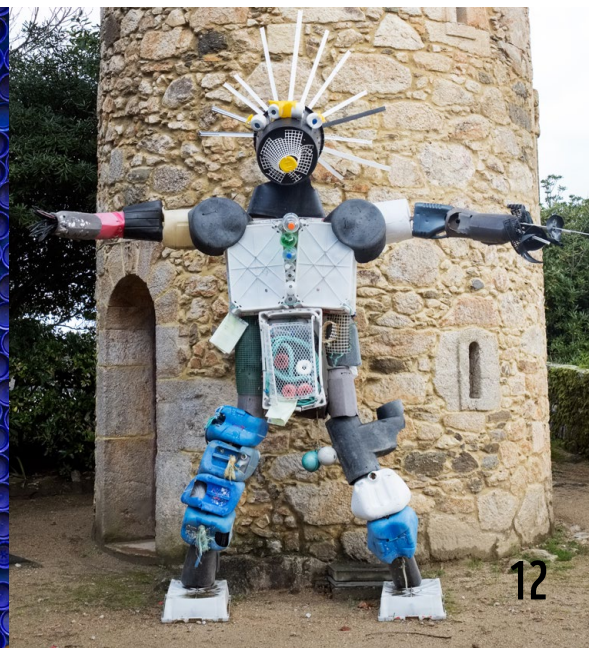
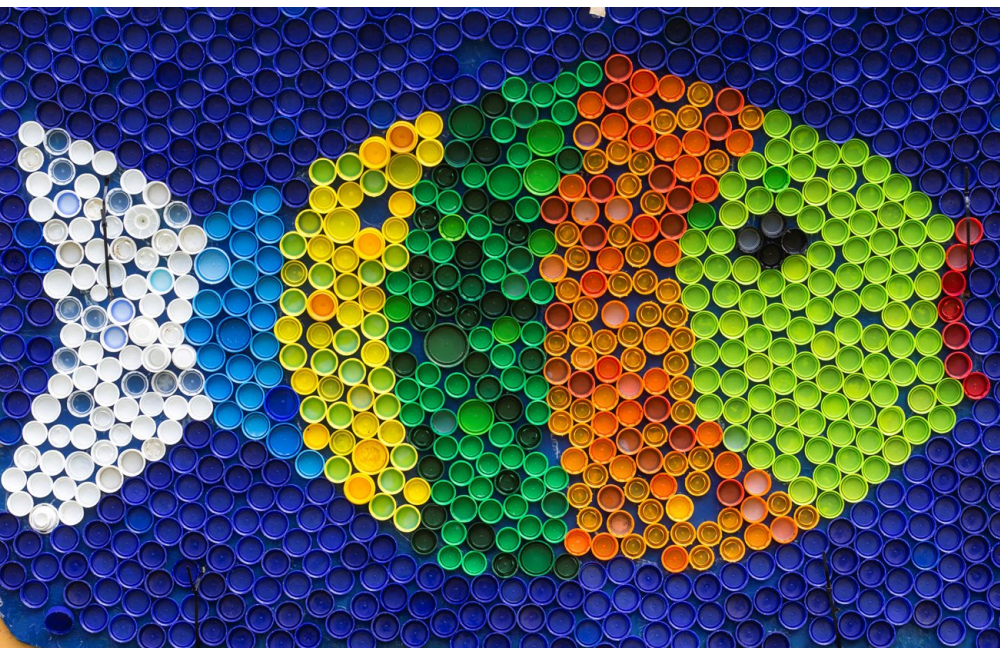
Rhagor o syniadau

Fe gewch ddigonedd o weithgareddau eraill sy'n edrych ar broblem llygredd plastig yn adnodd WWF: Oceans and Plastics ar wefan y TES.

www.wwf.org.uk/tesoceansandplasticresource

Rhannwch lun o'ch model gyda ni: byddem wrth ein bodd ei weld.

Anfonwch i schools@wwf.org.uk
neu ar twitter [@wwfcymru](https://twitter.com/wwfcymru) #AwrDdaear



GWEITHGAREDD 4

Y FRWYDR I FYND I'R AFAEL Â NEWID HINSAWDD: HELFA GWEITHREDU AR YR HINSAWDD

Yn y gweithgaredd hwn, bydd y disgyblion yn edrych ar yr hyn maen nhw eisoes yn ei wybod am newid hinsawdd. Byddan nhw'n mynd ymlaen i edrych ar ba gamau y gallan nhw eu cymryd i fynd i'r afael ag ef ac i annog eraill yng nghymuned yr ysgol i wneud yr un peth.

DEILLIANNAU DYSGU

- Bydd y disgyblion yn meithrin eu dealltwriaeth o newid hinsawdd a sut y gellir mynd i'r afael ag ef
- Caiff y disgyblion eu hannog i weithredu yn eu bywydau eu hunain
- Bydd y disgyblion yn meithrin eu sgiliau gwaith grŵp

ADNODDAU ANGENRHEIDIOL

- Nodiadau gludiog
- Dalen fawr o bapur i bob grŵp
- Fideo Dyfodol Un Blaned WWF
wwf.org.uk/opffilm
- Un cerdyn post gwag i bob disgybl

BETH I'W WNEUD

Mewn grwpiau bach, gofynnwch i'r disgyblion rannu'r hyn maen nhw eisoes yn ei wybod am newid hinsawdd. Efallai y byddan nhw eisoes wedi gweld cyfeiriadau at newid hinsawdd mewn hysbysebion, ffilmiau a llyfrau neu ar y teledu. Gofynnwch iddyn nhw ysgrifennu eu syniadau ar nodiadau gludiog a'u rhoi ar ddalen fawr o bapur. Rhannwch rai o'r syniadau gyda'ch gilydd fel dosbarth.

Yn awr gwylwch animeiddiad Dyfodol Un Blaned. Mae hwn yn rhoi esboniad o newid hinsawdd ac yn gorffen trwy gynnig rhai syniadau am yr hyn y gallwn ni ei wneud amdano. Pan fyddan nhw wedi gorffen gwyllo'r ffilm, gofynnwch i'r disgyblion ysgrifennu tri phennawd ar y dalenni mawr o bapur:

- Beth yw newid hinsawdd?
- Beth yw arwyddion newid hinsawdd?
- Beth allwn ni ei wneud am newid hinsawdd?

Gofynnwch i'r disgyblion roi'r nodiadau gludiog maen nhw eisoes wedi'u cwblhau o dan y penawdau priodol a llenwi unrhyw rai eraill yr hoffent eu hychwanegu ar ôl gwyllo'r ffilm.

Gofynnwch i'r dosbarth am ei adborth. Esboniwch y gallwn ni i gyd wneud rhywbeth i fynd i'r afael â newid hinsawdd. Gan ddefnyddio'r nodiadau gludiog, lluniwch restr dosbarth cyfan o gamau y gellir eu cymryd yn yr ysgol. Gall y rhain gynnwys: arbed ynni trwy ddiffodd goleuadau a pheidio â gadael cyfrifiaduron yn y modd parod, cerdded neu feicio i'r ysgol, tyfu llysiau a ffrwythau yn yr ysgol, diffodd tapiau dŵr, hepgor deunydd pacio plastig

o becynnau cinio, yfed dŵr tap yn hytrach na dŵr o boteli plastig, ailgylchu'r holl bapur, defnyddio dwy ochr y dudalen a defnyddio gliter a glud sy'n ecologyfeillgar.

Gofynnwch i bob disgybl ddylunio cerdyn post â neges glir am un Weithred ar yr Hinsawdd yr hoffent annog pobl eraill yn yr ysgol i'w chyflawni. Rhowch y cardiau post mewn manau o gwmpas yr ysgol a threfnwch 'helfa drysor' Gweithredu ar yr Hinsawdd. Peidiwch â rhoi'r cardiau mewn manau sy'n rhy anodd dod o hyd iddyn nhw!

Wrth iddyn nhw ddod o hyd i'r cardiau post Gweithredu ar yr Hinsawdd, gall pob dosbarth lunio rhestr o wahanol ffyrdd o fynd i'r afael â newid hinsawdd yn yr ysgol. Wedyn dylen nhw i gyd ddewis tair gweithred y byddan nhw'n eu cyflawni dros yr wythnos nesaf.

Ar ddiwedd yr wythnos, dewch ynghyd fel ysgol gyfan, a rhowch gyfle i bob dosbarth roi gwybod am yr hyn y maen nhw wedi'i wneud. Mae hwn yn gyfle da i drafod gyda'r disgyblion beth fydd eu camau nesaf wrth fynd i'r afael â newid hinsawdd. Efallai yr hoffent sefydlu tîm Llysgenhadon Gwyrdd yn yr ysgol?

wwf.org.uk/greenambassadors

Fe gewch ddigonedd o weithgareddau eraill i herio, ysbrydoli a grymuso'ch disgyblion i fynd i'r afael â newid hinsawdd yn adnoddau WWF i ysgolion.

wwf.org.uk/climatechangeresources

GWEITHGAREDD 5

ADDEWID I'R BLANED

Mae'r gweithgaredd hwn yn annog y disgyblion i gysylltu eu gweithredoedd eu hunain â dyfodol ein planed. Ar ôl meddwl am y ffyrdd y maen nhw'n mwynhau'r awyr agored, maen nhw'n gwneud addewid i gymryd un cam i warchod y Ddaear.

DEILLIANNAU DYSGU

- Bydd y disgyblion yn myfyrio ar y mwynhad a'r cyfle mae gweithgareddau awyr agored yn eu cynnig
- Bydd y disgyblion yn deall y gallwn ni i gyd weithredu i helpu'r blaned
- Bydd y disgyblion yn meithrin eu sgiliau gwaith grŵp

ADNODDAU ANGENRHEIDIOL

- Nodiadau gludiog
- Fideo 'Fight for Your World', sydd ar gael ar: (YouTube) [wwf.org.uk/fightforyourworldfilm](https://www.youtube.com/watch?v=...) (Vimeo) [wwf.org.uk/fightforyourworldfilmvimeo](https://www.vimeo.com/...) Hyd y ffilm yw 1.30 munud
- Templed deilen
- Deunyddiau tynnu lluniau neu beintio

BETH I'W WNEUD

I ddechrau, anogwch y disgyblion i fyfyrio ar y pethau maen nhw'n eu hoffi ym myd natur. Oes ganddyn nhw hoff leoliad, fel coeden neu barc, neu daith gerdded maen nhw'n ei mwynhau'n arbennig? Beth yw eu hoff weithgaredd yn yr awyr agored? Oes ganddyn nhw hoff anifail gwyllt?

Dewch yn ôl at eich gilydd fel dosbarth a thrafodwch y nifer fawr o bethau mae ein planed yn eu rhoi i ni eu mwynhau a rhyfeddu arnyn nhw. Esboniwch pa mor bwysig yw hi inni warchod y Ddaear, fel y gall cenedlaethau'r dyfodol fwynhau'r un pethau â ni.

Dangoswch y fideo i'r disgyblion a rhowch gyfle iddyn nhw drafod eu hymateb uniongyrchol i'r ffilm. Beth yw prif neges y ffilm, yn eu barn nhw? Nawr dywedwch wrth y disgyblion y byddan nhw'n gwyltio'r ffilm eto ond y tro hwn bod angen iddyn nhw feddwl am yr hyn mae'r ffilm yn ei ddweud wrthym ni ynghylch pedwar maes penodol:

Bywyd gwyllt
Y bwyd rydym yn ei fwyta
Llygredd plastig
Newid hinsawdd

Gofynnwch i'r disgyblion am eu hadborth ar y pedwar maes ac, unwaith eto, rhowch gyfle iddyn nhw drafod eu teimladau am yr hyn maen nhw wedi'i weld.

Fel y dywed y fideo, gallwn ennill y brwydrau mwyaf yn yr eiliadau lleiaf. Gofynnwch i'r disgyblion feddwl am ffyrdd y gallan nhw frwydro am ein byd. Gall y syniadau gynnwys: cerdded neu feicio i'r ysgol, defnyddio llai o ddŵr, gwrthod gwellt yfed plastig, plannu mannau sy'n ddefnyddiol i fywyd gwyllt yn yr ysgol, bwyta bwydydd tymhorol neu sy'n cael eu tyfu'n lleol (neu dyfu'ch bwyd eich hunain, hyd yn oed), arbed trydan drwy beidio â gadael y teledu neu gyfrifiadur yn y modd parod, ailgylchu mwy o bethau neu ddysgu mwy am natur a'r byd naturiol.

Nawr gofynnwch i'r disgyblion addurno deilen, gan ddefnyddio'r templed deilen a ddarperir. Wedyn dylen nhw wneud addewid i'r blaned, gan ysgrifennu'r un peth y byddan nhw'n ei wneud i frwydro dros ein byd, er enghraifft, cerdded i'r ysgol neu ddefnyddio potel ddŵr aml dro yn lle un plastig untro. Arddangoswch y dail hyn ar goeden ar diroedd yr ysgol, neu ar ganghennau rydych wedi dod â nhw i mewn i neuadd yr ysgol i greu arddangosfa Awr Ddaear.

Rhannwch lun o'ch arddangosfa gyda ni – byddem wrth ein bodd i'w weld. Anfonwch luniau at schools@wwf.org.uk neu trydarwch nhw at #EarthHourWales #AwrDdaear



DYWEDWCH WRTHYM AMDANI!

Rhannwch eich storïau Awr Ddaear gyda ni – byddem wrth ein bodd i'w clywed. Anfonwch nhw at schools@wwf.org.uk neu trydarwch nhw at [#EarthHourStories](https://twitter.com/EarthHourStories)



TRYDARIAD ENGHREIFFTIOL

[enw'r ysgol] rydyn ni'n cymryd rhan yn #Awrddaear ar nos Sadwrn 30 Mawrth 2019, ydych chi? [@wwf_uk](https://twitter.com/wwf_uk) [@WWFCymru](https://twitter.com/WWFCymru)

Rhannwch eich addewidion Awr Ddaear gyda ni:

Yn Lloegr, [@wwf_uk](https://twitter.com/wwf_uk)

Yn yr Alban, [@WWFScotland](https://twitter.com/WWFScotland)

Yng Nghymru, [@WWFCymru](https://twitter.com/WWFCymru) a [#EarthHourWales](https://twitter.com/EarthHourWales) neu [#Awrddaear](https://twitter.com/AwrDdaear)

[wwf.org.uk/earthhour](https://www.wwf.org.uk/earthhour)



Dros ddyfodol lle mae pobl a natur yn ffynnu | [wwf.org.uk](https://www.wwf.org.uk)

© 1986 symbol y panda ac © "WWF" Nod Masnach Cofrestredig WWF. WWF-UK elusen gofrestrdedig (1081247) ac yn yr Alban (SC039593). Cwmni cyfyngedig drwy warant (4016725)