Dadansoddi ar gyfer Polisi

Ymchwil Gymdeithasol y Llywodraeth

Government Social Research

Analysis for Policy

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Rhif ymchwil cymdeithasol: 71/2025

Dyddiad cyhoeddi: 17/07/2025

Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles yn y Cwricwlwm i Gymru: astudiaeth ansoddol

Mae’r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg.

This document is also available in English.

OGL © Hawlfraint y Goron Digital ISBN 978-1-80633-108-6

Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles yn y Cwricwlwm i Gymru: astudiaeth ansoddol

Awduron: Dr Anna Bryant, Yr Athro David Egan, Dr Mirain Rhys ac Alexis Bennett (Prifysgol Metropolitan Caerdydd); Brett Duggan a Dr Felicity Morris (Arad)

Adroddiad Ymchwil Llawn: Bryant, A; Egan, D; Rhys, M; Bennett, A; Duggan, B; Morris, F (2025). Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles yn y Cwricwlwm i Gymru: astudiaeth ansoddol. Caerdydd: Llywodraeth Cymru, GSR rhif adroddiad 71/2025

Ar gael yn: https://www.gov.wales/health-and-well-being-area-learning-and-experience-curriculum-wales-qualitative-study

Safbwyntiau'r ymchwilydd a fynegir yn yr adroddiad hwn ac nid rhai Llywodraeth Cymru o reidrwydd

Am wybodaeth bellach, cysylltwch â:

Cangen Ymchwil Cwricwlwm
Is-adran Ymchwil Gymdeithasol a Gwybodaeth
Gwasanaethau Gwybodaeth a Dadansoddi
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ
Ffôn: 03000253213
E-bost: ymchwil.cwricwlwm@llyw.cymru

Cynnwys

Rhestr o'r tablau 2
Geirfa…… 3
Crynodeb gweithredol 4
1. Cyflwyniad 12
2. Methodoleg 19
3. Canfyddiadau 26
4. Casgliadau 69
Atodiad A: Cyfeiriadau 77
Atodiad B: Offerynnau ymchwil 80
Atodiad C: Ffynonellau cymorth a ddefnyddiwyd gan ysgolion 88

Rhestr o’r tablau

Tabl 1: Sampl yr ysgolion yn astudiaeth ansoddol Maes Iechyd a Lles............................ 22

Geirfa

AAA

Addysg Anghenion Arbennig

ABCh/ABGIE

Addysg Bersonol a Chymdeithasol/Addysg Bersonol, Gymdeithasol, Iechyd ac Economaidd

ACRh

Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

ADY

Anghenion Dysgu Ychwanegol

AG

Addysg Gorfforol

CAD

Cyfrifoldeb Addysgu a Dysgu

CDU

Cynllun Datblygu Unigol

ELSA

Cynorthwyydd Cymorth Llythrennedd Emosiynol

Maes(meysydd)

Maes(meysydd) Dysgu a Phrofiad[1]

SHRN

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion

UDA

Uwch Dîm Arwain

[1] Mae'r byrfodd MDPh yn parhau i gael ei ddefnyddio gan ymarferwyr a chaiff ei gynnwys mewn nifer o ddyfyniadau gair am air a ddefnyddir yn yr adroddiad hwn.

Crynodeb gweithredol

1. Mae'r adroddiad hwn yn rhan o'r gwerthusiad ffurfiannol o Gwricwlwm i Gymru. Fel rhan o'r gwerthusiad, cynhaliwyd astudiaethau ansoddol yn seiliedig ar bynciau a thestunau, gan archwilio elfennau penodol o Gwricwlwm i Gymru.
2. Mae'r adroddiad yn cyflwyno canfyddiadau astudiaeth ansoddol a oedd yn canolbwyntio ar Faes Dysgu a Phrofiad (Maes) Iechyd a Lles, o dan arweiniad Prifysgol Metropolitan Caerdydd. Nod yr ymchwil oedd cynnig atebion i ddau gwestiwn ymchwil trosfwaol:
    - Cwestiwn ymchwil 1: Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles yn cael eu gweithredu yn ymarferol?
    - Cwestiwn ymchwil 2: Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru?

Methodoleg

3. Nodir y fethodoleg ym Mhennod 2 yr adroddiad hwn, ac roedd yn cynnwys:
    - Recriwtio wyth ysgol (pedair ysgol gynradd a phedair ysgol uwchradd) i gymryd rhan yn yr astudiaeth.
    - Datblygu cwestiynau ymchwil a chanllawiau trafod a ddatblygwyd ar sail gweithdy a gynhaliwyd gyda swyddogion polisi Llywodraeth Cymru ac adolygiad pen desg o'r lenyddiaeth.
    - 14 trafodaeth lled-strwythuredig gydag uwch arweinwyr, arweinwyr Maes Iechyd a Lles, ymarferwyr a staff cynorthwyol. Cynhaliwyd y trafodaethau hyn ar-lein dros Microsoft Teams, ac roeddent wedi para 60-90 munud ar gyfartaledd.
    - Dadansoddiad thematig o drawsgrifiadau trafodaethau.
4. Mae'r adroddiad yn amlygu nifer o gyfyngiadau sy'n gysylltiedig â'r astudiaeth ansoddol hon, yn benodol:
    - natur fach a hunanddewisol y sampl, sy'n golygu nad oes modd cyffredinoli ar sail y canfyddiadau

- y ffaith bod y canfyddiadau'n seiliedig ar dystiolaeth a gasglwyd ar un adeg yn unig, gan gyfyngu ar y cyfleoedd i archwilio cynnydd ysgolion gydag amser wrth iddynt wireddu'r Maes hwn o fewn y cwricwlwm
- amser cyfyngedig ar gael yn ystod trafodaethau er mwyn gallu archwilio pob agwedd ar waith cynllunio a gweithredu ysgolion mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles
- nid oedd yr ymchwil yn cynnwys lleisiau plant a phobl ifanc, felly nid oedd yn archwilio profiad dysgwyr o'r Maes hwn o'r cwricwlwm

Canfyddiadau

Cwestiwn ymchwil 1: Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles yn cael eu gweithredu yn ymarferol?

Cyfleoedd a gynigir gan Faes Iechyd a Lles

5. Roedd pob ysgol a fu'n rhan o'r astudiaeth hon yn croesawu'r cyfleoedd a gynigir trwy gyfrwng Fframwaith Cwricwlwm i Gymru i ddatblygu cwricwlwm Iechyd a Lles sy'n ymateb i'w cyd-destun ac i anghenion eu dysgwyr yn benodol. Nododd pob ysgol bod iechyd a lles yn flaenoriaeth yng nghynllun datblygu eu hysgol, a'i fod yn ganolog i'w gweledigaeth ar gyfer y cwricwlwm.
6. Roedd cyflwyno'r Maes hwn wedi galluogi nifer o ysgolion i ddatblygu gwaith blaenorol a wnaethpwyd ganddynt i gynorthwyo iechyd a lles dysgwyr, gan drefnu'r ddarpariaeth o gwmpas y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig yn Fframwaith Cwricwlwm i Gymru.
7. Roedd y trafodaethau wedi datgelu bod pob ysgol yn datblygu dull holistaidd o gynorthwyo iechyd a lles, gan gynnwys iechyd a datblygiad corfforol, iechyd meddwl a llesiant emosiynol a chymdeithasol. Ym mhob ysgol gynradd, cafodd Iechyd a Lles ei integreiddio yn y cwricwlwm ehangach fel arfer a'i ymwreiddio fel rhan o bynciau a thestunau, yn hytrach na chael ei addysgu fel Maes ar wahân. Cyfeiriodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o bob ysgol uwchradd at gynllunio cwricwlwm Iechyd a Lles integredig, gan hyrwyddo'r rhyng-gysylltiadau rhwng gwahanol agweddau o'r Maes.

8. Adroddodd ysgolion bod datblygu eu cwricwlwm Iechyd a Lles wedi dechrau cael effaith ar addysgu a dysgu ac ar yr amgylchedd ehangach yn yr ysgol. Roedd wedi codi statws y Maes hwn, ac mewn rhai achosion, roedd wedi arwain at fwy o amser yn cael ei neilltuo i iechyd a lles. Adroddodd ysgolion y bu mwy o ddulliau yn seiliedig ar dystiolaeth wrth gyflwyno darpariaeth iechyd a lles: adroddodd hanner yr ysgolion yn y sampl eu bod wedi defnyddio eu data Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) i gyfrannu at weithgarwch cynllunio y cwricwlwm er mwyn sicrhau bod anghenion dysgwyr yn cael eu hadlewyrchu yn yr addysgu a'r dysgu.

9. Roedd uwch arweinwyr wedi mynegi barn yn gyson bod cyflwyno'r Maes hwn yn cael effaith gadarnhaol ar ddealltwriaeth dysgwyr o'u hiechyd a lles eu hunain, ar allu dysgwyr i fynegi problemau pan fyddent yn codi, a gwybodaeth dysgwyr am sut a ble i fanteisio ar gymorth.

10. Roedd cyflwyno'r Maes hwn o'r cwricwlwm wedi cynnig cyfleoedd datblygiad proffesiynol ychwanegol i ymarferwyr ac arweinwyr mewn rhai ysgolion, gan gynnwys cyfleoedd i fynychu cyrsiau a rhwydweithiau, ac i ymgymryd â rolau arwain ychwanegol mewn perthynas ag iechyd a lles.

11. Nododd rhai ysgolion cynradd ac uwchradd bod eu gwaith i gynllunio'r Maes Iechyd a Lles wedi cyd-fynd â'u hymdrechion i ddatblygu cysylltiadau a chydberthnasoedd fel rhan o waith yn ymwneud â menter Ysgolion Bro.

Cynllun a strwythur Maes Iechyd a Lles

12. Adroddodd pob ysgol yn y sampl bod y broses o gynllunio'r Maes Iechyd a Lles wedi cynnwys adolygu ac archwilio'r ddarpariaeth flaenorol. Defnyddiwyd y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig yn helaeth gan ysgolion i gefnogi'r broses o gynllunio'r cwricwlwm, er bod rhai ysgolion wedi adrodd y byddent wedi elwa o gael mwy o ganllawiau cychwynnol ar ddulliau o gynllunio'r Maes hwn.

13. Nododd uwch arweinwyr yn gyson eu bod yn canolbwyntio ar sicrhau bod Maes Iechyd a Lles yn cael ei gynllunio i ddiwallu anghenion pob dysgwr, gan gynnwys dysgwyr sydd ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY) a dysgwyr y mae gofyn iddynt gael cymorth gwahaniaethol. Roedd ysgolion yn croesawu'r hyblygrwydd a gynigiwyd gan Gwricwlwm i Gymru er mwyn eu galluogi i fabwysiadu dulliau wedi'u teilwra i ymateb i anghenion a chyd-destun eu dysgwyr. Roedd y ffactorau

cyffredin y cyfeiriwyd atynt gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr a oedd yn teimlo bod eu hysgol yn gwneud cynnydd wrth ymateb i anghenion dysgwyr drwy ddyluniad y Maes Iechyd a Lles fel a ganlyn:

- cynnig cymysgedd o brofiadau dysgu mewn amgylchedd cefnogol ac ysgogol, gan gynnwys y defnydd o ardaloedd allanol
- yr angen am athrawon a staff cymorth sy'n meddu ar y sgiliau a'r profiad i fedru cynllunio a gweithredu cwricwlwm wedi'i deilwra sy'n cefnogi lles dysgwyr
- pwysigrwydd sefydlu prosesau adolygu a gwerthuso yn yr ysgol er mwyn cefnogi gwelliannau parhaus i gynllun a gweithrediad y cwricwlwm

14. Adroddodd pob ysgol eu bod wedi manteisio ar safbwyntiau dysgwyr wrth gynllunio'r Maes hwn o'r cwricwlwm; adroddodd ysgolion bod hyn wedi helpu i sicrhau bod addysgu a dysgu yn y Maes hwn yn berthnasol a'i fod yn cefnogi gweithgarwch sy'n ennyn diddordeb dysgwyr.

15. Daeth darlun anghyson i'r amlwg o'r trafodaethau gydag ysgolion ynghylch gwaith clwstwr. Adroddodd rhan fwyaf yr ysgolion cynradd yn y sampl, lle'r oedd cydweithio wedi digwydd, bod hyn yn digwydd rhwng gwahanol ysgolion cynradd ac nad oedd fel arfer yn cynnwys ysgolion uwchradd. I'r gwrthwyneb, nododd pob ysgol uwchradd bod rhywfaint o drafodaeth a gwaith clwstwr wedi digwydd gydag ysgolion cynradd yn eu clwstwr. Nododd rhai ysgolion mai'r prif rwystrau a oedd yn atal gwaith clwstwr yn y Maes hwn oedd y ffaith nad oedd amserlenni a phrosesau ar gyfer cynllunio'r cwricwlwm yn cyd-fynd yn llawn; cyfeiriodd rhai ysgolion uwchradd hefyd at yr heriau sy'n gysylltiedig â chydlynu cydweithio ar draws niferoedd mawr o ysgolion cynradd sy'n eu bwydo.

16. Roedd arweinyddiaeth y Maes cwricwlwm Iechyd a Lles yn unigryw i bob ysgol. Er gwaethaf gwahaniaethau rhwng strwythurau arwain, roedd cydnabyddiaeth eang ar draws y sampl o'r angen am ddull cyffredin er mwyn cefnogi'r Maes hwn o fewn y cwricwlwm, ac anogwyd arweinyddiaeth wasgaredig.

17. Ym mhob ysgol, dywedodd uwch arweinwyr eu bod wedi ceisio cynllunio'r Maes Iechyd a Lles i gyd-fynd â'u Dull Ysgol Gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Roedd nifer o'r arferion a ddisgrifiwyd gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr trwy gydol yr ymchwil yn amlygu aliniad rhwng gwaith cynllunio, addysgu a dysgu ym Maes Iechyd a Lles a darparu eu dull ysgol gyfan ar gyfer

llesiant emosiynol a meddyliol. Adroddodd ysgolion bod aelod o’r uwch dîm arwain (UDA) wedi arwain y dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol ac mai hwn oedd yr unigolyn oedd â throsolwg fel arfer o’r Maes Iechyd a Lles.

Addysgeg er mwyn cefnogi addysgu a chynnydd ym Maes Iechyd a Lles

18. Nododd yr holl uwch arweinwyr bod datblygu dysgu ac addysgu o ansawdd uchel ym Maes Iechyd a Lles yn flaenoriaeth. Roedd ysgolion wedi mabwysiadu amrediad o ddulliau addysgegol, gyda rhai yn adrodd bod y 12 egwyddor addysgegol yn nodwedd gadarn o’r dulliau hyn.

19. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion yn ceisio integreiddio’r gwahanol ddatganiadau o’r hyn sy’n bwysig ar gyfer y Maes hwn, gan adlewyrchu’r dull holistaidd o gefnogi Iechyd a Lles a gynigir yn y canllawiau, a chwblhau gwaith cynllunio i ddangos y cysylltiadau rhwng y gwahanol agweddau o Faes Iechyd a Lles.

20. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion cynradd ac uwchradd yn defnyddio addysgeg berthynol, er enghraifft, arfer adferol, fel un ffordd o roi sylw i’r datganiad o’r hyn sy’n bwysig ‘cydberthnasoedd iach’. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion cynradd hefyd yn defnyddio dulliau ymarfer yn seiliedig ar drawma, gan adlewyrchu’r aliniad rhwng Maes Iechyd a Lles a’r Dull Ysgol Gyfan, sy’n hyrwyddo dysgwyr yn cael eu haddysgu gan ymarferwyr hyfforddedig mewn arferion sy’n seiliedig ar drawma.

21. Nododd y rhan fwyaf o ysgolion nad oeddent wedi manteisio ar ddysgu proffesiynol allanol sy’n gysylltiedig ag addysgeg ar gyfer Iechyd a Lles, a’u bod yn hytrach wedi dibynnu ar gymorth yn yr ysgol. Cyfeiriwyd at y costau a’r tarfu tybiedig ar ddysgwyr fel rhai o’r rhesymau dros hyn.

22. Adroddodd pob ysgol eu bod yn defnyddio camau cynnydd er mwyn cyfrannu at asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes. Roedd rhai yn mapio cynnydd rhwng ysgolion cynradd a’r uwchradd ar draws eu clwstwr, er yr adroddwyd ei bod yn ddyddiau cynnar o ran y gweithgarwch hwn, ac amlygodd nifer o gyfranogwyr nad oedd unrhyw ddealltwriaeth genedlaethol gyffredin o asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes hwn.

23. Roedd pob ysgol yn defnyddio dulliau yn canolbwyntio ar y dysgwr er mwyn asesu cynnydd ym Maes Iechyd a Lles. Anogwyd dysgwyr i gymryd rôl weithredol wrth asesu eu cynnydd eu hunain ym mhob ysgol gynradd ac uwchradd. Roedd ysgolion cynradd yn cynnwys eu dysgwyr mewn adolygiadau cynnydd, wrth i ddysgwyr gofnodi a rhannu eu cynnydd gyda rhieni/gofalwyr a gyda'i gilydd, ac roedd ysgolion uwchradd yn cynnwys amser gyda thiwtoriaid, ymarferwyr a chymheiriaid er mwyn i ddysgwyr fyfyrio ar eu cynnydd a chysylltu hyn gyda'u llesiant.

24. Roedd rhai ysgolion wedi defnyddio dulliau yn seiliedig ar dystiolaeth wrth ystyried cynnydd. Yn benodol, adroddodd ysgolion cynradd yn aml eu bod yn defnyddio ymyrraeth y Cynorthwyydd Cymorth Llythrennedd Emosiynol (ELSA) er mwyn deall a chefnogi anghenion a datblygiad cymdeithasol ac emosiynol dysgwyr.

25. Adroddodd bron i bob ysgol uwchradd a chynradd natur gymhleth y meysydd lles meddyliol, emosiynol a chymdeithasol a'r anawsterau y maent yn eu hwynebu wrth 'fesur' y rhain mewn ystyr traddodiadol.

26. Nododd rhai ysgolion uwchradd eu bod yn wynebu heriau ychwanegol o ganlyniad i'r ffaith nad oedd y manylebau TGAU wedi cael eu cyhoeddi cyn iddynt gynllunio'r cwricwlwm ar gyfer Blwyddyn 7 i 9, ac o ganlyniad, bu'n rhaid iddynt ailystyried dulliau addysgu a dysgu yn nes ymlaen.

Heriau a wynebwyd ym Maes Iechyd a Lles

27. Soniodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr ym mhob ysgol am yr her o ddod o hyd i amser i gynllunio ar gyfer y Maes ac i gymryd rhan a darparu gweithgareddau iechyd a lles, cynnig gweithgareddau er mwyn gweithredu'r Maes yn llwyddiannus, gan nodi pwysigrwydd amser neilltuedig yn ystod amserlen yr ysgol er mwyn cyflawni hyn.

28. Cyfeiriodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr at heriau mewn perthynas ag effaith tlodi ac effaith barhaus pandemig COVID-19 ar iechyd a lles dysgwyr, a sut y mae angen meithrin dysgwyr mewn sawl achos cyn y byddant yn barod i ddysgu.

29. Cyfeiriodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr at lefelau hyder isel ymhlith rhai staff addysgu am eu rôl wrth gynllunio a darparu ar gyfer cynnwys Maes Iechyd a Lles, yn enwedig yng nghyd-destun llwyth gwaith beichus ymarferwyr.

30. Cyfeiriodd uwch arweinwyr yn y rhan fwyaf o ysgolion at yr heriau sy'n gysylltiedig â chyfyngiadau cyllidebol a'r cynnydd yng nghostau gweithgareddau, er enghraifft teithio oddi ar y safle i fynychu chwaraeon, llogi lleoliadau, prynu adnoddau o ansawdd uchel a gwahodd asiantaethau allanol i'r ysgol.

Cwestiwn ymchwil 2: Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru?

31. Adroddodd pob ysgol gynradd ac uwchradd eu bod yn ddibynnol ar brofiad a gwybodaeth broffesiynol eu staff wrth gynllunio a gweithredu'r cwricwlwm Iechyd a Lles.

32. Fodd bynnag, roedd pob ysgol hefyd wedi manteisio ar ystod eang o ffynonellau er mwyn cefnogi gweithredu'r Maes hwn o'r cwricwlwm. Roedd hyn yn cynnwys canllawiau Cwricwlwm i Gymru, ymgysylltu â chymunedau ymarfer, gweithio mewn clystyrau a gwaith arall ar y cyd, megis gweithgorau o dan arweiniad awdurdodau lleol. Cyfeiriodd ysgolion at gymorth arall, gan gynnwys rhaglenni masnachol, cyrff cyhoeddus, rhwydweithiau a ffynonellau data prifysgolion a phartneriaid teuluol a chymunedol.

33. Byddai rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr yn croesawu cyfleoedd dysgu proffesiynol ychwanegol ynghylch asesu a chynnydd, gan gynnwys dulliau ar gyfer deall a monitro datblygiad dysgwyr mewn perthynas â'u lles emosiynol. Adroddont hefyd y byddent yn gwerthfawrogi cyfleoedd i rannu a dysgu gan arfer effeithiol neu arloesol mewn ysgolion eraill wrth ddatblygu'r Maes hwn.

34. Byddai'r rhan fwyaf o ysgolion cynradd yn croesawu dysgu proffesiynol ynghylch yr agwedd gorfforol ar Faes Iechyd a Lles a byddai dwy ysgol yn croesawu cyngor ynghylch sut i integreiddio'r Maes cwricwlwm hwn gydag Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh).

35. Nododd uwch arweinwyr ac ymarferwyr ble y byddent yn croesawu dysgu proffesiynol ychwanegol er mwyn rhoi sylw i'r bylchau mewn gwybodaeth a

sgiliau, yn arbennig gydag asesu a chynnydd; cyfleoedd i ddysgu gan arfer da; a chyfleoedd a chanllawiau er mwyn cefnogi gwaith cynllunio ar draws clystyrau.

36. Dim ond dwy ysgol uwchradd cyfrwng Cymraeg oedd yn y sampl, ond nododd y ddwy ysgol bod diffyg adnoddau addysgu yn Gymraeg, ac adroddont bod hyn wedi cael effaith negyddol ar yr amser oedd ar gael i staff ac ar ansawdd yr adnoddau y gallent eu cynnig i ddysgwyr.

Argymhellion a meysydd i'w hystyried ar gyfer Maes Iechyd a Lles

37. Nododd yr ymchwil angen clir yn y Maes hwn i ysgolion gael cymorth wrth ddatblygu arfer hyderus er mwyn mesur cynnydd dysgwyr. Gan fod sawl ysgol wedi adrodd ei bod hi'n ddyddiau cynnar o ran gweithgarwch cynllunio ar gyfer cynnydd ac asesu, dylid ystyried cynnig cymorth ychwanegol i ysgolion i ddatblygu arferion asesu effeithiol ym Maes Iechyd a Lles.

38. Dylid ystyried sut y gellid hwyluso cynllunio a chydlynu mwy effeithiol ym Maes Iechyd a Lles rhwng ysgolion uwchradd a'r ysgolion cynradd sy'n eu bwydo. Dylid rhoi ystyriaeth bellach i'r ffordd o wella cydweithio o fewn clystyrau hefyd, er mwyn sicrhau cynnydd a phontio effeithiol ar gyfer dysgwyr o Flwyddyn 6 i Flwyddyn 7, gyda ffocws ar gefnogi parhad mewn perthynas ag iechyd a lles.

39. Clywodd yr astudiaeth am enghreifftiau o uwch arweinwyr ac ymarferwyr a oedd wedi cael budd o'u cyswllt gyda chymunedau ymarfer a gweithgarwch arall ar y cyd a oedd wedi arwain at rannu arbenigedd ac arfer effeithiol, a mwy o hyder ymhlith ymarferwyr. Gallai Llywodraeth Cymru a phartneriaid ar draws y system ehangach archwilio ffyrdd o hwyluso cyfleoedd pellach i ysgolion gymryd rhan mewn gwaith ar y cyd er mwyn cefnogi cynllunio a gweithredu Maes Iechyd a Lles.

40. Dylid ystyried darparu cyfleoedd dysgu proffesiynol ychwanegol sy'n benodol i Faes Iechyd a Lles. Nododd yr ymchwil y byddai o fudd pe bai'r cyfleoedd hyn yn cynnwys y meysydd canlynol: asesu a chynnydd; maes corfforol iechyd a lles (yn enwedig ar gyfer ysgolion cynradd); manteisio ar arfer effeithiol ac arloesol a ddatblygwyd gan ysgolion eraill; cynllunio a chydweithio o fewn clystyrau; ac aliniad rhwng iechyd a lles ac ACRh.

1. Cyflwyniad

1.1. Mae Llywodraeth Cymru wedi comisiynu Arad i arwain gwerthusiad ffurfiannol o Gwricwlwm i Gymru. Mae Arad yn gweithio gyda nifer o sefydliadau fel rhan o raglen ymchwil eang, gan gynnwys Prifysgol Metropolitan Caerdydd, Prifysgol Bangor, y Brifysgol Agored yng Nghymru, Prifysgol Stirling, Prifysgol Auckland ac AlphaPlus Consultancy Ltd.

1.2. Mae'r gwerthusiad yn mabwysiadu dulliau cymysg, gan gynnwys arolygon ymarferwyr, arolygon rhieni/gofalwyr a dysgwyr, astudiaethau achos hydredol er mwyn deall teithiau gwireddu cwricwlwm ysgolion a sawl astudiaeth achos ansoddol yn seiliedig ar bynciau a thestunau sy'n archwilio elfennau penodol o Gwricwlwm i Gymru.

1.3. Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno canfyddiadau'r gwaith ymchwil ar Faes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles a gafodd ei arwain gan Brifysgol Metropolitan Caerdydd. Bu'r astudiaeth hon yn archwilio'r ffyrdd y gweithredir y Maes mewn ysgolion a sut y caiff ysgolion eu chefnogi i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru.

1.4. Mae strwythur yr adroddiad fel a ganlyn:

- Mae Pennod 1 yn cynnig trosolwg o'r gwerthusiad ffurfiannol, cyn canolbwyntio ar y cyd-destun a chwestiynau ymchwil sydd wedi tywys yr astudiaeth hon.
- Mae Pennod 2 yn nodi'r dull a fabwysiadwyd o ran y fethodoleg, gan ddisgrifio'r dull wrth recriwtio cyfranogwyr i'r gwerthusiad, y dulliau casglu data a dadansoddi, a chyfyngiadau'r gwaith ymchwil.
- Mae Pennod 3 yn cyflwyno canfyddiadau'r gwaith ymchwil. Cyflwynir y rhain mewn perthynas â'r ddau brif gwestiwn ymchwil ar gyfer y gwaith ymchwil. Yn achos y cwestiwn ymchwil cyntaf, trefnir y canfyddiadau ar sail pedair prif thema. Cyflwynir y canfyddiadau ar gyfer yr ail gwestiwn ymchwil o fewn tair thema.
- Mae Pennod 4 yn cyflwyno'r casgliadau a'r meysydd i'w hystyried ymhellach.

Cefndir a chyd-destun

1.5. Cwricwlwm i Gymru yw conglfaen ymdrechion Llywodraeth Cymru i ddiwygio addysg yng Nghymru a chreu system addysg sy'n codi safonau addysgol ac sy'n ennyn hyder y cyhoedd. Mae gan Gwricwlwm i Gymru bedwar diben sy'n fan cychwyn ac yn ddyhead ar gyfer pob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru. Roedd adroddiad y Sefydliad ar gyfer Cydweithrediad a Datblygiad Economaidd (OECD), 'Gwella Ysgolion yng Nghymru' (OECD, 2014) a Dyfodol Llwyddiannus (Donaldson, 2015), yr adroddiad a gyhoeddwyd yn dilyn adolygiad annibynnol Athro Graham Donaldson o'r cwricwlwm a'r trefniadau asesu, yn nodi'r rhesymeg dros y diwygiadau, yn ogystal ag argymhellion ynghylch sut i gynllunio cwricwlwm newydd a fydd yn addas i Gymru gyfoes. O dan y diwygiadau, mae gofyn i bob ysgol ac uned cyfeirio disgyblion ddatblygu ei chwricwlwm ei hun, o fewn Fframwaith Cwricwlwm i Gymru a ddiffiniwyd ar lefel genedlaethol, gan alluogi dysgwyr i ymgorffori pedwar diben y cwricwlwm trwy ddod yn:

- ddysgwyr uchelgeisiol, galluog sy'n barod i ddysgu drwy gydol eu hoes
- cyfranwyr mentrus, creadigol sy'n barod i chwarae eu rhan yn llawn yn eu bywyd a'u gwaith
- dinasyddion egwyddorol, gwybodus yng Nghymru a'r byd
- unigolion iach, hyderus sy'n barod i fyw bywydau gan wireddu eu dyheadau fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas

1.6. O dan Fframwaith Cwricwlwm i Gymru, mae sgiliau cyfannol i'w datblygu ar draws ystod eang o ddysgu ac addysgu yn sail i'r pedwar diben. Y sgiliau cyfannol hyn yw: creadigrwydd ac arloesedd, meddwl yn feirniadol a datrys problemau, effeithiolrwydd personol a chynllunio a threfnu. Trefnir pynciau o gwmpas chwe Maes: Y Celfyddydau Mynegiannol; Iechyd a Lles; Ieithoedd, Llythrennedd a Chyfathrebu; Mathemateg a Rhifedd; a Gwyddoniaeth a Thechnoleg. Ar draws y chwe maes hwn, o fewn canllawiau statudol Cwricwlwm i Gymru, ceir 27 datganiad o'r hyn sy'n bwysig mandadol sy'n sicrhau lefel o gysondeb wrth gynllunio cwricwlwm ar draws lleoliadau ac ysgolion, gan bod yn rhaid i ddysgwyr feithrin dealltwriaeth o'r holl ddatganiadau (Llywodraeth Cymru, 2024a).

1.7. Fel rhan o Gwricwlwm i Gymru, mae llythrennedd, rhifedd a chymhwysedd digidol yn sgiliau trawsgwricwlaidd mandadol. Mae hyn yn golygu bod ymarferwyr yn

gyfrifol am ddatblygu a sicrhau cynnydd yn y sgiliau hyn ar draws pob maes o'r cwricwlwm. Wrth gynllunio eu cwricwlwm, dylai ysgolion ymwreiddio themâu trawsgwricwlaidd o fewn dysgu ar draws y cwricwlwm hefyd. Mae'r themâu trawsgwricwlaidd yn cynnwys addysg cydberthynas a rhywioldeb; hawliau dynol; amrywiaeth; profiadau sy'n gysylltiedig â gyrfaoedd a byd gwaith; a chyd-destunau lleol, cenedlaethol a rhanbarthol.

1.8. Fel y nodwyd uchod, mae pob Maes yn cynnwys 'datganiadau o'r hyn sy'n bwysig' sy'n fandadol er mwyn tywys gweithgarwch cynllunio a datblygu'r cwricwlwm. Mae'r pum datganiad o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer Maes Iechyd a Lles (Llywodraeth Cymru, 2020) yn amlygu pwysigrwydd meithrin dealltwriaeth dysgwyr:

- bod iechyd a lles corfforol yn cynnig buddion gydol oes
- bod y ffordd yr ydym yn prosesu ac yn ymateb i'n profiadau yn effeithio ar ein llesiant emosiynol a meddyliol
- bod ein penderfyniadau yn effeithio ar ansawdd ein bywydau a bywydau pobl arall
- bod y ffordd yr ydym yn ymgysylltu â dylanwadau cymdeithasol yn siapio pwy ydym ni ac yn effeithio ar ein hiechyd a'n lles
- bod cydberthnasoedd iach yn hollbwysig i'n lles

1.9. Cyhoeddwyd canllawiau gan Lywodraeth Cymru am y Maes hwn er mwyn helpu ysgolion i ddatblygu cwricwlwm "sy'n galluogi i iechyd a lles ymdreiddio i bob agwedd ar fywyd ysgol". Roedd y canllawiau hyn yn cynnwys syniadau er mwyn helpu ysgolion i gynnwys agweddau allweddol o Fframwaith Cwricwlwm i Gymru yn eu gwaith cynllunio, gan gynnwys y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig, yr egwyddorion cynnydd a'r disgrifiadau dysgu. Mae'n bwysig nodi bod Iechyd a Lles fel Maes cwricwlwm holistaidd ac integredig yn ddatblygiad cymharol newydd, a bod dulliau a strwythurau ysgolion er mwyn cynorthwyo'r Maes yn parhau i esblygu.

1.10. Rhoddwyd sylw ymchwil a gwleidyddol cynyddol i iechyd a lles mewn cyd-destunau addysg dros y ddegawd ddiwethaf (UNESCO, 2021; Llywodraeth Cymru, 2015). Gwelwyd mwy o bwyslais ar hyn ers pandemig COVID-19 trwy ei ddylanwad niweidiol ar iechyd meddwl a datblygiad cymdeithasol ac emosiynol ac wrth i'r bwlch o ran cyrhaeddiad addysg ehangu (UNESCO, 2021).

1.11. Datblygwyd y gwaith ymchwil hwn ar Faes Iechyd a Lles Cwricwlwm i Gymru i archwilio'r berthynas rhwng y ffordd y caiff canllawiau Cwricwlwm i Gymru ar gyfer y Maes hwn eu gweithredu yn ymarferol, ac yn arbennig wrth ymateb i anghenion dysgwyr, a pha gymorth sydd ar gael i ysgolion ac ymarferwyr wrth iddynt gyflawni hyn.

1.12. Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru y [Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol] (Llywodraeth Cymru 2021). Cyhoeddir y Fframwaith hwn fel canllaw statudol i ysgolion ac awdurdodau lleol y "mae gofyn iddynt ystyried y Fframwaith hon wrth ddatblygu cynlluniau gweithredu, strategaethau a pholisïau eraill sy'n effeithio ar les dysgwyr, staff ac eraill sy'n gweithio yn amgylchedd yr ysgol".

1.13. Yn dilyn gweithdy a gynhaliwyd ym mis Chwefror 2024 a oedd yn cynnwys aelodau'r tîm ymchwil a swyddogion polisi Llywodraeth Cymru, cytunwyd bod y gwaith ymchwil yn cynnig cyfle i archwilio sut y mae ysgolion a lleoliadau yn alinio darpariaeth Maes Iechyd a Lles gyda'u gwaith i ymwreiddio'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol.

1.14. Adeg y gwaith ymchwil hwn, roedd Cwricwlwm i Gymru yn cael ei weithredu ar gyfer yr holl ddysgwyr cynradd ac ar gyfer dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 ac 8.

Nodau'r astudiaeth a chwestiynau ymchwil

1.15. Trwy archwilio sut yr oedd elfennau penodol o Fframwaith Cwricwlwm i Gymru yn cael eu gweithredu mewn gwahanol gyd-destunau, nod yr astudiaeth hon oedd cael dealltwriaeth o'r graddau y mae arferion sy'n ymwneud â Maes Iechyd a Lles mewn ysgolion yn cyd-fynd â gweledigaeth diwygiadau'r Cwricwlwm i Gymru ac yn cyfrannu at ganlyniadau tymor byr, tymor canolig a thymor hir disgwyliedig Cwricwlwm i Gymru, fel yr amlinellir yn y theori newid a ddatblygwyd i gynorthwyo'r gwerthusiad o Gwricwlwm i Gymru. Nod yr astudiaeth hon oedd cynnig gwaith ymchwil yn seiliedig ar destun penodol gyda ffocws ar archwilio dau gwestiwn canolog mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles:

- Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles yn cael eu gweithredu yn ymarferol? (Cwestiwn Ymchwil 1)
- Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru? (Cwestiwn Ymchwil 2)

1.16. Roedd yr ymatebion i'r ail gwestiwn ymchwil yn fwy cyfyngedig na'r rhai a gafwyd i'r cwestiwn ymchwil cyntaf. Adroddodd ysgolion eu bod wedi gweithredu Maes Iechyd a Lles eu hunain yn bennaf, gan fanteisio ar adnoddau a dulliau yr oeddent yn eu defnyddio yn barod, gan ychwanegu at y rhain yn ôl yr angen. Er bod rhai wedi gweithio gydag ysgolion clwstwr ac fel rhan o gymunedau ymarfer[2] i gynorthwyo'r Maes cwricwlwm hwn, yn gyffredinol, nid oeddent wedi cael cynnig nac wedi manteisio ar gymorth allanol.

1.17. Er mwyn ymateb i'r cwestiynau hyn, casglodd yr ymchwilwyr ddata gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr a oedd yn gweithio mewn pedair ysgol gynradd a phedair ysgol uwchradd. Nod y gwaith casglu data oedd casglu amrediad o bersbectifau am agweddau allweddol ar weithrediad Maes Iechyd a Lles, manylion gweithgareddau ac arferion penodol, a deall safbwyntiau a chredoau y gallent siapio penderfyniadau ymarferwyr a phrofiadau dysgwyr.

1.18. Ychwanegwyd cwestiynau cysylltiedig mewn pum maes allweddol at y cwestiynau ymchwil trosfwaol a nodwyd uchod ar gyfer yr astudiaeth hon. Roedd adolygiad o gyhoeddiadau a llenyddiaeth gysylltiedig, arbenigedd proffesiynol y tîm ymchwil a gweithdy gyda swyddogion polisi Llywodraeth Cymru ym mis Chwefror 2024 wedi cyfrannu at y pum maes allweddol hyn. Diben y cwestiynau hyn oedd cynnig ffocws a chysondeb wrth ddatblygu canllawiau trafod y byddai modd eu defnyddio gydag amrediad o gyfranogwyr. Roedd y pum maes allweddol a'r cwestiynau atodol fel a ganlyn:

Cynllun a strwythur Maes Iechyd a Lles

- Ym mha ffyrdd y caiff y Maes hwn ei gynllunio i gyd-fynd â gwaith ysgolion i ymwreiddio dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol (Llywodraeth Cymru, 2021)?
- Sut caiff y Maes hwn ei strwythuro o fewn ysgolion?
- I ba raddau ac ym mha ffyrdd y caiff y Maes hwn ei gynllunio mewn ffordd sy'n cyd-fynd â'r Canllawiau Iechyd a Lles statudol a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru fel rhan o Fframwaith Cwricwlwm i Gymru (Llywodraeth Cymru, 2020)?

[2] Caiff y term cymuned ymarfer ei ddiffinio fel '*grwpiau o bobl sy'n rhannu pryder neu angerdd dros rywbeth y maent yn ei wneud ac sy'n dysgu sut i'w wneud yn well wrth iddynt ryngweithio yn rheolaidd'* (Wenger-Trayner a Wenger-Trayner, 2015).

Arweinyddiaeth Maes Iechyd a Lles

- Sut caiff y Maes hwn ei arwain a'i gydlynu o fewn ysgolion?
- Sut caiff y dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol ei arwain a'i gydlynu o fewn ysgolion?

Integreiddio a gweithredu Maes Iechyd a Lles

- Sut mae ysgolion wedi integreiddio agweddau/meysydd corfforol, cymdeithasol, emosiynol, gwybyddol a seicolegol feddyliol y Maes hwn?
- Sut mae'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer iechyd a lles wedi cael eu gweithredu a'u hintegreiddio fel rhan o ddarpariaeth/cynlluniau'r cwricwlwm?
- Sut mae ysgolion wedi penderfynu ar wybodaeth, sgiliau a phrofiadau'r cwricwlwm sy'n cael eu cynnwys yn eu Maes a pha dystiolaeth y maent wedi manteisio arni er mwyn cyfrannu at hyn?
- Sut mae ysgolion wedi asesu'r Maes a sut y defnyddir canlyniadau hwn i gyfrannu at gynnydd?

Addysgeg a welir yn y Maes hwn

- Pa addysgeg a welir yn y Maes hwn?
- Sut caiff yr egwyddorion addysgeg eu defnyddio i gyfrannu at ddulliau?
- Pa drefniadau sydd mewn grym i hunanwerthuso neu adolygu'r dulliau ar gyfer addysgu a dysgu a ddefnyddir?

Ymateb i gyfleoedd a heriau

- Pa gyfleoedd a heriau a gyflwynwyd gan y Maes Iechyd a Lles hyd yn hyn?
- Beth yw safbwyntiau ymarferwyr am bwysigrwydd y Maes hwn o'r cwricwlwm a'i effaith sy'n dod i'r amlwg?
- I ba raddau ac ym mha ffyrdd y mae safbwyntiau, profiadau ac arferion yn wahanol ar gyfer gwahanol fathau o ymarferwyr ac ysgolion a pham?
- I ba raddau y mae ymarferwyr yn teimlo eu bod yn meddu ar y sgiliau a'r wybodaeth ofynnol er mwyn gallu integreiddio hyn yn eu haddysgu? Ym mha ffyrdd y maent yn gwneud hynny a pha heriau/cyfleoedd y maent yn eu profi?

- Beth yw anghenion dysgu proffesiynol staff/staff cymorth (mewn ysgolion) yn y Maes hwn? A ydynt yn cael eu bodloni? Os ydynt, sut? Os na, pam ddim?
- Pa gymorth ychwanegol sy'n angenrheidiol er mwyn i'r elfen hon o'r cwricwlwm gael ei gweithredu'n llwyddiannus mewn ysgolion?

2. Methodoleg

2.1. Mae'r bennod hon yn cynnig manylion am y fethodoleg a ddefnyddiwyd yn ystod y gwaith ymchwil. Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth am ddulliau recriwtio, gwaith maes a gynhaliwyd, dulliau dadansoddi a chyfyngiadau'r gwaith ymchwil.

2.2. Mabwysiadwyd dull ymchwil ansoddol ar gyfer yr astudiaeth hon. Un o brif fanteision gwaith ymchwil ansoddol yw ei fod yn caniatáu i ymchwilwyr gael dealltwriaeth fanwl o brofiadau cyfranogwyr a'r cyd-destunau penodol yr oeddent yn gweithio ynddynt. Dewiswyd y dull hwn gan ei fod yn addas er mwyn archwilio'r ffactorau cymhleth sy'n dylanwadu ar gynllunio a gweithgarwch ar lefel ysgol er mwyn cynorthwyo iechyd a lles dysgwyr.

Trosolwg o'r gwerthusiad ffurfiannol

2.3. Nod y gwerthusiad yw asesu'r graddau y mae'r diwygiadau yn gweithio yn ôl y disgwyl ac fel y cânt eu nodi yn Fframwaith Cwricwlwm i Gymru (y Fframwaith) (Llywodraeth Cymru, 2025a). Amcanion y gwerthusiad yw:

- adolygu'r theori newid yn yr Astudiaeth Gwmpasu ar gyfer gwerthuso'r diwygiadau i'r cwricwlwm ac asesu yng Nghymru (Llywodraeth Cymru, 2022a), a gwneud diwygiadau yn ôl yr angen, yn arbennig er mwyn rhoi rhagor o ystyriaeth i degwch o fewn y theori newid
- ystyried y graddau y mae'r mecanweithiau yn y theori newid, a'r gweithgareddau disgwyliedig, yr allbynnau a'r canlyniadau tymor byr/canolig yn cael eu gwireddu yn ôl y disgwyl
- archwilio graddau'r amrywiad rhwng dulliau ar draws ysgolion a darpariaeth arall[3] a disgrifio pa ffactorau a/neu amodau sy'n cefnogi neu'n atal y diwygiadau rhag cael eu gwireddu mewn ffordd effeithiol a pha gymorth ychwanegol y mae ei angen
- archwilio safbwyntiau, arferion a phrofiadau uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn ysgolion a lleoliadau a darpariaeth arall mewn perthynas â

[3] Defnyddir 'Ysgolion' trwy gydol yr adroddiad hwn i gyfeirio at wahanol leoliadau addysgol, gan gynnwys ysgolion cynradd ac uwchradd prif ffrwd, ysgolion pob oed, ysgolion arbennig a lleoliadau addysg heblaw yn yr ysgol (EOTAS), gan gynnwys unedau cyfeirio disgyblion (UCD). Mewn rhai rhannau o'r adroddiad hwn, nodir y math o leoliad addysg yn benodol, er enghraifft wrth nodi gwahaniaethau yn y canfyddiadau.

Chwricwlwm i Gymru, gan gynnwys i ba raddau ac ym mha ffyrdd y mae safbwyntiau, profiadau ac arferion yn amrywio ar gyfer gwahanol fathau o ymarferwyr a lleoliadau, a pham

- archwilio safbwyntiau a phrofiadau dysgwyr mewn ysgolion a lleoliadau a darpariaeth arall mewn perthynas â Chwricwlwm i Gymru, yn ogystal â'u rhieni/gofalwyr, gan gynnwys i ba raddau ac ym mha ffyrdd y mae profiadau yn amrywio ar gyfer gwahanol fathau o ddysgwyr a rhieni/gofalwyr, a pham.
- llunio casgliadau ac amlygu meysydd i'w hystyried ar gyfer polisi ac arfer ar draws y system gyfan er mwyn cefnogi gwireddu'r diwygiadau i'r cwricwlwm ac asesu yn y dyfodol, a'u heffeithiolrwydd, gan sicrhau bod y rhain yn ystyried ehangder y diwygiadau ar draws gwahanol grwpiau rhanddeiliaid, cyd-destunau a lleoliadau yn llawn

Recriwtio a'r sampl

2.4. Estynnwyd gwahoddiad i ysgolion a lleoliadau fynegi diddordeb mewn cymryd rhan mewn un neu fwy o'r astudiaethau ansoddol a gynhaliwyd yn ystod ton gyntaf y gwaith ymchwil fel rhan o'r gwerthusiad ffurfiannol. Rhoddwyd cyhoeddusrwydd i'r cyfle i ymgysylltu â'r gwerthusiad trwy Lywodraeth Cymru (gan gynnwys cylchlythyr Dysg a Hwb), yn ogystal â thrwy gyfrwng partneriaethau a rhwydweithiau ysgol helaeth y partneriaid darparu sy'n sefydliadau addysg uwch ac a oedd yn aelodau o'r tîm gwerthuso. Estynnwyd gwahoddiad i ysgolion a lleoliadau fynegi diddordeb mewn cymryd rhan mewn unrhyw rai o'r bedair astudiaeth ansoddol neu astudiaeth Teithiau Cwricwlwm[4] trwy lenwi ffurflen ar-lein.

2.5. At ei gilydd, mynegodd 71 ysgol ddiddordeb mewn cymryd rhan mewn un o'r astudiaethau ansoddol neu fwy a/neu elfen Teithiau Cwricwlwm y gwerthusiad. Lluniodd tîm recriwtio Ymchwil Arad restr hir o 15 ysgol ar gyfer astudiaeth Maes Iechyd a Lles, ar sail dewisiadau ysgolion ar y datganiad o ddiddordeb, gan sicrhau hefyd bod gwasgariad o ysgolion ar draws hon a'r holl astudiaethau ansoddol. O blith y rhestr o 15 ysgol, aethpwyd ati i recriwtio wyth ysgol i gymryd rhan yn astudiaeth Maes Iechyd a Lles, gan sicrhau amrywiaeth fesul sector

[4] Mae agwedd Teithiau Cwricwlwm y gwerthusiad yn cynnwys astudiaethau achos hydredol o 10 ysgol ar draws Cymru dros gyfnod y gwerthusiad.

(cynradd/uwchradd), fesul rhanbarth (Gogledd, Canol a De, Canol De Cymru a De Ddwyrain Cymru), ac yn ôl cyfrwng iaith.

2.6. Roedd pedair ysgol gynradd a phedair ysgol uwchradd wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth. Fel y nodwyd yn 2.4, cynrychiolwyd y pedwar rhanbarth yng Nghymru yn y sampl. Roedd yr wyth ysgol a oedd wedi cymryd rhan yn cynnwys:

- un ysgol gynradd cyfrwng Cymraeg a dwy ysgol uwchradd cyfrwng Cymraeg; roedd yr ysgolion a oedd yn weddill yn rhai cyfrwng Saesneg
- lleolwyd yr ysgolion ar draws saith awdurdod lleol gan gynnwys cymysgedd o leoliadau trefol a gwledig
- roedd pedair ysgol yn cynnwys canran uwch na'r cyfartaledd cenedlaethol o ddysgwyr sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim ac roedd pedair ysgol yn cynnwys llai na'r canran cyfartalog cenedlaethol[5]
- roedd canran y dysgwyr sydd ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY) yn yr ysgolion yn y sampl yn amrywio o bron i 30% i lai na 5%[6]; mae hyn yn cyfeirio at ganran y dysgwyr sydd â chynllun datblygu unigol (CDU) a gynhelir gan yr ysgol neu gan awdurdod lleol, datganiad addysg anghenion arbennig (AAA), gweithredu gan yr ysgol neu weithredu gan yr ysgol a mwy
- cymysgedd o ysgolion yn ôl maint ar sail niferoedd y dysgwyr, er enghraifft roedd yr ysgol gynradd fwyaf yn cynnwys dros 450 o ddysgwyr ac roedd yr un leiaf yn cynnwys llai na 250 o ddysgwyr

2.7. Cyflwynir crynodeb o'r ysgolion a oedd wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth yn Nhabl 1 isod.

[5] Yn ôl StatsCymru Llywodraeth Cymru (2024b), mae 26.2% o ddisgyblion yng Nghymru yn gymwys i gael prydau ysgol am ddim, sy'n cynnwys y rhai sy'n cael eu hamddiffyn gan fesurau pontio. Yn 2019, cyflwynwyd polisi mesurau amddiffyn wrth bontio y cynllun prydau ysgol am ddim gan Lywodraeth Cymru. Diben y mesurau amddiffyn wrth bontio hyn oedd sicrhau na fyddai dysgwyr yn colli eu hawl i gael prydau ysgol am ddim wrth i'r Credyd Cynhwysol gael ei gyflwyno yng Nghymru tan ddiwedd eu cyfnod yn yr ysgol (er enghraifft addysg gynradd neu uwchradd (Llywodraeth Cymru, 2024c).
[6] Tynnir data ADY/AAA o Gyfrifiad Ysgolion Blynyddol ar lefel Disgyblion (CYBLD) (Llywodraeth Cymru, 2025b). Ni chyhoeddwyd data ar gyfer ysgolion lle y gwelir rhwng un a phedwar dysgwr gyda rhai categorïau ADY/AAA. Ar gyfer yr ysgolion hyn, neilltuwyd gwerth tybiedig o 2 ddysgwr er mwyn gallu sicrhau cyfanswm a chanran y dysgwyr sydd ag ADY/AAA. Roedd gweithrediad y system ADY fesul cam yn mynd rhagddo adeg y lluniwyd yr adroddiad hwn, ac adlewyrchir hyn yn y data CYBLD a ddefnyddiwyd.

Tabl 1: Sampl yr ysgolion yn astudiaeth ansoddol Maes Iechyd a Lles

Rhanbarth	**Cynradd**	**Uwchradd**
Gogledd	Cyfrwng Cymraeg x1	
Canolbarth a Gorllewin		Cyfrwng Saesneg x1
Cyfrwng Cymraeg x1		
Canol De Cymru	Cyfrwng Saesneg x2	Cyfrwng Saesneg x1

Ffynhonnell: Data cynradd a gasglwyd gan yr awduron

Dulliau ymchwil

2.8. Roedd adolygiad llenyddiaeth pen desg wedi cyfrannu at gynllun yr holl ddulliau ymchwil a'r offerynnau cysylltiedig, a manteisiwyd hefyd ar arbenigedd proffesiynol y tîm ymchwil. Roedd gweithdy polisi Llywodraeth Cymru (Chwefror 2024) a'r dull cyffredinol tuag at y gwerthusiad wedi cyfrannu at yr offerynnau a'r dulliau ymchwil.

2.9. Cynhaliwyd trafodaethau grŵp ac unigol gydag uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn ysgolion. Roedd y rhain yn cynnwys trafodaethau lled-strwythuredig am y camau sy'n cael eu cymryd i weithredu Maes Iechyd a Lles, yr amodau neu'r ffactorau sy'n dylanwadu ar y camau hynny, a chanlyniadau'r camau sy'n cael eu cymryd. Mae'r adrannau canlynol yn cynnig manylion pellach am y dulliau ymchwil a ddefnyddiwyd.

Adolygiad llenyddiaeth pen desg

2.10. Bwriad yr adolygiad llenyddiaeth pen desg oedd cyfrannu at y cwestiynau ymchwil a'r themâu, gan gynnig cyd-destun ar gyfer dadansoddi'r data a gasglwyd trwy gyfrwng y gwaith ymchwil. Gan fanteisio ar wybodaeth y tîm ymchwil o'r maes, cynhaliwyd chwiliadau o amrediad o lenyddiaeth polisi ac academaidd.

Trafodaethau lled-strwythuredig

2.11. Roedd croestoriad o wyth ysgol ar draws Cymru wedi cymryd rhan mewn trafodaethau. Cynhaliwyd yr holl drafodaethau ar-lein dros Microsoft Teams. Ar gyfartaledd, roedd y trafodaethau hyn gydag uwch arweinwyr ac ymarferwyr wedi para 60 munud, er bod rhai wedi para 90 munud. Mae modd gweld canllawiau trafod yn Atodiad B.

2.12. Roedd y cyfranogwyr yn cynnwys aelod yr uwch dîm arwain (UDA) sy'n gyfrifol am oruchwylio'r Maes; Arweinydd y Maes (pan oedd hwn/hon yn unigolyn gwahanol); ymarferwyr o wahanol grwpiau blwyddyn; a chynrychiolwyr staff cymorth sy'n ymwneud â'r Maes hwn yn benodol. Roedd yr uwch arweinwyr wedi cynnig trosolwg o arweinyddiaeth, cynllun a strwythur y Maes Iechyd a Lles. Mewn ysgolion cynradd, roedd yr ymarferwyr yn athrawon dosbarth yn bennaf a oedd yn gyfrifol am weithredu'r Maes Iechyd a Lles o ddydd i ddydd. Mewn ysgolion uwchradd, dewiswyd yr ymarferwyr gan yr ysgolion ac roeddent yn cynrychioli croestoriad o athrawon dosbarth ac arweinwyr canol a dynnwyd o amrediad o feysydd cwricwlwm a phwnc.

2.13. Ar draws yr wyth ysgol, cynhaliwyd 14 trafodaeth. Mewn dwy ysgol, trefnwyd un drafodaeth gydag arweinwyr y Maes Iechyd a Lles yn unig ac ni chynhaliwyd unrhyw rai gydag ymarferwyr, o ganlyniad i'r ffaith nad oeddent ar gael. Nodir gwybodaeth bellach am y trafodaethau hyn isod.

2.14. Gan bod natur y gwaith ymchwil yn archwiliadol, mabwysiadwyd dull lled-strwythuredig, a oedd yn cynnig y rhyddid i gyfranogwyr drafod yr hyn yr oeddent yn teimlo ei fod yn bwysig ei rannu. Defnyddiwyd cwestiynau penagored i annog dirnadaeth ddyfnach gan gyfranogwyr ac er mwyn caniatáu i sgyrsiau lifo. Rhoddwyd manylion y prif feysydd i'r cyfranogwyr cyn y trafodaethau er mwyn eu hannog i fyfyrio am, ychwanegu at neu gwestiynu'r prif feysydd hyn ymhellach.

Dadansoddi

2.15. Gwnaethpwyd recordiad sain o'r trafodaethau, fe'u trawsgrifiwyd ac yna, fe'u dadansoddwyd. Cynhyrchwyd gwerth dros 15 awr o drafodaethau wedi'u recordio.

2.16. Ar ddechrau'r cyfnod dadansoddi, cyfarfu tîm ymchwil Maes Iechyd a Lles i gadarnhau'r camau yn y broses ac er mwyn sicrhau cysondeb o ran dull a dehongliad o'r themâu a oedd yn dod i'r amlwg o'r astudiaeth. Mabwysiadwyd dull dadansoddi thematig, gan ddefnyddio ac addasu dull Braun a Clarke (2022), a oedd yn cynnwys proses iteraidd o godio a dadansoddi a oedd yn cynnwys:

- Ymgyfarwyddo â'r data: darllen trawsgrifiadau'r trafodaethau er mwyn egluro dealltwriaeth o'r cyd-destun a'r prif bwyntiau a godwyd yn ystod trafodaethau.
- Creu trosolwg cryno ar gyfer pob ysgol: roedd y rhain yn ystyried eu hymatebion i'r ddau gwestiwn ymchwil. Mewn perthynas â'r cwestiwn ymchwil cyntaf, archwiliwyd eu hymatebion mewn perthynas â'r pum pwnc a thestun neu faes.
- Creu codau cychwynnol: aethpwyd ati i greu codau cychwynnol trwy gyfrwng proses gasgliadol a oedd yn seiliedig ar y cwestiynau ymchwil a phynciau a thestunau a nodwyd yn y canllaw trafod. Dadansoddwyd pob trawsgrifiad yn ei dro. Cynhaliwyd y broses hon ar wahân ar gyfer pob trafodaeth.
- Creu themâu: gan fanteisio ar y codau a nodwyd, bu'r tîm ymchwil yn chwilio am gysylltiadau rhwng y codau hyn, a'u grwpio yn themâu.
- Nodi themâu cyffredin ar draws pob ysgol: pennu'r themâu mwyaf cyffredin a nodedig ar draws y data er mwyn cynnig strwythur ar gyfer yr adroddiad.
- Llunio'r adroddiad: cyflwyno'r themâu mewn naratif rhesymegol a oedd yn rhoi sylw i'r cwestiynau ymchwil. Mewn perthynas â'r cwestiwn ymchwil cyntaf, cyflwynir canfyddiadau o dan y pum maes rhyng-gysylltiedig, i adlewyrchu'r ffaith bod data mwy manwl wedi cael ei gasglu o dan y cwestiwn hwn am weithredoedd ar lefel ysgol mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles. Ar gyfer cwestiwn ymchwil dau, darparwyd gwybodaeth fwy cyfyngedig gan gyfranogwyr am y ffordd y mae ysgolion ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu'r Maes hwn, felly cyflwynir y canfyddiadau o dan un thema.

2.17. Trefnwyd y canllawiau trafod ar gyfer uwch arweinwyr ac ymarferwyr a ddefnyddiwyd yn ystod gwaith maes ar sail pum maes allweddol. Y rhain oedd: i) Cynllun a strwythur Maes Iechyd a Lles; ii) Arweinyddiaeth y Maes; iii) Integreiddio a gweithredu'r Maes; iv) Addysgeg sy'n amlwg yn y Maes hwn; a v) Ymateb i gyfleoedd a heriau.

2.18. Er y gofynnwyd cwestiynau i'r cyfranogwyr a oedd yn ymwneud â'r meysydd allweddol hyn fel rhan o'r trafodaethau lled-strwythuredig, trefnir y canfyddiadau ym Mhennod 3 yn wahanol, i adlewyrchu'r themâu a oedd wedi codi dro ar ôl tro yn ystod y broses ddadansoddi ac er mwyn sicrhau y caiff arferion a phersbectifau uwch arweinwyr ac ymarferwyr eu cynrychioli yn gywir. Cyflwynir y themâu hyn o dan y ddau gwestiwn ymchwil cyffredinol ym Mhennod 3.

Cyfyngiadau

2.19. Mae'r adran hon yn amlinellu cyfyngiadau'r gwaith ymchwil ac mae'n cynnwys sylwebaeth am y cyfyngiadau hyn.

2.20. Er bod cyfansoddiad y sampl yn amrywiol ac yn cynnig safbwyntiau amrywiol, roedd yn fach ac yn hunanddewisol, felly nid yw'r canfyddiadau yn rhai y mae modd eu cyffredinoli. Yn benodol, ni archwiliwyd blaenoriaethau ac anghenion unigryw lleoliadau nad ydynt yn rhai prif ffrwd yn y gwaith ymchwil hwn. Roedd ysgolion wedi gwneud penderfyniad gwirfoddol i ymgysylltu â'r astudiaeth, felly mae'n bosibl bod yr ysgolion mwy 'hyderus' ac sydd â'r capasiti a'r diddordeb mewn cymryd rhan mewn gwaith ymchwil wedi'u cynnwys yn y sampl.

2.21. Roedd y trafodaethau a gynhaliwyd fel rhan o'r gwaith ymchwil hwn yn cynnig ciplun o'r sefyllfa ar adeg benodol, gan gyfyngu ar y gallu i archwilio 'taith' Cwricwlwm i Gymru ysgolion a'u cynnydd gydag amser.

2.22. Yn aml, gwelwyd diffyg manylder yng nghyfraniadau cyfranogwyr ynghylch sut y gwnaethpwyd eu gwaith cynllunio, effaith hyn ar weithredu Cwricwlwm i Gymru, a sut y defnyddiwyd y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig i gynllunio o fewn y Maes. Roedd y cyfyngiadau o ran yr amser a oedd ar gael ar gyfer trafodaethau (roedd y trafodaethau gydag uwch arweinwyr ac ymarferwyr ysgolion wedi para 60 munud ar gyfartaledd) wedi cyfyngu ar y cyfleoedd i ymchwilio i'r rhain ac agweddau eraill ar y cwestiynau ymchwil yn llawn.

2.23. Nid oedd yr ymchwil yn cynnwys lleisiau plant a phobl ifanc, felly nid oedd wedi archwilio Maes Iechyd a Lles y cwricwlwm yn ôl profiad y dysgwyr. Mae hwn yn bwnc a gaiff ei archwilio fel rhan o waith ymchwil arall a gynlluniwyd gyda dysgwyr yn ystod y gwerthusiad ffurfiannol o Gwricwlwm i Gymru.

3. Canfyddiadau

3.1. Mae'r adran hon o'r adroddiad yn cyflwyno canfyddiadau'r gwaith ymchwil mewn perthynas â'r ddau gwestiwn ymchwil ar gyfer yr astudiaeth ansoddol hon:

- Cwestiwn ymchwil 1: Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles yn cael eu gweithredu yn ymarferol?
- Cwestiwn ymchwil 2: Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru?

Cwestiwn ymchwil 1. Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles yn cael eu gweithredu yn ymarferol?

3.2. Trefnir y canfyddiadau mewn perthynas â chwestiwn ymchwil 1 ar sail pedair thema a ddaeth i'r amlwg wrth ddadansoddi'r data a gasglwyd yn ystod trafodaethau gydag uwch arweinwyr ac ymarferwyr. Fel y nodwyd yn 2.16-17, er bod y themâu hyn yn debyg i feysydd allweddol a ddefnyddiwyd i strwythuro'r canllaw i'r pynciau a'r testunau (a nodir yn Atodiad B), maent yn fwy o adlewyrchiad o'r pwyntiau a oedd yn codi dro ar ôl tro yn y dadansoddiad thematig. Y themâu hyn yw:

1. Cyfleoedd a gynigir gan Faes Iechyd a Lles
2. Cynllun a strwythur Maes Iechyd a Lles
3. Addysgeg i gynorthwyo addysgu a chynnydd ym Maes Iechyd a Lles
4. Heriau a wynebwyd gan ysgolion a oedd yn gysylltiedig â Maes Iechyd a Lles

3.3. Ar yr adeg hon ar y daith o weithredu Cwricwlwm i Gymru, ac o ystyried y ffaith bod ysgolion yn cael eu hannog i ddatblygu cwricwlwm sy'n addas i'w hanghenion a'u cyd-destun, roedd hi'n anochel y byddai amrywiadau rhwng yr ysgolion o ran y ffordd y maent yn gweithredu Maes Iechyd a Lles. Yn ogystal, fel y nodwyd yn y Fethodoleg, roedd cyfyngiadau amser y trafodaethau gydag uwch arweinwyr ac ymarferwyr ysgolion wedi cyfyngu ar y cyfleoedd i ymchwilio'n ddwfn ar draws pob thema. Felly, mae'r manylion yn gyfyngedig mewn rhai o'r canfyddiadau.

Thema 1: Cyfleoedd a gynigir gan Faes Iechyd a Lles

Trosolwg

Roedd yr holl ysgolion a gyfrannodd at yr ymchwil yn croesawu'r ffaith bod Maes Iechyd a Lles wedi cael ei gynnwys fel rhan o Gwricwlwm i Gymru. Nododd pob ysgol bod iechyd a lles yn flaenoriaeth yng nghynllun datblygu eu hysgol a'i fod yn rhan ganolog o'u gweledigaeth ar gyfer y cwricwlwm.

Roedd rhai uwch arweinwyr yn gwerthfawrogi'r cyfle i gynllunio cwricwlwm sy'n ymateb yn well i flaenoriaethau a chyd-destun eu hysgol, ac i anghenion eu dysgwyr.

Roedd cyflwyno'r Maes hwn wedi galluogi nifer o ysgolion i ddatblygu gwaith blaenorol a wnaethpwyd i gynorthwyo iechyd a lles dysgwyr, gan drefnu'r ddarpariaeth ar sail y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig yn Fframwaith Cwricwlwm i Gymru.

Roedd y trafodaethau wedi datgelu bod pob ysgol yn datblygu dull holistaidd tuag at gynorthwyo iechyd a lles, gan gynnwys iechyd a datblygiad y corff, iechyd meddwl a llesiant cymdeithasol ac emosiynol.

- ym mhob ysgol gynradd, roedd Iechyd a Lles yn cael ei integreiddio yn y cwricwlwm ehangach, ac yn cael ei ymwreiddio fel rhan o bynciau a thestunau, yn hytrach na chael ei addysgu fel Maes ar wahân
- cyfeiriodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o'r holl ysgolion uwchradd at gynllunio cwricwlwm Iechyd a Lles integredig, gan hyrwyddo'r rhyng-gysylltiadau rhwng gwahanol agweddau o'r Maes

Adroddodd ysgolion bod datblygu eu cwricwlwm Iechyd a Lles eu hunain wedi dechrau cael effaith ar addysgu a dysgu ac ar amgylchedd ehangach yr ysgol yn y ffyrdd canlynol:

- roedd wedi codi statws y Maes hwn ac mewn rhai achosion, roedd wedi arwain at fwy o amser yn cael ei neilltuo i iechyd a lles
- adroddodd ysgolion y bu mwy o ddulliau yn seiliedig ar dystiolaeth wrth gyflwyno darpariaeth iechyd a lles: adroddodd hanner yr ysgolion yn y sampl eu bod yn defnyddio eu data Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) i gyfrannu at y gwaith o gynllunio'r cwricwlwm er mwyn sicrhau bod anghenion dysgwyr yn cael eu hadlewyrchu mewn addysgu a dysgu.
- nododd uwch arweinwyr yn aml bod cyflwyno'r Maes hwn yn cael effaith gadarnhaol ar ddealltwriaeth dysgwyr o'u hiechyd a'u lles eu hunain, ar allu dysgwyr i fynegi

problemau pan fyddent yn codi, ac ar wybodaeth dysgwyr o sut a ble i fanteisio ar gymorth

- roedd cyflwyno'r Maes hwn o'r cwricwlwm wedi cynnig cyfleoedd datblygiad proffesiynol ychwanegol i ymarferwyr ac arweinwyr mewn rhai ysgolion, gan gynnwys cyfleoedd i fynychu cyrsiau a rhwydweithiau, ac i ymgymryd â rolau arwain ychwanegol mewn perthynas ag iechyd a lles

Nododd rhai ysgolion cynradd ac uwchradd bod eu gwaith i gynllunio Maes Iechyd a Lles yn cyd-fynd â'u hymdrechion i ddatblygu cydberthnasoedd a chysylltiadau cymunedol cadarn fel rhan o waith a oedd yn ymwneud â menter Ysgolion Bro.

3.4. O dan y thema hon, cyflwynir canfyddiadau isod am yr hyn a fu'n gyfleoedd a ddarparwyd trwy gyflwyno'r Maes cwricwlwm hwn ym marn yr ysgolion.[7]

3.5. Roedd pob ysgol yn y sampl yn croesawu'r cam o ychwanegu Iechyd a Lles fel Maes o fewn y cwricwlwm ac roeddent o'r farn bod hon yn flaenoriaeth allweddol ac yn rhan ganolog o gynllun datblygu eu hysgol a'u gweledigaeth ar gyfer y cwricwlwm. Mae'r enghreifftiau isod yn dangos sut yr oedd rhai uwch arweinwyr wedi mynegi'r farn bod iechyd a lles wedi dod yn rhan ganolog o ffordd o feddwl a gwaith cynllunio ysgolion.

> "Mae lles wir wedi cael ei ymwreiddio yn ein diwylliant yma yn ein hysgol. Mae'n rhedeg trwy bopeth a wnawn ac mae wastad wrth wraidd ein holl arfer a'n syniadau. Ac mae wastad yn dod yn ôl i iechyd a lles i bawb." (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)
>
> "Rydym yn defnyddio iechyd a lles, 'fy lles', fel y sbardun ar gyfer y cwricwlwm newydd." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.6. Mae canllawiau statudol Cwricwlwm i Gymru (Llywodraeth Cymru, 2024a) yn rhan o'r Fframwaith. Penderfynir ar y Fframwaith ar lefel genedlaethol ac mae'n cynnwys gofynion y cwricwlwm a nodir mewn deddfwriaeth a chanllawiau ategol i ysgolion i'w defnyddio wrth gynllunio eu cwricwlwm (Llywodraeth Cymru, 2024d). Mewn rhai ysgolion, roedd uwch arweinwyr ac ymarferwyr yn gwerthfawrogi'r hyn a oeddent yn ei ystyried yn gyfle i gynllunio cwricwlwm sy'n ymateb i'w cyd-destun ac i anghenion dysgwyr, gan adlewyrchu gofynion Fframwaith Cwricwlwm i Gymru.

[7] Ym mhenodau Canfyddiadau a Chasgliadau yr adroddiad hwn, defnyddir y termau 'ysgolion' a 'chyfranogwyr' ar adegau i gyflwyno canfyddiadau sy'n adlewyrchu lleisiau cyfunol yr holl rai a oedd wedi cymryd rhan mewn trafodaethau, gan gynnwys uwch arweinwyr, ymarferwyr a staff cymorth.

3.7. Nododd uwch arweinwyr yn yr ysgolion hyn bod dewis yr hyn a addysgir ar gyfer y Maes hwn wedi eu galluogi i alinio’r cwricwlwm yn well er mwyn adlewyrchu blaenoriaethau eu hysgol. Er enghraifft, manteisiodd ysgol gynradd ar y cyfle i gynllunio’r Maes cwricwlwm mewn ffordd a oedd yn adlewyrchu eu huchelgais i feithrin cydberthnasoedd gwych gyda dysgwyr, ymarferwyr a rhieni/gofalwyr, ac roeddent o’r farn bod hyn yn hanfodol er mwyn cynorthwyo iechyd a lles. Nododd uwch arweinwyr ac ymarferwyr ar draws yr holl ysgolion hefyd y cyfleoedd a gynigiwyd trwy alinio datblygiad Maes Iechyd a Lles gyda’r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol (gweler Thema 2 am fanylion pellach).

3.8. I nifer o ysgolion, roedd y cyfleoedd a gynigiwyd trwy Gwricwlwm i Gymru wedi eu galluogi i ddatblygu gwaith a wnaethpwyd eisoes gyda dysgwyr i gynorthwyo eu hiechyd a’u lles. Er enghraifft, roedd ysgolion yn gwneud hyn trwy gynnwys digwyddiadau presennol, pynciau a thestunau a themâu a oedd yn berthnasol i’r datganiadau o’r hyn sy’n bwysig ar gyfer Maes Iechyd a Lles yn y cwricwlwm, a oedd yn ddiddorol i’r dysgwyr. Yn aml, roedd trafodaethau gyda dysgwyr a’r ddirnadaeth a sicrhawyd wedi cyfrannu at hyn, ac wedi galluogi ysgolion i ailystyried eu polisïau sy’n ymwneud ag iechyd a lles a chynllunio cwricwla mwy priodol.

> “Gallwn gynllunio rhywbeth sy’n ymateb i anghenion ein dysgwyr ac nid maes llafur cenedlaethol y mae’n rhaid i bawb ei ddilyn. Mae’n unigryw i ni ac mae’n braf iawn cael y cyfle i fod yn greadigol.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.9. Roedd pob ysgol wedi manteisio ar y cyfle i ddatblygu dull holistaidd o gefnogi iechyd a lles, gan gynnwys iechyd a datblygiad y corff, iechyd meddwl a lles cymdeithasol ac emosiynol, fel y nodir yn Fframwaith Cwricwlwm i Gymru.

3.10. Mewn ysgolion cynradd, integreiddiwyd Iechyd a Lles yn y cwricwlwm ehangach, ac fe’i ymwreiddiwyd fel rhan o bynciau a thestunau, yn hytrach na chael ei addysgu fel Maes ar wahân. Roedd yr enghreifftiau yn cynnwys cysylltu addysg gorfforol (AG) a datblygiad corfforol gyda rhifedd a datblygiad personol, cymdeithasol ac emosiynol; a chysylltu lles meddyliol gyda chelf a cherddoriaeth a llythrennedd digidol.

> “Mae ein cydlynwyr MDaPh Iechyd a Lles – maent yn cydweithio gyda’r cydlynwyr llythrennedd, rhifedd a chymhwysedd digidol er mwyn sicrhau bod hyn i gyd yn cael ei gyfuno, bod gwaith cynllunio yn bwrpasol ac yn effeithiol.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.11. Yn ogystal, cyfeiriodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o bob ysgol uwchradd at y dulliau holistaidd ac integredig er mwyn cynorthwyo iechyd a lles. Nodont bod sylw

agosach bellach yn cael ei roi o dan Gwricwlwm i Gymru at agweddau mwy gwybyddol ar lesiant, (‘gwneud penderfyniadau’, ‘datrys problemau’ a ‘ffactorau cymdeithasol’), law yn llaw â’r agweddau corfforol yr oeddent wedi canolbwyntio arnynt yn flaenorol. Amlygodd uwch arweinwyr mewn ysgolion uwchradd bod mwy o ffocws nawr ar y ffordd y mae dysgwyr yn rhyngweithio gydag eraill a pha mor effeithiol y maent yn dangos empathi a chymorth i’w cymheiriaid, fel rhan o wersi iechyd a lles.

3.12. Dangosir hyn yn enghraifft un ysgol uwchradd, yn y ffordd yr oedd yr ysgol wedi cynllunio ei darpariaeth i ddatblygu lefelau iechyd a lles corfforol, emosiynol, deallusol a chymdeithasol da. Roedd yr ysgol hon wedi trefnu’r ddarpariaeth o dan dair elfen ar wahân ond rhyng-gysylltiedig:

- gwersi iechyd a lles corfforol, a oedd yn canolbwyntio ar feithrin sgiliau sy’n gwella iechyd corfforol, lefelau ffitrwydd a lles
- gwersi iechyd a lles holistaidd, a oedd yn ceisio codi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl, a lles emosiynol, deallusol a chymdeithasol
- Iechyd a lles maethol, a oedd yn cynorthwyo dysgwyr i ddeall pwysigrwydd bwyd a maeth i les gydol oes

3.13. Addasodd yr ysgol ei hamserlen er mwyn sicrhau cydbwysedd priodol rhwng yr agweddau gwahanol hyn ar iechyd a lles. Er nad oedd pob ysgol yn y gwaith ymchwil wedi cynnwys technoleg bwyd fel rhan o Faes Iechyd a Lles,[8] esboniodd yr uwch arweinydd yn yr ysgol hon bod manteision i’r dysgwyr gan eu bod yn gallu deall sut y mae gwahanol elfennau iechyd a lles yn gysylltiedig ac yn rhyng-ddibynnol.

> “Roeddem yn dymuno clymu’r dair elfen ynghyd, fel bod dysgwyr yn gweld y cysylltiadau rhyngddynt. Nid oedd hyn wedi digwydd dros nos – nid oedd y dysgwyr wedi gweld y cysylltiadau yn y lle cyntaf, ond maent yn eu gweld erbyn hyn. Mae’r dull newydd yn golygu bod dysgwyr yn deall pethau mewn ffordd fwy holistaidd. Rydym yn dymuno iddynt ffurfio mwy o gysylltiadau o fewn Iechyd a Lles a gweld cysylltiadau rhwng deiet, lles, egni, gwydnwch.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.14. Soniodd nifer o uwch arweinwyr ar draws yr ysgolion am y dulliau yr oeddent wedi’u mabwysiadu i integreiddio’r Maes yn eu hamserlenni yn ffurfiol, trwy ddatblygu

[8] Mae canllawiau sy’n ymwneud â Maes Iechyd a Lles fel rhan o Fframwaith Cwricwlwm i Gymru yn defnyddio’r termau ‘deiet a maeth’. Mae tystiolaeth a gasglwyd gan ysgolion yn dynodi bod ‘technoleg bwyd’ yn derm cyffredin a ddefnyddir o hyd (Llywodraeth Cymru, 2020).

gwersi lles, neu wneud lle o fewn yr amserlen i ganolbwyntio ar bynciau a thestunau penodol yn rheolaidd, er enghraifft ymwybyddiaeth ofalgar a maeth. Pwysleisiodd ymarferwyr ac uwch arweinwyr y ffaith bod amser neilltuedig ar gyfer Maes Iechyd a Lles wedi codi ei statws o fewn eu hysgolion. Adroddodd rhai uwch arweinwyr hefyd y bu cynnydd yng nghyfanswm yr amser dysgu ac addysgu a oedd yn cael ei neilltuo ar gyfer iechyd a lles i ddysgwyr.

3.15. Esboniodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn rhai ysgolion cynradd ac uwchradd sut yr oedd Maes Iechyd a Lles wedi cynnig cyfleoedd iddynt ddefnyddio arolygon a setiau data allanol. Adroddodd pedair ysgol eu bod yn defnyddio data SHRN[9] ar gyfer eu hysgol nhw er mwyn cyfrannu at y gwaith o gynllunio'r cwricwlwm, fel ei fod yn adlewyrchu safbwyntiau a phrofiadau eu dysgwyr; "Mae SHRN yn cyflawni rôl bwysig yn yr hyn a wnawn – rydym yn ymateb i'r data y byddwn yn ei gasglu" (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd). Adroddodd ysgolion bod y data hwn hefyd yn cynnig tystiolaeth gymharol er mwyn deall anghenion eu dysgwyr nhw law yn llaw ag eraill yn eu hardal ac ar lefel genedlaethol. Disgrifiodd un uwch arweinydd mewn ysgol gynradd sut y maent yn defnyddio arolwg Agweddau Disgyblion at eu Hunain a'r Ysgol (PASS)[10] (Consortiwm Ymchwil Canlyniadau Plant, 2025) ac yn llenwi arolwg dysgwyr a staff KiVa[11] (KiVa, 2025) bob blwyddyn; fodd bynnag, nid oedd yr ysgol wedi gwneud unrhyw newidiadau sylweddol wrth ymateb i ganfyddiadau'r arolwg gan bod y canlyniadau wedi bod yn gadarnhaol ar y cyfan.

3.16. Roedd cyflwyno Maes Iechyd a Lles wedi cynnig cyfleoedd ar gyfer datblygiad proffesiynol a dysgu proffesiynol ychwanegol ar gyfer ymarferwyr ac arweinwyr. Mewn rhai ysgolion, roedd hyn yn cynnwys cyfleoedd arwain newydd yn cael eu cynnig i staff trwy, er enghraifft, gynnig rôl Cyfrifoldeb Addysgu a Dysgu (CAD) neu rôl rheoli uwch i gydlynu iechyd a lles. O ran dysgu proffesiynol, rhoddwyd enghreifftiau o gyrsiau yr oedd ymarferwyr wedi eu mynychu, ynghyd â

---

[9] Mae SHRN yn bartneriaeth polisi-arfer-ymchwil rhwng Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, a Phrifysgol Caerdydd. Nod SHRN yw gwella iechyd a lles pobl ifanc yng Nghymru trwy weithio gydag ysgolion cynradd ac uwchradd i sicrhau a defnyddio tystiolaeth o ansawdd da er mwyn gwella iechyd. Dosbarthir Arolwg Iechyd a Lles Ysgol SHRN a Holiadur Amgylchedd Ysgol SHRN bob dwy flynedd a rhoddir adroddiad pwrpasol ar lefel ysgol i ysgolion sy'n cwblhau'r rhain, sy'n cynnwys data am iechyd a lles eu dysgwyr (SHRN, 2025).

[10] Mae PASS yn arolwg hunanwerthuso i ddysgwyr sy'n gallu sicrhau dirnadaeth o agweddau y gallent fod yn rhwystr sy'n atal pobl rhag dysgu. Mae'n archwilio materion ynghylch sut y mae dysgwyr yn teimlo am yr ysgol, am hyder, gwydnwch a dieithrio.

[11] Mae KiVa yn rhaglen gwrthfwlio sy'n cynnig arolwg blynyddol i ddysgwyr a staff, gan gynnig adborth i ysgolion am y ffordd y gallant wella eu gwaith gwrthfwlio.

gweithgarwch ehangach i'w cynorthwyo wrth iddynt weithredu Maes Iechyd a Lles. Roedd hyn yn cynnwys cyrsiau yr oedd ymarferwyr wedi eu mynychu mewn nifer o ysgolion, gan gynnwys cyrsiau yn ymwneud â chasineb at fenywod a chymorth er mwyn bod yn ymarferydd sy'n ymwybodol o arferion yn seiliedig ar drawma. Disgrifiodd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd sut y datblygwyd 'cymuned ddysgu broffesiynol' lle y bu ymarferwyr o wahanol ysgolion yn trafod strategaethau i gynorthwyo iechyd a lles, gan ddysgu gan arfer effeithiol a gweithgareddau nad oeddent wedi gweithio gystal mewn cyd-destunau amrywiol. Trafodir dysgu proffesiynol ymhellach o dan Thema 3 yn yr adran hon ac yng Nghwestiwn Ymchwil 2.

3.17. Nododd rhai ysgolion cynradd ac uwchradd bod eu gwaith ynghylch iechyd a lles yn cysylltu â'u hymdrechion i feithrin cydberthnasoedd a chysylltiadau cymunedol cadarn. Adroddodd dwy ysgol gynradd a dwy ysgol uwchradd bod y pwyslais cynyddol a roddir gan Lywodraeth Cymru ar Ysgolion Bro[12], a'r gweithgarwch ymgysylltu gyda chymunedau ac asiantaethau allanol er mwyn ymateb i hyn, yn cyd-fynd â Maes Iechyd a Lles. Mewn un ysgol gynradd, esboniodd uwch arweinydd bod y gweithgarwch ymgysylltu â'r gymuned yn cynnwys Wythnos Lles ddwywaith y flwyddyn, lle y mae rhieni/gofalwyr a phartneriaid allanol yn cymryd rhan mewn gweithgareddau megis coginio, myfyrio a dawns. Mewn ysgol gynradd arall, dysgwyd dysgwyr sut i gynllunio prydau maethlon i'w gweini mewn lle cymunedol fel rhan o waith Ysgolion Bro yr ysgol. Esboniodd uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd eu bod yn ymestyn cyfleoedd i asiantaethau allanol ddefnyddio cyfleusterau'r ysgol er mwyn cynnig cymorth i deuluoedd, gan ddatblygu'r ysgol fel man canolog ar gyfer y gymuned wrth ymateb i ganllawiau Llywodraeth Cymru ynghylch Ysgolion Bro.

> "Rydym yn dymuno cael ein hadnabod fel Ysgol Fro, felly rydym yn agor ein drysau er mwyn caniatáu i'r aml-asiantaethau hyn ddefnyddio'r cyfleusterau [a] chynorthwyo ein teuluoedd. Mae creu diwylliant lle'r ydym wrth galon y gymuned yn nod fawr iawn i ni." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.18. Yn gyffredinol, nododd y sampl bach hwn o ysgolion bod ymarferwyr wedi croesawu'r cam o gyflwyno Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru. Adroddodd uwch arweinwyr ar draws y sampl bod arwyddion bod cyflwyno'r Maes

[12] Mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i ddatblygu Ysgolion Bro yng Nghymru sy'n: meithrin partneriaethau cryf gyda theuluoedd; ymateb i anghenion eu cymuned; a chydweithio'n effeithiol gyda gwasanaethau eraill. Cyhoeddwyd canllawiau i gynorthwyo datblygiad Ysgolion Bro yng Nghymru (Llywodraeth Cymru, 2022b).

hwn yn cael effaith gadarnhaol ar amgylchedd yr ysgol ac ar ddealltwriaeth dysgwyr o sut i fynegi problemau mewn perthynas â’u hiechyd a’u lles pan fyddant yn codi, a sut a ble i fanteisio ar gymorth.

> “Credaf ...pe baech chi wedi cerdded i mewn i’n hysgol bum mlynedd yn ôl... ac yna pe baech yn cerdded i mewn nawr, byddech yn gweld y gwahaniaeth y mae gweithio ar Faes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles wedi ei gael...pan fyddwch yn cerdded o gwmpas yr ysgol, byddwch yn gweld plant hapus, yr amrywiaeth eang honno o alluoedd, profiadau sy’n cael eu bodloni ar y lefel gywir a bod y staff yn gadarnhaol ac yn hapus.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

Thema 2: Cynllun a strwythur Maes Iechyd a Lles

Trosolwg

Adroddodd pob ysgol yn y sampl bod y broses o gynllunio Maes Iechyd a Lles wedi cynnwys adolygu ac archwilio'r ddarpariaeth flaenorol. Defnyddiwyd datganiadau o'r hyn sy'n bwysig yn helaeth gan ysgolion i gynorthwyo wrth gynllunio'r cwricwlwm, er yr adroddodd rhai ysgolion y byddent wedi cael budd o gael mwy o ganllawiau cychwynnol ynghylch dulliau wrth gynllunio yn y Maes hwn.

Nododd uwch arweinwyr yn gyson eu bod yn canolbwyntio ar sicrhau bod Maes Iechyd a Lles yn cael ei gynllunio i fodloni anghenion pob dysgwr, gan gynnwys dysgwyr sydd ag ADY a dysgwyr y mae gofyn iddynt gael cymorth gwahaniaethol. Roedd ysgolion yn croesawu'r hyblygrwydd yr oedd Cwricwlwm i Gymru wedi ei roi er mwyn eu galluogi i fabwysiadu dull wedi'i deilwra er mwyn ymateb i anghenion a chyd-destun eu dysgwyr.

Y ffactorau cyffredin y cyfeiriwyd atynt gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr a oedd yn teimlo bod eu hysgol yn sicrhau cynnydd wrth ymateb i anghenion dysgwyr o ganlyniad i gynllun Maes Iechyd a Lles oedd:

- darparu cymysgedd o brofiadau dysgu mewn amgylchedd cefnogol ac ysgogol
- yr angen am athrawon a staff cymorth sy'n meddu ar y sgiliau a'r profiad i fod yn gallu cynllunio a gweithredu cwricwlwm wedi'i deilwra sy'n cynorthwyo lles dysgwyr
- pwysigrwydd sefydlu prosesau adolygu a gwerthuso yn yr ysgol er mwyn cynorthwyo gwelliannau parhaus yng nghynllun y cwricwlwm ac wrth ei weithredu

Adroddodd pob ysgol eu bod wedi manteisio ar safbwyntiau dysgwyr er mwyn cyfrannu at y gwaith o gynllunio'r cwricwlwm yn y Maes hwn; adroddodd ysgolion bod hyn wedi helpu i sicrhau bod addysgu a dysgu yn y Maes hwn yn berthnasol a'i fod yn cynorthwyo gweithgarwch ennyn diddordeb dysgwyr.

Roedd strwythur Maes Iechyd a Lles yn unigryw i bob ysgol, gan adlewyrchu eu cyd-destun a'u hamgylchiadau lleol.

Daeth darlun anghyson i'r amlwg o'r trafodaethau gydag ysgolion ynghylch gweithio mewn clystyrau. Adroddodd rhan fwyaf yr ysgolion cynradd yn y sampl, lle'r oedd cydweithio wedi digwydd, bod hyn yn digwydd rhwng gwahanol ysgolion cynradd ac nad oedd fel arfer yn cynnwys ysgolion uwchradd. I'r gwrthwyneb, nododd pob ysgol uwchradd bod rhywfaint o drafodaeth a gwaith clwstwr wedi digwydd gydag ysgolion cynradd yn eu clwstwr.

Nododd rhai ysgolion mai'r prif rwystrau a oedd yn atal gwaith ar ffurf clystyrau yn y Maes hwn oedd y ffaith nad oedd amserlenni a phrosesau ar gyfer cynllunio'r cwricwlwm yn cyd-fynd yn llawn; cyfeiriodd rhai ysgolion uwchradd hefyd at yr heriau sy'n gysylltiedig â chydlynu cydweithio ar draws niferoedd mawr o ysgolion cynradd sy'n eu bwydo.

Roedd arweinyddiaeth Maes cwricwlwm Iechyd a Lles yn unigryw i bob ysgol. Er gwaethaf gwahaniaethau rhwng strwythurau arwain, roedd cydnabyddiaeth eang ar draws y sampl o'r angen am ddull ar y cyd er mwyn cynorthwyo'r Maes hwn o fewn y cwricwlwm, ac anogwyd arweinyddiaeth wasgaredig.

Ym mhob ysgol, dywedodd uwch arweinwyr eu bod wedi ceisio cynllunio Maes Iechyd a Lles i gyd-fynd â'u dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Roedd nifer o'r arferion a ddisgrifiwyd gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr trwy gydol yr ymchwil yn amlygu aliniad rhwng gwaith cynllunio, addysgu a dysgu yn y Maes Iechyd a Lles a darparu eu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Adroddodd ysgolion bod aelod o'r UDA wedi arwain y dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol ac mai hwn oedd yr unigolyn oedd â throsolwg o Faes Iechyd a Lles fel arfer.

Nododd rhai ysgolion cynradd ac uwchradd eu bod yn sicrhau bod cyfleoedd i uwch arweinwyr, athrawon a staff cymorth gydweithio a gwneud gwaith cynllunio ar y cyd, gan sicrhau bod y Maes yn cyd-fynd â'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, a bod data a gwybodaeth ynghylch lles dysgwyr yn cyfrannu at gynllun y cwricwlwm.

3.19. O dan y thema hon, cyflwynir canfyddiadau mewn perthynas â chynllun y Maes cwricwlwm; ei strwythur o fewn yr ysgolion; cynllunio ar draws clystyrau ysgolion; arweinyddiaeth y Maes ac aliniad gyda'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol.

Cynllun Maes Iechyd a Lles

3.20. Adroddodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn rhai ysgolion eu bod wedi disgwyl y byddent yn cael canllawiau am yr hyn i'w gynnwys yn y Maes cwricwlwm hwn nes y daeth yn glir y byddai angen iddynt gynllunio hwn eu hunain. Er eu bod yn deall bod hyn yn nodwedd o Fframwaith Cwricwlwm i Gymru, roeddent er hyn yn teimlo y byddent wedi cael budd o gael mwy o ganllawiau cychwynnol ynghylch dulliau er mwyn cynllunio gwaith yn y Maes hwn. Nododd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr hefyd y byddent yn croesawu adborth a chyngor ynghylch y dull yr oeddent wedi ei

ddatblygu tuag at Faes Iechyd a Lles yn y dyfodol. Roedd uwch arweinwyr ym mhob ysgol uwchradd yn teimlo y dylai manylebion TGAU fod wedi cael eu datblygu cyn iddynt gychwyn ar y broses o gynllunio cwricwlwm Blwyddyn 7 i Flwyddyn 9.

3.21. Adroddodd pob ysgol bod y broses o gynllunio Maes Iechyd a Lles wedi cynnwys adolygu ac archwilio'r ddarpariaeth bresennol. Nododd un ysgol uwchradd eu bod yn teimlo nad oedd unrhyw ddisgwyliad i gael gwared ar bopeth yr oeddent yn ei wneud yn flaenorol, ond y dylid gwerthuso a oedd eu cwricwlwm presennol yn addas i'r diben a nodi ffyrdd y byddai modd ei addasu. Adroddodd pob ysgol eu bod wedi diweddaru'r hyn a addysgir er mwyn adlewyrchu gofynion y Fframwaith. Mewn rhai achosion, roedd hyn yn adlewyrchu ymateb i anghenion tybiedig dysgwyr a oedd yn profi heriau wrth addasu a phontio yn ôl i'r ysgol yn dilyn pandemig COVID-19. Defnyddiwyd datganiadau o'r hyn sy'n bwysig yn helaeth hefyd yn y broses hon. Roedd rhai o'r ysgolion wedi gweld bod hyn wedi cymryd cryn amser ond roeddent o'r farn ei fod yn ymarfer gwerthfawr a oedd wedi eu galluogi i symud ymlaen gyda gweithrediad Cwricwlwm i Gymru.

3.22. Nododd pob ysgol bod y broses o gynllunio Maes cwricwlwm Iechyd a Lles wedi arwain at gydnabod yr angen i gynnig ehangder o wahanol 'brofiadau corfforol' i ddysgwyr. Roedd enghreifftiau o ddatblygiadau a gyflwynwyd gan ysgolion cynradd fel rhan o'u cwricwlwm Iechyd a Lles newydd yn cynnwys sesiynau ioga a dawns yn yr ysgol i ddysgwyr, gwahodd partneriaid allanol (megis clybiau pêl-droed proffesiynol lleol) i arwain sesiynau sgiliau gyda dysgwyr a threfnu ymweliadau i brofi cyfleusterau chwaraeon arbenigol yn y gymuned leol. Roedd enghreifftiau gan ysgolion uwchradd yn cynnwys cymryd rhan mewn cystadlaethau chwaraeon y tu allan i'r ysgol a datblygu amrediad o weithgareddau newydd megis sesiynau ymwybyddiaeth ofalgar yn yr awyr agored, gwyddbwyll a badminton.

Diwallu anghenion pob dysgwr trwy gynllun y cwricwlwm

3.23. Nododd uwch arweinwyr yn gyson eu bod yn canolbwyntio ar sicrhau bod Maes Iechyd a Lles yn cael ei gynllunio i ddiwallu anghenion pob dysgwr, gan gynnwys dysgwyr sydd ag ADY a dysgwyr y mae gofyn iddynt gael cymorth gwahaniaethol. Yn yr ysgolion hyn, soniodd uwch arweinwyr am fanteision dull mwy holistaidd wrth gynllunio'r cwricwlwm i ddysgwyr, sy'n cydnabod y rhyngweithio rhwng agweddau corfforol, meddyliol ac emosiynol llesiant. Mewn un ysgol uwchradd, daeth staff ar

draws y Maes ynghyd i gynllunio agweddau AG[13], maeth ac iechyd a lles holistaidd ar y cwricwlwm ar y cyd, er mwyn adlewyrchu gwahanol anghenion dysgwyr wrth iddynt symud trwy Flwyddyn 7 i Flwyddyn 9.

3.24. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion yn croesawu'r hyblygrwydd yr oedd Cwricwlwm i Gymru wedi ei gynnig i gynllunio Maes Iechyd a Lles mewn ffordd a oedd yn ceisio bodloni anghenion dysgwyr. Isod, rhoddir enghreifftiau o'r camau a gymerwyd mewn cyd-destunau ysgol penodol, fodd bynnag, cyfeiriodd y rhai a nododd bod eu hysgol yn sicrhau cynnydd wrth gynllunio eu cwricwlwm Iechyd a Lles mewn ffordd sy'n helpu i fodloni anghenion dysgwyr, at nifer o ffactorau neu alluogwyr cyffredin: yn gyntaf, yr angen i ystyried, wrth gynllunio'r cwricwlwm, sut i sicrhau amgylchedd dysgu cefnogol ac ysgogol er mwyn cynorthwyo Iechyd a Lles; yn ail, yr angen am staff sy'n meddu ar y gallu i gynllunio dulliau wedi'u teilwra neu wahaniaethol ar gyfer grwpiau penodol o ddysgwyr, yn ogystal â gwybodaeth am anghenion dysgwyr er mwyn gallu gwneud hyn yn dda; ac yn drydydd, pwysigrwydd sefydlu prosesau adolygu a gwerthuso o fewn Maes Iechyd a Lles er mwyn cynorthwyo gwelliannau parhaus yng nghynllun a gweithrediad y cwricwlwm.

3.25. Adroddodd uwch arweinwyr yn y rhan fwyaf o ysgolion cynradd eu bod yn defnyddio dulliau gwahaniaethol ar gyfer grwpiau penodol o ddysgwyr o fewn y ddarpariaeth Iechyd a Lles ond hefyd fel rhan o Feysydd eraill.

3.26. Esboniodd un ysgol gynradd eu bod yn darparu sesiynau i grwpiau cymysg o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 1, 2 a 3 bob wythnos, a bod iechyd a lles yn ffocws rheolaidd y sesiynau wythnosol hyn. Bob wythnos, roedd y grwpiau yn gymysg ac addysgwyd y dysgwyr gan wahanol athrawon. Awgrymodd yr uwch arweinydd bod y dull hwn yn cynnig manteision i ddysgwyr o ran cynnig gwahanol brofiadau dysgu, gan feithrin annibyniaeth wrth eu tynnu oddi wrth eu cymheiriaid a'u hannog i ddysgu gyda disgyblion sydd mewn grwpiau oedran eraill.

3.27. Nododd uwch arweinydd arall mewn ysgol gynradd bod y defnydd a wneir o ardaloedd allanol yn yr ysgol ac yn y gymuned leol yn allweddol wrth gynllunio'r Maes hwn o fewn y cwricwlwm. Esboniodd yr uwch arweinydd hwn eu bod nhw a'u cydweithwyr wedi nodi amrediad o weithgareddau a lleoliadau yr oedd dysgwyr yn eu mwynhau ac yr oeddent yn cynorthwyo eu dysgu a'u lles.

[13] Roedd addysg gorfforol neu 'AG' yn derm cyffredin a ddefnyddiwyd gan ymarferwyr ac uwch arweinwyr ar draws yr astudiaeth. Nid yw hyn yn adlewyrchu terminoleg Cwricwlwm i Gymru, sy'n cyfeirio at "weithgareddau corfforol, gan gynnwys chwaraeon a gweithgareddau eraill".

> “Rydym yn defnyddio’r coetiroedd a’r coedwigoedd yn yr ardal ac mae gennym ein gardd gudd ein hunain hefyd, yr ydym wedi ei datblygu gyda chymorth cyllid gan y Loteri Genedlaethol. Mae hon yn cynnig lle i’n plant ac mae’n cynnig manteision enfawr ar gyfer lles plant.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.28. Pwysleisiodd uwch arweinydd mewn ysgol gynradd arall bwysigrwydd cael athrawon a staff cymorth sy’n meddu ar y sgiliau a’r profiad er mwyn gallu cynllunio a gweithredu cwricwlwm wedi’i deilwra sy’n cynorthwyo lles dysgwyr. Soniodd yr uwch arweinydd hwn am gynllunio “cwricwlwm pwrpasol” a nododd bod cryn dipyn yn dibynnu ar gael staff sy’n gallu meithrin dealltwriaeth a chydberthynas gyda dysgwyr ac ymateb i’w hanghenion, yn enwedig rhai dysgwyr mwy agored i niwed.

> “Mae gennym cynorthwyydd dysgu penodedig sy’n cynorthwyo plant nad ydynt yn gallu manteisio ar ddarpariaeth amser llawn yn yr ystafell ddosbarth. Mae’n cynnig cymorth i’r plant hynny a thrwy gydol yr wythnos, byddant yn cael sesiynau sy’n cynnwys garddio, gwaith pren. Cânt eu cynorthwyo mewn ffordd wahanol iawn. Ac rydw i’n credu, o ran cwricwlwm pwrpasol, bod gennym gymaint o blant sy’n manteisio ar rywbeth unigol iawn, sydd wedi cael ei gynllunio ar sail eu hanghenion. Ac mae’r rhaglenni hynny yn canolbwyntio’n fawr ar eu lles.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.29. Roedd pob ysgol gynradd ac uwchradd wedi sefydlu proses adolygu a myfyrio, er mwyn asesu neu werthuso effeithiolrwydd dulliau a dreialwyd neu a fabwysiadwyd. Rhannwyd enghreifftiau o arweinwyr Maes, gan gynnwys arweinwyr Iechyd a Lles, yn cynnal gwerthusiadau o fentrau a datblygiadau fel rhan o’u gweithrediad o’r cwricwlwm mewn ysgolion cynradd ac uwchradd. Nododd yr ysgolion hyn bod y gwerthuso yn canolbwyntio ar yr hyn a oedd yn gweithio’n dda a hefyd, a yw’r cwricwlwm yn gwasanaethu anghenion pob dysgwr a’r hyn yr oedd angen ei addasu er mwyn bodloni anghenion gwahanol ddysgwyr.

> “Mae gennym gymaint o blant a theuluoedd y mae angen swm enfawr o gymorth arnynt o ran eu lles. Os oes ganddynt angen dysgu ychwanegol neu beidio...rydym yn trafod yr hyn y mae ei angen arnynt yn gyson, ac o ganlyniad, rhaid i’n darpariaeth gyffredinol newid [er mwyn] bod yn hyblyg.” (Ymarferydd, Ysgol Gynradd)

3.30. Soniodd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd am gynnig darpariaeth wedi’i theilwra i feithrin sgiliau ymhlith dysgwyr agored i niwed sydd mewn perygl o gael eu gwahardd. Roedd yr ysgol hon wedi nodi bod niferoedd uchel o ddysgwyr (hyd at 120) mewn perygl o gael eu gwahardd yn barhaol, gan olygu y gallai’r addysgu a’r dysgu yr oedd angen iddo ddigwydd ar gyfer y dysgwyr hyn “fod yn wahanol iawn i’r

hyn ydoedd ar gyfer dysgwyr yn set 1" (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd). Fel rhan o weithrediad yr ysgol o Gwricwlwm i Gymru, roedd yr ysgol wedi datblygu "cwricwlwm o sgiliau critigol a sgiliau cyfannol" er mwyn cynorthwyo'r dysgwyr hyn a'u lles. O fewn y fframwaith hwn, roedd yr uwch arweinydd yn annog ymarferwyr i fabwysiadu dull hyblyg wrth gynllunio a gweithredu'r cwricwlwm.

> "Felly roedd angen fframwaith arnom fel bod athrawon yn defnyddio eu hannibyniaeth, eu barn broffesiynol. Yn ystod gwersi lles, nid ydw i'n dymuno gweld pawb yn gwneud X, Y a Z. Rydw i'n dymuno gweld rhywbeth sy'n wahanol rhwng gwahanol aelodau o staff, gan bod ganddynt sgiliau gwahanol ac mae ganddynt wahanol ddulliau a gwahanol syniadau. Felly rydym yn ceisio datblygu creadigrwydd ac arloesedd ar gyfer ein myfyrwyr. Mae hyn yn union yr un fath ar gyfer fy staff." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.31. Roedd yr holl ysgolion wedi defnyddio arolygon dysgwyr mewnol a/neu ddata ar lefel ysgol a sicrhawyd trwy arolwg SHRN er mwyn cyfrannu at gynllun y cwricwlwm yn y Maes hwn. Cyfeiriodd nifer o ysgolion cynradd at holiaduron a ddefnyddiwyd ganddynt i gasglu data am les dysgwyr, eu teimladau am eu hunain a'u cymheiriaid, a hefyd, pynciau a thestunau yr oedd ganddynt ddiddordeb mewn dysgu amdanynt. Defnyddiwyd y data i gael dirnadaeth o lesiant dysgwyr a hefyd, i gyfrannu at gwricwla Iechyd a Lles yr ysgolion. Dangosodd rhai ysgolion uwchradd sut yr oeddent wedi defnyddio data o'u harolwg SHRN a gynhelir bob dwy flynedd i addasu neu helpu i drefnu addysgu a dysgu. Er enghraifft, penderfynodd un ysgol uwchradd symud uned waith yn ymwneud â chamddefnyddio alcohol o Flwyddyn 9 i Flwyddyn 8 ar ôl gweld eu data SHRN a oedd yn dangos bod 60% o ddysgwyr Blwyddyn 8 yn teimlo dan bwysau gan eu cymheiriaid i yfed alcohol. Roedd un arall wedi addasu eu cwricwlwm er mwyn ymateb i ddata SHRN ynghylch lefelau fepio yn yr ysgol.

> "Rydym wedi addasu ein cwrs Llesiant Cymru yn ddiweddar er mwyn ymateb i rywfaint o waith dadansoddi o'r data SHRN hwnnw. Felly mae hynny yn sicrhau bod yr unedau yr ydym yn eu cynnig trwy ein cwricwlwm yn gyfoes a'u bod yn ymateb i anghenion neu ddiddordebau dysgwyr, er enghraifft bod problem gyda fepio. Felly, rydym wedi teilwra'r cynnwys er mwyn sicrhau bod y ddarpariaeth yn berthnasol i'n dysgwyr. Mae holiadur SHRN o gymorth yn hyn o beth – wrth helpu i sicrhau ein bod yn ymateb i anghenion fel rhan o'n darpariaeth iechyd a lles." (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd)

3.32. Mewn rhai achosion, soniodd ysgolion am y budd o fanteisio ar lais y dysgwr a data arolygon er mwyn cyfrannu at ac addasu eu cwricwlwm, gan nodi ei fod wedi helpu i sicrhau bod y ddarpariaeth yn berthnasol a'i fod yn cynorthwyo anghenion dysgwyr.

Strwythur Maes Iechyd a Lles

3.33. Roedd strwythur y Maes cwricwlwm hwn yn unigryw i bob un o'r ysgolion, ac roedd hon yn nodwedd a oedd yn gyson â Fframwaith Cwricwlwm i Gymru, sy'n annog ysgolion i ddatblygu cwricwlwm sy'n adlewyrchu eu hamgylchiadau a'u cyd-destun lleol.

3.34. Roedd yr holl ysgolion cynradd yn integreiddio'r Maes cwricwlwm yn eu cynllunio o ddydd i ddydd. Mewn un ysgol gynradd, er enghraifft, roedd pob dosbarth yn gweithio ar dair thema y flwyddyn ac roedd iechyd a lles yn brif sbardun neu'n nodwedd gefnogol o fewn pob thema.

3.35. Roedd yr holl ysgolion cynradd yn croesawu'r cyfle a gynigiwyd trwy Gwricwlwm i Gymru i alinio eu cwricwlwm gydag anghenion grwpiau blwyddyn penodol. Cyfeiriodd yr holl ysgolion hyn at ymgynghori gyda dysgwyr wrth iddynt gynllunio eu cwricwlwm er mwyn sicrhau bod 'cywair y gwersi yn briodol' a'u bod yn ymateb i'w hanghenion. Nododd un ysgol eu bod wedi mabwysiadu'r dull hwn yn ddiweddar wrth gynllunio dysgu am bynciau a thestunau gwrthfwlio a chydberthnasoedd iach. Cyfeiriodd ysgol arall at ddwyn partneriaid allanol i mewn i arwain sesiynau gyda gweithgareddau wedi'u teilwra ar gyfer gwahanol grwpiau blwyddyn (er enghraifft sesiynau iechyd a lles gyda'r heddlu ar gyfer dysgwyr hŷn, a sesiynau am frwsio dannedd gyda grwpiau blwyddyn iau trwy gyfrwng menter Cynllun Gwên). Mewn enghraifft arall, roedd ysgol yn cynnwys ffocws cryf ar Faes Iechyd a Lles ym Mlwyddyn 6, gan gydnabod yr heriau cymdeithasol ac emosiynol y gallai rhai dysgwyr eu profi wrth iddynt bontio i'r ysgol uwchradd. Roedd rhai o'r ysgolion hyn wedi tanlinellu pwysigrwydd sicrhau bod dulliau er mwyn monitro cynnydd yn cyd-fynd â'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer y Maes hwn, fel bod staff yn gallu olrhain cynnydd o ran sgiliau a dealltwriaeth o iechyd a lles.

3.36. Yn rhan fwyaf yr ysgolion uwchradd, roedd gweithredu Cwricwlwm i Gymru wedi arwain at gynnydd yn yr oriau addysgu a dysgu a oedd yn cael eu neilltuo i Faes Iechyd a Lles o'u cymharu â chyfanswm yr oriau a amserlennwyd o dan drefniadau'r cwricwlwm blaenorol ar gyfer AG ac Addysg Bersonol a Chymdeithasol/Addysg Bersonol, Cymdeithasol, Iechyd ac Economaidd (ABCh/ABGIE) gyda'i gilydd. Mewn un achos, bu cynnydd o ddwy i dair gwers (iechyd a lles ac AG) bob pythefnos ym Mlynyddoedd 7 i Flynyddoedd 9, a rhoddwyd mwy o bwyslais ar yr agwedd gorfforol ar iechyd a lles. Mewn ysgol

uwchradd arall, adroddodd uwch arweinydd bod gwerth pedair awr o wersi Iechyd a Lles yn cael eu hamserlennu bob pythefnos, a oedd yn cynrychioli cynnydd o'i gymharu â chyfanswm cyfunol AG ac ABCh a ddysgwyd yn ystod blynyddoedd blaenorol.

Gweithio mewn clystyrau ym Maes Iechyd a Lles

3.37. Yn gyffredinol, roedd ysgolion wedi gwneud eu gwaith cynllunio eu hunain, er yr adroddwyd am rai achosion o rannu syniadau rhwng ysgolion o fewn clwstwr. Ac eithrio un enghraifft, nid oedd y rhannu hwn rhwng ysgolion cynradd mewn clwstwr wedi cynnwys ysgolion uwchradd, gan awgrymu bod y cysylltiadau yn gryfach ymhlith ysgolion cynradd yn y sampl na rhwng ysgolion cynradd a'r ysgolion uwchradd y maent yn eu bwydo. Nododd un uwch arweinydd ysgol uwchradd eu bod wedi cysylltu ag ysgolion eraill i gynnal gweithgarwch 'diwydrwydd dyladwy', sef archwilio sut yr oedd eraill yn gweithredu Maes Iechyd a Lles, ond eu bod wedi darganfod bod eraill newydd gychwyn ar eu gwaith meddwl a chynllunio.

3.38. Fel y nodwyd uchod, ni fu rhan fwyaf yr ysgolion cynradd yn y sampl yn ymwneud â gweithgarwch mewn clwstwr gydag ysgolion uwchradd er mwyn cynllunio eu cwricwlwm Iechyd Lles. I'r gwrthwyneb, adroddodd yr holl ysgolion uwchradd y cynhaliwyd rhywfaint o drafodaeth gydag ysgolion cynradd yn eu clwstwr, er ei bod yn ymddangos y bu'r canlyniadau yn gymysg. Esboniodd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd, er bod grŵp cwricwlwm clwstwr yn ei le, bod yr ysgolion cynradd wedi datblygu eu cwricwlwm eu hunain cyn cael gwybod gan eu hawdurdod lleol y dylai fod dull ar draws clwstwr. Cyfeiriodd yr uwch arweinydd o ysgol uwchradd at y problemau o ran logisteg o ddatblygu cwricwlwm ar gyfer Blwyddyn 7 – gan gynnwys ar gyfer Maes Iechyd a Lles – sy'n cyd-fynd â gwahanol ddulliau a fabwysiadwyd yn yr ysgolion cynradd sy'n eu bwydo, gan nodi'r heriau tybiedig wrth gynllunio cynnydd a pharhad ar gyfer dysgwyr.

3.39. Roedd ysgolion wedi cynnig sawl rheswm dros y gwaith cyfyngedig rhwng clystyrau cynradd/uwchradd mewn perthynas ag Iechyd a Lles. Roedd rhai ysgolion wedi priodoli hyn i'r gwahanol amserlenni gweithredu a ddilynwyd gan ysgolion cynradd ac uwchradd: mewn rhai achosion, roedd ysgolion cynradd wedi cyflwyno Cwricwlwm i Gymru flwyddyn yn gynharach nag ysgolion uwchradd, felly nododd ysgolion nad oedd y prosesau cynllunio yn cyd-fynd yn llawn eto. Cyfeiriodd eraill at yr heriau o gydlynu gweithgarwch cydweithio ar draws niferoedd mawr o ysgolion

cynradd sy'n bwydo, yr oedd pob un ohonynt wedi datblygu eu dulliau eu hunain tuag at gynllunio'r cwricwlwm (mewn un achos, adroddodd ysgol uwchradd eu bod wedi cael dysgwyr Blwyddyn 7 o dros 20 o wahanol ysgolion cynradd).

3.40. Roedd rhai ysgolion uwchradd wedi ceisio lliniaru'r heriau sy'n gysylltiedig â'r gwahanol ddulliau sy'n cael eu mabwysiadu wrth gynllunio'r cwricwlwm Iechyd a Lles yn yr ysgolion cynradd yn eu clystyrau. Esboniodd un ysgol uwchradd eu bod wedi rhoi sylw i hwn trwy gytuno ar ddull ar draws y clwstwr cyfan tuag at gynorthwyo cynnydd mewn perthynas â'r sgiliau cyfannol a'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig.

> "Y llwybr a ddewisom ni oedd... cydnabod mai'r un peth y gallwn oll gytuno arno heb newid y cynnwys craidd yw'r sgiliau cyfannol. Felly gweithiom ar gontinwwm: os bydd plentyn yn edrych fel hyn pan fyddant yn 16 oed yn ôl datganiadau o'r hyn sy'n bwysig a'r sgiliau cyfannol, sut ddylent edrych pan fyddant yn 15, yn 14 oed a gwnaethom hynny i lawr i'r meithrin...Ac yna mae hynny yn rhywbeth y gallwn oll weithio tuag ato waeth beth fo'r cynnwys – felly gwnaethom hyn fel clwstwr. Gwnaethom [fel ysgol uwchradd] hyn ym Mlwyddyn 7 ac 8, ac yna bu athrawon Blwyddyn 6 yn ystyried yr hyn a wnaethom a dweud 'byddem yn disgwyl i ddisgybl Blwyddyn 6 allu gwneud hyn. Dealltwriaeth gyffredin o'r sgiliau [sy'n ofynnol gan ddysgwyr] yw'r grym sy'n gyrru hyn... er mwyn cynnig sylfaen i bopeth mwy neu lai." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.41. Esboniodd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd arall eu bod wedi cynnig cyfleoedd i ysgolion cynradd ddefnyddio cyfleusterau'r ysgol uwchradd, gan gyfeirio at gyfleusterau chwaraeon ac ystafelloedd technoleg bwyd. Awgrymwyd bod hyn yn cynnig budd wrth roi profiad i'r rhai a oedd ar fin gadael yr ysgol gynradd o offer ac amgylchedd dysgu yr ysgol uwchradd, a chynnig rhywfaint o gysondeb o ran eu dysgu blaenorol.

> "Mae wedi bod yn her sicrhau'r wybodaeth flaenorol, y profiad blaenorol, y dysgu blaenorol hwnnw gyda'r disgyblion wrth iddynt ddod atom ni, felly rydym wedi ystyried ffyrdd y gallwn groesawu'r ysgolion cynradd lle y gallant ddod atom a defnyddio ein hadnoddau a'n cyfleusterau arbenigol, ac mae hynny wedi helpu." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.42. Oherwydd y diffyg dulliau cyffredin wrth nodi cynnydd dysgwyr ac anghenion dysgwyr, roedd nifer o'r ysgolion yn credu nad yw'r trefniadau i gynorthwyo'r pontio ar gyfer dysgwyr o addysg gynradd i addysg uwchradd yn sefydledig iawn eto.

Arweinyddiaeth y Maes ac aliniad gyda'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol

3.43. Roedd arweinyddiaeth y Maes cwricwlwm hwn yn amrywio rhwng yr ysgolion, ac adroddwyd am wahanol ddulliau a strwythurau arwain. Ar draws y sampl, gwelwyd cydnabyddiaeth eang o'r angen am ddull ar y cyd er mwyn cynorthwyo'r Maes hwn yn y cwricwlwm: ym mhob ysgol gynradd ac mewn rhai o'r ysgolion uwchradd, roedd uwch arweinwyr wedi nodi'n glir bod iechyd a lles yn gyfrifoldeb yr holl staff, gan annog arweinyddiaeth wasgaredig a pherchnogaeth ar y cyd o'r Maes hwn yn y cwricwlwm. Archwilir y pwyntiau hyn ymhellach isod.

3.44. Fel y nodwyd ym Mhennod 1, ceir disgwyliad y bydd ysgolion yn integreiddio cynllunio, dysgu ac addysgu ym Maes Iechyd a Lles gyda'u dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Yn unol â hyn, dywedodd uwch arweinwyr ym mhob ysgol eu bod wedi ceisio cynllunio Maes Iechyd a Lles i gyd-fynd â'u dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Mae nifer o'r arferion a ddisgrifiwyd gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr trwy gydol y gwaith ymchwil yn amlygu sut y mae Maes Iechyd a Lles yn eu hardal yn seiliedig ar ddull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, megis y defnydd o ddata SHRN eu hysgol i gyfrannu at y gwaith o gynllunio Maes Iechyd a Lles (gweler Thema 1), a defnydd arferion yn seiliedig ar drawma yn eu haddysgeg, (gweler Thema 3).

3.45. Yn yr holl ysgolion, trefnwyd cyfrifoldebau arwain i integreiddio'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol gyda Maes Iechyd a Lles hefyd. Adroddodd uwch arweinwyr bod aelod o'r UDA yn arwain dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, ac mai hwn/hon yw'r unigolyn sy'n gyfrifol am gael trosolwg o Faes Iechyd a Lles hefyd fel arfer. Roeddent yn credu bod lefelau da o ran y gydlyniaeth rhwng y dull ysgol gyfan a Maes Iechyd a Lles yn bodoli rhwng uwch arweinwyr ac ymarferwyr. Ar lefel ymarferol, llwyddwyd i gyflawni hyn fel arfer wrth i aelod o'r UDA sy'n meddu ar gyfrifoldeb dros y dull ysgol gyfan wneud gwaith cynllunio ar y cyd gyda staff sy'n cyfrannu at Faes Iechyd a Lles ar draws yr ysgol.

3.46. Darparwyd enghraifft arall o integreiddio'r dull ysgol gyfan gyda llesiant emosiynol a meddyliol a chynllunio'r cwricwlwm gan uwch arweinydd mewn ysgol gynradd: fel rhan o'u dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, roedd yr ysgol hon wedi gofyn i'r dysgwyr gofnodi eu hwyliau bob bore pan fyddent yn cyrraedd yr ysgol, gan ddefnyddio iPad, ac i nodi a oedd eu teimladau'n gysylltiedig â materion yn y cartref neu yn yr ysgol. Yn dilyn hyn, defnyddiwyd y wybodaeth a gasglwyd a'r

sylwadau a roddwyd gan ddysgwyr i benderfynu ar y pynciau a'r testunau i'w cynnwys fel rhan o wersi Iechyd a Lles.

3.47. Adroddodd dwy o'r ysgolion cynradd bod aelod o'r UDA yn gwneud gwaith cynllunio ar y cyd gydag athrawon dosbarth a staff cymorth er mwyn sicrhau bod y Maes yn cael ei gynllunio mewn ffordd briodol a'i fod yn alinio gyda'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Roedd cynorthwywyr addysgu yn cyflawni rôl bwysig wrth gynorthwyo aliniad y Maes gyda'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, gan gynnwys arwain rhaglenni fel Cynorthwyydd Cymorth Llythrennedd Emosiynol (ELSA) a Thrive (gweler 3.68 a 3.100 am ragor o wybodaeth).

3.48. Roedd hi'n gyffredin i uwch arweinwyr ar draws ysgolion uwchradd gyfeirio at gyfrifoldeb ar y cyd dros lesiant dysgwyr ac at fodelau arweinyddiaeth wasgaredig lle y rhoddwyd cyfrifoldebau i staff ar draws yr ysgol i gynorthwyo a hyrwyddo llesiant dysgwyr fel rhan o'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Datblygwyd hyn mewn gwahanol ffyrdd gyda dysgwyr ar draws yr ysgolion uwchradd yn y sampl, gan gynnwys:

- dynodi hyrwyddwyr iechyd meddwl a mentoriaid cymheiriaid
- 'Diwrnodau Llun Llesiant' rheolaidd yn ystod cyfnodau cofrestru lle y gallai tiwtoriaid cofrestru nodi materion sy'n peri pryder i ddisgyblion unigol yn ystod trafodaethau ynghylch llesiant, a'u galluogi i gael eu hatgyfeirio i gael cymorth ychwanegol yn ôl yr angen

3.49. Mewn un ysgol uwchradd, er y nodwyd yn glir i staff bod disgwyl i bob un ohonynt gyfrannu at Faes Iechyd a Lles y cwricwlwm a'u dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, rhoddwyd cyfrifoldeb arwain penodol i'r Pennaeth AG a oedd yn gweithio gyda thîm o ymarferwyr a dynnwyd o Faes Gwyddoniaeth a Thechnoleg (i roi sylw i agweddau ar faeth) ac Iechyd a Gofal Cymdeithasol.

3.50. Yn ogystal â gwneud sylwadau am strwythurau arwain (fel yr amlinellwyd uchod), rhoddodd sawl ysgol enghreifftiau o'r ffordd y mae arferion gweithredol ar draws yr ysgol gyfan yn cynorthwyo'r aliniad rhwng y dull ysgol gyfan a Maes Iechyd a Lles. Esboniodd un ysgol uwchradd bod platfform digidol y maent yn ei ddefnyddio i gofnodi a monitro materion diogelu sy'n ymwneud â dysgwyr unigol yn cynnig enghraifft o integreiddio'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, gyda Maes Iechyd a Lles. Defnyddiwyd y wybodaeth a gofnodwyd gan staff a oedd yn gyfrifol am y ganolfan lles dysgwyr yn yr ysgol er mwyn atgyfeirio dysgwyr am

gymorth ychwanegol. Defnyddiwyd rhaglen arall yn yr un ysgol i asesu anghenion lles dysgwyr ac roedd y proffiliau a baratowyd ganddi wedi cael eu rhannu gyda'r holl staff fel y gallent gynorthwyo dysgwyr ar draws yr ysgol.

3.51. Roedd un o'r ysgolion uwchradd eraill yn defnyddio gwasanaethau ysgol hefyd i hyrwyddo iechyd a lles personol, gan gynnwys bwyta'n iach a ffitrwydd corfforol. Yn ogystal, roedd yr ysgol hon wedi penderfynu gwahardd unrhyw ddefnydd o ffonau symudol yn ystod y diwrnod ysgol ar ôl cael trafodaeth gyda dysgwyr mewn gwasanaethau am yr effaith niweidiol yr oeddent yn ei chael ar eu hiechyd meddyliol.

Thema 3: Addysgeg er mwyn cynorthwyo addysgu a chynnydd ym Maes Iechyd a Lles

Trosolwg

Nododd yr holl uwch arweinwyr bod datblygu dysgu ac addysgu o ansawdd uchel ym Maes Iechyd a Lles yn flaenoriaeth. Roedd ysgolion wedi mabwysiadu amrediad o ddulliau addysgegol, gyda rhai yn adrodd bod y 12 egwyddor addysgegol yn nodwedd gadarn o'r dulliau hyn.

Roedd y rhan fwyaf o ysgolion yn ceisio integreiddio'r gwahanol ddatganiadau o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer y Maes hwn, gan adlewyrchu dull holistaidd tuag at Iechyd a Lles a gynigir yn y canllawiau, a gwneud gwaith cynllunio i ddangos y cysylltiadau rhwng gwahanol agweddau ar Faes Iechyd a Lles.

Roedd y rhan fwyaf o ysgolion cynradd ac uwchradd yn defnyddio addysgeg berthynol, er enghraifft, arfer adferol, fel un ffordd o roi sylw i'r datganiad 'cydberthnasoedd iach' o'r hyn sy'n bwysig. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion cynradd yn defnyddio arferion yn seiliedig ar drawma hefyd, gan adlewyrchu'r aliniad rhwng Maes Iechyd a Lles a'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, sy'n hyrwyddo dysgwyr yn cael eu haddysgu gan ymarferwyr hyfforddedig sy'n ymwybodol o ddulliau sy'n seiliedig ar drawma.

Nododd y rhan fwyaf o ysgolion nad oeddent wedi manteisio ar ddysgu proffesiynol allanol sy'n gysylltiedig ag addysgeg ar gyfer Iechyd a Lles, a'u bod yn hytrach wedi dibynnu ar gymorth yn yr ysgol. Cyfeiriwyd at y costau a'r tarfu tybiedig ar ddysgwyr fel rhai o'r rhesymau dros hyn.

Adroddodd pob ysgol eu bod yn defnyddio camau cynnydd er mwyn cyfrannu at yr asesiad o gynnydd dysgwyr yn y Maes. Roedd rhai yn mapio cynnydd ar draws clystyrau rhwng y cynradd a'r uwchradd, er yr adroddwyd ei bod yn ddyddiau cynnar o ran y gweithgarwch hwn, ac amlygodd nifer o gyfranogwyr nad oedd unrhyw ddealltwriaeth genedlaethol gyffredin o asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes hwn.

Roedd pob ysgol yn defnyddio dulliau yn canolbwyntio ar y dysgwr er mwyn asesu cynnydd Iechyd a Lles. Anogwyd y dysgwyr i gyflawni rôl weithredol wrth asesu eu cynnydd eu hunain ym mhob ysgol gynradd ac uwchradd. Roedd ysgolion cynradd yn cynnwys eu dysgwyr mewn adolygiadau cynnydd, wrth i ddysgwyr gofnodi a rhannu eu cynnydd gyda rhieni/gofalwyr a gyda'i gilydd, ac roedd ysgolion uwchradd yn cynnwys amser gyda thiwtoriaid, ymarferwyr a chymheiriaid er mwyn i ddysgwyr fyfyrio am eu cynnydd a chysylltu hyn gyda'u lles.

Roedd rhai ysgolion wedi ymgysylltu â dulliau yn seiliedig ar dystiolaeth wrth ystyried cynnydd. Yn arbennig, adroddodd ysgolion cynradd yn aml eu bod yn defnyddio ymyrraeth y Cynorthwyydd Cymorth Llythrennedd Emosiynol (ELSA) er mwyn deall a chynorthwyo anghenion a datblygiad cymdeithasol ac emosiynol dysgwyr.

Adroddodd bron i bob ysgol uwchradd a chynradd am natur gymhleth y meysydd llesiant meddyliol, emosiynol a chymdeithasol a'r anawsterau y maent yn eu hwynebu wrth 'fesur' y rhain mewn ystyr traddodiadol.

Nododd rhai ysgolion uwchradd eu bod yn wynebu heriau ychwanegol o ganlyniad i'r ffaith nad oedd y manylebau TGAU wedi cael eu cyhoeddi cyn iddynt gynllunio'r cwricwlwm ar gyfer Blwyddyn 7 i 9, ac o ganlyniad, bu'n rhaid iddynt ailystyried dulliau addysgu a dysgu yn nes ymlaen.

3.52. O dan y thema hon, cyflwynir canfyddiadau mewn perthynas â: pha ddulliau addysgegol yr adroddodd ysgolion eu bod wedi eu mabwysiadu yn y Maes hwn; sut y defnyddiwyd yr egwyddorion addysgeg; sut oedd yr ysgolion wedi asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes a sut y defnyddiwyd canlyniadau hyn i gyfrannu at gynnydd.

Addysgeg amlwg ym Maes Iechyd a Lles

3.53. Roedd pob uwch arweinydd yn rhoi blaenoriaeth i ddatblygu dysgu ac addysgu o ansawdd uchel ym Maes Iechyd a Lles. Esboniont bod amrediad o ddulliau yn cael eu defnyddio, gan adlewyrchu amrywiaeth y sgiliau a'r disgwyliadau dysgu a nodir yn y canllawiau ar gyfer y Maes hwn, gan gynnwys disgrifiadau dysgu a'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer Iechyd a Lles. Roedd rhai arweinwyr yn gwneud hyn trwy roi blaenoriaeth i addysgeg yn y lle cyntaf, ac roedd eraill yn pwysleisio'r angen i integreiddio cynllun y cwricwlwm, addysgeg, asesu a chynnydd yn y broses gynllunio.

> "Pan fyddwn yn cynllunio [addysgeg], byddwn wastad yn cyfeirio at ddatganiadau o'r hyn sy'n bwysig, yr egwyddorion cynnydd a'r disgrifiadau dysgu – felly caiff y rheiny eu cynnwys yn unedau athrawon a'u gwaith cynllunio tymor byr yn fwriadol." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.54. Adroddodd rhai ysgolion bod y 12 egwyddor addysgegol a nodwyd yn adroddiad Donaldson (2015) am ddiwygio'r cwricwlwm a Fframwaith Cwricwlwm i Gymru

(Llywodraeth Cymru, 2023), yn nodwedd gref o'u dysgu a'u haddysgu, gan gynnwys ym Maes Iechyd a Lles.

3.55. Adroddodd rhai ysgolion eu bod wedi mabwysiadu amrediad o addysgeg er mwyn cynorthwyo'r ddarpariaeth iechyd a lles. Aethant ymlaen i danlinellu ymdrechion i greu cyd-destun dilys ar gyfer dysgu trwy gyfrwng cyfuniad o ddulliau gweithredu sy'n hyrwyddo datrys problemau a meddwl beirniadol, gan gynllunio mewn ffordd fwriadol hefyd i ddangos y cysylltiadau rhwng gwahanol agweddau ar Faes Iechyd a Lles. Rhannodd un ysgol uwchradd enghraifft o'r ffordd y maent yn cynnwys dulliau ymarferol a dulliau sy'n seiliedig ar ymholi fel rhan o'u haddysgeg yn y Maes hwn er mwyn cynorthwyo sgiliau, gwybodaeth a meddwl beirniadol.

> "Rydym yn arbrofi gyda gwahanol ddulliau... i ddwyn y pwnc yn fyw er mwyn sicrhau bod y dysgu yn teimlo'n ddilys. Er enghraifft, byddaf yn dweud wrth ddysgwyr: 'Rydw i'n gwybod eich bod wedi bod yn trafod gosod targedau ar gyfer eich hunain yn eich gwersi lles holistaidd, felly byddwn yn ystyried yr hyn y mae angen i ni ei wneud i osod targedau: bydd angen data sylfaenol arnoch – felly heddiw byddwn yn cynnal prawf ffitrwydd lles corfforol er mwyn gosod gwaelodlin yn y lle cyntaf, fel y gallwn fesur yn ei erbyn yn nes ymlaen yn ystod y flwyddyn'." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.56. Roedd y rhan fwyaf o ymarferwyr yn defnyddio dulliau addysgeg a oedd yn annog dysgwyr i ymgymryd â mwy o gyfrifoldeb dros eu dysgu eu hunain. Roedd enghreifftiau o hyn mewn ysgolion uwchradd yn cynnwys rhoi cyfrifoldebau i ddysgwyr arwain sesiynau cynhesu ac 'amser aur', i ddewis maes yr oeddent yn dymuno canolbwyntio arno er mwyn gwella hunaneffeithiolrwydd. Mewn ysgolion cynradd, roedd yr enghreifftiau yn cynnwys dysgwyr yn cymryd cyfrifoldeb dros gynllunio prydau maethlon ar gyfer yr ysgol a'u teuluoedd, ac ymarferwyr yn nodi disgwyliadau yn ystod amser chwarae er mwyn annog dysgwyr i hunan-reoli problemau.

3.57. Pan holwyd am yr addysgeg a ddefnyddiwyd i gynorthwyo addysgu a dysgu ym Maes Iechyd a Lles, esboniodd uwch arweinwyr bod amrediad o ddulliau yn cael eu defnyddio, gan adlewyrchu amrywiaeth y sgiliau a'r disgwyliadau dysgu a nodir yn y canllawiau ar gyfer y Maes hwn, gan gynnwys disgrifiadau dysgu a'r 'datganiadau o'r hyn sy'n bwysig' ar gyfer Iechyd a Lles.

3.58. Cyfeiriodd rhai ymarferwyr cynradd ac uwchradd at gynnwys gweithgareddau corfforol nad ydynt yn draddodiadol nac yn gystadleuol law yn llaw â'r hyn a gynigir o fewn AG yn barod. Dangoswyd hyn gan enghraifft a roddwyd gan ysgol gynradd a

oedd wedi mynd â dysgwyr ar deithiau cerdded yn eu hardal leol; "...dim ond canolbwyntio ar ffitrwydd ac iechyd yn bennaf...nid yw'n canolbwyntio gymaint ar ysbryd cystadlu" (Ymarferydd, Ysgol Gynradd). Roedd uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn dwy ysgol uwchradd wedi annog dysgwyr i ymgymryd ag amrediad o rolau yn ystod gweithgareddau, er enghraifft hyfforddiant, cyflawni rôl dyfarnwr, arwain timau a chadw sgôr er mwyn cynorthwyo datblygiad sgiliau gwneud penderfyniadau, gwaith tîm a sgiliau cydberthnasoedd.

> "Ar y cyd, trafodom lle'r oeddem yn dymuno i ddysgwyr fod erbyn diwedd Blwyddyn 9. O ran AG, roeddem yn dymuno iddynt ddatblygu gwydnwch, parch at y rheolau, meithrin sgiliau newydd – mae sgiliau corfforol yn hanfodol, rhaid bod gennym lythrennedd corfforol er mwyn i ddysgwyr allu meithrin eu hyder. Roeddem yn dymuno meithrin balchder ymhlith ein dysgwyr." (Uwch arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.59. Yn rhan fwyaf yr ysgolion, rhannwyd enghreifftiau o ddulliau dysgu ac addysgu a oedd yn ceisio integreiddio'r gwahanol ddatganiadau o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer y Maes hwn, gan adlewyrchu dull holistaidd tuag at Iechyd a Lles a nodir yn y canllawiau. Er enghraifft, amlygodd uwch arweinwyr yn yr holl ysgolion uwchradd integreiddiad agweddau corfforol iechyd a lles gyda gwyddoniaeth, technoleg, deiet ac iechyd meddwl fel rhan o ddull holistaidd tuag at iechyd a lles. Nododd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr ysgolion cynradd gyfleoedd i gysylltu AG gyda bwyta'n iach a byw bywyd iach hefyd.

> "Roedd maeth yn cynnwys ystyried paratoi bwyd iach. Felly er enghraifft, gallai gwers maeth Blwyddyn 8 ymwneud â pharatoi pryd sy'n cynnwys ... bwydydd [sy'n rhyddhau egni yn araf]...yna byddem yn trafod hynny yn y gwersi AG... Soniom am bwysigrwydd deiet da gydol oes, y cysylltiad rhwng bwyd a datblygiad corfforol, gan hyrwyddo agweddau cadarnhaol tuag at ddeietau iach." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.60. Siaradodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr yn yr holl ysgolion cynradd ac mewn rhai o'r ysgolion uwchradd yn frwdfrydig am integreiddio dysgu allan yn yr awyr agored wrth greu cyd-destun dilys er mwyn cynorthwyo addysgu ym Maes Iechyd a Lles. I ysgolion cynradd, roedd hyn yn cynnwys defnyddio ardaloedd dynodedig y tu allan yn eu hysgol, yn ogystal â mannau yn yr awyr agored yn eu hamgylchedd lleol i gynnal amrediad o weithgareddau megis ysgolion coedwig a thraeth a chasglu sbwriel. Roedd un ysgol gynradd yn cyflogi gweithiwr cymorth dysgu dynodedig sy'n darparu rhaglen dysgu yn yr awyr agored ar gyfer pob grŵp blwyddyn. Roedd enghreifftiau o ysgolion uwchradd yn cynnwys dysgwyr yn ymgymryd â lleoliadau

gwirfoddoli mewn Ymddiriedolaeth Bywyd Gwyllt lleol, sesiynau ymwybyddiaeth ofalgar yn yr awyr agored, gofal ceffylau, gweithgareddau ffermio a chyfeiriannu.

> “[Mae gennym] y coetiroedd a’r coedwigoedd yn yr ardal leol a chyfleoedd i ddefnyddio’r traethau yn yr ardal leol...mae gennym ein gardd gudd ein hunain hefyd, a ddatblygom gyda chymorth cyllid gan y Loteri Genedlaethol, ac mae hon yn cynnig lle i’n plant ac mae wedi cynnig manteision enfawr i les plant.” (Ymarferydd, Ysgol Gynradd)

3.61. Adroddodd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd eu bod yn amrywio’r dulliau addysgu er mwyn amrywio rhwng agweddau ‘gwybyddol’ neu emosiynol ar iechyd a lles, a sgiliau neu ddatblygiad corfforol. Ers gweithredu trefniadau Cwricwlwm i Gymru, nodont y bu dull mwy ymwybodol a phwrpasol tuag at amrywio dulliau addysgu er mwyn sicrhau bod y gwahanol agweddau ar Faes Iechyd a Lles yn cael eu cynnwys.

> “Rydw i’n credu bod Cwricwlwm i Gymru wedi gwneud i ni feddwl mewn ffordd wahanol am lesiant mewn ffyrdd nad ydynt yn ymwneud â’r elfen gorfforol yn unig, ond ynghylch llesiant mewn ffordd fwy holistaidd.” (Uwch arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.62. Soniodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o’r holl ysgolion cynradd am addysgeg sy’n canolbwyntio ar gydberthnasoedd, fel un ffordd o roi sylw i ddatganiad ‘cydberthnasoedd iach’ am yr hyn sy’n bwysig, gan integreiddio hyn gyda datganiadau o’r hyn sy’n bwysig eraill ar yr un pryd. Mewn un ysgol gynradd, roedd hyn wedi arwain atynt yn cyd-greu polisi cydberthnasoedd, a oedd yn seiliedig ar arfer adferol, gyda’u hysgolion cynradd clwstwr ac ymarferwyr, dysgu a rheini/gofalwyr.

> “Mae cydberthnasoedd yn elfen allweddol anferth o Faes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles, ac rydym yn dweud ei fod yn rhan ganolog o bopeth a wnawn o staff i bobl i rieni, i lywodraethwyr i aelodau o’r gymuned, ac mae gennym bolisi clwstwr newydd sydd wir wedi mynd i’r afael â’r hyn y mae’n ei olygu i fod yn ysgol adferol.” (Uwch arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.63. Mewn ysgol gynradd arall, siaradodd uwch arweinwyr yn frwdfrydig am ymwreiddio meddylfryd o geisio sicrhau twf yn y Maes hwn yn benodol, er mwyn hyrwyddo dyfalbarhad ymhlith dysgwyr a meithrin gwydnwch. Roedd hyn yn cynnwys defnyddio cymeriadau i addysgu plant am y ffordd y maent yn dysgu, ynghylch meithrin gwydnwch, a’r ffaith bod gwneud camgymeriadau yn rhan o ddysgu.

3.64. Yn ogystal, cyfeiriodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o dair ysgol gynradd at ddulliau addysgeg sy'n seiliedig ar drawma a fabwysiadwyd fel rhan o'u darpariaeth Iechyd a Lles, gan adlewyrchu ymwybyddiaeth o'r profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yr oedd rhai dysgwyr wedi eu hwynebu. Adroddodd yr ymarferwyr a'r uwch arweinwyr hyn bod rhywfaint o'r addysgeg yn gysylltiedig â rhaglenni neu becynnau a brynwyd megis Jigsaw, Therapi Chwarae, Thrive a Kiva, sy'n cefnogi cydberthnasoedd cadarnhaol a datblygiad cymdeithasol ac emosiynol. Mae'r defnydd hwn o ddulliau addysgeg sy'n seiliedig ar drawma yn dangos sut y mae'r dull ysgol gyfan yn cyd-fynd â llesiant emosiynol a meddyliol o fewn Maes Iechyd a Lles yn eu haddysgeg.[14]

> "Rydym yn defnyddio celf mewn ffordd therapiwtig, ond rydym yn defnyddio therapi chwarae hefyd. Felly, rydym yn buddsoddi mewn therapydd chwarae i weithio gyda ni bob wythnos ac rydym yn nodi plant penodol sy'n mynd trwy gyfnod o argyfwng neu y mae ganddynt hanes o ddioddef trawma." (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.65. Soniodd un uwch arweinydd mewn ysgol gynradd am ddatblygu dull addysgeg o "werthfawrogiadau ac ymddiheuriadau". Roedd hyn yn cynnwys cyfarfodydd wythnosol gyda grŵp o ddysgwyr ac ymarferydd neilltuedig er mwyn cynnig cyfle i rannu eu gwerthfawrogiadau, eu hymddiheuriadau a'u targedau cymdeithasol gyda'i gilydd am yr wythnos.

3.66. Yn ogystal, rhannodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o dair ysgol uwchradd enghreifftiau o addysgeg berthynol. Amlygodd un uwch arweinydd o ysgol uwchradd, er enghraifft, y ffaith eu bod wedi rhoi pwyslais ar ddysgwyr yn dangos empathi a pharch ac roeddent wedi cyflwyno "contractau" yn nodi disgwyliadau o ran ymddygiad dysgwyr yn ystod gwersi iechyd a lles. Esboniodd ymarferydd mewn ysgol uwchradd arall, pryd bynnag y byddai "testun dosbarth cyfan" yn ystod gwersi Saesneg, byddai dysgwyr yn trafod cydberthnasoedd a'r rhyngweithio rhwng cymeriadau. Roedd yr ymarferydd hwn yn teimlo bod y gweithgarwch hwn yn enghraifft o gysylltu'r gofynion Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) yn Fframwaith Cwricwlwm i Gymru a'r "agweddau cymdeithasol ac emosiynol ar ddatganiadau o'r hyn sy'n bwysig." Amlygodd rhai uwch arweinwyr bod eu hyder ynghylch gweithredu'r cwricwlwm Iechyd a Lles a pha mor briodol yw'r addysgeg yn

[14] Mae'r Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol yn nodi bod 'addysgu gan athrawon tra hyfforddedig sydd â chryn gymhelliant ac ymwybyddiaeth o drawma ac sy'n ymwybodol o'u heffaith ar ddatblygiad cyffredinol y person ifanc, y tu mewn i'r ystafell ddosbarth a'r tu allan iddi, yn ganolog i hyrwyddo llesiant emosiynol a meddyliol.' (Llywodraeth Cymru, 2021).

cynyddu wrth rannu arbenigedd. Roedd enghreifftiau yn cynnwys cymryd rhan mewn cymuned ymarfer, bod yn ysgol arloesi yn ystod y cam cynharach o ddiwygio'r cwricwlwm, neu trwy gyfrwng partneriaethau ehangach.

> "Byddwn yn dweud fy mod i wedi cydweithio'n agos gyda'r brifysgol ym maes AG ac rydw i wedi cyflwyno llawer o'r hyn y credaf ei fod yn iechyd a lles sy'n esblygu trwy gyfrwng y pynciau AG ac o ganlyniad, rydym yn darparu gwersi mwy holistaidd." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.67. Adroddodd rhai ymarferwyr bod ganddynt ddiddordeb mewn manteisio ar gyfleoedd dysgu proffesiynol a fyddai'n caniatáu iddynt archwilio addysgeg sy'n berthnasol i'r Maes hwn. Nododd y rhan fwyaf o ysgolion nad oeddent wedi manteisio ar ddysgu proffesiynol allanol sy'n gysylltiedig ag addysgeg ar gyfer Iechyd a Lles, a'u bod yn hytrach wedi dibynnu ar gymorth yn yr ysgol. Cyfeiriodd rhai uwch arweinwyr at y ffaith bod costau yn rhwystr a nodwyd pryderon gan eraill am yr amhariad ar ddysgwyr wrth i ymarferwyr neilltuo amser i fynychu cyrsiau allanol. Cyfeiriodd uwch arweinydd mewn un ysgol uwchradd at gyfyngiadau wrth allu sicrhau'r amser i fynychu cyrsiau allanol, a hefyd, yr angen i gael dysgu proffesiynol er mwyn cynorthwyo eu hysgol i drin pynciau a thestunau sensitif neu heriol fel rhan o Faes Iechyd a Lles.

> "Mae HMS yn canolbwyntio ar ein hanghenion hyfforddiant mewnol. Os byddaf yn mynd ar gwrs allanol – ac yn cael fy nhynnu allan o'r ysgol – bydd straen ychwanegol ar ddysgwyr i gyflwyno'r hyn y mae'n rhaid iddynt ei gyflwyno ar gyfer eu gwaith cwrs neu eu harholiadau. Rydych bron mewn sefyllfa lle nad ydych yn dymuno mynd ar gwrs y tu allan i'r ysgol oherwydd y faich ychwanegol y mae hyn yn ei roi arnoch chi fel athro ac ar y dysgwyr. Felly mae'n sefyllfa sy'n peri cyfyng-gyngor. Ond byddai'n wych cael hyfforddiant ychwanegol am rai o'r materion sensitif nad ydym yn gwybod sut i fynd i'r afael â nhw – camddefnyddio sylweddau, fepio, cydberthnasoedd cadarnhaol, ac ati. Byddai hyfforddiant yn y meysydd hyn o gymorth." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

Asesu cynnydd dysgwyr ym Maes Iechyd a Lles

3.68. Gan bod Maes Iechyd a Lles yn ychwanegiad newydd i ddarpariaeth y cwricwlwm, amlygodd nifer o gyfranogwyr nad oes dealltwriaeth genedlaethol gyffredin ynghylch asesu cynnydd dysgwyr. O ganlyniad, adroddwyd am amrediad o ddulliau er mwyn asesu cynnydd gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr, gan gynnwys defnyddio'r camau cynnydd, asesu sy'n canolbwyntio ar y dysgwr, a dulliau sy'n seiliedig ar dystiolaeth, megis defnyddio egwyddorion asesu ar gyfer dysgu ac ymyriadau fel

ELSA (Rhwydwaith ELSA, 2024).[15] Adroddodd ysgolion am yr heriau penodol o asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes hefyd.

3.69. Dywedodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr ar draws yr holl ysgolion cynradd ac uwchradd eu bod yn defnyddio camau cynnydd er mwyn cyfrannu at ddulliau o asesu cynnydd ym Maes Iechyd a Lles.

3.70. Nododd rhai eu bod wedi ystyried cynnydd pob dysgwr yn fanwl, gan archwilio cynnydd dysgwyr mewn perthynas ag Iechyd a Lles ar draws grwpiau blwyddyn.

3.71. Fel enghraifft, roedd un ysgol uwchradd wedi rhoi codau lliw i'w fframwaith Iechyd a Lles yn seiliedig ar y cwestiwn a oedd dysgwyr yn gweithio'n uwch na'r cam cynnydd disgwyliedig, yn unol ag ef neu tuag ato. Trwy ailadrodd yr ymarfer hwn yn rheolaidd, roeddent wedi canfod bod hon yn ffordd effeithiol o olrhain cynnydd a darganfod a yw'r dysgwyr yn dangos sgiliau, gwybodaeth a dealltwriaeth well. Roeddent wedi canfod ei bod hi'n bwysig amseru'r tasgau hyn yn briodol er mwyn sicrhau asesiad ystyrlon o'r cynnydd.

> "Rydym yn gyffyrddus gyda lle'r ydym nawr o ran olrhain cynnydd. Rydym yn gwybod yn union pryd i gynnal tasg cynnydd [asesu] a dyma'r hyn y byddwn yn ei ddefnyddio i fesur a yw dysgwyr yn dangos dealltwriaeth well neu effeithiolrwydd neu wybodaeth well. Felly, mae gennym dasgau [asesu] cynnydd penodol yn ystod Blynyddoedd 7, 8 a 9." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.72. Er mwyn sicrhau continwwm cydlynol ac osgoi ailadrodd, esboniodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn ysgolion uwchradd eu bod hefyd yn mapio cynnydd ar draws clystyrau rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd. Fodd bynnag, yn gyffredinol, adroddodd ysgolion ei bod yn ddyddiau cynnar iddynt yn y broses o gynllunio ar gyfer cynnydd ar draws clystyrau cynradd ac uwchradd.

> "Rydym wedi gwneud cryn dipyn o waith gyda'r camau cynnydd. Mae Pennaeth y MDaPh wedi arwain ar hyn. Mae gennym nodau clir ar gyfer yr hyn yr ydym yn dymuno ei ddatblygu bob blwyddyn a rhoddwyd ffocws ar sicrhau bod y camau cynnydd yn eu lle y llynedd – fel continwwm o'r cyfnod cynradd i fyny." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.73. Roedd pob ysgol yn defnyddio dulliau sy'n canolbwyntio ar y dysgwr er mwyn asesu cynnydd ym maes Iechyd a Lles. Nododd yr ysgolion cynradd eu bod yn

---

[15] Mae ELSA yn ddull er mwyn helpu ysgolion i gynorthwyo anghenion a datblygiad cymdeithasol ac emosiynol dysgwyr, gan geisio goresgyn rhwystrau dysgu a lles trwy feithrin sgiliau gwydnwch emosiynol, hunanymwybyddiaeth a sgiliau cymdeithasol.

ymgynghori â dysgwyr yn rheolaidd am gynnwys y cwricwlwm, a hefyd, eu bod yn cynnwys eu dysgwyr mewn adolygiadau cynnydd, a bod y dysgwyr yn cyflawni rôl weithredol wrth ddogfennu a rhannu eu cynnydd gyda rhieni/gofalwyr a gyda'i gilydd. Adroddodd ysgolion uwchradd eu bod yn datblygu amser gyda thiwtoriaid, ymarferwyr a chymheiriaid er mwyn i ddysgwyr fyfyrio am y cynnydd; cynorthwyo dysgwyr i arwain wrth ddarparu sesiynau dysgu mewn grwpiau bychain; a defnyddio cwestiynu er mwyn profi dealltwriaeth dysgwyr o'u datblygiad a sut y gallent wella sgiliau penodol.

3.74. Rhoddodd ysgolion enghreifftiau o'r gweithgareddau dydd-i-ddydd y maent yn eu cyflawni hefyd er mwyn casglu adborth gan ddysgwyr ac er mwyn cael dirnadaeth o'u lles. Roedd hyn yn cynnwys uwch arweinwyr yn ymweld â dosbarthiadau i arsylwi'r ddarpariaeth Iechyd a Lles, grwpiau ffocws, a holiaduron. Roedd cynnig cyfleoedd i ddysgwyr roi adborth rheolaidd ac uniongyrchol i ymarferwyr yn nodwedd bwysig o'r gwaith hwn, gan sicrhau bod sylw yn cael ei roi i faterion a oedd yn ymwneud â lles o dan drefniadau Cwricwlwm i Gymru.

> "Bu'r troeon cerdded a gynhaliom yn [y Maes] Iechyd a Lles yn gadarnhaol iawn...o ran staff yn holi [dysgwyr] sut oeddent yn teimlo bob dydd, gwybod pwy y gallent droi atynt am gymorth am unrhyw beth a oedd o'i le. Felly, mae hyn yn gadarnhaol gyda'r pwyslais cynyddol ar lesiant yn y cwricwlwm newydd. Aethom â grwpiau o ddysgwyr allan yn ystod y dydd i gael trafodaeth ar ffurf grŵp ffocws gyda nhw ynghylch llesiant, a dyna ble y gwnaethom gasglu data am brofiadau dysgwyr, eu safbwyntiau am yr ysgol...Roedd hi'n glir o'r trafodaethau bod dysgwyr yn teimlo'n ddiogel, eu bod yn gwybod pwy y gallant droi atynt os bydd ganddynt broblem." (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.75. Yn ogystal, adroddodd yr holl ysgolion ar gynnydd dysgwyr i rieni/gofalwyr; fodd bynnag, roedd lefel yr adrodd yn amrywio rhwng ysgolion. Adroddodd rhai ysgolion am y ffordd yr oedd eu dysgwyr wedi setlo yn y dosbarth a rhyngweithio gyda'u cymheiriaid, ac roedd eraill wedi adrodd yn ffurfiol am y cynnydd o fewn Maes Iechyd a Lles fel rhan o adroddiadau ysgol a nosweithiau rhieni/gofalwyr. Mewn un achos, cynigiwyd mynediad i rieni/gofalwyr i blatfform digidol o waith Iechyd a Lles dysgwyr hefyd.

3.76. Amlygodd rhai uwch arweinwyr eu ffocws ar gynorthwyo staff i ddeall yn well sut i gynorthwyo ac asesu cynnydd dysgwyr hefyd. Soniodd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd am bwysigrwydd ymarferwyr yn gweithredu fel "cyfeillion beirniadol" i'w gilydd. Er enghraifft, yn yr ysgol hon, roeddent wedi datblygu diwylliant o fonitro

gyda staff yn arsylwi arferion gwaith cydweithwyr, gan adolygu cynlluniau gwaith a llyfrau gwaith Iechyd a Lles dosbarthiadau eraill. Awgrymwyd bod hyn yn helpu i gynorthwyo dulliau ar y cyd a dealltwriaeth gyffredin o lesiant a chynnydd dysgwyr yn y Maes.

3.77. Adroddodd rhai uwch arweinwyr am lefelau hyder uwch wrth wneud gwaith asesu mewn agweddau penodol ar y Maes, o'u cymharu ag eraill. Er enghraifft, soniodd uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd am y ffaith eu bod yn gallu defnyddio arferion asesu sefydledig, gan ystyried hefyd y ffordd orau o gynnwys meysydd cynnydd eraill o fewn y meini prawf asesu ar gyfer maes corfforol AG.

> "Yn ein Maes ni, mae'n hawdd iawn mesur cynnydd corfforol, rhywbeth yr ydym wedi bod yn ei wneud dros y blynyddoedd mewn perthynas â sgiliau a galluoedd [corfforol] dysgwyr. Felly, mae hwn wir wedi peri i ni feddwl yn fwy am gynnydd y dysgwyr mewn perthynas â llesiant mewn ffordd fwy gwybyddol, felly gwneud penderfyniadau, datrys problemau ac ystyried ffactorau cymdeithasol hefyd." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.78. Roedd nifer fach o ysgolion wedi ymgysylltu â dulliau yn seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer cynnydd ac asesu ym Maes Iechyd a Lles. Roedd rhai ysgolion cynradd wedi defnyddio data o'u holiaduron ar-lein eu hunain (megis graddfeydd llesiant ac ymgysylltu â dysgu) ar faterion megis llesiant dysgwyr a'u teimladau am eu hunain er mwyn pennu'r camau nesaf yr oedd angen i ymarferwyr eu cymryd wrth ddatblygu cynnydd dysgwyr unigol.

3.79. Roedd nifer o ysgolion yn defnyddio egwyddorion asesu ar gyfer dysgu penodol i roi sylw i natur gymhwysol ac ymarferol y Maes. Enghraifft o hyn oedd defnyddio iPads mewn un ysgol uwchradd i roi adborth amser real yn ystod gwersi ymarferol fel gymnasteg, gan alluogi dygwyr i hunanasesu ac asesu cymheiriaid. Mewn ysgol uwchradd arall, nododd uwch arweinydd eu bod yn defnyddio'r "model cwestiynu llafar" fel strategaeth asesu ar gyfer dysgu bwysig o fewn Maes Iechyd a Lles. Nodwyd bod hyn yn adlewyrchu'r ffaith bod cryn dipyn o'r gwaith yn y Maes yn "waith llafar yn naturiol [ac] rydym yn cael dysgwyr i gwestiynu a thrafod" (Uwch arweinydd, Ysgol Uwchradd).

3.80. Roedd enghreifftiau eraill mewn ysgolion cynradd yn cynnwys y defnydd cyson o ELSA. Roedd hyn yn ymwneud ag ymarferwyr yn gwneud gwaith un-i-un neu mewn grwpiau bychain i ddatblygu gwydnwch emosiynol, hunanymwybyddiaeth a sgiliau cymdeithasol ymhlith dysgwyr. Cyfeiriodd un ysgol at raglen a ddefnyddiwyd ganddynt a oedd yn cael ei hyrwyddo gan yr awdurdod lleol i gynorthwyo dysgu

emosiynol a chymdeithasol. Roedd y fenter hon yn cynnwys asesiad ar-lein er mwyn helpu i ganfod sut yr oedd dysgwyr yn teimlo am eu hunain ac am eraill. Defnyddiwyd y wybodaeth er mwyn helpu i gynllunio yr hyn y gall ysgolion ei wneud i wella llesiant, dysgu a phresenoldeb dysgwyr, ac a fyddai rhai dysgwyr yn cael budd o gael cymorth ychwanegol fel rhan o raglen cymorth emosiynol ehangach yn yr ysgol. Soniodd rhai uwch arweinwyr mewn ysgolion uwchradd am enghreifftiau o arfer yn seiliedig ar dystiolaeth hefyd. Adroddodd un ysgol eu bod wedi defnyddio holiadur 'PERMA'[16] yr oeddent wedi ei dreialu yn y lle cyntaf gyda dysgwyr agored i niwed a difreintiedig, gan gynnwys dysgwyr a oedd wedi cael profiad o ofal a dysgwyr eFSM, er mwyn penderfynu a oedd angen ymyrraeth a pha fath o gymorth fyddai fwyaf addas i'r dysgwr.

3.81. Nododd uwch arweinwyr ac ymarferwyr mewn rhai ysgolion uwchradd bod asesu Maes Iechyd a Lles yn arbennig o heriol gan nad oedd cymwysterau a manylebion TGAU wedi cael eu datblygu cyn penderfynu ar y cynllun a'r dulliau addysgeg ar gyfer y cwricwlwm ar gyfer Blwyddyn 7 i Flwyddyn 9. Nododd yr ymarferwyr a'r uwch arweinwyr hyn y byddai cael y manylebion cyn cychwyn ar y gwaith o gynllunio'r ddarpariaeth a'r cynnydd wedi eu galluogi i integreiddio cwricwlwm, addysgeg ac asesu yn fwy effeithiol, yn hytrach na "gobeithio" eu bod wedi cynllunio cwricwlwm a oedd yn addas i'r diben.

> "Ceir cryn dipyn o ansicrwydd am yr arholiadau, oherwydd yn y gorffennol rydym wastad wedi edrych ar yr hyn a fydd ganddynt yn eu harholiad, ac yna, addysgu'n ôl. Ond mae wedi cael ei droi ar ei ben nawr, ac rydym yn gorfod dweud iawn, byddwn yn dechrau gyda Blwyddyn 7 ac yn datblygu i'r fan honno. Ond nid ydym yn gwybod beth yw'r fan honno. Nid ydym yn gwybod sut y byddant [y dysgwyr] yn cael eu harholi na sut y byddant [yr arholiadau] yn newid." (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd)

3.82. Adroddodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o ysgolion cynradd ac uwchradd am natur gymhleth y meysydd llesiant cymdeithasol, emosiynol a meddyliol a'r anawsterau y maent yn eu hwynebu wrth "fesur" y rhain mewn ystyr traddodiadol.

> "Rydw i'n gwybod bod asesu wedi bod yn ben tost. Rydym yn gwybod bod gofyn i ni asesu ond nid oes unrhyw un yn dweud wrthym sut i wneud hynny. Felly, ceisiom ddefnyddio [enw'r offeryn asesu] ar gyfer y Maes cwricwlwm hwn, ond nid oedd wedi gweithio o gwbl i ni. Roeddem yn teimlo y gallem wneud pethau yn fwy effeithiol a chywir ein hunain heb ddefnyddio'r system

[16] Datblygwyd model 'PERMA' gan Martin Seligman, gan amlinellu pum conglfaen llesiant: emosiwn cadarnhaol, ennyn diddordeb, cydberthnasoedd, ystyr a chyflawniad (Positive Psychology Centre, 2025). Mae 'PERMA-Profiler' yn holiadur sy'n mesur y bum conglfaen hyn (Butler a Kern, 2015) ac mae modd ei ddefnyddio i gynnig trosolwg o lesiant dysgwr (Bates a Boren, 2019).

honno. Roeddem yn deall ei fod efallai yn gweithio ar gyfer pynciau eraill, ond nid oedd yn addas i'r diben ... felly aethom ati i ddatblygu ein dull ein hunain." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

"Os ydych chi'n gwybod pam eich bod yn gwneud rhywbeth...byddwch chi'n penderfynu sut yr ydych chi'n mynd i gyflawni ac mae'n rhaid i chi dderbyn bod rhai pethau yn anos i'w hasesu nag eraill. Ac mae llesiant emosiynol yn un o'r pethau anodd hynny." (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

3.83. Yn yr un modd, mynegodd un uwch arweinydd mewn ysgol gynradd bod dealltwriaeth a mynd i'r afael ag asesu ym Maes Iechyd a Lles yn datblygu oherwydd "nad ydym wedi gwneud hyn o'r blaen". Aethant ymlaen i esbonio bod asesu yn y Maes yn "eithaf anodd gan nad yw hyn wastad mor hawdd ag ystyried darnau o waith...nid oes gwaith o reidrwydd, er enghraifft, i fwrw golwg drosto" (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd).

3.84. Nododd uwch arweinwyr o'r rhan fwyaf o ysgolion ei bod hi'n ddyddiau cynnar arnynt o ran datblygu arferion asesu ar gyfer y Maes hwn. Esboniodd y cyfranogwyr hyn bod ganddynt gryn bellter i'w deithio o hyd er mwyn sicrhau hyder ymhlith eu hymarferwyr wrth ddatblygu prosesau asesu a chynnydd effeithiol.

Thema 4: Heriau y mae ysgolion yn eu hwynebu wrth weithredu Maes Iechyd a Lles

Trosolwg

Soniodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr ym mhob ysgol am yr her o gael amser i gynllunio ar gyfer y Maes ac i gymryd rhan a darparu gweithgareddau iechyd a lles, gan nodi pwysigrwydd amser neilltuedig yn ystod amserlen yr ysgol er mwyn cyflawni hyn.

Cyfeiriodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr at heriau mewn perthynas ag effaith tlodi ac effaith barhaus pandemig COVID-19 ar iechyd a lles dysgwyr, a sut y mae angen meithrin dysgwyr mewn sawl achos cyn y byddant yn barod i ddysgu.

Cyfeiriodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr at lefelau hyder isel ymhlith rhai staff addysgu am eu rôl wrth gynllunio a darparu ar gyfer cynnwys Maes Iechyd a Lles, yn enwedig yng nghyd-destun llwyth gwaith beichus ymarferwyr.

Cyfeiriodd uwch arweinwyr o'r rhan fwyaf o ysgolion at yr heriau sy'n gysylltiedig â chyfyngiadau ar y gyllideb a'r cynnydd yng nghostau gweithgareddau, er enghraifft teithio oddi ar y safle i fynychu chwaraeon, llogi lleoliadau, prynu adnoddau o ansawdd uchel a gwahodd asiantaethau allanol i'r ysgol.

3.85. Er gwaethaf y ffaith bod pob ysgol yn croesawu'r cam o gyflwyno Maes Iechyd a Lles, nododd pob ymarferydd ac uwch arweinydd eu bod wedi gorfod rheoli heriau a oedd yn gysylltiedig â'r Maes hwn, law yn llaw â'r cyfleoedd. Roedd yr heriau hyn yn cynnwys amser, cyllid, effaith tlodi ac effeithiau COVID-19, a lefelau hyder a meddylfryd staff. Caiff heriau penodol eraill a amlygwyd gan ysgolion ynghylch gweithio mewn clystyrau a chynnydd ac asesu eu cynnwys yn Themâu 2 a 3.

3.86. Soniodd uwch arweinwyr o bob ysgol am yr her o sicrhau amser i gynllunio er mwyn gweithredu Maes Iechyd a Lles yn llwyddiannus. Trafododd rhan fwyaf yr uwch arweinwyr bwysigrwydd sicrhau eu bod nhw, a'r ymarferwyr y maent yn eu harwain, yn cael amser neilltuedig yn ystod yr wythnos addysgu er mwyn iddynt allu cynllunio'r Maes i fod yn rhan o'r cwricwlwm mewn ffordd effeithiol. Yn ogystal, nododd uwch arweinwyr ac ymarferwyr yn rhan fwyaf yr ysgolion uwchradd bod cael amser i gynllunio a chymryd rhan mewn gweithgareddau iechyd a lles, megis teithiau ysgol a chystadlaethau chwaraeon, yn her hefyd o ganlyniad i argaeledd a llwyth gwaith staff.

“Rhaid i ni gynllunio amserlen ar y cyd ar draws saith ysgol fel bod yr arweinwyr yn cael yr un amser i ffwrdd er mwyn iddynt allu cyfarfod, ond unwaith eto, mae hyn yn dwyn ei heriau. Gallai’r arweinydd mewn un ysgol fod yn gweithio rhan-amser ar ddydd Mercher, ac mae’n rhywbeth heriol iawn iawn mewn gwirionedd.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

“Weithiau, rhaid i ni gyfyngu faint o ddysgwyr sy’n gallu cymryd rhan mewn gweithgareddau allgyrsiol gan mai dim ond un aelod o staff sy’n gallu mynd, er enghraifft i gystadleuaeth athletau. Neu ni allwn gymryd rhan mewn cystadleuaeth pêl-rwyd gan mai dim ond un aelod o staff sydd gennym. Weithiau, mae’n anodd sicrhau amser i gynllunio fel y byddem yn dymuno gan ein bod mor brysur.” (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd)

“Trefnu asesiadau risg os ydym yn mynd ar ymweliad [iechyd a lles] rhywle – mae hyn i gyd yn cymryd amser. Pan fyddwch yn gwneud gwaith addysgu amser llawn, rydych chi’n marcio, yn gwneud popeth, yna os byddwch yn ychwanegu hynny [...] mae’n dalp ychwanegol o’ch amser.” (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd)

3.87. Yn gysylltiedig â hyn, amlygodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o’r rhan fwyaf o ysgolion y ffaith bod adnoddau ariannol yn her hefyd. Adroddwyd bod cyfyngiadau ar y gyllideb a’r codiad yng nghostau rhai gweithgareddau wedi cael effaith ar yr hyn y gallant ei ddarparu i ddysgwyr, gan gynnwys teithio oddi ar y safle i leoliadau gweithgareddau a chwaraeon, llogi lleoliadau, prynu adnoddau o ansawdd uchel a gwahodd asiantaethau allanol i’r ysgol.

“Arian yw’r un mawr. Rydym yn dymuno cael adnoddau a chyfleusterau da, ond heb yr arian, ni allwn wario, felly mae hynny’n her. Hefyd, yn y gorffennol, mae pobl yr arferent ddod atom am ddim o asiantaethau allanol yn gofyn am daliad nawr. Felly, mae cyllidebau pawb yn llai. Rhaid i ni weithio’n galed nawr i sicrhau grantiau a gweithio’n galed wrth chwilio am botiau o arian, felly mae hynny’n her, heb os.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

“Yn ystod cyrsiau hyfforddi […], rydym yn aml yn gweld yr adnoddau o ansawdd uchel sydd ar gael ac sy’n cael eu defnyddio mewn mannau eraill, fodd bynnag, nid oes gennym yr arian bob tro i allu prynu’r adnoddau hyn. Felly, rydym yn gallu bod mewn cyfyng-gyngor, efallai bod gennym y wybodaeth ond nid oes gennym yr offer o reidrwydd i weithredu pethau.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.88. Cyfeiriodd y rhan fwyaf o uwch arweinwyr ac ymarferwyr at ‘ymyriadau’[17] wrth ddisgrifio gweithgareddau yn eu hysgolion, gan gynnwys (i) mentrau, rhaglenni a chymorth a sicrhawyd yn allanol a oedd yn hysbysu neu’n ffurfio rhan o’r cwricwlwm Iechyd a Lles, a oedd ar gael i bob dysgwr; a (ii) chymorth wedi’i dargedu neu

[17] Dylid nodi, er bod cynrychiolwyr ysgolion yn cyfeirio at ymyriadau i gynorthwyo addysgu a dysgu ym Maes Iechyd a Lles yn gyson, nad yw hyn yn cyd-fynd â Fframwaith Cwricwlwm i Gymru yn llwyr, nad yw’n disgwyl i ymyriadau fod mewn grym i ddarparu’r Maes hwn.

gymorth gwahaniaethol ar gyfer grwpiau penodol o ddysgwyr ac sy'n gysylltiedig â lles, yn aml yn cael ei ddarparu'n fewnol gan yr ysgol neu gan bartneriaid. Amlygodd rhai o'r cyfranogwyr hyn y ffaith bod pwysau ar amser yn gwaethygu oherwydd yr angen i gydlynu, trefnu neu ddarparu mathau amrywiol o gymorth ar gyfer dysgwyr. Roedd rhai ymarferwyr yn profi anawsterau wrth reoli galwadau gwahanol amserlennu gweithgarwch o'r fath ochr yn ochr â'r cwricwlwm Iechyd a Lles yn y diwrnod ysgol.

3.89. Soniodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr am heriau amgylchiadau allanol, megis tlodi ac effaith barhaus pandemig COVID-19 ar iechyd a lles dysgwyr, a sut y mae angen i ddysgwyr, mewn sawl achos, gael eu meithrin cyn y byddant yn barod i ddysgu. Amlygodd un ymarferydd cynradd yr heriau y mae staff yn eu hwynebu wrth ymateb i amrywiaeth o anghenion iechyd a lles.

> "Weithiau rydw i'n credu ein bod yn ymgorffori popeth – o athro, i riant, i weithiwr cymdeithasol. Rydym yn gwneud popeth a byddech yn hoffi meddwl bod plant yn dod i'r ysgol mewn blwch bach yn barod i fynd, yn barod i ddysgu. Ond yn anffodus, nid yw hynny'n wir ar hyn o bryd. Credaf ein bod yn ymwneud llawer mwy â lles a lles emosiynol a sicrhau eu bod yn hapus ac yn iach." (Ymarferydd, Ysgol Gynradd)
>
> "Soniodd dau uwch arweinydd cynradd am ymateb i'r anghenion hyn trwy ymgymryd â dysgu proffesiynol sy'n seiliedig ar ddulliau sy'n seiliedig ar drawma. Soniodd y cyfranogwyr hyn am ba mor fuddiol y bu'r cyfleoedd dysgu proffesiynol hyn iddynt, gan nodi eu bod yn gallu cynorthwyo dysgwyr yn well yn eu hysgolion o ganlyniad. 'Rydw i wedi cwblhau'r diploma trawma ar gyfer arfer sy'n seiliedig ar drawma. Roedd hwn yn gwrs 11 diwrnod a oedd yn werthfawr iawn." (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.90. Mewn rhai ysgolion, soniodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr am yr heriau yr oeddent wedi eu hwynebu wrth gynorthwyo ac annog staff i ymwneud â'r broses o gyflwyno Maes Iechyd a Lles. Cyfeiriodd y cyfranogwyr hyn at lefelau hyder isel ymhlith rhai staff addysgu am eu rôl wrth gynllunio a darparu'r cam o gynnwys Maes Iechyd a Lles, a nododd un uwch arweinydd mewn ysgol uwchradd "nid oedd gennym hyder gan bod pobl yn holi 'A yw hyn yn iawn? A yw hyn yn anghywir?' Ac nid oeddem yn hollol siŵr'.

3.91. Nododd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr bod lefelau hyder isel yn arbennig o heriol o ganlyniad i'r gofyniad i addasu arferion yn erbyn cefndir lle y mae llwyth gwaith athrawon yn feichus a'r gofyniad i fodloni canlyniadau a thargedau.

> "Un o'r heriau mwyaf gyda Chwricwlwm i Gymru fu newid meddylfryd a dirnadaeth staff [...] dod â'r staff gyda chi. Mae'n ymwneud â hyder gan bod

gennych chi [rywun] yn dod i mewn ar ôl 20 mlynedd yn addysgu ac yn dweud [i athrawon] “dylech fod yn ei wneud fel hyn”. Ac ni ddylem anghofio bod gan staff ganlyniadau hefyd a thargedau i’w cyflawni yn ogystal. Mae’n fater o gymryd camau bychain a dechrau’n araf.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

“Her arall [yw bod] Cwricwlwm i Gymru yn gofyn cymaint gan staff. Rhaid i ni ymateb i dri fframwaith: llythrennedd, rhifedd, cymhwysedd digidol. Yna ceir y sgiliau craidd a sgiliau trawsgwricwlaidd. Mae’r galwadau mor ddwys.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

Cwestiwn ymchwil 2. Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru?

Trosolwg

Adroddodd pob ysgol gynradd ac uwchradd eu bod yn ddibynnol ar brofiad a gwybodaeth broffesiynol eu staff wrth gynllunio a gweithredu'r cwricwlwm Iechyd a Lles.

Fodd bynnag, roedd pob ysgol wedi manteisio ar ystod eang o ffynonellau er mwyn cynorthwyo wrth weithredu'r cwricwlwm yn y Maes hwn hefyd. Roedd hyn yn cynnwys canllawiau Cwricwlwm i Gymru, ymgysylltu â chymunedau ymarfer, gweithio mewn clystyrau a gwaith arall ar y cyd, megis gweithgorau o dan arweiniad awdurdodau lleol. Cyfeiriodd ysgolion at gymorth arall, gan gynnwys rhaglenni masnachol, cyrff cyhoeddus, rhwydweithiau a ffynonellau data prifysgol a phartneriaid teuluol a chymunedol.

Byddai rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr yn croesawu dysgu proffesiynol ychwanegol ynghylch asesu a chynnydd, gan gynnwys dulliau er mwyn deall a monitro datblygiad dysgwyr mewn perthynas â'u lles emosiynol. Adroddont hefyd y byddent yn gwerthfawrogi cyfleoedd i rannu a dysgu gan arfer effeithiol neu arloesol trwy gyfrwng dulliau ysgolion eraill tuag at y Maes hwn.

Byddai'r rhan fwyaf o ysgolion cynradd yn croesawu dysgu proffesiynol ynghylch yr agwedd gorfforol o Faes Iechyd a Lles a byddai dwy ysgol yn croesawu cyngor ynghylch sut i integreiddio'r Maes cwricwlwm hwn gydag ACRh.

Dim ond dwy ysgol uwchradd cyfrwng Cymraeg oedd yn y sampl, ond nododd y ddwy ysgol bod diffyg adnoddau addysgu yn Gymraeg, ac adroddont bod hyn wedi cael effaith negyddol ar amser staff ac ansawdd yr adnoddau y gallent eu cynnig i ddysgwyr.

3.92. Mae'r adran hon yn nodi pa adnoddau yr oedd ysgolion wedi manteisio arnynt wrth gynllunio a gweithredu'r Maes hwn o'r cwricwlwm, ynghyd â'r ddarpariaeth dysgu proffesiynol ychwanegol a nodwyd ganddynt fel darpariaeth a fyddai o gymorth wrth iddynt weithredu'r cwricwlwm ymhellach.

3.93. Fel y nodwyd uchod yn adran Methodoleg yr adroddiad hwn, roedd y cyfyngiadau o ran yr amser a oedd ar gael ar gyfer y trafodaethau gydag uwch arweinwyr ac ymarferwyr ysgolion yn aml yn cyfyngu ar y cyfleoedd i holi cwestiynau pellach er

mwyn ymchwilio ymhellach i'r wybodaeth a ddarparwyd gan yr ysgolion am y themâu hyn.

Cymorth er mwyn cynllunio'r cwricwlwm ym Maes Iechyd a Lles

3.94. Er bod yr holl ysgolion cynradd ac uwchradd wedi defnyddio gwybodaeth a phrofiad proffesiynol eu staff eu hunain wrth gynllunio'r Maes cwricwlwm hwn, roedd y rhan fwyaf wedi manteisio ar fathau eraill o gymorth. Roedd hyn yn cynnwys enghreifftiau o ymwneud â chymunedau ymarfer a/neu weithio mewn clystyrau.

3.95. Roedd cymunedau ymarfer yn gweithredu mewn amrywiaeth o ffyrdd a chyd-destunau. Roedd y rhain yn cynnwys grwpiau o ysgolion a oedd wedi bod yn ymwneud â datblygiad Maes Iechyd a Lles y cwricwlwm fel 'Arloeswyr Cwricwlwm' ers dechrau Cwricwlwm i Gymru; y rhai a fu'n ymwneud â'r Prosiect Ymholi Proffesiynol Cenedlaethol (PYPC) (Llywodraeth Cymru, 2025c)[18] a lansiwyd yn 2018 i gynorthwyo ymarferwyr i feithrin eu sgiliau ym maes ymholi ac addysgeg er mwyn gwella addysgu a dysgu; ysgolion oedd â chysylltiadau gydag ymchwilwyr ac ymarferwyr prifysgol; grwpiau anffurfiol a rhwydweithiau Consortia Rhanbarthol ac awdurdodau lleol.

3.96. Fel y nodwyd uchod, cyfeiriodd rhai ysgolion at eu defnydd o ganllawiau Cwricwlwm i Gymru ynghylch Iechyd a Lles, a'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig a'r disgrifiadau dysgu yn arbennig, fel y sail er mwyn adolygu eu darpariaeth a'u gweledigaeth ar gyfer eu cwricwlwm blaenorol. Adroddwyd y bu hyn yn werthfawr wrth gymell uwch arweinwyr ac ymarferwyr i fyfyrio am ddulliau blaenorol, gan helpu i nodi agweddau ar y cwricwlwm yr oedd angen rhoi mwy o ffocws iddynt.

3.97. Yn rhan fwyaf yr ysgolion, roedd statws uwch Iechyd a Lles fel un o Feysydd dynodedig y cwricwlwm wedi arwain at staff yn cael cyfleoedd i ymgysylltu â phrosiectau a gweithgareddau fel rhan o weithgarwch cydweithio rhwng ysgolion. Roedd y cyfleoedd hyn wedi cynnig profiad a dirnadaeth ychwanegol i ymarferwyr, yr oeddent wedi dylanwadu ar a chynorthwyo eu cynllun o'r cwricwlwm. Roedd enghreifftiau yn cynnwys cynllunio cynnydd fel rhan o waith clystyrau cynradd ac uwchradd, gweithgorau o dan arweiniad awdurdodau lleol er mwyn datblygu gweledigaeth ar y cyd ar gyfer Maes Iechyd a Lles a digwyddiadau lle y mae

[18] Lansiwyd y Prosiect Ymholi Proffesiynol Cenedlaethol yn 2018 i gynorthwyo ymarferwyr i feithrin eu sgiliau ymholi ac addysgeg er mwyn gwella addysgu a dysgu.

ymarferwyr wedi cyflwyno arfer da i ysgolion eraill, Llywodraeth Cymru a chynrychiolwyr consortia addysg rhanbarthol.

Gweithredu'r cwricwlwm ym Maes Iechyd a Lles

3.98. Adroddodd pob ysgol eu bod yn defnyddio ffurfiau amrywiol o gymorth allanol a oedd yn ymestyn neu'n cael eu cynnwys fel rhan o'u gweithredoedd gwahanol ym Maes Iechyd a Lles. Roedd hyn yn cynnwys amrediad o raglenni, sefydliadau ac adnoddau eraill, y nodir eu manylion yn Atodiad C. Mae rhai o'r prif ffynonellau cymorth yn cynnwys y rhai a restrir isod, a drafodir yn yr adran hon:

- Mentrau a rhaglenni/ymyriadau masnachol, sef Thrive ac ELSA yn arbennig
- SHRN
- Chwaraeon Cymru
- Sefydliadau addysg uwch
- Rhaglenni cymorth i deuluoedd
- Profiadau dysgu y tu hwnt i'r ystafell ddosbarth, er enghreifftiau teithiau preswyl a chystadlaethau'r Urdd.

3.99. Cyfeiriwyd at Thrive (Thrive, 2024)19 yn gyson gan ysgolion, gan gynnwys yr holl ysgolion cynradd, a oedd yn defnyddio'r rhaglen hyfforddiant a'r feddalwedd hon i gynorthwyo eu gwaith ar y cwricwlwm Iechyd a Lles a'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol.

3.100. Nododd tri uwch arweinydd bod niferoedd cynyddol o ymarferwyr wedi cymryd rhan mewn gweithgarwch dysgu proffesiynol dwys, gan sicrhau cymwysterau ychwanegol mewn arferion sy'n seiliedig ar drawma. Adroddodd un uwch arweinydd mewn ysgol gynradd bod hyn wedi golygu "cryn fuddsoddiad" ond roeddent o'r farn bod y "budd yn enfawr" o ran dealltwriaeth ymarferwyr o sut i gynnig cymorth emosiynol priodol i ddysgwyr.

> "Rydym wedi newid ein diwylliant o ran bod ar gael yn emosiynol i [ddysgwyr]. Ni all plant ddysgu oni bai bod eu lles yn iawn – mae'n rhywbeth yr ydym yn canolbwyntio arno yn ddyddiol, yn enwedig gyda'n dysgwyr mwy agored i niwed. Mae cael amser i brosesu'r hyn sydd wedi digwydd gyda'n plant mwyaf

[19] Mae Thrive yn ddull masnachol ar gyfer ysgol neu leoliad cyfan, sy'n seiliedig ar drawma, a'i ddiben yw helpu i wella iechyd meddyliol a lles plant a phobl ifanc, rhoi hwb i bresenoldeb a gwella ymddygiad.

heriol yn rhan enfawr o’n dull, a’n ffordd o feddwl.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.101. Defnyddiwyd ymyrraeth ELSA hefyd gan rai ysgolion cynradd i gynorthwyo eu gwaith ym Maes Iechyd a Lles a datblygiad y dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Fel arfer, darparwyd yr ymyrraeth ar gyfer plant a phobl ifanc a oedd yn cael anhawster gyda heriau emosiynol y gallent ddylanwadu ar eu dysgu, eu hymddygiad a’u rhyngweithio cymdeithasol. Yn gyffredinol, fe’i ddarparwyd gan staff cymorth neu gynorthwywyr addysgu hyfforddedig o dan drefniant un-i-un neu mewn grwpiau bychain.

3.102. Rhoddodd ysgolion enghreifftiau o’r ffordd yr oedd y data a gasglwyd ac a ddadansoddwyd yn dilyn eu harolygon SHRN wedi dylanwadu ar benderfyniadau ynghylch addysgu a dysgu ym Maes Iechyd a Lles. Nododd uwch arweinwyr bod yr arolygon wedi cynnig dirnadaeth er mwyn helpu i flaenoriaethu pynciau a thestunau i roi sylw iddynt gyda dysgwyr mewn grwpiau blwyddyn gwahanol, fel y nodwyd mewn adrannau cynharach o’r adroddiad hwn. Nododd uwch arweinwyr ac ymarferwyr ysgolion uwchradd yn arbennig bod data SHRN yn bwydo i mewn i’r broses o ddiweddaru unedau gwaith neu gyrsiau a addysgwyd yn yr ysgol. Defnyddiwyd data SHRN ysgolion hefyd i gyfrannu at gymorth bugeiliol neu ymyriadau a gweithgareddau allgyrsiol.

> “Rydym hefyd yn cydweithio’n agos gyda’r swyddog diogelu yn yr ysgol, gan geisio dysgu o’r hyn yr ydym wedi’i glywed gan bartneriaid allanol...a chyflwyno pethau mewn ymateb i hyn. Rydym hefyd yn cynnal archwiliad o lesiant emosiynol dysgwyr – er mwyn deall pa fathau o bethau yr hoffent eu gweld yn cael eu cynnwys. Mae cymaint o hyn yn dod o SHRN ond caiff ei ddylanwadu hefyd gan y pethau y mae’n rhaid i ni eu cynnwys yn y cwricwlwm. Mae’r ddarpariaeth yn newid o flwyddyn i flwyddyn wrth i ni ymateb.” (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd)

3.103. Roedd nifer o’r ysgolion wedi defnyddio adnoddau Chwaraeon Cymru i gynorthwyo wrth weithredu’r cwricwlwm Iechyd a Lles. Trwy gyfrwng ei blatfform ar-lein dwyieithog, Citbag (Chwaraeon Cymru, 2024b), mae Chwaraeon Cymru (2024a) yn cynnig adnoddau am ddim i ymarferwyr, er mwyn iddynt allu cynllunio sesiynau creadigol fel rhan o addysg iechyd a lles corfforol. Soniodd ymarferwyr bod Chwarae i Ddysgu, sef un o’r rhaglenni o fewn Citbag, yn ddefnyddiol.20. Roedd

[20] Nod Chwarae i Ddysgu yw annog plant tair i saith oed i fod yn weithredol yn gorfforol ac i ddysgu sgiliau symud allweddol (Chwaraeon Cymru, 2025)

dau ymarferydd mewn un ysgol gynradd wedi cwblhau cwrs hyfforddiant Chwarae i Ddysgu, a oedd wedi eu haddysgu ‘nad oes yn rhaid gwneud datblygu sgiliau corfforol dysgwyr trwy gyfrwng gwersi AG a bod modd ei wneud trwy annog plant i fod yn fwy gweithredol fel rhan o wersi bob dydd’ (Ymarferydd, Ysgol Gynradd). Roedd rhai o’r ysgolion wedi manteisio ar weithdai hefyd, er mwyn cyfrannu at y gwaith o gynllunio’r cwricwlwm, arfer cynnydd a defnyddio adnoddau Citbag.

3.104. Roedd rhai ysgolion wedi gweithio gyda phrifysgol yn eu rhanbarth i gynllunio eu cwricwlwm Iechyd a Lles. Roedd ymarferwyr yn yr ysgolion hyn wedi cymryd rhan mewn rhwydweithiau cydweithredol a oedd yn cynnwys staff prifysgol ac ymchwilwyr. Lluniwyd safleoedd ar y we lle y rhannwyd adnoddau; a rhannwyd arfer proffesiynol trwy gyfrwng ymweliadau anffurfiol, digwyddiadau dysgu proffesiynol, a seminarau ymchwil.

> ‘Roedd ymchwilydd a oedd yn arbenigo mewn AG wedi dod i mewn i’n cynorthwyo ar lefel prifysgol i ystyried ein dulliau a chynllunio ein dull ar gyfer gwersi AG ac mae hyn yn rhan o’r hyn a wnawn o hyd.’ (Ymarferydd, Ysgol Gynradd)

3.105. Mewn rhai achosion, roedd ysgolion wedi ymgysylltu â theuluoedd eu dysgwyr mewn ffyrdd a oedd yn gysylltiedig â Maes Iechyd a Lles. Nod y gwaith ymgysylltu hwn â theuluoedd oedd cyflawni amrediad o amcanion: codi ymwybyddiaeth o newidiadau i’r cwricwlwm; hyrwyddo negeseuon ynghylch bwyta’n iach, cysylltu gyda thema Maes Iechyd a Lles a hyrwyddo cysylltiadau cymunedol.

3.106. Roedd rhai ysgolion wedi cydweithio gyda phartneriaid cymunedol, ac wedi eu galluogi i ymwreiddio ethos cydweithio’n agos gyda phartneriaid allanol ar y safle fel rhan o’u gweledigaeth i weithredu fel ‘canolfan’ ar gyfer eu hardal leol. Roedd enghreifftiau yn cynnwys annog defnydd rhieni/gofalwyr a grwpiau cymunedol o gaffi yr ysgol mewn un ysgol gynradd a chynnal grwpiau mamau a phlant bach er mwyn hyrwyddo ymwybyddiaeth o faeth a bwyta’n iach mewn ysgol uwchradd. Roedd darparu clybiau brecwast wedi galluogi rhai ysgolion i wella iechyd a lles trwy gyfrwng mwy o gydlyniant cymdeithasol yn y gymuned, maeth o ansawdd da, a lledaenu gwybodaeth am fwyd iach.

> ‘...ar ddydd Mercher, cynhelir y clwb brecwast...bydd pobl yn dod a chael brecwast gyda’i gilydd. Felly, mae hynny’n cysylltu gyda chryn dipyn o’r hyn a wnawn mewn gwirionedd...mae’n dwyn y gymuned ynghyd ac mae’n dod â...lles da.’ (Uwch arweinydd, Ysgol Gynradd)

> ‘Fel ysgol, rydym wedi rhoi pwyslais enfawr ar fwyd. Felly mae’r hyn a gynigiwn yn ein clwb brecwast yn sylweddol ...ac rydym wir wedi ystyried iechyd a phwysigrwydd osgoi bwyd wedi’i brosesu’n helaeth yn ein cynnig. Ac rydym wedi gweithio gyda rhieni ar hynny, felly mae dysgu am fwyd da, tyfu bwyd da, coginio bwyd da, bwyta bwyd da, yn rhan o bopeth a wnawn.’ (Uwch arweinydd, Ysgol Gynradd)

3.107. Roedd rhai ysgolion cynradd ac uwchradd wedi ymateb i gyfleoedd a gynigiwyd gan sefydliadau allanol megis prifysgolion, clybiau pêl-droed proffesiynol, elusennau (er enghraifft, NSPCC, Stormbreak, Sefydliad Prydeinig y Galon) a chyrff cenedlaethol (Chwaraeon Cymru, yr Urdd) i gael gweithgareddau y tu allan i’r ysgol a oedd yn cynorthwyo iechyd a lles trwy fod y tu allan, yn gystadleuol a/neu brofiadau preswyl.

> “Gweithgareddau allgyrsiol, rydym yn ceisio sicrhau ein bod yn cynnig digon o gyfleoedd iddynt gymryd rhan yng nghystadlaethau’r Urdd a phethau eraill. Maent yn cael cyfleoedd i fynd ar ymweliadau preswyl, mae criw o Flwyddyn 6 yn mynd i Langrannog, sy’n cynorthwyo eu hiechyd a’u lles hefyd.” (Uwch arweinydd, Ysgol Gynradd)

> “Maent yn cael cyfleoedd gwych. Rydym yn teithio ar draws Cymru i gystadlu, byddwn yn mynd i Gaerdydd i gystadlu yng nghystadlaethau’r Urdd, cystadlaethau rhanbarthol. Mae ein tîm rygbi wedi teithio i ogledd Cymru i gystadlu. Felly mae ein dysgwyr yn cael cyfleoedd gwych a phrofiadau gwerthfawr trwy gyfrwng gweithgarwch allgyrsiol.” (Uwch arweinydd, Ysgol Uwchradd)

Dysgu proffesiynol yn y dyfodol ar gyfer Maes Iechyd a Lles

3.108. Nododd uwch arweinwyr ac ymarferwyr o ysgolion cynradd ac uwchradd sawl maes lle y mae gofyn cael cymorth pellach ar gyfer y Maes cwricwlwm hwn. Nododd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr y byddent yn croesawu cymorth pellach ynghylch asesu a chynnydd, gan gynnwys dulliau er mwyn deall a monitro datblygiad dysgwyr mewn perthynas â’u lles emosiynol. Adroddodd y cyfranogwyr hyn y byddent yn gwerthfawrogi cyfleoedd i rannu a dysgu gan arfer effeithiol neu arloesol trwy gyfrwng dulliau ysgolion eraill yn y Maes hwn.

3.109. Roedd rhai ymarferwyr wedi enwi materion ac agweddau penodol hefyd, lle’r oeddent yn teimlo’n llai hyderus yn eu darpariaeth, yn enwedig wrth gynnwys materion mwy sensitif sy’n gysylltiedig ag ymddygiad iach, cydberthnasoedd, a’r heriau y bydd rhai dysgwyr y tu allan i’r ysgol yn eu hwynebu. Roedd pynciau penodol a godwyd gan un ymarferydd ysgol uwchradd yn cynnwys diddordeb mewn manteisio ar ddysgu proffesiynol sy’n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau, fepio a dulliau er mwyn helpu i feithrin cydberthnasoedd cadarnhaol.

> “Rydw i wedi mynychu cwrs ar gasineb at fenywod – sy’n broblem i ni yn yr ysgol. Mae cwmni sy’n cynnig rhaglen cenhadon ar gyfer staff a dysgwyr chweched dosbarth. Ond roedd yn costio £1500 ac ni fu modd i ni fanteisio arno oherwydd y gost. Byddai’n wych, ond ni allwn fanteisio ar rai pethau.” (Ymarferydd, Ysgol Uwchradd)

3.110. Nododd un ysgol gynradd ac un ysgol uwchradd y byddent yn croesawu cymorth a dysgu proffesiynol hefyd er mwyn archwilio’r berthynas rhwng ACRh a Maes Iechyd a Lles a’r potensial o’u hintegreiddio. Fel yr adroddodd un ymarferydd mewn ysgol gynradd, “mae sawl peth yn gorgyffwrdd rhwng ACRh ac Iechyd a Lles [felly mae angen] cyngor arnom am y ffordd o gynnwys ACRh mewn ffordd drawsgwricwlaidd sy’n gysylltiedig ag Iechyd a Lles – fel ei fod yn rhan fwy naturiol o’r cwricwlwm.” (Ymarferydd, Ysgol Gynradd).

3.111. Adroddodd uwch arweinwyr ac ymarferwyr yn y rhan fwyaf o ysgolion cynradd eu bod yn dymuno cael mwy o gymorth gyda’r agwedd gorfforol ar iechyd a lles. Roedd enghreifftiau a roddwyd gan unigolion yn cynnwys “sut y mae’r fersiwn newydd o AG yn edrych” (Uwch arweinydd, Ysgol Gynradd); mwy o ddysgu proffesiynol am ddatblygiad plant ar gyfer ymarferwyr sy’n ymuno â’r proffesiwn, “yn enwedig yr agwedd gorfforol” (Ymarferydd, Ysgol Gynradd); a mwy o ganllawiau am sgiliau corfforol.

> “Mwy o ganllawiau am sgiliau corfforol er mwyn sicrhau bod pob dysgwr yn cael yr un cyfleoedd a’u bod yn cyrraedd pwynt lle y maent yn meddu ar y sgiliau sylfaenol cyn iddynt gyrraedd yr ysgol uwchradd. Rydym yn dymuno sicrhau bod dysgwyr yn gallu trin pêl, yn gallu neidio, yn gallu gwneud symudiadau sylfaenol. Heb y canllawiau hyn, mae’n anodd i ni wybod ein bod yn gwneud popeth y dylem i roi’r sgiliau y mae eu hangen arnynt i’r dysgwyr. Rydym yn dymuno sicrhau nad ydym yn gwneud ymdrech gyda rhywbeth na fydd yn cael effaith gadarnhaol.” (Ymarferydd, Ysgol Gynradd)

3.112. Roedd un mater pellach a godwyd gan y ddwy ysgol uwchradd cyfrwng Cymraeg yn y sampl, a oedd wedi effeithio ar eu gweithrediad o Faes Iechyd a Lles, yn ymwneud ag argaeledd adnoddau addysgu Cymraeg. Nododd un ysgol eu bod yn “treulio llawer o amser” yn cyfieithu adnoddau eu hunain, gan nodi bod hyn yn cymryd amser ychwanegol a’i fod yn cael ei wneud y tu allan i oriau swyddogol yr ysgol fel arfer. Mynegwyd pryder gan uwch arweinwyr yn y ddwy ysgol hon am y diffyg cydraddoldeb gan nad oes modd troi at ddeunyddiau dwyieithog.

> “Ac rydych chi’n colli allan ar yr ansawdd – os yw adnoddau Saesneg wedi cael eu cynllunio neu eu hanimeiddio yn dda iawn, ni allwn efelychu hynny... wrth gyfieithu adnoddau ein hunain.” (Uwch Arweinydd, Ysgol Uwchradd)

4. Casgliadau

4.1. Nod yr ymchwil oedd cynnig atebion archwiliadol i ddau gwestiwn ymchwil trosfwaol mewn perthynas â'r ffordd y mae gweithredu Cwricwlwm i Gymru mewn ysgolion yn cynorthwyo Maes Iechyd a Lles.

- Cwestiwn ymchwil 1: Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles yn cael eu gweithredu yn ymarferol?
- Cwestiwn ymchwil 2: Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru?

Cwestiwn ymchwil 1: Sut mae canllawiau Cwricwlwm i Gymru mewn perthynas â Maes Iechyd a Lles eu gweithredu yn ymarferol?

Cyfleoedd a gynigir gan Faes Iechyd a Lles

4.2. Roedd yr holl ysgolion a oedd wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth hon yn croesawu'r cyfleoedd a ddarparwyd trwy Fframwaith Cwricwlwm i Gymru i ddatblygu cwricwlwm Iechyd a Lles sy'n ymateb mewn ffordd benodol i'w cyd-destun nhw ac i anghenion eu dysgwyr.

4.3. O'r trafodaethau yn yr astudiaeth hon, nododd pob ysgol bod iechyd a lles yn flaenoriaeth yng nghynllun datblygu eu hysgol a'i fod yn rhan ganolog o'u gweledigaeth ar gyfer y cwricwlwm. Adroddodd rhai ysgolion bod iechyd a lles yn mwynhau statws uwch o dan drefniadau'r cwricwlwm newydd a bod mwy o amser yn cael ei neilltuo i addysgu a dysgu yn y Maes hwn.

4.4. Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod pob ysgol yn datblygu dull holistaidd tuag at gynorthwyo iechyd a lles, gan gynnwys iechyd a datblygiad corfforol, iechyd meddwl a llesiant emosiynol a meddyliol. Mae hyn yn adlewyrchu gofynion a nodwyd yn y canllawiau ar gyfer Maes Iechyd a Lles. Mewn ysgolion cynradd, roedd iechyd a lles yn cael ei integreiddio yn y cwricwlwm ehangach fel arfer, ac yn cael ei ymwreiddio fel rhan o bynciau a thestunau, yn hytrach na chael ei addysgu fel Maes ar wahân. Roedd ysgolion uwchradd yn cyfeirio at ddatblygu dull holistaidd wrth gynllunio'r Maes hwn, gan hyrwyddo'r rhyng-gysylltiadau rhwng gwahanol agweddau ar y Maes.

4.5. Adroddodd y rhan fwyaf o uwch arweinwyr ac ymarferwyr bod y gwaith o gynllunio’r cwricwlwm ar gyfer Maes Iechyd a Lles yn aml yn cael ei hysbysu gan drafodaethau gyda dysgwyr er mwyn sicrhau bod yr addysgu a’r dysgu yn berthnasol ac yn ddiddorol. Adroddodd hanner yr ysgolion eu bod yn defnyddio data ar gyfer eu hysgol a gasglwyd trwy arolwg y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) er mwyn cyfrannu at y gwaith o gynllunio’r cwricwlwm.

4.6. Yn ôl uwch arweinwyr, roedd cyflwyno’r Maes hwn yn dechrau cael effaith gadarnhaol ar ddealltwriaeth dysgwyr o’u hiechyd a’u lles eu hunain, ar eu gallu i fynegi problemau pan fyddent yn codi, a’u gwybodaeth o sut a ble i fanteisio ar gymorth ar gyfer eu lles.

Cynllun a strwythur Maes Iechyd a Lles

4.7. Adroddodd pob ysgol bod y broses o gynllunio Maes Iechyd a Lles wedi cynnwys adolygu ac archwilio’r ddarpariaeth flaenorol yn y lle cyntaf. Adroddwyd bod agweddau o’r Fframwaith, yn arbennig y datganiadau o’r hyn sy’n bwysig wedi cael eu defnyddio’n eang gan ysgolion i gefnogi cynllunio’r cwricwlwm.

4.8. Adroddodd rhai uwch arweinwyr, fodd bynnag, y byddent wedi cael budd o gael canllawiau am ddulliau wrth gynllunio gwaith yn y Maes hwn yn gynharach. Nododd eraill, wrth symud ymlaen, y byddent yn croesawu cael adborth am eu dull yn y Maes hwn o’r cwricwlwm er mwyn cyfrannu at ddatblygiadau yn y dyfodol.

4.9. Roedd tystiolaeth a ddarparwyd gan ysgolion cynradd ac uwchradd yn dynodi eu bod yn canolbwyntio ar sicrhau bod Maes Iechyd a Lles yn cael ei gynllunio er mwyn bodloni anghenion pob dysgwr. Amlygodd nifer o uwch arweinwyr ac ymarferwyr bwysigrwydd amgylchedd dysgu diddorol ac sy’n ennyn diddordeb; sgiliau a chymhwysedd staff i fod yn ymatebol ac yn gyfarwydd ag anghenion dysgwyr sydd â gwahanol nodweddion; a phwysigrwydd gwaith adolygu a gwerthuso cyson er mwyn helpu i ysgogi gwelliannau yn y gwaith cynllunio a gweithredu.

4.10. Disgrifiwyd gwahanol strwythurau arwain gan ysgolion, fodd bynnag, roedd pwyslais ar dull cydweithredol a chyfunol yn un nodwedd gyffredin ar draws y sampl. Ym mhob ysgol, nododd uwch arweinwyr eu bod wedi ceisio cynllunio Maes Iechyd a Lles i gyd-fynd â’r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Roedd nifer o’r arferion a ddisgrifiwyd gan uwch arweinwyr ac ymarferwyr trwy gydol yr

ymchwil yn amlygu aliniad y cynllun, y dysgu a’r addysg ym Maes Iechyd a Lles a darpariaeth eu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Adroddodd ysgolion bod aelod o’r UDA yn arwain y dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol a bod yr unigolyn hwn yn meddu ar y cyfrifoldeb o arwain neu o gael trosolwg o Faes Iechyd a Lles fel arfer.

4.11. Roedd rhai ysgolion uwchradd yn rhoi pwyslais ar hyrwyddo ymdeimlad o gyfrifoldeb ar y cyd ymhlith yr holl staff dros gynorthwyo iechyd a lles. Cyfeiriodd yr holl ysgolion cynradd at gynllunio integredig er mwyn sicrhau aliniad rhwng addysgu a dysgu ym Maes Iechyd a Lles a’r gweithgareddau a gynhaliwyd fel rhan o’r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol.

4.12. Roedd trafodaethau gydag ysgolion wedi datgelu lefelau amrywiol o ran gweithio mewn clystyrau yn ymwneud â Maes Iechyd a Lles. Adroddodd ysgolion cynradd ac uwchradd am wahanol brofiadau o ran cydweithio rhwng ysgolion: nododd rhan fwyaf yr ysgolion cynradd yn y sampl bod gweithio mewn clystyrau yn digwydd rhwng ysgolion cynradd, heb gynnwys ysgolion uwchradd; fodd bynnag, dywedodd pob ysgol uwchradd yn y sampl bod rhywfaint o gydweithio yn gysylltiedig ag Iechyd a Lles wedi digwydd gydag ysgolion cynradd yn eu clwstwr nhw.

4.13. Pan gyfeiriodd ysgolion at rwystrau wrth weithio mewn clystyrau, roedd yr heriau y soniwyd amdanynt yn cyfeirio at wahanol amserlenni gweithredu a ddilynwyd gan ysgolion cynradd ac uwchradd a’r heriau a’r cyfyngiadau ymarferol sy’n ymwneud â chydlynu gweithgarwch ar draws clwstwr gyda niferoedd mawr o ysgolion cynradd sy’n bwydo, yr oedd pob un ohonynt wedi datblygu eu dulliau eu hunain er mwyn cynllunio’r cwricwlwm.

Addysgeg er mwyn cynorthwyo addysgu a dilyniant ym Maes Iechyd a Lles

4.14. Canfu’r gwaith ymchwil bod pob uwch arweinydd ar draws sampl yr ysgolion wedi disgrifio bod datblygu addysgu a dysgu o ansawdd uchel ym Maes Iechyd a Lles yn flaenoriaeth. Roedd ysgolion wedi mabwysiadu amrediad o ddulliau addysgeg, gyda rhai yn adrodd bod y 12 egwyddor addysgegol yn nodwedd gref o’r dulliau hyn. Roedd enghreifftiau o ddulliau addysgeg a ddefnyddiwyd gan ysgolion yn cynnwys asesu ar gyfer dysgu, dulliau sy’n seiliedig ar ymholi, sesiynau a arweinir gan

ddysgwyr neu gymheiriaid, dulliau sy'n pwysleisio pwysigrwydd gwaith tîm a gwneud penderfyniadau, a defnyddio dysgu yn yr awyr agored.

4.15. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion cynradd ac uwchradd yn defnyddio addysgeg berthynol, er enghraifft, arfer adferol, fel un ffordd o fynd i'r afael â datganiad yr hyn sy'n bwysig 'cydberthnasoedd iach' fel rhan o'u ffocws ar gryfhau cysylltiadau gyda dysgwyr. Roedd rhan fwyaf yr ysgolion cynradd yn defnyddio dulliau addysgeg sy'n seiliedig ar drawma hefyd, gan adlewyrchu'r aliniad rhwng Maes Iechyd a Lles a'r dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol, sy'n pwysleisio pwysigrwydd dysgwyr yn cael eu haddysgu gan "athrawon tra hyfforddedig sydd â chryn gymhelliant ac ymwybyddiaeth o drawma" (Llywodraeth Cymru, 2021).

4.16. Tanlinellodd pob ysgol eu defnydd o ddulliau sy'n canolbwyntio ar y dysgwr er mwyn asesu cynnydd mewn Iechyd a Lles. Anogwyd dysgwyr i gyflawni rôl weithredol wrth asesu eu cynnydd ym mhob ysgol gynradd ac uwchradd. Roedd ysgolion cynradd yn cynnwys eu dysgwyr mewn adolygiadau cynnydd, lle'r anogwyd dysgwyr i rannu eu cynnydd gyda rhieni/gofalwyr a gyda'i gilydd. Adroddodd ysgolion uwchradd eu bod yn cynnwys amser gyda thiwtoriaid, ymarferwyr a chymheiriaid er mwyn i ddysgwyr fyfyrio am gynnydd a chysylltu hyn gyda'u lles.

4.17. Defnyddiwyd camau cynnydd i gyfrannu at ddulliau er mwyn asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes yn ôl yr holl ysgolion. Roedd rhai ysgolion wedi adrodd eu bod wedi cydweithio gyda phartneriaid clwstwr i fapio cynnydd. Amlygodd nifer o gyfranogwyr, fodd bynnag, nad oedd dealltwriaeth genedlaethol ar y cyd o asesu cynnydd dysgwyr yn y Maes hwn.

4.18. Adroddodd rhan fwyaf yr ysgolion am ansicrwydd mewn perthynas â'u gwaith ar gynnydd, o ganlyniad i'r ffaith bod Iechyd a Lles yn Faes cwricwlwm cymharol newydd, a natur gymhleth y meysydd llesiant cymdeithasol, emosiynol a meddyliol a'r anawsterau y maent yn eu hwynebu wrth 'fesur' y rhain yn yr ystyr traddodiadol.

4.19. Adroddodd rhai ysgolion uwchradd bod cynllunio'r cwricwlwm Iechyd a Lles ar gyfer Blynyddoedd 7 i 9 cyn cyhoeddi'r manylebion TGAU newydd wedi cyflwyno heriau pellach wrth ystyried dulliau ar gyfer cynnydd.

Heriau a wynebir ym Maes Iechyd a Lles

4.20. Adroddodd pob ysgol eu bod yn wynebu heriau wrth sicrhau'r amser i gynllunio ar gyfer y Maes a chymryd rhan mewn a darparu gweithgareddau iechyd a lles, megis teithiau ysgol a chystadlaethau chwaraeon o ganlyniad i lwyth gwaith ac argaeledd staff. Amlygont bwysigrwydd amser neilltuedig yn amserlen yr ysgol er mwyn cyflawni hyn.

4.21. Soniodd rhai ymarferwyr ac uwch arweinwyr am yr heriau cymdeithasol ehangach sy'n effeithio ar waith ysgolion yn y maes hwn, gan gyfeirio at effeithiau tlodi ac effaith barhaus pandemig COVID-19 ar iechyd a lles dysgwyr. Yn yr ysgolion hyn, cyfeiriodd cyfranogwyr at bwysigrwydd meithrin a chynnig cymorth priodol i ddysgwyr cyn eu bod yn barod i ddysgu.

4.22. Cyfeiriodd rhai uwch arweinwyr ac ymarferwyr at lefelau hyder isel ymhlith rhai staff addysgu am eu rôl wrth gynllunio a darparu Maes Iechyd a Lles. Nodwyd hyn yn arbennig yng nghyd-destun llwyth gwaith beichus ymarferwyr a'r gofyniad i addasu arferion.

4.23. Adroddodd uwch arweinwyr o'r rhan fwyaf o ysgolion am heriau sy'n gysylltiedig â chyfyngiadau ar y gyllideb a'r codiad yng nghostau gweithgareddau, megis teithio oddi ar y safle ar gyfer chwaraeon, a gwahodd asiantaethau allanol i'r ysgol.

Cwestiwn ymchwil 2: Sut mae lleoliadau ac ymarferwyr yn cael eu cynorthwyo i weithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru?

4.24. Roedd pob ysgol gynradd ac uwchradd wedi adrodd am y ffaith eu bod yn ddibynnol ar brofiad a gwybodaeth broffesiynol eu staff wrth gynllunio a gweithredu'r cwricwlwm Iechyd a Lles.

4.25. Fodd bynnag, manteisiodd ysgolion ar gymorth mewn amrywiaeth o ffyrdd er mwyn gweithredu Maes Iechyd a Lles fel rhan o Gwricwlwm i Gymru. Roedd enghreifftiau yn cynnwys defnyddio canllawiau Cwricwlwm i Gymru, ymgysylltu â chymunedau ymarfer, gweithio mewn clystyrau, a gweithgareddau partneriaeth eraill megis gweithgorau a arweinir gan awdurdodau lleol.

4.26. Cyfeiriodd rhai ysgolion at eu defnydd o ganllawiau Cwricwlwm i Gymru ynghylch Iechyd a Lles, yn enwedig y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig a'r disgrifiadau dysgu,

fel sylfaen ar gyfer adolygu eu darpariaeth flaenorol o ran y cwricwlwm ac er mwyn datblygu eu dull yn y Maes hwn. Bu hyn yn werthfawr wrth ganiatáu i uwch arweinwyr ac ymarferwyr fyfyrio am ddulliau blaenorol a nodi agweddau ar y Fframwaith yr oedd angen rhoi mwy o ffocws iddynt fel rhan o'r trefniadau ar gyfer eu cwricwlwm newydd.

4.27. Yn rhan fwyaf yr ysgolion, nododd uwch arweinwyr bod staff wedi cael cyfleoedd i ymgysylltu â phrosiectau a gweithgareddau fel rhan o weithgarwch cydweithio rhwng ysgolion. Roedd y cyfleoedd hyn wedi cynnig profiad a dirnadaeth ychwanegol i ymarferwyr, ac roedd hyn wedi dylanwadu ar a chynorthwyo cynllun eu cwricwlwm wedi hyn. Roedd enghreifftiau o'r cyfleoedd hyn yn cynnwys cynllunio cynnydd fel rhan o waith clwstwr cynradd ac uwchradd ac ymgysylltu â gweithgorau o dan arweiniad awdurdodau lleol i ddatblygu gweledigaeth ar y cyd ar gyfer Maes Iechyd a Lles.

4.28. Roedd pob ysgol hefyd wedi manteisio ar ffynonellau allanol i gynorthwyo wrth weithredu'r cwricwlwm. Roedd enghreifftiau a roddwyd gan ysgolion unigol yn cynnwys ymgysylltu â phrifysgolion, clybiau pêl-droed proffesiynol, elusennau a chyrff cenedlaethol fel Chwaraeon Cymru a'r Urdd, sy'n darparu gweithgareddau sy'n cynorthwyo iechyd a lles dysgwyr trwy gyfrwng profiadau yn yr awyr agored, cystadleuol a/neu breswyl.

4.29. Roedd rhai ysgolion wedi ymgysylltu â theuluoedd eu dysgwyr a oedd yn cysylltu â Maes Iechyd a Lles, er enghraifft er mwyn hyrwyddo negeseuon am fwyta'n iach. Roedd rhai wedi cydweithio gyda phartneriaid cymunedol hefyd, a'u galluogi i ymwreiddio ethos gweithio gyda'r grwpiau hyn ar y safle i gynorthwyo iechyd a lles, er enghraifft defnyddio caffi yr ysgol, fel rhan o'u gweledigaeth ehangach o weithredu fel 'canolfan' ar gyfer eu hardal leol.

4.30. Er bod rhai ysgolion wedi cymryd rhan mewn dysgu proffesiynol a oedd yn ymwneud â Maes Iechyd a Lles yn benodol, nid oedd y rhan fwyaf wedi gwneud hynny. Mewn rhai achosion, cyfeiriodd uwch arweinwyr at y gost a'r amser fel y prif rwystrau a oedd wedi atal gweithgarwch ymgysylltu gyda dysgu proffesiynol allanol.

4.31. Nododd ysgolion enghreifftiau o feysydd neu bynciau a thestunau y byddent yn croesawu cyfleoedd i ymgysylltu â dysgu proffesiynol pellach yn eu cylch, yn gysylltiedig â Maes Iechyd a Lles. Roedd gofyn i rai uwch arweinwyr ac ymarferwyr o ysgolion cynradd ac uwchradd gael cymorth ynghylch asesu a chynnydd, gan gynnwys dulliau er mwyn deall a monitro datblygiad dysgwyr mewn perthynas â'u

llesiant emosiynol. Adroddont hefyd y byddent yn gwerthfawrogi cyfleoedd i rannu a dysgu gan arfer effeithiol neu arloesol trwy gyfrwng dulliau ysgolion eraill yn y Maes hwn.

4.32. Byddai'r rhan fwyaf o ysgolion cynradd yn croesawu dysgu proffesiynol am yr agwedd gorfforol ar Faes Iechyd a Lles a byddai dwy ysgol yn croesawu cyngor ynghylch sut i integreiddio'r Maes cwricwlwm hwn gydag ACRh.

4.33. Dim ond dwy ysgol uwchradd cyfrwng Cymraeg oedd yn y sampl, ond nododd y ddwy y ffaith bod diffyg adnoddau addysgu Cymraeg, ac adroddont bod hyn wedi cael effaith negyddol ar amser y staff ac ansawdd yr adnoddau y gallent eu cynnig i ddysgwyr.

Meysydd i'w hystyried ar gyfer Maes Iechyd a Lles

4.34. Nododd yr ymchwil angen clir yn y Maes hwn i ysgolion gael cymorth wrth ddatblygu arfer hyderus er mwyn mesur cynnydd disgyblion. Gan fod sawl ysgol wedi adrodd ei bod hi'n ddyddiau cynnar o ran gweithgarwch cynllunio ar gyfer cynnydd ac asesu, dylid ystyried cynnig cymorth ychwanegol i ysgolion ddatblygu arferion asesu effeithiol ym Maes Iechyd a Lles.

4.35. Mae tystiolaeth a gasglwyd yn ystod yr astudiaeth yn awgrymu, er bod gwaith wedi cael ei wneud rhwng ysgolion i gefnogi datblygiadau yn y Maes hwn, bod sgôp i ymgymryd â gweithgarwch pellach ar y cyd i gynorthwyo gwaith cynllunio. Mae'r ymchwil yn dynodi nad oedd cynllunio ar y cyd a'r gwaith o gynllunio cwricwlwm rhwng ysgolion uwchradd a'r ysgolion cynradd sy'n eu bwydo yn ddigon datblygedig mewn rhai achosion. Dylid ystyried ffyrdd o wella'r cydweithio o fewn clystyrau i gynorthwyo pontio a chynnydd ym Maes Iechyd a Lles ar gyfer dysgwyr ym Mlwyddyn 6 a 7.

4.36. Ar nodyn cysylltiedig, clywodd yr astudiaeth enghreifftiau o uwch arweinwyr ac ymarferwyr a oedd wedi cael budd o'u cyswllt gyda chymunedau ymarfer a gweithgarwch arall ar y cyd, a arweiniodd at rannu arbenigedd ac arfer effeithiol, a mwy o hyder ymhlith ymarferwyr. Gallai Llywodraeth Cymru a phartneriaid ar draws y system ehangach archwilio ffyrdd o hwyluso cyfleoedd pellach i ysgolion gymryd rhan mewn gwaith ar y cyd er mwyn cefnogi cynllunio a gweithredu Maes Iechyd a Lles.

4.37. Dylid ystyried darparu cyfleoedd dysgu proffesiynol ychwanegol sy’n benodol i Faes Iechyd a Lles. Nododd yr ymchwil y byddai o fudd pe bai’r cyfleoedd hyn yn cynnwys y meysydd canlynol: asesu a chynnydd; maes corfforol iechyd a lles (yn enwedig ar gyfer ysgolion cynradd); manteisio ar arfer effeithiol ac arloesol a ddatblygwyd gan ysgolion eraill; cynllunio a chydweithio mewn clystyrau; ac aliniad rhwng iechyd a lles ac ACRh.

Atodiad A: Cyfeiriadau

Aldous, D., Evans, V., Lloyd, R., Heath-Diffey, F., a Chambers, F. (2022). Realising curriculum possibilities in Wales: Teachers' initial experiences of reimagining secondary physical education. Curriculum Studies in Health and Physical Education, 13(3), t.253–269.

Alfrey, L. (2022). Transforming physical education: an analysis of context and resources that support curriculum transformation and enactment. Physical Education and Sport Pedagogy, 29(1), t.1–17.

Bates, M. a Boren, D.M. (2019). Assessing Well-being in Schools: An Educator's Practical Guide to Measuring Well-being. [Cyrchwyd 05/06/2025].

Braun, V. and Clarke, V. (2022). Thematic analysis: A practical guide. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications Ltd.

Butler, J. & Kern, M. L. (2015). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. [Cyrchwyd 05/06/2025].

Child Outcomes Research Consortium. (2025). Pupil Attitudes to Self and School (PASS). [Cyrchwyd 21/05/2025].

Chwaraeon Cymru. (2024a). Chwaraeon Cymru: Galluogi i Chwaraeon yng Nghymru Ffynnu. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Chwaraeon Cymru. (2024b). Citbag. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Chwaraeon Cymru. (2025). Chwarae i Ddysgu. [Cyrchwyd 16/04/2025].

Donaldson, G. (2015). Dyfodol Llwyddiannus: adolygiad o'r cwricwlwm a'r trefniadau asesu. Caerdydd: Hawlfraint y Goron.

ELSA Network. (2024). ELSA Network: Emotional Literacy Support Assistants. [Cyrchwyd 07/01/2025].

Estyn. (2019). Iach a hapus: effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Gray, S., Sandford, R., Stirrup, J., Aldous, D., Hardley, S., Carse, N., Hooper, O. a Bryant, A.S. (2021). A comparative analysis of discourses shaping physical education provision within and across the UK. European Physical Education Review. 28(3), t.575-593.

Gray, S., Hooper, O, Hardley, S, Sandford, R., Aldous, D, Stirrup, J., Carse, N. a Bryant, A.S. (2022). A health(y) subject? Examining discourses of health in physical education curricula across the UK. British Educational Research Journal, 48(6), t.1161–1182.

Gray, S., Hardley, S., Bryant, A. S., Hooper, O., Sandford, R., Aldous, D, Stirrup, J. a Carse, N. (2023). Exploring PE teachers' health and well-being discourse across the four nations of the UK: does curriculum (discourse) matter? Curriculum Studies in Health and Physical Education, 15(1), t.1- 23.

HAPPEN. (2025). FAQs. [Cyrchwyd 20/03/2025].

KiVA. (2025). What is KiVa? [Cyrchwyd 21/05/2025].

Lave, J. a Wenger, E. (1991). Situated Learning: Legitimate Peripheral Participation. Cambridge: Cambridge University Press.

Llywodraeth Cymru. (2015). Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015: canllawiau. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Llywodraeth Cymru. (2020). Maes Dysgu a Phrofiad: Iechyd a Lles. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Llywodraeth Cymru. (2021). Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Llywodraeth Cymru. (2022a). Astudiaeth gwmpasu ar gyfer gwerthuso diwygiadau i'r cwricwlwm ac asesu yng Nghymru. [Cyrchwyd 01/06/2025].

Llywodraeth Cymru. (2022b). Ysgolion Bro. [Cyrchwyd 06/06/2025].

Llywodraeth Cymru. (2023). Cynllunio eich cwricwlwm: Addysgeg. [Cyrchwyd 21/03/2025].

Llywodraeth Cymru (2024a). Cyflwyniad i ganllawiau Cwricwlwm i Gymru. [Cyrchwyd 20/05/2025].

Llywodraeth Cymru. (2024b). StatsCymru: Disgyblion sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim yn ôl awdurdod lleol, rhanbarth a blwyddyn. [Cyrchwyd 08/01/2025].

Llywodraeth Cymru. (2024c). Mesurau amddiffyn wrth bontio y cynllun prydau ysgol am ddim: asesiad effaith. [Cyrchwyd 19/03/2025].

Llywodraeth Cymru. (2024d). Cwricwlwm i Gymru: crynodeb o'r ddeddfwriaeth. [Cyrchwyd 06/06/2025].

Llywodraeth Cymru. (2025a). Cwricwlwm i Gymru. [Cyrchwyd 06/06/2025].

Llywodraeth Cymru. (2025b). StatsCymru: Anghenion dysgu ychwanegol ac anghenion addysgol arbennig. [Cyrchwyd 06/06/2025].

Llywodraeth Cymru. (2025c). Prosiect ymholi proffesiynol cenedlaethol. [Cyrchwyd 06/06/2025].

McCuaig, L., Quennerstedt, M. a Macdonald, M. (2013). A salutogenic, strengths-based approach as a theory to guide HPE curriculum change. Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education, 4(2), t.109-125.

Positive Psychology Centre, University of Pennsylvania. (2025). PERMA Profiler. [Cyrchwyd 05/06/2025].

Priestley, M., Philippou, S., Alvunger, D. and Soini, T. (2021). Curriculum Making: A Conceptual Framing. In: Priestley, M., Alvunger, D., Philippou, S. a Soini, T. (eds). Curriculum Making in Europe: Policy and Practice within and Across Diverse Contexts. Leeds: Emerald Publishing Limited, t.1-28.

Scanlon, D. (2022). A figurational analysis of teachers and students as policy actors in policy enactment: 'Integrated Learning Experiences' in examinable physical education curriculum. European Physical Education Review, 29(2), t.308–328.

SHRN. (2025). Cwestiynau Cyffredin Ysgolion. [Cyrchwyd 20/03/2025].

SHRN (2024). Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN) [Cyrchwyd 08/01/2025].

Thrive. (2024). About Thrive. [Cyrchwyd 08/01/2025].

UNESCO. (2021). One year into COVID-19 education disruption: Where do we stand? [Cyrchwyd 08/01/2025].

Wenger-Trayner, E. a Wenger-Trayner, B. (2015). Introduction to Communities of Practice: a brief overview of the concept and its uses. [Cyrchwyd 16/04/2025].

Atodiad B: Offerynnau ymchwil

Canllaw trafod ar gyfer pob cyfranogwr

Canllaw trafod cwricwlwm unigol a grŵp gydag arweinwyr Iechyd a Lles (uwch arweinydd/arweinwyr sy'n gyfrifol am Iechyd a Lles fel Maes a Lles ar draws yr ysgol).

Cyflwyniad. Diolch iddyn nhw am gytuno i gymryd rhan. Tynnu sylw at y Daflen Wybodaeth a darllen drwy bob un o'r pwyntiau wedi'u rhifo gyda phob cyfranogwr. Gwirio eu bod yn iawn gyda'r sesiwn yn cael ei recordio. Pwysleisio anhysbysrwydd – h.y., ni fydd modd adnabod unrhyw unigolyn neu sefydliad mewn unrhyw adroddiadau a gynhyrchir fel rhan o'r gwerthusiad. Gofyn i gyfranogwyr ateb mor agored a gonest â phosibl, ac i beidio â chymryd yn ganiataol ein bod yn gwybod manylion eu rôl. Gwirio bod gennym eu caniatâd i gymryd rhan. Nodi na ddylai'r cyfweliad gymryd mwy na 60 munud.

Mae gen i ddiddordeb mawr mewn clywed am Les yn yr Ysgol, yn enwedig Iechyd a Lles fel Maes Dysgu a Phrofiad.

Sylwer: Amlinellu yn gryno y dull Theori Gweithredu, gan egluro bod y model hwn yn cynnwys trafod:

- Y Camau a gymerwyd mewn perthynas ag elfen benodol o'r CiG (yn yr achos hwn, Maes Iechyd a Lles)
- Y Rhesymau (neu amodau, neu ffactorau) sy'n esbonio pam y cymerir y camau hynny.
- Canlyniadau'r camau hynny (dros y tymor byr, a'r canlyniadau a ragwelir yn y tymor hwy)

Ni fydd y drafodaeth yn mynd i'r afael â'r rhain yn eu tro, ond yn hytrach yn llifo rhwng y tair agwedd hyn drwyddi draw. Yn ail, bydd y dull yn cynnwys gofyn rhai cwestiynau cyffredinol i ddechrau cyn inni ofyn rhai cwestiynau ysgogi mwy penodol. Gellir gweld y canllawiau manwl isod ar gyfer trafodaeth unigol a grŵp.

Dyluniad a Strwythur y Maes

- Ym mha ffyrdd y mae'r Maes hwn yn cael ei gynllunio yn unol â gwaith eich ysgol i ymgorffori ymagwedd ysgol gyfan at les emosiynol a meddyliol?

- Holi – cysylltiadau, ADY, ACRh, sefydliadau allanol
- Holi – cysylltiadau Uwchradd – Ysgolion Iach Rhwydwaith Cymru, Cynradd – arolwg HAPPEN, bwydo mewn i gynllunio'r maes a sefydliadau eraill. SHRN mewn ysgolion cynradd ac uwchradd.

- I ba raddau ac ym mha ffyrdd y mae'r Maes hwn yn cael ei ddylunio yn unol â'r Canllawiau Statudol Iechyd a Lles a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru?
- Sut mae'r Maes Dysgu a Phrofiad wedi'i strwythuro yn eich ysgol?
  - Holi – strwythur Lles ar draws yr ysgol
- Pa mor bwysig ydych chi'n gweld y Maes hwn o'r cwricwlwm?

Arweinyddiaeth y Maes

- Sut mae'r Maes Dysgu a Phrofiad hwn yn cael ei arwain a'i gydlynu o fewn yr ysgol?
- Sut mae'r Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Lles Emosiynol a Meddyliol yn cael ei arwain a'i gydlynu o fewn yr ysgol? Sut ydych chi fel arweinydd yn pennu anghenion/hunanasesu anghenion eich cyd-destun ar gyfer y maes/cwricwlwm hwn? Sut ydych chi'n pennu anghenion eich dysgwyr? Allwch chi roi unrhyw enghreifftiau?
  - Holi - Cynlluniau Ysgolion Iach Rhwydwaith Cymru/arolwg HAPPEN

Integreiddio a gweithredu'r Maes

- Sut ydych chi wedi penderfynu ar gynnwys y Maes, ac a ydych wedi defnyddio unrhyw dystiolaeth i lywio'r cynnwys hwn?
- Sut ydych chi wedi integreiddio agweddau/meysydd corfforol, cymdeithasol, emosiynol, gwybyddol a meddyliol, seicolegol y Maes hwn?
  - Gweithredoedd…
- Sut mae'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig ar gyfer Maes Iechyd a Lles wedi'u deddfu a'u hintegreiddio fel rhan o gynlluniau/darpariaeth y cwricwlwm?
  - Beth yw canlyniadau gweithredu Iechyd a Lles/Lles yn y modd hwn i addysgwyr?

- A oes unrhyw ganlyniadau penodol o ddiddordeb i'r Maes hwn? Canlyniadau i Ddysgwyr?
- Holi – enghreifftiau drwyddi draw

Addysgeg sy'n amlwg yn y Maes

- Pa addysgeg ydych chi'n eu defnyddio yn y Maes?
  - Holi – dulliau addysgu corfforol, nodweddiadol, cymdeithasol/emosiynol
  - Holi – enghreifftiau drwyddi draw
- Sut mae'r egwyddorion addysgeg yn cael eu defnyddio i lywio dulliau?
- Pa drefniadau sydd ar waith i hunanwerthuso neu adolygu'r dulliau addysgu a dysgu a ddefnyddir?

Cynllunio ar gyfer dilyniant

- Sut mae asesu yn y Maes yn cael ei ddefnyddio i lywio dilyniant a chynllunio?
- Sut yr adroddir ar ddilyniant i ddysgwyr a rhieni?
  - Holi – Cynllunio ar gyfer dilyniant – holi – arweiniad, arbenigedd, clystyrau

Ymateb i gyfleoedd a heriau

- Pa gyfleoedd y mae'r Maes Iechyd a Lles wedi'u cyflwyno hyd yn hyn?
  - Beth sydd wedi bod yn mynd yn dda i addysgwyr? A ddim mor dda? Beth yw'r rhesymau am hyn?
  - Beth sydd wedi bod yn dda i ddysgwyr? A ddim mor dda?
- Pa heriau y mae'r Maes wedi'i gyflwyno hyd yn hyn?
  - Holi – beth sydd wedi bod yn fwy heriol?
- Beth yw canlyniadau gweithredu Iechyd a Lles/Lles fel hyn?
  - Holi – dibenion CiG/ffrâm amser/effaith hyn? Sut olwg fyddai ar ganlyniad dymunol?
- I ba raddau ac ym mha ffordd y mae safbwyntiau, profiadau ac arferion yn wahanol ar gyfer gwahanol fathau o ymarferwyr yn eich Ysgol?

- I ba raddau ydych chi’n teimlo bod gennych chi (Ysgol) y sgiliau a’r wybodaeth angenrheidiol i allu integreiddio hyn i’ch addysgu? Ym mha ffyrdd ydych chi’n gwneud hynny a pha heriau/gyfleoedd ydych chi’n eu profi?
- Beth yw anghenion dysgu proffesiynol staff/staff cymorth (yn eich Ysgol) yn y Maes? A ydynt yn cael eu bodloni? Os felly, sut? Os na, pam ddim?
- Pa gymorth ychwanegol sydd ei angen er mwyn i’r elfen hon o’r cwricwlwm gael ei gweithredu’n llwyddiannus yn eich ysgol?
    - Holi – enghreifftiau drwyddi draw

Trafodaethau cwricwlwm grŵp gyda staff ysgol sy'n ymwneud ag Iechyd a Lles fel Maes a Lles ar draws yr Ysgol (Athrawon a Chynorthwywyr Dysgu)

Bydd rhwng un i ddau (yn dibynnu ar faint) o drafodaethau grŵp fesul ysgol yn cael eu cynnal gyda staff. Defnyddir canllaw sgwrs cwricwlwm grŵp wedi'i lywio gan y Theori Gweithredu. Bydd y drafodaeth yn para tua 60 munud, a bydd yn cael ei recordio ar sain. Bydd themâu allweddol y trafodaethau yn cael eu rhannu ag ysgolion cyn yr ymweliad.

Cyflwyniad: Diolch iddyn nhw am gytuno i gymryd rhan. Tynnu sylw at y Daflen Wybodaeth a darllen drwy bob un o'r pwyntiau wedi'u rhifo gyda phob cyfranogwr. Gwirio eu bod yn iawn gyda'r sesiwn yn cael ei recordio. Pwysleisio anhysbysrwydd – h.y., ni fydd modd adnabod unrhyw unigolyn neu sefydliad mewn unrhyw adroddiadau a gynhyrchir fel rhan o'r gwerthusiad. Gofyn i gyfranogwyr ateb mor agored a gonest â phosibl, ac i beidio â chymryd yn ganiataol ein bod yn gwybod manylion eu rôl. Gwirio bod gennym eu caniatâd i gymryd rhan. Nodi na ddylai'r cyfweliad gymryd mwy na 60 munud.

Sylwer: Amlinellu yn gryno y dull Theori Gweithredu, gan egluro bod y model hwn yn cynnwys trafod:

- Y Camau a gymerwyd mewn perthynas ag elfen benodol o'r CiG (yn yr achos hwn, Maes Iechyd a Lles)
- Y Rhesymau (neu amodau, neu ffactorau) sy'n esbonio pam y cymerir y camau hynny.
- Canlyniadau'r camau hynny (dros y tymor byr, a'r canlyniadau a ragwelir yn y tymor hwy)

Mae gen i ddiddordeb mawr mewn clywed am Les yn yr Ysgol, yn enwedig Iechyd a Lles fel Maes Dysgu a Phrofiad.

Dyluniad a Strwythur y Maes

- Ym mha ffyrdd ydych chi'n ymwybodol bod y Maes hwn yn cael ei gynllunio yn unol â gwaith eich ysgol i ymgorffori y Dull Ysgol Gyfan ar gyfer lles emosiynol a

meddyliol? Ac yn unol â’r Canllawiau Statudol Iechyd a Lles a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru?

  - Holi – cysylltiadau Uwchradd – Ysgolion Iach Rhwydwaith Cymru, Cynradd – arolwg HAPPEN, bwydo mewn i gynllunio’r maes a sefydliadau eraill.
  - Holi – cysylltiadau, ADY, ACRh, sefydliadau allanol

- Sut mae’r Maes Dysgu a Phrofiad wedi’i strwythuro yn eich ysgol?
  - Holi – strwythur Lles ar draws yr ysgol
- Pa mor bwysig ydych chi’n gweld y Maes hwn o’r cwricwlwm?

Arweinyddiaeth y Maes

- Sut mae’r Maes Dysgu a Phrofiad hwn/Lles (ar draws yr ysgol) yn cael ei arwain o fewn yr ysgol? Sut ydych chi’n cefnogi arweinyddiaeth y Maes hwn?
- Sut ydych chi fel staff yn pennu anghenion/hunanasesu anghenion eich cyd-destun ar gyfer y maes/cwricwlwm hwn? Sut ydych chi’n pennu anghenion eich dysgwyr? Allwch chi roi unrhyw enghreifftiau?
  - Cynlluniau Ysgolion Iach Rhwydwaith Cymru/arolwg HAPPEN

Integreiddio a gweithredu’r Maes

- Sut ydych chi wedi penderfynu ar gynnwys y Maes hwn, ac a ydych wedi defnyddio unrhyw dystiolaeth i lywio’r cynnwys hwn?
- Sut ydych chi wedi integreiddio agweddau/meysydd corfforol, cymdeithasol, emosiynol, gwybyddol a meddyliol, seicolegol y Maes?
  - Holi – maeth
- Sut mae AG a dysgu cymdeithasol ac emosiynol wedi’u hintegreiddio o fewn y Maes?
- Sut mae’r datganiadau o’r hyn sy’n bwysig ar gyfer y Maes wedi’u deddfu a’u hintegreiddio fel rhan o gynlluniau/darpariaeth y cwricwlwm?
  - Beth yw canlyniadau gweithredu Iechyd a Lles/Lles yn y modd hwn i addysgwyr?

- A oes unrhyw ganlyniadau penodol o ddiddordeb i'r Maes? Canlyniadau i Ddysgwyr?
- Holi – enghreifftiau drwyddi draw

Addysgeg sy'n amlwg yn y Maes

- Pa addysgeg ydych chi'n eu defnyddio yn y Maes?
    - Holi – dulliau addysgu corfforol, nodweddiadol, cymdeithasol/emosiynol
    - Holi am enghreifftiau drwyddi draw
- Sut mae'r egwyddorion addysgeg yn cael eu defnyddio i lywio dulliau?
- Pa drefniadau sydd ar waith i hunanwerthuso neu adolygu'r dulliau addysgu a dysgu a ddefnyddir?

Cynllunio ar gyfer dilyniant

- Sut mae dilyniant yn cael ei gynllunio yn y Maes?
- Sut yr adroddir ar ddilyniant i ddysgwyr a rhieni?
    - Holi – Cynllunio ar gyfer dilyniant – holi – arweiniad, arbenigedd, clystyrau

Ymateb i gyfleoedd a heriau

- Pa gyfleoedd y mae'r Maes Iechyd a Lles hwn wedi'i gyflwyno hyd yn hyn?
    - Holi – Beth ydych chi'n teimlo sydd wedi bod yn mynd yn dda & rhannu ymarferiad
    - Beth sydd wedi bod yn mynd yn dda i addysgwyr? A ddim mor dda? Beth yw'r rhesymau am hyn?
    - Beth sydd wedi bod yn dda i ddysgwyr? A ddim mor dda?
- Pa heriau y mae'r Maes Iechyd a Lles wedi'u cyflwyno hyd yn hyn?
    - Holi – beth sydd wedi bod yn fwy heriol
- I ba raddau ac ym mha ffordd y mae safbwyntiau, profiadau ac arferion yn wahanol ar gyfer gwahanol staff yn eich Ysgol?

    - Pam y gallai hyn fod?
- I ba raddau ydych chi'n teimlo bod gennych chi'r sgiliau a'r wybodaeth angenrheidiol i allu integreiddio hyn i'ch addysgu? Ym mha ffyrdd ydych chi'n gwneud hynny a pha heriau/gyfleoedd ydych chi'n eu profi?
- Beth yw eich anghenion dysgu proffesiynol yn y Maes? A ydynt yn cael eu bodloni? Os felly, sut? Os na, pam ddim?
- Pa ffynonellau cymorth ydych chi'n eu defnyddio yn yr ysgol i'ch cynorthwyo gydag Iechyd a Lles yn y cwricwlwm?
    - Awgrymiadau: Rhwydwaith Cymru o gydlynwyr ysgolion iach – pam maen nhw'n ddefnyddiol/ddim yn ddefnyddiol, hunanwerthusiad; hyfforddiant a gynigir (e.e. Thrive/Pace) ayyb, cefnogaeth arall gan drydydd parti
- Pa gymorth ychwanegol sydd ei angen er mwyn i'r elfen hon o'r cwricwlwm gael ei gweithredu'n llwyddiannus yn eich ysgol? Pa ddysgu proffesiynol fyddai o gymorth i chi yn y Maes hwn?
    - Holi – enghreifftiau drwyddi draw

Atodiad C: Ffynonellau cymorth a ddefnyddiwyd gan ysgolion

Ffynonellau cymorth a ddefnyddiwyd gan ysgolion cynradd er mwyn gweithredu Maes Iechyd a Lles

Rhaglen ymyrraeth neu offeryn

Jigsaw

Dull yn seiliedig ar drawma

Real PE

Thrive

Big Bocs Bwydfair (rhannu bwyd a chydweithio)

Proffil Boxall

Carys Ofalus (*diogelwch ar y ffyrdd)

Cynllun Gwên

Siop Dojo (adborth a gwobrau)

Paid a Chyffwrdd, Dweud

ELSA

Families Learning

Teuluoedd yn Ffynnu

Ysgol y Goedwig

Happen

Ysgolion Iach

KiVa

Academi Arweinyddiath

Measure: Selfie (asesiadau cymdeithasol ac emosiynol ddwywaith y flwyddyn)

Tracio tymer

Motional (TIA, mesur a datblygu)

Dysgu awyr agored

Pace

Holiadur PASS

Prosiect Zero: Walking bus

Model Puma (re Teuluoedd yn Ffynnu)

Red Beast

Saib a Symud

Dangos y Cerdyn Coch i Hiliaeth

Rhaglen Caws a Chan

Sefydliad

Arbenigedd/asiantaethau allanol (e.e. hyfforddwyr, cyfleusterau gym, darparwyr bwydydd ffres)

Awdurdod lleol

Cydweithio gyda chonsortiwm lleol

Sefydliad Prydeinig y Galon

Tim pêl-droed Cardiff City

Cydweithio gyda phartneriaid addysg uwch

Gwasanaethau allanol EK

Holiadur Estyn

Gorwel

Ymweliadau preswyl i Langrannog

NSPCC

Yr Heddlu

Data SHRN

Sports Relief

Stormbreak

Sustrans

Taith 360

Adnoddau eraill

Cydweithio gyda'r clwstwr

Gweithio gyda rhieni a theuluoedd

Grwp/Dosbarth maeth; gofod iechyd a lles

Llais y Dysgwr / ymgysylltu â dysgwyr

Clybiau ôl-ysgol a ddarperir gan sefydliadau allanol

Aliniad gydag athroniaeth yr ysgol

Graddfa Bloom

Clwb brecwast fel modd o hyrwyddo iechyd a lles

Clybiau

Addoli ar y cyd

Digwyddiadau a chydweithio cymunedol

Cwnselwr (allanol)

Seicolegydd addysgol

Amgylchedd: Dyluniad yr amgylchedd dysgu

Amgylchedd: Dyluniad y neuadd ginio

Enghreifftiau allanol o fentrau tebyg, yn genedlaethol a rhyngwladol

Gweithgareddau allgyrsiol y tu hwnt i glybiau

Y pedwar diben / agweddau fel fframwaith cefnogol

Dull holistaidd o gynnal awdit o ddarpariaeth ysgolion, yn hytrach na ticio blychau

Cyfranogiad dysgwyr yn ystod y broses o asesu cynnydd dysgwyr

Darpariaeth maeth ar gael yn barhaus o fewn yr ysgol

Polisi drws agored / drws ffrynt

Seicolegydd cadarnhaol

Adnoddau (amser, gofod, staff) ar gyfer grwpiau trafod bach ar iechyd a lles

Llais staff

Hyrwyddo lles staff a gofod ar gyfer lles

Cydamseru dysgu proffesiynol staff a chyfleoedd iechyd a lles i blant

Ffynonellau cefnogaeth a ddefnyddiwyd gan ysgolion uwchradd i weithredu Maes Iechyd a Lles

Rhaglen ymyrraeth neu offeryn

Rhaglen DAKU

IRMA

Academi Junior Chef

My Concern

My Well-being School

Sefydliad

Agored Cymru

Barnardo's

CAMHS

Chwaraeon Cymru

Adnoddau eraill

Athro maeth ychwanegol

Canolfan ADY arbenigol yn yr ysgol

Gwasanaethau ysgol ar themâu cyn cyflwyno newidiadau

Clybiau darllen ar gyfer staff, er mwyn archwilio a rhannu adnoddau a phrofiadau addysgiadol

Astudiaethau achos i wella perthnasedd iechyd a lles

Cwnselwr (mewnol)

Adborth uniongyrchol i ddysgwyr ar iPads

Cyfleoedd i gynnig adborth i ddysgwyr yn rheolaidd

Cysylltu cynnwys iechyd a lles ar draws gwahanol byncïau

Ymarferwr iechyd meddwl

System mentora

Nyrs

Dyfarnu cymhwyster (yn debyg i TGAU) er mwyn codi statws Iechyd a Lles

Defnyddio dosbarthiadau cofrestru fel ffordd o ymgorffori rhagor o gynnwys iechyd a lles o fewn y cwricwlwm

Ymgynghorydd Gwella Ysgolion

Meddylfryd a chanfyddiadau staff

Dull thematig o fewn gwasanaethau

Ffynonellau cefnogaeth a ddefnyddiwyd gan ysgolion cynradd ac uwchradd i weithredu Maes Iechyd a Lles

Rhaglen ymyrraeth neu offeryn

Thrive

ELSA

Dysgu awyr agored

Sefydliad

Arbenigedd/asiantaethau allanol (e.e. hyfforddwyr, cyfleusterau gym, darparwyr bwydydd ffres)

Cydweithio gyda phartneriaid addysg uwch

Awdurdod lleol

Data SHRN

Yr Heddlu

Adnoddau eraill

Cydweithio gyda'r clwstwr

Gweithio gyda rhieni a theuluoedd

Grwp/Dosbarth maeth; gofod iechyd a lles

Llais y Dysgwr / ymgysylltu â dysgwyr

Clybiau

Clwb brecwast fel modd o hyrwyddo iechyd a lles

Digwyddiadau cymunedol a chydweithio

Gweithgareddau allgyrsiol y tu hwnt i glybiau