



# RYDYM YN ACRh

## Ysgol

Ysgol gynradd.

## Y rhai a gymerodd ran yn yr archwiliad creadigol

61 o blant a 35  
aelod o staff.

## Gweithgareddau'r archwiliad creadigol

Beth yw cariad?  
Ymgorffori  
teimladau, Cyrff  
gwifreiddiol, Mynegi  
teimladau, Symud  
teimladau. Beth sy'n  
aflonyddu arnoch  
chi, platiau STOPIO/  
DECHRAU, mapio'r  
cwricwlwm.

## Dechrau arni

Rwy'n athro blwyddyn un ac yn rhan o'r tîm Iechyd a Lles yn ein hysgol. Rydym yn ysgol gynradd cyfrwng Saesneg gyda thua 420 o blant. Mae'n ysgol amrywiol gyda llawer o genhedloedd ac ieithoedd yn cael eu siarad. Gwnes i gofrestru ar gyfer rhaglen dysgu proffesiynol ACRh oherwydd roeddwn i eisiau deall mwy am ddulliau creadigol o ddysgu ACRh cyn i'r cwricwlwm ddod yn statudol.

## Gwneud i ACRh Gyfri

Ystod o weithgareddau creadigol ar gyfer pob grŵp blwyddyn i'w treialu yn 2021-22.



# Fy archwiliad creadigol

## Gweithio gyda phlant yn y cyfnod sylfaen

Penderfynais ddechrau fy archwiliad creadigol trwy weithio gyda'r plant yn fy ngrŵp blwyddyn fy hun, sef blwyddyn un. Dechreuais trwy archwilio cydberthnasau a theimladau gyda'r plant gan ddefnyddio dulliau creadigol. Gwnes i gynllunio cyfres o weithgareddau ac yna eu cyflwyno i'r ddau ddosbarth ar wahân.

## Sesiwn 1: Beth yw cariad?

Mewn sesiwn P4C, gofynnwyd y cwestiwn i'r plant: "Beth yw cariad?" Ysgrifennwyd eu hymatebion a'u hychwanegu at ddalen fawr o bapur. Gwnaeth pob plentyn galon gan ddefnyddio glanhawyr pibellau a'u gosod o amgylch eu syniadau. Roedd nifer o syniadau'r plant yn ymwneud â thrin eraill. Er enghraifft, bod yn garedig a helpu ein gilydd. Gwnaethon ni drafod sut y gallwn ni ddangos cariad tuag at ein gilydd, yn enwedig gan na allwn ni gofleidio ein gilydd ar hyn o bryd oherwydd COVID. Yna fe wnaeth y plant hongian y calonnau ar y goeden yn ein hardal ddarllen i'n hatgoffa i fod yn garedig gyda'n gilydd a'n bod ni i gyd yn cael ein caru.

**Yna fe wnaeth y plant hongian y calonnau ar y goeden yn ein hardal ddarllen i'n hatgoffa i fod yn garedig gyda'n gilydd a'n bod ni i gyd yn cael ein caru.**



## Beth yw P4C?

Rydym wedi cyflwyno Athroniaeth i Blant yn ein hysgol (Philosophy 4 Children neu P4C yn fyr). Mae'n rhoi amser i blant feddwl a llunio cwestiynau. Yna gallant drafod eu syniadau, eu meddyliau a'u teimladau am bwnc. Mae'n eu helpu i fynegi eu hunain yn well, rhoi rhesymau dros eu barn, gwrandao ar eraill a chytuno ac anghytuno'n barchus.

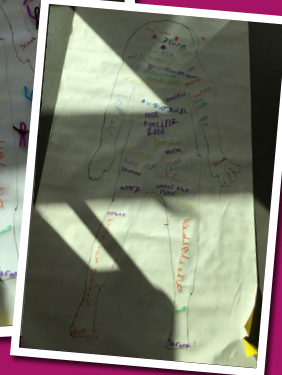
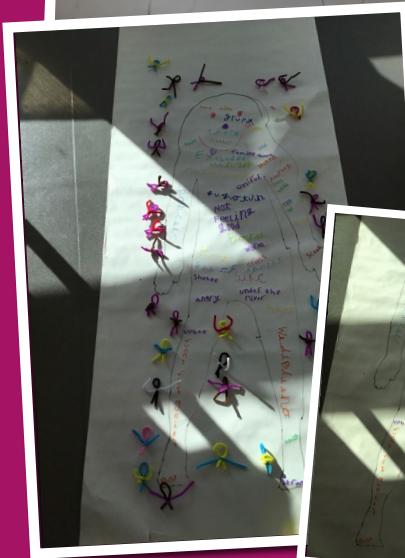
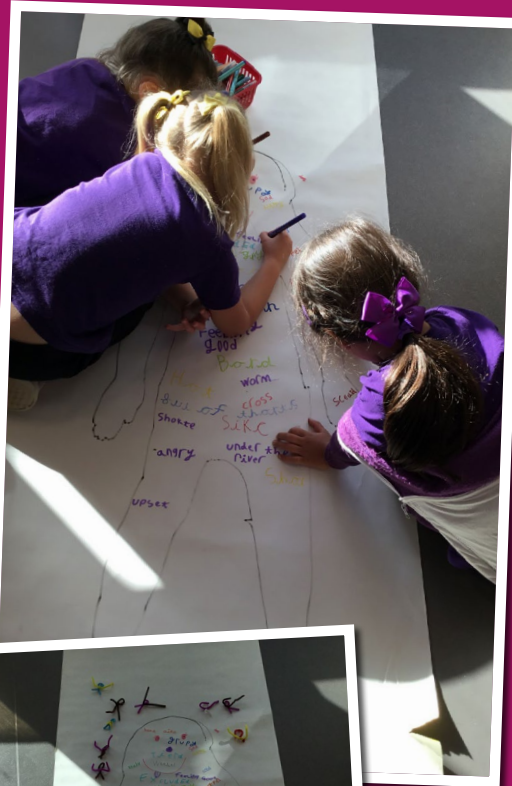


## Sesiwn 2: Ymgorffori ein teimladau: y tu mewn a'r tu allan

Yn ein hail weithgaredd buom yn archwilio cyrff a theimladau. Gan gymryd ysbrydoliaeth o ffilm ac astudiaeth achos AGENDA **'Mae pob corff yn bwysig'**, yn y sesiwn hon, gwirfoddolodd un person i orwedd ac amlinellu o'i gwmpas i greu corff maint llawn ar y papur.

Gwnaethom ddefnyddio'r strategaeth partneriaid siarad i drafod yr holl wahanol deimladau sydd gan blant y tu mewn i'w cyrff ar wahanol adegau o'r dydd, yr wythnos a'r flwyddyn. Dyma strategaeth lle mae pawb yn cymryd rhan ar yr un pryd, yn hytrach na phawb yn rhoi eu llaw i fyny ac yn ateb un ar y tro. Yna cymerodd plant eu tro i ychwanegu teimladau at amlinelliad y corff a thrafod amseroedd pan fyddant yn teimlo mewn ffordd benodol a pham y gallent deimlo felly.

Yn olaf, gwnaeth pob plentyn berson o lanhawyr pibellau i ddangos sut roeddent yn teimlo ar yr adeg honno. Mewn paru fe wnaethant rannu eu cyrff gwifreiddiol a cheisio dyfalu sut roedd eu partner yn teimlo o edrych ar y person o lanhawyr pibellau (gweler [agendaarlein.co.uk/wyred-bodies](http://agendaarlein.co.uk/wyred-bodies)). Yna datgelodd y partner sut roeddent yn teimlo mewn gwirionedd. Gosododd pob plentyn ei berson o lanhawyr pibellau lle roeddent yn teimlo y dylai fod o amgylch y corff.



## Sesiwn 3: Mynegi ein teimladau

Yn y trydydd gweithgaredd, edrychodd y plant ar y corff llawn teimladau o'r sesiwn flaenorol. Gyda phartner, gwnaethant gymryd eu tro i feddwl am emosiwn a gwneud mynegiant i'w ddangos. Roedd yn rhaid i'r partner adlewyrchu'r mynegiant yn gyntaf ac yna ceisio dyfalu'r emosiwn sy'n cael ei fynegi.

Yna rhoddwyd darnau o ffoil i'r plant ei ddefnyddio fel drych a fyddai'n adlewyrchu ac yn ystumio eu delwedd. Trafododd y plant gyda phartner a oedd delwedd y ffoil yn newid y ffordd roeddent yn edrych ac yn teimlo. Buont yn siarad a oedd hi'n hawdd neu'n anodd dweud sut mae rhywun yn teimlo ar y tu mewn trwy edrych ar eu mynegiadau allanol. Gwnaethant benderfynu nad yw'r tu allan a'r tu mewn yn cyfateb bob amser.







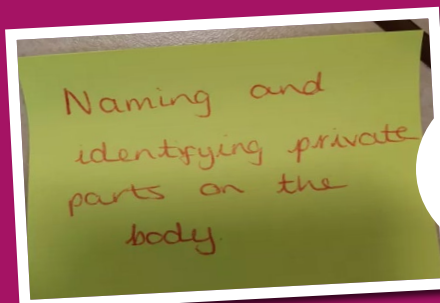
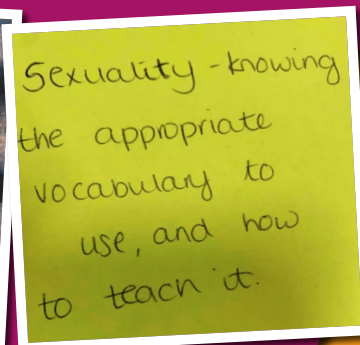
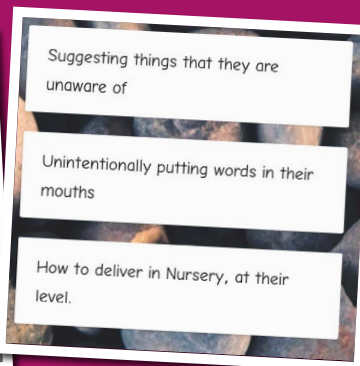
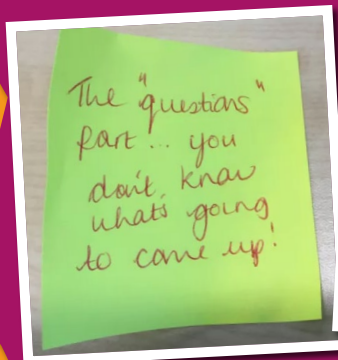
### Sesiwn 4: Symud gyda'n teimladau

Yn ein pedwerydd gweithgaredd a'r olaf, bu plant yn archwilio sut mae teimladau'n effeithio ar sut rydyn ni'n teimlo yn ein cyrff, sut rydyn ni'n symud ac yn cysylltu ag eraill. Gwnaethant geisio symud mewn gwahanol ffordd o ran teimladau o hapusrwydd, tristwch, cyffro, ofn a swildod. Aeth hyn ymlaen i gysylltu ag eraill. Trafododd y plant sut roeddent yn teimlo am gysylltu pan oeddent mewn gwahanol gyflwr emosiynol. Er enghraifft, p'un a oeddent am gysylltu ag eraill, neu pa mor hyderus oeddent, p'un a oeddent yn meddwl amdanynt eu hunain neu ymateb rhywun arall. Ar ôl y gweithgaredd, bu'r plant yn trafod sut y gallent fynd at rywun a oedd yn teimlo'n drist, yn swil neu'n teimlo cywilydd yn seiliedig ar y ffordd roeddent yn teimlo yn y gweithdy. Awgrymodd y plant y byddent yn ceisio bod yn dawel, yn garedig ac yn gymwynasgar pan oedd plentyn arall mewn trallod. Gwnaeth y plant feddwl am oedolion diogel y gallent siarad â nhw os oedd ganddyn nhw deimladau roedden nhw eisiau neu angen eu rhannu.

Archwiliodd y plant sut mae teimladau'n effeithio ar sut rydyn ni'n teimlo yn ein cyrff, sut rydyn ni'n symud ac yn cysylltu ag eraill

## Gweithio gyda staff

Ers dechrau'r prosiect hwn rwyf wedi cynnal tair sesiwn HMS staff. Roedd y sesiwn gyntaf yn gyflwyniad i ymagweddau creadigol at ACRh, a gynhaliwyd ar-lein oherwydd cyfyngiadau parhaus COVID-19. Daeth pymtheg o fy nghydweithwyr i'r sesiwn. Gwnaethon ni ddefnyddio padlets i gymryd rhan yn rhithwir yn y sesiynau **Beth sy'n aflonyddu arnoch chi?** a **Cyrff Gwifreiddiol** ac i fynd trwy'r gweithgareddau creadigol a gynhwysais yn yr archwiliad creadigol. Dechreuais y sesiwn gyda "Beth sy'n aflonyddu arnoch chi?" a gofynnais i'm cydweithwyr rannu 'beth sy'n aflonyddu arnynt' am ddysgu ACRh yn ein hysgol.



Roedd athrawon yn agored ynghylch eu pryderon ac roedd yn amlwg nad yw athrawon yn hollol gyffyrddus ag ACRh.



Gwnaethom hefyd ddefnyddio adnodd dysgu proffesiynol CRUSH i edrych ar y gwahanol feysydd thematig (e.e. cyrff a delwedd gorfforol) a thrafod yn fyr yr hyn a allai gael ei gwmpasu ar gyfer y thema hon. Gwnaethon ni greu dogfen fapio ar gyfer pob grŵp blwyddyn i weld beth maen nhw'n ei gwmpasu eisoes ar gyfer pob thema ac ym mha faes dysgu. Helpodd hyn i ddangos nad ydym yn defnyddio'r celfyddydau ar hyn o bryd i gwmpasu unrhyw ran o'r gwaith hwn, gyda'r rhan fwyaf o'n cwmpas ACRh yn gysylltiedig ag lechyd a Lles a Gwyddoniaeth.

Esboniais ein bod am geisio defnyddio cynifer o ddulliau creadigol yn y dyfodol wrth ddysgu ACRh a gwneud cysylltiadau â meysydd dysgu eraill. Dangosais bwynt pŵer i'r staff o'r gyfres o weithgareddau yr oeddwn wedi'u haddysgu ac esboniais y broses. Yna fe wnaethon ni gymryd rhan yn y gweithgaredd **Cyrff Gwifreiddiol**. Gwnaeth pob person ffigur ffon gan ddefnyddio glanhawyr pibellau i gynrychioli sut roeddent yn teimlo yn yr adeg honno ac roedd yn rhaid i berson arall yn y sesiwn ddyfalu sut roeddent yn ei deimlo. Y gweithgaredd olaf oedd padlet Stopio/ Dechrau yr oedd athrawon yn arfer dweud beth yr hoffent ei STOPIO a beth hoffent DDECHRAU ddigwydd yn ein hysgol o ran ACRh. Roedd yn amlwg o'r gweithgaredd hwn bod cydweithwyr wedi ymrwmo i sicrhau newidiadau i ACRh yn ein hysgol i'w gwneud yn fwy 'integredig', yn fwy 'creadigol', gan ei dysgu'n fwy 'aml', 'yn fwy manwl' ac 'ar draws y cwricwlwm'.

Rydym yn dysgu trwy'r daith hon, o ran ACRh, fod hyder athrawon yn ein hysgol yn isel ac y bydd angen hyfforddiant pellach i alluogi staff i drawsnewid ein darpariaeth ACRh bresennol. Fodd bynnag, mae awydd am newid ymhlith y staff ac mae cyfranogiad uwch reolwyr yn gadarnhaol. Mae ein pennaeth yn falch fy mod yn gwneud y gwaith hwn ac o ganlyniad i'r prosiect hwn rwyf bellach yn arweinydd ACRh yn ein hysgol.



## Ymgorffori ACRh greadigol ar draws yr ysgol

Ers cwblhau'r archwiliad creadigol, rwyf wedi creu set o syniadau gweithgareddau ACRh o bob grŵp blwyddyn o'r feithrinfia hyd at flwyddyn 6. Rwy'n canolbwyntio ar ddulliau creadigol o drin ACRh felly rwyf wedi cynnwys llawer o weithgareddau celfyddydol o adnodd AGENDA a llawer o sesiynau arddull P4C hefyd. Trwy gymryd rhan yn y prosiect hwn, rwyf wedi cael fy atgoffa o ba mor bwerus y gall y celfyddydau creadigol fod. Gallaf weld y ffyrdd y mae'r dulliau creadigol hyn yn helpu plant i fynegi (yn aml heb eiriau) eu teimladau, eu hemosiynau a'u cysylltiadau â'i gilydd.

Ers y sesiwn gychwynnol gyda staff rwyf wedi cynnal dwy sesiwn HMS arall gyda chyfanswm o 35 aelod o staff. Rhoddodd yr ail gyfarfod ddiweddariad o fy mhrosiect dysgu proffesiynol ac aethpwyd dros yr holl weithgareddau ar gyfer y flwyddyn nesaf yn y trydydd cyfarfod. Rwyf wedi gofyn i bob grŵp blwyddyn gwblhau tri gweithgaredd yn ystod y flwyddyn, yn ychwanegol at yr hyn y byddent fel arfer yn ei wneud mewn ACRh. Ar ôl y treial cychwynnol hwn, byddwn yn gweithio gyda'n gilydd i ddatblygu cynnwys pellach ar gyfer ein cwricwlwm ACRh. Gobeithio erbyn hynny y bydd gennym y datganiadau beth sy'n bwysig mewn ACRh a gallwn eu defnyddio i helpu i strwythuro ein cwricwlwm ACRh newydd.

**Cefais fy atgoffa o ba mor bwerus y gall y celfyddydau creadigol fod. Gallaf weld y ffyrdd y mae'r dulliau creadigol hyn yn helpu plant i fynegi (yn aml heb eiriau) eu teimladau, eu hemosiynau a'u cysylltiadau â'i gilydd.**