Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Teitl: Effaith Pandemig COVID-19 yng Nghymru ar Iechyd a Lles Dysgwyr ac Ymarferwyr a'r Goblygiadau ar gyfer Addysg

Teitl: Effaith Pandemig COVID-19 ar ddyfodol darpariaeth AGA: Iechyd a lles dysgwyr ac ymarferwyr

Is-deitl:

Awdur(on): Graham French, Sue Horder, Catherine Jones, David Parry, Neil Mahoney, Jon Moody, Karen Rhys Jones

Barn yr ymchwilwyr a fynegir yn yr adroddiad hwn ac nid barn Llywodraeth Cymru o reidrwydd

© Hawlfraint y Goron 2022 WG43988 ISBN 978 1 80391 786 3

Tabl cynnwys

Rhestr o dablau		2
Rhestr o ffigurau		3
Rhestr Termau		4
1.	Cyflwyniad/Cefndir	5
2.	Methodoleg	18
3.	Canfyddiadau	33
4.	Casgliadau	76
5.	Argymhellion	79
Adran gyfeiriadau		82
Atodiad A - Copi o'r codau a ddefnyddiwyd i gofnodi ffynonellau dyfyniadau		88

Rhestr o dablau

Tabl 1: Math o ysgol y cynhaliwyd cyfweliad â hi 29
Tabl 2: Cyd-destun newidiol COVID-19 i ysgolion 33

Rhestr o ffigurau

Ffigur 1: Themau o CY1 34
Ffigur 2: Themau o CY2 46
Figur 3: Themau o CY3 55
Figur 4: Themau o CY4 62

Rhestr Termau

Acronym/Gair allweddol	**Diffiniad**
I+Ll	Iechyd a Lles
OEAP	Panel cynghorwyr addysg awyr agored
OL	Dysgu yn yr awyr agored
PA	Gweithgarwch corfforol
PE	Addysg gorfforol
PL	Llythrennedd corfforol
CY	Cwestiwn ymchwil
UDA	Uwch-dîm Arwain
WCfOL	Cyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored
LlC	Llywodraeth Cymru

1. Cyflwyniad/Cefndir

1.1 Fel rhan o ddatganiad polisi Llywodraeth Cymru (2020) 'Cadw’n Ddiogel. Dal Ati i Ddysgu: Parhad Dysgu' mewn ymateb i'r pandemig COVID-19 ac yn unol â'r Strategaeth Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ac Ymholiad Addysgol (NSERE) yng Nghymru, gwahoddodd Llywodraeth Cymru brifysgolion yng Nghymru i gydweithredu; a'u comisiynu i weithio ar gyfres o astudiaethau ymchwil gyda ffocws ar bynciau y gallai'r pandemig fod wedi effeithio arnynt. Diben yr ymchwil hon oedd casglu tystiolaeth ar effaith pandemig COVID-19 yn ogystal â llywio darpariaeth addysg gychwynnol athrawon yng Nghymru yn y dyfodol. Tybiwyd y gallai athrawon newydd gael budd o ddeall cyd-destun sydd wedi newid ym maes addysg yng Nghymru, ac y gallai darparwyr AGA sicrhau bod athrawon sy'n dechrau yn y proffesiwn wedi eu paratoi'n briodol i addysgu mewn cyfnod ar ôl COVID-19. Daeth effaith cau ysgolion o ganlyniad i COVID-19 ar iechyd a lles dysgwyr ac athrawon yn un o'r meysydd â blaenoriaeth ar gyfer ymchwil. Cynhaliodd Prifysgol Bangor, Prifysgol Glyndŵr a Phrifysgol De Cymru ymchwil yn canolbwyntio ar iechyd a lles dysgwyr ac ymarferwyr.

Cwestiynau Ymchwil

1.2 Nod yr ymchwil hon oedd deall yr effaith ar draws tair thema:

Sut mae pandemig COVID-19 wedi effeithio ar iechyd a lles dysgwyr ac athrawon.
Materion diogelu y gall plant fod wedi cael profiad ohonynt a sut y bydd angen i ysgolion weithio i gefnogi hyn.
Y pwyslais cynyddol ar addysgu yn yr awyr agored a'r cynnydd yn y cyfleoedd i fanteisio arno am resymau ymarferol (cyfyngiadau lle / cadw pellter cymdeithasol) a lles.

1.3 Yn seiliedig ar yr uchod, nodwyd y cwestiynau ymchwil â blaenoriaeth canlynol:

CY1: Beth yw rôl ysgolion yn y gwaith o fonitro/hybu lles/iechyd cyffredinol dysgwyr ac ymarferwyr yng nghyd-destun yr argyfwng?
CY2: Sut mae ysgolion yn hybu ac yn cefnogi iechyd a lles dysgwyr, gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr agored a llythrennedd corfforol (fel yr amlinellir yn nogfen ganllaw Llywodraeth Cymru)?
CY3: Pa gamau y mae ysgolion wedi'u cymryd i sicrhau bod rhwydweithiau cymorth ymarferwyr wedi cael eu cynnal a/neu eu datblygu?

CY4: Sut y mae ysgolion wedi defnyddio dysgu yn yr awyr agored i gefnogi dysgwyr i ddychwelyd i'r ysgol/i addysgu a dysgu sy'n cadw pellter cymdeithasol? Pa agweddau ar hyn y gellir tynnu sylw atynt fel ymarfer da/effeithiol?
CY5: Beth mae darparwyr AGA eisoes yn ei ddarparu mewn perthynas ag iechyd a lles gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr agored?
CY6: Sut y gall y canfyddiadau CY1, 2, 3 a 4 gael eu hintegreiddio i AGA i gefnogi ymarferwyr a dysgwyr y dyfodol yn y ffordd orau?

Cefndir ac Adolygiad Llenyddiaeth

1.4 Mae cau ysgolion am gyfnodau hir yn ystod y pandemig wedi effeithio ar lawer o bobl mewn cymdeithas. Mae rhieni wedi gorfod addysgu eu plant gartref am gyfnodau estynedig a gweithio ar yr un pryd o bosibl, gan wynebu cyfyngiadau hygyrchedd addysgol fel gwahanol lefelau o'r rhyngrwyd a materion technegol a rhwystrau eraill o ran adnoddau. Ynghyd ag ymdopi ag addysgu eu plant gartref, mae'r cynllun ffyrlo eang a nifer mawr o ddiswyddiadau wedi effeithio ar lawer o deuluoedd, ac ar yr un pryd, mae methu â gweld teulu a ffrindiau wedi arwain at ynysu cymdeithasol. Nid oes syndod felly bod yr effaith ar les plant a phobl ifanc yn faes â blaenoriaeth ar gyfer ymchwil (Cymdeithas y Plant, 2020).

1.5 Yn ogystal â'r effaith ar les plant, dylid ystyried hefyd yr effaith ar les staff mewn ysgolion am fod ymchwil yn dangos bod lles yn cael ei fonitro cyn y pandemig, ac roedd lles y proffesiwn addysgu athrawon yn ansefydlog bryd hynny. Cyn pandemig COVID-19, dywedodd 55% o arweinwyr ysgolion a 49% o athrawon fod eu gweithle yn cael effaith negyddol ar eu hiechyd meddwl a'u lles (Cymorth Addysg, 2019). Gydag ysgolion ar gau, yr angen i addasu i gyd-destun sy'n newid mewn ysgolion a'r pwysau o addysgu gartref mewn cyd-destun ar-lein, yn aml gan gefnogi eu teuluoedd eu hunain ar yr un pryd, mae'r angen i ymchwilio i les staff ysgolion hefyd yn faes â blaenoriaeth ar gyfer ymchwil.

1.6 Esboniodd y gweinidog addysg, yn ei datganiad ar 3 Gorffennaf 2020, mai un o ddibenion dychwelyd i'r ysgol cyn gwyliau'r haf, oedd ymdrin â phryderon am iechyd a lles dysgwyr. Yn ogystal, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ysgrifennu mewn Asesiad Asesu'r Effaith ar Iechyd ar y 'Polisi Aros Gartref a Chadw Pellter Cymdeithasol' (2020) mai un o'r effeithiau negyddol y mae'r polisi yn tynnu sylw atynt yw bod y pandemig wedi amharu ar addysg plant a phobl ifanc. Maent wedi gweld newidiadau mawr i'w harferion dyddiol a'u strwythurau ac maent wedi cael llai

o gyfle i gymdeithasu â'u cyfoedion. Mae plant o aelwydydd incwm isel yn fwy tebygol o fod wedi wynebu effeithiau negyddol (t.5)

1.7 Ar 10 Mehefin 2020, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ganllawiau i ysgolion ar sut i fynd ati i ddychwelyd i'r ysgol, gan gyfeirio'n benodol at gefnogi lles dysgwyr a staff. Roedd canllawiau Llywodraeth Cymru yn cynnwys adrannau penodol ar gyfer lles staff a lles dysgwyr, yn ogystal ag adran yn ymdrin â materion diogelu i blant. Yn ogystal, mae'r canllawiau'n sôn am y cyfle i wneud defnydd cynyddol o'r awyr agored yn unol â chyngor Cyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored, a gyhoeddwyd yn y ddogfen 'Dysgu yn yr Awyr Agored o Safon Uchel' (WCfOL/OEAP Cymru, 2018).

1.8 O ran lles staff, os y'u harchwiliwr yn fanylach, mae canllawiau'r Hydref Llywodraeth Cymru (Llywodraeth Cymru, 2020) yn argymell y dylid rhoi mesurau ar waith sy'n briodol i'r cyd-destun wrth ddychwelyd i'r ysgol. Mae'r rhain yn cynnwys darparu gwybodaeth ddibynadwy a chyson a dealltwriaeth gydlynus o'r cynllun ar gyfer y cyfnod ar ôl COVID-19. Dylai llwythi gwaith gael eu monitro a dylent fod yn briodol, dylai mecanweithiau clir fod ar waith, dylai rotas ac amserlenni gefnogi lles a dylid cynnig cyfleoedd i drafod, yn ddelfrydol gyda chwnsler.

1.9 Gan gyfeirio at yr hyn y mae Canllawiau Llywodraeth Cymru yn ei argymell yn nhermau lles dysgwyr, yn ogystal â staff yr ysgol yn atgyfnerthu ymddygiadau yn ymwneud â chadw pellter cymdeithasol a hylendid, a sicrhau bod yr amserlen a chynllun yr ysgol yn cynnig cyfleodd ar gyfer egwyliau ac amser yn yr awyr agored, mae'r canllawiau yn argymell bod cymhorthion dwys ac arbenigol ar gael. Mae'r rhain yn cynnwys gofal bugeiliol, cymorth profedigaeth, cwnsela yn yr ysgol ac yn y gymuned, arferion sy'n ystyriol o drawma/profiadau niweidiol yn ystod plentyndod, mewnbwn seicolegol priodol a chydweithio effeithiol â gwasanaethau plant (Llywodraeth Cymru, 2020).

1.10 Mae'n werth nodi, hefyd, gyd-destun ehangach y dull o sicrhau lles mewn ysgolion mewn cyfnod ar ôl cyfyngiadau symud. Yn ei adroddiad 'Iach a hapus: effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion' (2019) mae Estyn yn argymell y dylai ysgolion fabwysiadu dull ysgol gyfan o sicrhau lles, atgyfnerthu cydberthnasau rhwng staff a disgyblion ac ymhlith disgyblion, darparu profiadau addysgu a dysgu o ansawdd ym maes lles, defnyddio barn disgyblion ac ymchwil academaidd i gefnogi lles a sicrhau bod amgylchedd yr ysgol a'i gwasanaethau yn cefnogi iechyd a lles disgyblion. Gan

ymhelaethu ar yr argymhelliad a wnaed gan Estyn, yn ei 'Canllawiau fframwaith drafft ar sefydlu dull ysgol-gyfan o ymdrin ag iechyd a lles meddyliol' (2020), nododd Llywodraeth Cymru fod y cydberthnasau hynny mewn ysgolion, yn ogystal â'r cydberthnasau â gwasanaethau allanol yn ganolog i hybu lles. Mae hefyd yn argymell y dylai staff gael hyfforddiant ar ddull gweithredu sy'n ystyriol o drawma, a bod strategaethau fel darpariaethau Cyffredinol ac wedi'u Targedu o fewn ethos sy'n gydnaws â lles.

1.11 Roedd astudiaeth benodol a ystyriodd les staff ysgolion yn ystod pandemig COVID-19 yn arolwg cadarn o 3,034 o weithwyr addysg proffesiynol ledled y DU a gynhaliwyd ym mis Gorffennaf 2020 (Cymorth Addysg, 2020a). Yn ôl y canfyddiadau, roedd 52% o'r athrawon ysgol a gymerodd ran yn yr arolwg wedi profi dirywiad yn eu hiechyd meddwl, a 48% o uwch-arweinwyr a staff mewn rolau eraill. Nodwyd hefyd, o ran ffynonellau cymorth, fod 60% o'r athrawon yn ffafrio troi at deulu a ffrindiau, tra bod 59% o uwch-arweinwyr wedi troi at eu partner neu gymar i gael cymorth. Hefyd, roedd grŵp mawr o unigolion (24%) na wnaethant gael cymorth o unrhyw fath. Mae'r ffigurau hyn yn dangos nad yw niferoedd sylweddol o staff ysgolion yn ceisio cymorth ar gyfer eu lles meddyliol gan eu cyflogwyr, gan dynnu sylw o bosibl at yr angen am ffynonellau cymorth effeithiol a hygyrch mewn ysgolion.

1.12 Ym mis Tachwedd 2020, cyhoeddodd Cymorth Addysg hefyd y Mynegai Lles Athrawon (2020), sef arolwg ar raddfa fawr yn meincnodi iechyd meddwl pob gweithiwr addysg proffesiynol yn y DU. Cyn ei gyhoeddi, cynhaliwyd yr arolwg cychwynnol ym mis Mehefin a mis Gorffennaf 2020, ac yna, gan ystyried pa mor unigryw roedd y sefyllfa, cynhaliwyd arolwg byr ym mis Hydref 2020 er mwyn ymchwilio i straen ymhlith athrawon yn ystod y flwyddyn academaidd. Canfuwyd bod lefelau straen wedi cynyddu o 62% i 84% rhwng mis Gorffennaf a mis Hydref. Roedd yr adroddiad hefyd yn dangos tueddiad a oedd yn peri pryder, sef cynnydd mewn symptomau iechyd meddwl gwael gan gynnwys amrywiadau hwyl, anawsterau canolbwyntio a dagreuoldeb, a chanfuwyd hefyd mai uwch-arweinwyr oedd yn nodi'r lefelau uchaf o straen o blith yr holl staff addysg (Cymorth Addysg, 2020b).

1.13 Mae canfyddiad allweddol sy'n cyd-fynd ag argymhellion Canllawiau Llywodraeth Cymru yn ymwneud â llwythi gwaith trwm. Dywedodd 59% eu bod wedi ystyried gadael eu proffesiwn oherwydd y llwythi gwaith trwm, gan gynnwys 76% o uwch-arweinwyr a 65% o athrawon. Roedd y materion allweddol eraill a nodwyd yn ymwneud â'r stigma a'r cywilydd sy'n gysylltiedig â rhoi gwybod am broblemau iechyd meddwl a'r lefelau cymharol isel o fonitro ac ymyrraeth o ran lles meddyliol staff mewn ysgolion. Roedd 35% o athrawon o'r farn bod stigma yn gysylltiedig â datgelu problemau iechyd meddwl ac felly nad oeddent yn siarad amdanynt yn y gwaith. Roedd gan 26% fynediad at Wasanaethau Cwnsela Cymorth i Gyflogeion, dim ond 8% oedd â mynediad at drefniadau goruchwyliaeth lle roeddent yn teimlo'n ddiogel i drafod y materion hyn a dywedodd 58% nad oedd eu sefydliad yn cynnal arolygon staff rheolaidd i fesur lefelau lles (Cymorth Addysg, 2020b). Unwaith eto, gallai’r ffigurau hyn dynnu sylw at angen posibl am ymyraethau pellach yn gysylltiedig â lles meddyliol staff mewn ysgolion.

1.14 Mae'r ddau adroddiad a gyhoeddwyd gan Cymorth Addysg yn tynnu sylw at rai canfyddiadau cadarnhaol hefyd. Roedd y rhain yn cynnwys mai yng Nghymru y nodwyd y gwelliannau mwyaf mewn iechyd meddwl yn ystod y pandemig (26%) (Cymorth Addysg, 2020a); bod mwy o ganllawiau iechyd meddwl ar gael i addysgwyr yn y gweithle nag mewn blynyddoedd blaenorol; cynnydd yng nghanfyddiad y rhai sydd wedi profi problemau iechyd meddwl yn y gwaith eu bod yn cael eu cefnogi a'u hannog i godi eu llais pan fyddant yn cael anawsterau (Cymorth Addysg, 2020b).

1.15 O ran lles disgyblion, cynhaliwyd astudiaeth berthnasol ar ffurf arolwg cadarn ar raddfa fawr gan Gymdeithas y Plant rhwng mis Ebrill a mis Mehefin 2020, lle arolygwyd 2000 o bobl ifanc 10-17 oed a lle ymgynghorwyd â 150 pellach am effeithiau COVID-19 a'r cyfyngiadau symud ar eu bywydau. Mae'r astudiaeth yn honni bod llawer o'r astudiaethau a gyhoeddwyd hyd yma wedi dibynnu ar samplau oportiwnistaidd neu samplau nad ydynt yn gynrychiadol. Fodd bynnag, mae'r rhai a gyhoeddwyd yn awgrymu y bu cynnydd yn lefelau gorbryder pobl ifanc ac, yn berthnasol ddigon, gynnydd mewn anawsterau emosiynol, ymddygiadol a chanolbwyntio ymhlith plant oedran cynradd (4-10 oed).

1.16 Mae'r astudiaeth hefyd yn nodi bod astudiaethau eraill (Barnado's, 2020 a'r Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020) wedi tynnu sylw at y ffaith bod sgoriau unigrwydd a llesiant is yn destun pryder yn nhermau lles plant. Canfu'r arolwg a gynhaliwyd gan YouGov ar ran Barnado's fod mwy nag un o bob pedwar o'r 4,000 o gyfranogwyr yn dioddef o gynnydd mewn materion yn ymwneud ag iechyd meddwl a lles, gyda mwy na dwy ran o dair ohonynt yn dweud mai methu gweld eu ffrindiau oedd un o'r pethau anoddaf am y cyfyngiadau symud (Barnado's, 2020). Roedd y canfyddiadau hefyd yn nodi, o ran lles, er bod y rhan fwyaf o blant yn dal i fod yn fodlon ar y rhan fwyaf o agweddau ar eu bywyd a bywyd yn gyffredinol, fod bron un ym mhob pum plentyn yn sgorio'n is na'r pwynt canol ar y mesur o foddhad bywyd sy'n awgrymu y gall fod effaith ar les gwybyddol rhai plant.

1.17 Gan adlewyrchu ar yr argymhellion yng Nghanllawiau Llywodraeth Cymru ar ddychwelyd i'r ysgol yn nhymor yr Hydref, yn benodol yr argymhellion ar gyfer arferion sy'n ystyriol o drawma. Cefnogir yr angen i roi arferion o'r fath ar waith mewn ysgolion gan yr hyn a nodir gan Danese a Smith (2020) fel cynnydd mewn salwch meddwl ymhlith rhieni, cam-drin ac esgeuluso plant a phrofedigaeth drawmatig gymhleth yn ystod y pandemig. Mae ysgolion eu hunain hefyd yn cydnabod yr angen i staff gael eu hyfforddi mewn arferion sy'n ystyriol o drawma. Teimlai 40% o weithwyr addysg proffesiynol fod gwybod sut i helpu dysgwyr a all fod wedi cael profiad o brofedigaeth a thrawma hefyd yn bwysig o ran y priodweddau a'r sgiliau sydd eu hangen wrth ddychwelyd i'r ysgol ar ôl y cyfyngiadau symud (Cymorth Addysg, 2020).

1.18 Mae'r pryderon hyn wedi'u cefnogi gan ganfyddiadau astudiaeth Co-SPACE (Co-SPACE, 2020) a gynhaliwyd yn Lloegr drwy gydol y pandemig. Yn ystod yr astudiaeth mae iechyd meddwl plant a phobl ifanc wedi'i fonitro drwy gydol COVID-19 drwy arolygon ar-lein misol a gwblhawyd gan rieni/gofalwyr a phobl ifanc. Roedd canfyddiadau cynnar yn awgrymu bod plant iau yn profi cynnydd mewn anawsterau iechyd meddwl yn ystod y cyfyngiadau symud. Nododd canfyddiadau diweddarach fod anawsterau emosiynol ac anawsterau aflonyddu/talu sylw wedi cynyddu ymhlith plant a phobl ifanc o aelwydydd incwm isel o gymharu â rhai o aelwydydd incwm uchel.

1.19 Mae'r canfyddiadau yn awgrymu bod y pandemig wedi effeithio'n sylweddol ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc, gan effeithio yn benodol ar y teuluoedd a'r plant

mwyaf difreintiedig (Co-SPACE, 2020). Yn ogystal, mae cau ysgolion wedi golygu bod plant a phobl ifanc yn wynebu risgiau fel bod yn agored i drais domestig, bod yn gaeth i sylweddau a cham-fanteisio (Cowie a Myers, 2021). Mae'r NSPCC (2020) hefyd yn nodi bod nifer y plant sy'n cael eu cam-drin yn y cartref wedi cynyddu bron i draean yn dilyn y cyfyngiadau symud. Gan wneud sylwadau o bosibl ar yr holl ganfyddiadau hyn, mae Cowie a Myers (2021, t.71) yn nodi bod y pandemig wedi cynyddu graddau'r anghydraddoldebau yn ein cymdeithas. Heb yr ysgol i fod yn sefydliad sy'n cynnig cymorth i'r rai agored i niwed mewn cymdeithasol, bydd problemau hirdymor i blant a phobl ifanc.

1.20 Gan symud o bersbectif cenedlaethol i bersbectif byd-eang, mae'r Uned Ymarfer ar Sail Tystiolaeth wedi casglu tystiolaeth o bob rhan o'r byd er mwyn nodi'r prif heriau iechyd meddwl allweddol y mae plant a phobl ifanc wedi eu hwynebu yn ystod COVID-19, y grwpiau sydd mwyaf agored i niwed a'r strategaethau a allai helpu plant a phobl ifanc i reoli'r heriau hyn. Mae eu canfyddiadau wedi cael eu cyhoeddi'n gyfnodol drwy gydol y pandemig ac mae canfyddiadau diweddarach yn nodi bod y dystiolaeth ar gyfer effeithiau negyddol y pandemig ar iechyd meddwl plant a phobl ifanc yn parhau i adeiladu (Jefferey et al., 2020). Mae canfyddiadau diweddarach yn nodi bod plant a phobl ifanc wedi arddangos amrywiaeth o drallod seicolegol yn ystod cyfnodau estynedig o gyfyngiadau lleol. Hefyd, mae'r pandemig wedi dwysáu'r ffactorau risg presennol ar gyfer gostyngiad mewn iechyd meddwl ymhlith plant a phobl ifanc sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol, gan gynnwys iechyd gwael, ynysu cymdeithasol, ansicrwydd, sefydlogrwydd ariannol a cholli swyddi (Gilleard et al., 2020). Gan gyfateb i Ganllawiau Llywodraeth Cymru, mae'r canfyddiadau diweddarach yn argymell uwchsgilio athrawon wrth nodi heriau iechyd meddwl disgyblion a sicrhau bod llwybrau atgyfeirio cadarn ar waith er mwyn i athrawon gyfeirio'n briodol (Gilleard et al., 2020).

1.21 Er bod yr effeithiau negyddol ar les meddyliol plant a phobl ifanc yn dechrau cael eu cofnodi'n eang erbyn hyn, nodwyd hefyd y bu manteision yn gysylltiedig â'r cyfyngiadau symud, fel amser ar gyfer hobïau a gwerthfawrogi'r hyn sydd ganddynt mewn bywyd yn ogystal â datblygu strategaethau hunanofal tebyg i'r 5 Ffordd at Les (Cymdeithas y Plant, 2020). Mae Comisiynydd Plant Cymru (2020) hefyd yn nodi manteision pellach a nodwyd gan blant yn cynnwys treulio mwy o amser gyda

theulu ac yn yr awyr agored a rhyddhad o anawsterau iechyd meddwl penodol, yn enwedig mewn achosion pan fydd plant yn cael eu bwlio yn yr ysgol.

1.22 Unwaith eto, gan gyfeirio at Ganllawiau Llywodraeth Cymru, yn arbennig yr argymhelliad i wneud mwy o ddefnydd o fannau awyr agored mewn ysgolion, mae Maller a Townsend (2006) yn dadlau nad oes yn rhaid i brofiadau addysgu o ansawdd uchel i gynnwys plant mewn dysgu fod yn gyfyngedig i'r ystafell ddosbarth a bod dysgu y tu allan i'r ystafell ddosbarth mewn amgylchedd naturiol yn gyfle ar gyfer dull integredig, trawsgwricwlaidd o gyflawni nodau addysgol (Learning and Teaching Scotland, 2010).

1.23 Yn ogystal, o ganlyniad i gyfuniad o ffactorau fel lleihad mewn mannau gwyrdd, dibyniaeth gynyddol ar dechnoleg (Estyn, 2011), y ffaith bod amser plant yn fwy strwythuredig (Kellert, 2005) a phryderon rhieni am ddiogelwch, traffig a throseddu (Fiennes et al., 2015) mae llai o gyfleoedd i blant ddysgu yn yr awyr agored. Mae Marchant et al., (2019) felly yn honni mai gan ysgolion y mae'r cyfrifoldeb a'r potensial mwyaf i roi mynediad i amgylcheddau naturiol i blant drwy weithgareddau addysgu a thir yr ysgol.

1.24 Oherwydd yr amrywiaeth o weithgareddau dysgu awyr agored a drafodir yn y llenyddiaeth, mae'r sail dystiolaeth yn dangos amrywiaeth enfawr yn nhermau hyd y gweithgareddau dysgu awyr agored a'u math, y boblogaeth dan sylw a'r mesurau deilliant a aseswyd (Fiennes et al., 2015). Fodd bynnag, mae'r dystiolaeth sy'n tynnu sylw at fanteision iechyd a lles dysgu awyr agored wedi tyfu dros y blynyddoedd diwethaf (WCfOL/OEAP Cymru, 2018). Mae'r astudiaeth a gynhaliwyd gan Marchant et al. (2019) yn berthnasol i gyd-destun De Cymru. (2019). Nod yr astudiaeth hydredol hon oedd ystyried barn penaethiaid, athrawon a disgyblion a'u profiadau o raglen dysgu awyr agored yng nghwricwlwm cyfnod allweddol dau (oedrannau 9-11). Roedd y dystiolaeth o'r astudiaeth achos a gyflwynwyd yn dangos bod disgyblion ac athrawon wedi rhoi gwybod am welliannau yn ymgysylltiad plant â dysgu, gan gynnwys y disgyblion hynny ag anawsterau ymddygiadol ac Anghenion Dysgu Ychwanegol, canolbwyntio ac ymddygiad ac effeithiau cadarnhaol ar iechyd a lles athrawon a'u boddhad swydd. Mae

cyfyngiadau'r astudiaeth yn cynnwys sampl fach a 'llai amddifad', sampl homogenaidd o ran ethnigrwydd a'r ffaith bod gan bob ysgol oedd yn cymryd rhan fynediad at fannau gwyrdd/amgylchedd naturiol yn agos at eu hysgolion (Marchant et al., 2019).

1.25 Prosiect arall sy'n berthnasol i gyd-destun y DU yw'r prosiect Natural Connections a ddarparwyd mewn cyfuniad o 125 o ysgolion cynradd ac uwchradd ac ysgolion arbennig ledled de-ddwyrain Lloegr. Dangosodd yr astudiaeth hon, drwy dystiolaeth astudiaeth achos mewn 12 o ysgolion, effaith gadarnhaol dysgu yn yr amgylchedd naturiol ar fwynhad disgyblion o wersi, gan gysylltu â natur, sgiliau cymdeithasol, ymgysylltu â dysgu, iechyd a lles, ymddygiad a chyrhaeddiad (Natural England, 2016). Dangosodd yr astudiaeth hefyd yr heriau niferus i roi dysgu awyr agored ar waith ond hefyd strategaethau a all helpu i integreiddio dysgu awyr agored i'r cwricwlwm. Prif gyfyngiad yr astudiaeth yw ei bod wedi ei lleoli mewn un rhanbarth yn y DU ac mae angen bod yn ofalus wrth gyffredinoli'r canfyddiadau i gyd-destunau eraill (Edwards-Jones et al., 2016).

1.26 Ymhlith y manteision ehangach a nodwyd mae: lleddfu symptomau Anhwylder Diffyg Canolbwyntio, cynnydd yn y gallu i ganolbwyntio a lleddfu'r awydd i ymddwyn yn fyrbwyll, lleihad mewn symptomau myopia ymhlith plant ifanc, datblygiad cymdeithasol iach, pwysau corff iach, cynnydd yn y cyfraddau gweithgarwch corfforol, gwelliant yn sgoriau meddygon o swyddogaethau imiwnedd, ac iechyd a lles cyffredinol gwell. (Wells 2000; Wells ac Evans 2003; Castonguay a Jutras 2009; Kuo 2013; Waite et al. 2013; Christian et al. 2014; Klinker et al. 2014; Ulset et al. 2017). Gan gyfeirio'n benodol at fanteision dysgu yn yr awyr agored yn ystod y pandemig, mae'r Uned Ymarfer sy'n Seiliedig ar Dystiolaeth hefyd yn awgrymu y gall mynediad at yr awyr agored helpu plant a phobl ifanc i reoli effeithiau negyddol y pandemig ac mae'n arbennig o bwysig i blant a phobl ifanc ag ADHD ac epilepsi (Gilleard, et al., 2020).

1.27 Yn ogystal â'r manteision ehangach a nodir, mae'r llenyddiaeth hefyd yn trafod rhwystrau i ddysgu yn yr awyr agored. Mae’r rhain yn cynnwys: diffyg hyder ac arbenigedd athrawon yn yr awyr agored, prinder adnoddau, cyfyngiadau'r cwricwlwm, pryderon am broblemau disgyblaeth posibl yn gwaethygu (Barford, 2018) a phryderon iechyd a diogelwch cyffredinol ar gyfer y plant (Gill, 2007 a

Zubrick et al., 2010). Fodd bynnag, o ystyried y manteision a ddogfennir a chan gadw Canllawiau Llywodraeth Cymru mewn cof, mae pwysigrwydd ymchwilio ymhellach i ddysgu yn yr awyr agored a'i ddefnyddio i wella lles plant yn hinsawdd bresennol COVID-19 yn fater â blaenoriaeth. Mae'r papur hwn wedi'i gyhoeddi ar adeg lle ceir pryderon cynyddol am ostyngiad mewn gweithgarwch corfforol, cynnydd mewn ymddygiadau eisteddog a phryderon ehangach am iechyd a lles. Ni cheir consensws am un diffiniad o les ac er bod iechyd a lles yn fater amlasiantaethol, mae lles corfforol yn elfen hanfodol a sylweddol. Mae Almond (2010) yn pwysleisio y bu methiant mewn cymdeithas ac mewn polisi i drin ymarfer corff fel blaenoriaeth ar gyfer lles a ffordd o wella bywydau pobl. Derbynnir yn eang (Biddle et al., 2004) fod cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol yn rheolaidd yn arwain at ffordd o fyw iach. Mae Adroddiad Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon (2019) Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar Weithgarwch Corfforol Ymhlith Plant a Phobl Ifanc yn dangos bod oedolion a phlant yn gyson yn methu â chydymffurfio â chanllawiau ar weithgarwch corfforol (Prif Swyddogion Meddygol, 2019) a cheir pryder byd-eang cynyddol am gyfraddau gordewdra ymhlith oedolion a phlant. Mae cyfrannau sylweddol o bobl ifanc nad ydynt yn cadw at ganllawiau Sefydliad Iechyd y Byd (2020) ar weithgarwch corfforol, sef cymryd rhan mewn 60 munud o weithgarwch cymedrol i ddwys (MPVA) bob dydd ac mae canllawiau WHO (2020) ar weithgarwch corfforol ac ymddygiad eisteddog yn cadarnhau negeseuon fod ychydig bach o weithgarwch corfforol yn well na dim.

1.28 O ran diben yr ymchwil hon, yn benodol cyfrannu at lywio darpariaeth AGA yn y dyfodol, mae'n werth chweil cydnabod y datblygiadau sydd wedi pennu cyd-destun addysgol cyfoes ac wedi llywio darpariaeth AGA yn ddiweddar. Gan gyfeirio'n benodol at adroddiad Dyfodol Llwyddiannus (Donaldson, 2015) a'r newidiadau i'r cwricwlwm ac asesiadau a ysgogwyd ganddo, mae'r ffaith bod gan athrawon fwy o reolaeth dros y cwricwlwm erbyn hyn yn golygu bod mwy o gyfrifoldeb arnynt o ran y cwricwlwm, a bod angen iddynt ddeall addysgu o safbwynt 'pam' a 'sut', yn ogystal â 'beth' (Furlong, 2015). Yn ogystal, gan fod y cwricwlwm newydd wedi'i drefnu'n 6 'maes dysgu a phrofiad' allweddol, gan gynnwys 'iechyd a lles', mae'n golygu na all yr astudiaeth hon anwybyddu'r cyd-destun hwn a bod angen i ddarpariaeth AGA allu paratoi athrawon i fod yn hyblyg ac yn wybodus yn eu darpariaeth iechyd a lles (Donaldson, 2015). At hyn, yn yr adroddiad 'Addysgu Athrawon Yfory' (2015), mae Furlong yn nodi bod angen diwygio darpariaeth AGA oherwydd natur newidiol

addysgu yn yr 21ain Ganrif. Erbyn hyn mae angen i ddarpariaeth AGA allu paratoi athrawon i ymateb i natur newidiol gwybodaeth mewn cymdeithas (Furlong, 2015). O ganlyniad, mae potensial enfawr i'r goblygiadau hyn, yn ogystal â chymhlethdodau'r hinsawdd bresennol yng nghyfnod COVID-19, gael effaith ar ddarpariaeth AGA yng Nghymru, sef bod angen iddi allu datblygu proffesiynoldeb athrawon a all ateb y galwadau sy'n deillio o gymhlethdodau cynyddol cymdeithas yr 21ain Ganrif a'i haddysg.

1.29 **Crynodeb**

Nid yw'n syndod bod effeithiau Pandemig COVID-19 a'r cyfyngiadau symud ar les athrawon a dysgwyr wedi dod yn flaenoriaeth o ystyried yr amgylchiadau anodd a wynebwyd gan y ddau grŵp yn ystod y cyfnod hwn. Cafodd y diffygion posibl o ran lles sy'n deillio o hyn eu cydnabod yn gywir ddigon gan Lywodraeth Cymru a chafodd lles ei bennu'n flaenoriaeth i bolisi'n ymwneud â dychwelyd i'r ysgol. Aeth y polisi i'r afael â ffactorau fel darparu gwybodaeth ddibynadwy a llwyth gwaith staff ac, yn nhermau lles dysgwyr, roedd cymorth emosiynol a seicolegol priodol yn ogystal ag atgyfnerthu ymddygiadau cadarnhaol yn argymhellion allweddol. Mae'r polisi hefyd yn argymell y dylai ysgolion fanteisio at ddysgu yn yr awyr agored gyda'r nod o wella lles staff a dysgwyr (Llywodraeth Cymru, 2020).

Mae'r angen am argymhellion o'r fath wedi'i adlewyrchu yn yr ymchwil sy'n ymwneud â lles mewn ysgolion yn ystod y pandemig. Nododd 52% o athrawon ddirywiad mewn iechyd meddwl (Cymorth Addysg, 2020a) a nododd 84% o athrawon gynnydd mewn lefelau straen wrth ddychwelyd i'r ysgol yn Nhymor yr Hydref (Cymorth Addysg, 2020b). Hefyd, dim ond lleiafrif o staff a nododd eu bod wedi cael cymorth emosiynol drwy wasanaethau sy'n gysylltiedig â'u cyflogaeth (Cymorth Addysg, 2020b). Er gwaethaf y materion hyn, ar lefel y DU, athrawon yng Nghymru a nododd y gwelliannau mwyaf mewn iechyd meddwl yn ystod y pandemig, sef 26%.

Yn nhermau lles plant a phobl ifanc, mae adroddiadau graddfa fawr a gynhaliwyd yn ystod y pandemig a'r cyfyngiadau symud yn nodi bod unigrwydd (Barnardo's, 2020) a lles gwybyddol is (Cymdeithas y Plant, 2020) yn bryderon allweddol. Ymhlith y materion eraill a nodwyd sy'n peri pryder mawr, roedd y ffaith bod plant, yn enwedig o deuluoedd difreintiedig, yn wynebu mwy o gamdriniaeth, cam-fanteisio, trais

domestig, cam-drin sylweddau a salwch meddwl ymhlith rhieni (Co-SPACE, 2020; Cowie a Myers, 2020) sy'n gofyn bod dull gweithredu sy'n ystyriol o drawma yn cael ei ymgorffori mewn ysgolion (Danese a Smith, 2020). O safbwynt byd-eang, mae'r sail dystiolaeth yn dangos bod cynnydd mewn problemau iechyd ymhlith plant a phobl ifanc wedi dwysáu (Jefferey et al., 2020) ac mae'r dystiolaeth hefyd yn dangos bod y pandemig wedi dwysáu'r ffactorau risg presennol ar gyfer gostyngiad mewn iechyd meddwl ymhlith plant a phobl ifanc sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol (Gilleard et al., 2020). Mewn cyferbyniad â'r ffactorau hyn, nodwyd hefyd fanteision y cyfyngiadau symud. Mae'r rhain yn cynnwys cyfle ar gyfer hobïau, datblygu arferion hunanofal (Cymdeithas y Plant, 2020) a'r cyfle i dreulio amser yn yr awyr agored a gyda theulu (Comisiynydd Plant Cymru, 2020).

Fel y cyfeiriwyd ato'n flaenorol, mae canllawiau Llywodraeth Cymru yn sôn am y cyfle i wneud mwy o ddefnydd o fannau awyr agored mewn ysgolion. Mae honiadau bod gan ysgolion botensial a chyfrifoldeb sylweddol i roi mynediad i blant at yr awyr agored/amgylcheddau naturiol yn amlwg yn y llenyddiaeth (Maller a Townsend, 2006; Teaching and Learning Scotland, 2010; Marchant et al., 2019). Mae manteision dysgu yn yr awyr agored wedi'u nodi yn yr ymchwil. Mae'r rhain yn cynnwys gwella ymgysylltiad dysgwyr â dysgu, cyrhaeddiad, canolbwyntio ac ymddygiad, mwynhad disgyblion o wersi, cysylltiad â natur, sgiliau cymdeithasol, effeithiau cadarnhaol ar iechyd a lles a boddhad swydd athrawon (Marchant et al., 2019; Natural England, 2016). Roedd y rhwystrau cyffredin i ddysgu yn yr awyr agored a nodwyd yn cynnwys y canlynol: diffyg hyder ac arbenigedd athrawon yn yr awyr agored, prinder adnoddau, cyfyngiadau'r cwricwlwm, pryderon am broblemau disgyblaeth posibl yn gwaethygu (Barford, 2018) a phryderon iechyd a diogelwch cyffredinol ar gyfer y plant (Gill, 2007 a Zubrick et al., 2010). Ni ellir diystyru’r rôl y mae Gweithgarwch Corfforol yn ei chwarae o ran lles na'r cysylltiadau clir â chael mynediad at ddysgu yn yr awyr agored. Gyda phryderon diweddar am leihad mewn gweithgarwch corfforol a phryder byd-eang cynyddol am gyfraddau gordewdra ymhlith oedolion a phlant (Adroddiad Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon Cynulliad Cenedlaethol Cymru, 2019), mae angen ymchwilio i'r effeithiau y mae'r pandemig a'r cyfyngiadau symud wedi'u cal ar y mae hon hefyd,

O ran llywio dyfodol darpariaeth AGA, ni all yr astudiaeth hon anwybyddu gofynion y cwricwlwm newydd a'r gwaith o gyflawni iechyd a lles fel maes dysgu a phrofiad allweddol. Mae angen i ddarpariaeth AGA allu paratoi athrawon i fod yn hyblyg ac yn

wybodus wrth gyflwyno maes iechyd a lles (Donaldson, 2015). Y gobaith yw y gall canfyddiadau'r astudiaeth hon lywio'r maes hwn a gwneud argymhellion ar gyfer darpariaeth AGA yng Nghymru yn y dyfodol.

2. Methodoleg

Dylunio gwaith ymchwil

2.1 Mae'r adran hon yn cyflwyno maes dylunio ymchwil a'r ystyriaeth ddyledus sydd wedi arwain at ddefnyddio'r fethodoleg ar gyfer amryw agweddau ar y prosiect hwn. Yn gyntaf, bydd yn ystyried y paradeim y bydd yr ymchwil yn cael ei chynnal ynddo ac yn trafod yn gryno iawn y ffactorau ontolegol ac epistemolegol a fydd yn llywio'r broses o ddewis dyluniad priodol ar gyfer yr ymchwil. Mae ystyriaeth drylwyr o'r agweddau hyn yn bwysig, am fod arbenigwyr mewn dulliau ymchwil fel Gray (2018), Cohen, Manion a Morrison (2013), a'r awduron hynny sydd wedi canolbwyntio ar drafod dulliau ymchwil ym maes addysg yn benodol (er enghraifft: Brookes, 2003; Noffke a Somekh, 2009; Rea, 2008) wedi bod yn feirniadol iawn o achosion pan na fydd dyluniad ymchwil yn cyd-fynd â'r llenyddiaeth, y paradeim y caiff yr ymchwil ei chynnal ynddo, y canlyniadau/y defnydd o'r canfyddiadau a fwriedir, neu, yn yr achosion gwaethaf, gyfuniad o'r rhain. Mae Gray (2018) yn rhybuddio ymchwilwyr yn benodol am beryglon cynllunio prosiectau ymholi yn seiliedig ar ddyluniad ymchwil cyn ystyried y cwestiwn ymchwil/cwestiynau ymchwil. Nid yn unig ystyried dyluniadau ymchwil posibl y gellid eu rhoi ar waith, yw nod yr adran hon o'r adroddiad, ond hefyd cynnig beirniadaeth gryno er mwyn sicrhau cydnawsedd y paradeim y mae'r cwestiynau ymchwil wedi'u lleoli ynddo, pob cwestiwn ymchwil ei hun, y llenyddiaeth bresennol (fel y manylir yn adran 1 uchod), y safbwynt ontolegol gofynnol a chanlyniad dymunol y broses ymchwil. Mae'r adran hon yn ceisio dadansoddi'r haenau o ystyriaeth a'r prosesau a ddilynwyd er mwyn penderfynu ar y dull gweithredu y pennwyd ei fod yn briodol ac yn addas ar gyfer yr ymchwil hon. Felly, bydd yr adrannau sy'n dilyn yn ceisio camu ymlaen yn rhesymegol ar hyd taith dylunio'r ymchwil, gan ddilyn canllawiau Gray (2018) a Cohen *et al.* (2013).

2.2 Wrth ystyried y cwestiynau ymchwil y mae'r prosiect yn ymdrin â nhw, mae'n bwysig meddwl am yr arena ffisegol a'r cyd-destun y mae'r gwaith wedi'i osod ynddo. Mae'r cwestiynau ymchwil yn cyfeirio'r ymchwiliad i ymdrin â phrofiadau byw athrawon a phlant yn y system addysg yng Nghymru yn ystod amryw gyfnodau rheoli effaith ddiwylliannol pandemig COVID-19. Mae'r rhain yn amrywio o ddychwelyd i'r ysgol am y tro cyntaf ar ôl cyfnod sylweddol o ddysgu cyfunol/ar-lein i'r mwyafrif o blant

oherwydd y cyfyngiadau ar fynychu'r ysgol, blwyddyn ysgol newydd yn dechrau mewn ffordd fwy normal ond gyda chyfyngiadau ar gymysgu a symud ar waith o hyd, a chyfyngiadau symud dilynol a'i gwnaeth yn ofynnol i addysgu a dysgu ddigwydd yn y cartref unwaith eto (i'r mwyafrif o blant).

2.3 Fel y mae'r cyflwyniad wedi'i gadarnhau eisoes, mae'r ymchwil hon yn ceisio deall yr effaith ar draws y themâu canlynol:

Sut mae pandemig COVID-19 wedi effeithio ar iechyd a llesiant dysgwyr a staff ysgolion

Materion diogelu y mae'r plant wedi cael profiad ohonynt ac y bydd angen i ysgolion weithio i'w cefnogi

Y pwyslais cynyddol ar addysgu yn yr awyr agored a'r cynnydd yn y cyfleoedd i fanteisio arno am resymau ymarferol (cyfyngiadau lle / cadw pellter cymdeithasol) a lles.

2.4 Er mwyn cyflawni'r amcanion ymchwil hyn, mae'r cwestiynau ymchwil canlynol wedi'u llunio, a nodir eu cysylltiad â'r amcanion. Derbynnir bod y cwestiynau hyn yn rhoi ffocws pellach i'r ymchwil ac er bod agweddau eraill ar yr amcanion y gellid bod wedi ymdrin â nhw, mae'r llenyddiaeth, yr amserlen a natur gydweithredol yr ymchwil wedi llywio'r tîm ymchwil i ddod i'r casgliad mai'r rhain yw'r pethau mwyaf priodol i'w hystyried.

Beth yw rôl ysgolion yn y gwaith o fonitro a hybu lles ac iechyd cyffredinol dysgwyr a staff yr ysgol yng nghyd-destun yr argyfwng?

Sut mae ysgolion yn hybu ac yn cefnogi iechyd a lles dysgwyr, gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr (fel yr amlinellir yn nogfen ganllaw Llywodraeth Cymru)?

Pa gamau y mae ysgolion wedi'u cymryd i sicrhau bod rhwydweithiau cymorth ymarferwyr wedi cael eu cynnal a/neu eu datblygu?

Sut y mae ysgolion wedi defnyddio dysgu yn yr awyr agored i gefnogi dysgwyr i ddychwelyd i'r ysgol/i addysgu a dysgu sy'n cadw pellter cymdeithasol a pha agweddau ar hyn y gellir tynnu sylw atynt fel ymarfer effeithiol?

Beth mae darparwyr AGA eisoes yn ei gynnig mewn perthynas ag iechyd a lles gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr agored?

Sut y gall y canfyddiadau o'r cwestiynau uchod gael eu hintegreiddio i AGA i gefnogi ymarferwyr a dysgwyr y dyfodol yn y ffordd orau?

2.5 Mae cwestiynau ymchwil (CY) 1 i 4 yn addas ar gyfer data uniongyrchol gan ysgolion a'r rhai sy'n gweithio yn y sector addysg m eu bod yn ymdrin â phrofiadau byw, tra bod CY5 wedi'i anelu at ddarparwyr AGA. Er y bydd rhywfaint o gysylltiad rhwng hyn a CY1-4, mae y tu hwnt i gwmpas yr ymchwil hon i archwilio'r rhyngweithiad yn fanwl. Yn y cyd-destun hwn, nod CY5 yw ystyried yr hyn sydd eisoes ar waith a sut y gall canfyddiadau CY1-4 gyfrannu at raglenni AGA neu eu gwella, ac mewn modd tebyg, mae CY6 yn canolbwyntio ar ddarparu canlyniadau gwirioneddol, defnyddiol o'r ymchwil fel ei bod nid yn unig yn llywio, ond o bosibl yn darparu canllawiau ymarferol i sicrhau y gall ymarfer effeithiol gael ei rannu'n genedlaethol. Mae'n bosibl y bydd angen i lenyddiaeth gyfrannu at CY1 er mwyn llywio'r rolau a'r cyfrifoldebau sydd gan ysgolion eisoes, ac i roi mwy o arweiniad ar y dulliau i'w defnyddio i gynhyrchu data ar gyfer pob CY. Mae hefyd yn bwysig cymhwyso elfen o bragmatiaeth i'r broses oherwydd natur yr union amodau y mae'n ceisio ymchwilio iddynt. Mae mwy o bwysau nag arfer ar arweinwyr a staff ysgolion i reoli'r sefyllfaoedd cymharol newydd y maent yn gweithredu ynddynt, naill ai wrth gyflwyno'r mwyafrif o'r addysgu drwy lwyfannau ar-lein gyda phlant mewn lleoliad daearyddol gwahanol i staff yr ysgol, neu mewn amgylchiadau ar safle'r ysgol lle ceir cyfyngiadau symud a chyfyngiadau ar ryngweithio rhwng y staff a'r plant. Felly, mae cyfranogiad ar raddfa fawr dros amserlen gymharol fer yr ymchwil yn annhebygol o gynhyrchu digon o ddata i gefnogi casgliadau y gellir eu cyfiawnhau yn ystadegol. Yn ogystal, mae arweinwyr a staff ysgolion yn llai tebygol o ymateb i arolygon neu holiaduron os byddant yn ymwneud ag unrhyw un o'r cyfresi o brosiectau ymchwil a gomisiynwyd fel rhan o'r ymchwil drosfwaol ar effaith COVID-19 ar ddarpariaeth AGA. Mae'n fwy tebygol y bydd cydberthnasau proffesiynol y tîm ymchwil yn sgil eu rolau (sylweddol) mewn rhaglenni AGA yn rhoi mynediad at sgyrsiau a chyfweliadau manylach â chydweithwyr mewn ysgolion a fydd yn ei gwneud yn bosibl i ddata dyfnach gael eu casglu. Mae natur gydweithredol yr

ymchwil yn sicrhau y gellir annog nifer digonol o bartneriaid ysgolion i gymryd rhan yn yr ymchwil er mwyn gallu cyfiawnhau sampl cynrychioliadol (ceir mwy o fanylion am hyn isod). Yn yr un modd, gallai'r CY gael effaith ar fywydau cyfranogwyr y tu allan i'r ysgol ond drwy gyfyngu'r paramedrau i ysgolion ac ymdrin yn benodol â'r oedolion dan sylw, gall yr ymchwil ganolbwyntio'n fanylach ar yr hyn y gall ysgolion ei wneud a'r hyn y maent yn ei wneud i gefnogi staff a phlant drwy'r pandemig. Dangoswyd bod barn plant wedi bod yn werthfawr mewn amryw ffurfiau ar ymchwil addysgol (gweler er enghraifft Mygind, 2007) a bod llais y dysgwyr yn bwysig er mwyn cael darlun o'r hyn sy'n digwydd mewn ysgolion. Serch hyn, gallai rhai o'r anawsterau ymarferol wrth gasglu data o'r math hwn atal hyn rhag bod yn ddull o gasglu data. Os bydd staff ysgolion o dan bwysau cynyddol oherwydd y gwahanol ddulliau addysgu, gall fod yn rhesymol tybio bod hyn hefyd yn wir i reini, y mae llawer ohonynt yn ceisio cydbwyso gweithio gartref, adnoddau digidol cyfyngedig ac addysgu gartref. Gall sicrhau cydsyniad neu gyfranogiad rhieni fod y tu allan i gwmpas yr astudiaeth hon yn yr amser sydd ar gael, felly gellir ymgorffori cyfraniadau llais y dysgwr yn anuniongyrchol drwy weithio gyda staff ysgolion, a all hefyd gynnig dealltwriaeth gyd-destunol ehangach o leisiau'r dysgwyr hynny. Gall ymddangos ei bod yn rhy gynnar i drafod dulliau cynhyrchu data ar y cam hwn, ond mae Gray (2018) yn tynnu sylw at y ffordd y mae deall y cyd-destun a'r math o ddata sydd fwyaf tebygol o gael ei gynhyrchu yn bwysig er mwyn deall ble y caiff yr astudiaeth ei lleoli. Mae'n nodi'n glir bod penderfynu ble i leoli maes astudio dethol yn gamgymeriad; yn hytrach, dylai ymchwilydd ystyried ble y mae'r cwestiwn ymchwil wedi'i *leoli eisoes*, yn seiliedig ar y math o waith, y cyd-destun a chanlyniadau/allbynnau angenrheidiol y broses.

2.6 I ryw raddau, mae'r broses o ystyried lleoliad y cwestiwn ymchwil yn cael ei chymhlethu gan y termau amrywiol a ddefnyddir i ddisgrifio'r safbwyntiau ontolegol ac epistemolegol (Cohen, Manion a Morrison, 2013). Nododd Cohen *et al.* (2013) ymgais i resymoli termau ehangach '*normadol*' a '*deongliadol*' i ddisgrifio'r ddau baradeim eang y maent yn awgrymu y dylai pob darn o waith ymchwil gydymffurfio â nhw. Ar y cam hwn, mae hefyd yn bwysig ystyried semanteg paradeim. Mae Gray (2018) yn ddiamwys yn ei ddisgrifiad o baradeim fel lens y gellir edrych ar ymchwil drwyddi, sy'n golygu y gellir edrych ar un prosiect mewn gwahanol ffyrdd, gan ddibynnu ar safbwynt y sawl sy'n edrych. Ymddengys nad yw hyn yn gydnaws â dyfyniad cynharach gan Gray (fod ymchwil wedi'i lleoli *o fewn* paradeim) ond ymddengys mai ei fwriad wrth ddefnyddio'r ddau derm hyn yn gynnar yn y

drafodaeth am ddulliau ansoddol i ysgogi gallu'r ymchwilydd i ymateb o gychwyn cyntaf y broses o ddylunio'r ymchwil.

2.7 Mae Cohen *et al*. (2013) yn crynhoi'r paradeim normadol gan ddweud bod derbyniad bod ymddygiad dynol wedi'i reoli yn ei hanfod gan reolau, a bod arsylwyr yn gallu ymchwilio i'r rheolau hyn a'u heffeithiau yn dilyn dulliau gwyddorau naturiol, ac y dylid gwneud hyn; gellir ystyried bod hyn yn gydnaws ag ontoleg positifydd. Maent yn mynd yn eu blaen i nodi bod y paradeim deongliadol yn gwrthwynebu'r safbwynt hwn, am fod data a welir drwyddo (gan ailadrodd trosiad Grey, 2014, am y lens) yn cael eu hystyried yn bryder unigolyn neu grŵp o unigolion, ac iddynt. Yn y pen draw, mae ymchwil ddeongliadol yn ceisio deall byd cymhleth a gwrthrychol profiadau dynol, sydd angen ymchwil ddwfn ac ailsefydlu'r ymchwilydd i ddeall barn, safbwyntiau a phrofiadau byw. Yn dilyn o hyn, mae arddeliad Cohen *et al*. (2013) fod paradeim normadol yn ystyried ymddygiad fel ymateb i ysgogiad (naill ai allanol neu fewnol) h.y. mae yn y gorffennol ac i'w hastudio. Mae paradeim deongliadol yn ystyried ymddygiad fel gweithgarwch neu ymddygiad ag ystyr ac felly mae angen bwriad ac maent felly wedi'u cyfeirio at y dyfodol. Gwraidd y safbwynt hwn yw'r ddealltwriaeth o'r bwriad hwnnw, gyda'r gweithgarwch gwirioneddol weithiau â llai o werth i'r ymchwilydd na'r rhesymu y tu ôl i hynny.

2.8 Mae Gray (2018) yn nodi'r hyn y mae'n ei alw'n baradeimau a safbwyntiau i lywio ymchwilwyr i ddeall eu barn eu hunain. Mae eisoes wedi cysylltu ymchwil ansoddol â pharadeim dwys gan Cohen *et al*. (2013), mae ei gategorïau yn hoelio sylw ar y dacsonomeg fel ei fod yn cyfleu'n glir safbwynt yr ymchwilydd a'r cwestiwn ymchwil. Mae natur hynod ddwys a heriol gweld data drwy baradeim deongliadol cyd-destunoledig (Bazeley, 2013) yn golygu na all paradeim gael ei adeiladu ar ddamcaniaeth neu ddull methodolegol (Flick, 2009). Mae Charmaz (2013) yn galw am i'r math hwn o ymchwil fynd y tu hwnt i roi cipolwg ar sefyllfa er mwyn cynnig mewnwelediad dwfn a chyd-destunoledig i'r cwestiwn ymchwil. Felly, defnyddir terminoleg fel blaengar, naturiolaidd damcaniaeth feirniadol, ôl-bositifydd, realaeth, lluniadaethol (oll gan Gray, 2018) i nodi'r paradeim y gellir ei weld, ei ddadansoddi ac y gellid cynhyrchu data drwyddo. Nid yw Gray yn cyfyngu pob term i un neu hyd yn oed ychydig o strategaethau ymchwil (h.y. dulliau casglu/cynhyrchu a

dadansoddi data) ond mae'n rhoi cyfrifoldeb ar yr ymchwilydd i ddewis y strategaeth fwyaf priodol i baru'r paradeim a nodir ar gyfer canlyniadau/allbwn bwriadedig neu ddymunol y broses ymchwil.

2.9 Gan fod addysg yn endid a grëwyd gan gymdeithas (Vygotsky, 1978; Williams, 1977) ac mae seiliau sylweddol mewn damcaniaeth addysgol wedi'u lleoli mewn ontoleg neu safbwynt lluniadaeth gymdeithasol (Burr, 2003), mae'n gwbl briodol i nodi bod angen lens lluniadaeth gymdeithasol ar y cwestiynau ymchwil er mwyn sicrhau'r canlyniad gofynnol. At hyn, gellir ystyried bod yr astudiaeth hon yn y sefyllfa gywrain o luniadaeth gymdeithasol flaengar (Gray, 2018) wrth iddi geisio ymchwilio i weithrediad ysgolion, cwricwla ac, i raddau llai, addysgeg, eu rhyngweithiadau a'u cydberthnasau cymhleth, a phrofiad byw pobl o'r rhyngweithiadau hynny. Yn hyn, cydnabyddir yn amlwg y gall ymchwilwyr chwarae rôl (yn nhermau cydberthnasau gwaith proffesiynol) yn y broses ymchwil, ac y gall hyn ddylanwadu'n sylweddol arni, h.y. ni ddylai'r rôl a'r dylanwad annilysu'r canfyddiadau. Yn hytrach, dylai'r gydnabyddiaeth hon a'r datgeliad ychwanegu at werth a didwylledd canfyddiadau a chasgliadau. Mae bod yn ymwybodol o unrhyw ragfarn a cheisio cyfrif amdano neu gydnabod yr effaith a gafodd ar unrhyw ganlyniadau yn un o'r camau mawr y mae Rea (2008) yn eu hannog er mwyn cynnig mwy o ddilysrwydd i faes ymchwil addysg.

2.10 Mae Thomas (2009) yn dadlau, ar ôl i ddibenion yr ymchwil, y math o gwestiynau y bydd yr ymchwil yn ei ofyn, a'r lens y bydd y cwestiynau hyn yn cael eu gweld a'u hateb drwyddo, gael eu pennu, ei bod yn hen bryd ystyried sut y gellir cysylltu'r safbwyntiau athronyddol hyn â'i gilydd yn y byd go iawn, a llunio 'ffrâm ddylunio' (t92). Enwau eraill ar y ffrâm hon yw 'dyluniad ymchwil' (Gray, 2018: 164) ‘methodoleg ymchwil’ neu ‘ddulliau ymchwilio’ (Biggam, 2008: 79), ac ‘arddull ymchwil style’ (Cohen, et al. 2013: 217) ac mae Gray yn mynd ymhellach i ddiffinio ‘strategaethau ymholi’ (t165) er mwyn egluro bod y cam nesaf hwn yn cynnwys ystyried proses y strategaeth gyffredinol a ddefnyddir i gynhyrchu ac, mewn rhai achosion, dechrau dadansoddi'r data. Yn yr achos hwn, byddwn yn defnyddio'r term 'dyluniad ymchwil' am fod cyfystyron neu dermau tebyg i'r termau eraill a all olygu rhywbeth gwahanol. Gall strategaethau a methodolegau gael eu drysu â'r broses wirioneddol o gynhyrchu data, ac mae 'arddull yn awgrymu agwedd greadigol i'r

ymchwilydd, sydd, er nad yw'n amhosibl, yn golygu rhywbeth gwahanol yn y cyd-destun y mae Cohen et al. (2013) yn trafod y term ynddo.

2.11 Yn ôl Gray (2018), dylid edrych ar sawl dyluniad ymchwil sy'n addas ar gyfer cynhyrchu data ansoddol a fydd yn cynnig ateb posibl i'r cwestiynau ymchwil a ystyrir yn y prosiect hwn ac sydd hefyd yn gyson â'r paradeim lluniadaeth gymdeithasol y caiff y cwestiynau ymchwil hyn eu gweld drwyddo. Bydd astudiaethau achos, ffenomenoleg, ac ymchwil weithredu (o Gray, 2018: 165) yn cael eu hystyried yn gryno isod er mwyn pennu eu haddasrwydd ar gyfer y cwestiynau ymchwil a chysondeb â’r amcanion ymchwil. Dylid nodi ar y pwynt hwn, wrth ystyried y gall fod rhywfaint o orgyffwrdd rhwng dull enwi'r dyluniadau hyn a rhai o'r strategaethau cynhyrchu data, ond yma maent yn cael eu hystyried fel dyluniadau ymchwil, a ddiffinir uchod.

2.12 Dull sy'n cynnwys astudiaethau achos yw un o'r dulliau sy'n fwyaf cysylltiedig ag ymchwiliad ansoddol yn ôl pob tebyg (weithiau tybir eu bod yn gyfystyr â'i gilydd). Mae astudiaethau achos yn caniatáu i safbwyntiau niferus gael eu hystyried a chyfrannu at ddisgrifiad neu, mewn rhai achosion, ddadansoddiad o system benodol (Lewis, 2003). Mae eu natur yn caniatáu ar gyfer cyfrifon niferus a mathau niferus o ddata, wedi'u cynhrychu drwy wahanol ffyrdd i gyfrannu at ddealltwriaeth o'r cyfan. Mae enghreifftiau o astudiaethau achos yn niferus ac yn dibynnu i raddau helaeth ar yr hyn a ddiffinir fel 'uned' (gan yr ymchwilydd dan sylw). Yr uned, yn ei hanfod, yw'r achos dan sylw. Felly, gall astudiaeth achos ystyried unedau fel unigolion, sefydliadau, sectorau ac ati. Gall dyluniad astudiaethau achos fod yn briodol i ateb CY1 yn rhannol am ei fod yn ymwneud â chasglu gwybodaeth am arferion a pholisi presennol i weld a allant gyfrannu at ganfyddiadau a/neu'r dulliau sydd ar waith, neu a ydynt yn gwrthgyferbynu â nhw (wrth ateb CY2-4). Yn yr achos hwn, gallai'r uned achos fod yn ysgol, yn fath o ysgol neu'n lleoliad daearyddol, yn rôl yn yr ysgol neu efallai hyd yn oed yn sector addysg yn ei gyfanrwydd. Fodd bynnag, os yw hyn yn wir, efallai y bydd angen iddo fod yn rhan o ddyluniad cyfan, am y gall fod yn fwy priodol defnyddio dyluniad amgen ar gyfer y cwestiynau ymchwil eraill.

2.13 Gan mai un o egwyddorion sylfaenol ffenomoleg yw deall y byd o safbwynt y cyfranogwyr, ymddengys ei bod yn briodol, i raddau, i'r astudiaeth hon. Mae'r syniad bod y gydberthynas rhwng pobl a gwrthrychau/gwrthrychau syniadau yn cael ei heffeithio gan yr union ryngweithiad hwnnw yn cydfynd ag ymchwil cwriclwm, fel y disgrifir gan McMahon, Forde a Marlin (2011). Y farn a fynegir yw bod angen deall cwricwlwm (ac unrhyw weithredoedd y tu allan i hyn y gellir ystyried eu bod yn weithredoedd ysgol neu systemau addysg) fel ffenomen o'r tu mewn, nid dim ond o'r canlyniadau. Fel un o gynigwyr cynnar ffenomoleg (a welir gan rai fel tad y dull fel y'i cymhwysir mewn lleoliadau gwyddorau cymdeithasol (Gray, 2018)), mae gan Alfred Shultz dipyn yn cyffredin â gwaith Pierre Bourdieu, y mae ei waith wedi cael ei ddefnyddio i ddehongli a llywio ymchwil addysg flaneorol (Murphy, 2013). Yn yr un modd ag y mae cysyniadau Bourdieu o *habitus* a *doxa* yn bodoli fel ymddygiad gwneuthuredig o fewn *maes*, ac mae angen cyfalaf yn y maes hwnnw i ysgogi newid, felly gellir gweld bod gan unrhyw realiti cymdeithasol (maes a doxa cysylltiedig) ystyr a pherthnasedd penodol i'r bobl sy'n byw, yn meddwl ac yn ei brofi (Gray, 2018). Gall yr ystyr a'r perthnasedd penodol hyn gael eu hystyried fel cyfalaf yn y maes a ffactor y mae angen ei ddeall i gynhyrchu cyfalaf er mwyn ysgogi unrhyw newid yn y dyfodol. Mae hyn yn dilyn honiadau Hargreaves a Fullan (2012) y gellir ond cynhyrchu cyfalaf proffesiynol o fewn proffesiwn (maes). Pe bai'r astudiaeth ond yn canolbwyntio ar ddealltwriaeth ddofn o sut i gynhyrchu'r cyfalaf angenrheidiol (a geir yn nisgrifiad llawn Bourdieu neu Hargreaves a Fullan) yna byddai ffenomoleg mewn sefyllfa ddelfrydol i gynnig y fath mewnwelediad a'r ddealltwriaeth. Fodd bynnag, mae'r cwestiynau ymchwil yn gofyn am ddull sy'n canolbwyntio mwy ar ddeall newid, yn hytrach na dim ond deall pethau fel y maent ar hyn o bryd. Felly, ni fydd ffenomoleg fel dyluniad ymchwil yn addas i ateb y cwestiynau ymchwil o fewn yr amserlen a bennwyd.

2.14 Mae ymchwil weithredu yn seiliedig ar syniadau a phrosesau a ddatblygwyd gyntaf gan Lewin (1946) ac ers hynny mae wedi cael ei mireinio a'i gwella i ddod yn faes eang o ddyluniadau ymchwil niferus yn ei hawl ei hun (Costello, 2011). Mae'r hanes hir hwn a'r amryfal arenâu y mae ymchwil weithredu wedi'i chymhwyso a'i datblygu ymhellach ynddynt, wedi arwain at '*ymchwil weithredu*' yn dod yn derm niwlog,

braidd. Mae rhai sy'n osgoi'r term yn gyfan gwbl, gan ddewis amrywiadau arno (er enghraifft: ymchwil weithredu cyfranogol (*participatory action research*) (Gray, 2018), ymholiad proffesiynol cydweithredol (*collaborative professional enquiry*) (Carroll, 2011)) a rhai sy'n parhau i ddefnyddio'r term, ond gan roi ystyron gwahanol iawn iddo, fel Coghlan a Brannick (2005), Denscombe (2014), Dick (2002), Mertler (2009) a MacNaughton a Hughes (2009). Mae Costello (2011) yn trafod ymchwil weithredu yn fanwl ond mae'n nodi egwyddorion sy'n gyffredin i'r holl ymchwil weithredu, o safbwynt ei bod yn ceisio defnyddio dull cylchol ac yn cynnwys ymyrraeth weithredol. Gellir ystyried bod y cylchoedd yn seiliedig ar y Craidd Cyfarwyddiadol (City, Elmore, Fiarman, a Teitel, 2011), neu'n debyg iddo, a'u bod yn cynnwys ystyriaeth o ryw fath, cynllunio gweithredu, rhoi'r weithred neu'r ymyrraeth ar waith, adolygu a gwerthuso'r weithred honno a dychwelyd i ystyried sut y gellir symud hyn ymlaen ac i'r cam datblygu nesaf. Fodd bynnag, dylid deall bod ymchwil weithredu yn fwy na dim ond dull cylchol o gynnal gwaith ymchwil (er bod y natur gylchol yn nodwedd bwysig); mae gweithredu a newid wrth ei gwraidd hefyd. Mae'n ymwneud â mwy na chwilio am ffeithiau, dehongli neu ddeall ac mae'n ceisio ysgogi newid, ac yn cael ei chychwyn a'i gwireddu'n aml gan y rhai sy'n profi'r newid hwnnw. O ganlyniad i hyn, mae ymchwil weithredu wedi dod yn ddyluniad ymchwil poblogaidd a *de facto* mewn ymchwil addysg (Noffke a Somekh, 2009) ac mae rhai wedi rhoi'r achos dros ei dderbyn fel y dyluniad ymchwil *de jure* yng Nghymru (French a Beckett, 2019), yng nghyd-destun ymchwil a noddir neu a gontractir gan y llywodraeth ym maes addysg. Mae ffocws gweithredol, natur gylchol (neu droellog hyd yn oed) a'r dderbyniaeth ym maes ymchwil addysg/cwricwlwm yn arwain at y casgliad, o ran y cwestiynau ymchwil dan sylw, fod ymchwil weithredu yn llai priodol am nad yw'r astudiaeth bresennol yn ymwneud â gwneud a gwerthuso ymyriad, ac er bod agwedd gylchol ar y gwaith hwn, prosiect ymchwiliol ydyw yn bennaf, gydag agwedd werthusol fach iawn.

2.15 I gloi'r adran hon ar ddyluniad ymchwil, bydd y dull a fabwysiadir ar draws pob un o'r cwestiynau ymchwil yn ddull astudiaeth achos eang gyda'r sector addysg yn cael ei ystyried yn uned ar gyfer adrodd, ac o fewn hynny, gall unedau llai sef mathau o ysgolion a lleoliadau daearyddol a gall fod yn briodol, gan ddibynnu ar y casgliadau anwythol o'r data a gasglwyd. Mae'r ymchwil hon wedi ceisio amlinellu'r dyluniad

ymchwil a bydd nawr yn symud ymlaen i ystyried dulliau ymchwil a ddefnyddir i gynhyrchu data a dadansoddi pob un o'r cwestiynau ymchwil.

Dulliau cynhyrchu data a chasglu samplau

2.16 Roedd dull cydweithredol a gynhaliwyd gan dîm ag amrywiaeth o brofiadau, arbenigedd ac yn cynrychioli nifer o wahanol gyfarwyddiadau, wedi arwain at ystyriaeth ddofn o'r union ddulliau a ddefnyddid ar ôl i'r cwestiynau ymchwil gael eu llunio. Roedd y drafodaeth ddilynol a'r cytundeb ar y dull ansoddol a fanylir uchod yn adran 2.1 hefyd wedi rhoi ffocws pellach i'r maes yn nhermau dulliau penodol a fyddai'n cynhyrchu nifer o ddata ar ffurf a allai fod yn ddadansoddiad ac a oedd â'r potensial i ateb y cwestiynau ymchwil. Mae CY1 yn cynnwys elfen sy'n gofyn am strategaeth gymhleth neu gymysg (ond i fod yn glir, nid dulliau cymysg yn nhermau cymysgu mathau o ddata neu ddehongliad pragmataidd). Mae CY2-4 a'r agweddau eraill ar CY1 yn debyg o ran eu natur ac yn cyfrannu at greu darlun llawn ar gyfer pob astudiaeth achos. Mae CY5 yn ymdrin â math gwahanol o sefydliad, felly er bod y dulliau a ddefnyddir yn gallu atgynhyrchu dulliau CY1-4, gall fod cwmpas ar gyfer mwy o hyblygrwydd yn y cwestiwn hwn sy'n ddisgrifiadol yn bennaf. Mae CY6 yn gofyn am ddull cwmpasog y gellir ei ddeall yn well yng ngoleuni'r canfyddiadau a thrafodaeth ddilynol o gwestiynau 1-5.

2.17 Ymddengys fod rhai agweddau ar CY1 a chwestiynau CY2-4 i gyd yn addas ar gyfer cynhyrchu data drwy gyfweliadau strwythuredig neu led-strwythuredig, o ran eu bod yn ceisio casglu profiadau byw personol, a chymhwyso polisi gweithdrefnau yn ogystal â cheisio barn y rhai sydd wedi profi'r newidiadau a'r gwahaniaethau mewn addysg ers dechrau'r cyfyngiadau symud cenedlaethol (o fis Mawrth 2020). Bydd pob un o'r cwestiynau hyn yn cynhyrchu is-set o gwestiynau a all helpu i strwythuro cyfweliad gydag aelod o staff yr ysgol a chynhyrchu data y gellir eu defnyddio i ateb y cwestiwn hwnnw, ar ôl dadansoddi. Derbynnir bod rhywfaint o orgyffwrdd rhwng rhai o'r atebion a'r cwestiynau, ond ystyrir bod hyn yn un o gryfderau'r ymchwil yn ei chyfanrwydd am ei bod yn caniatáu i gyfranogion gyflwyno dehongliad gwahanol o'r cwestiynau ond sy'n dal i ddarparu data perthnasol ar gyfer y broses ddadansoddi.

2.18 Roedd yr ystyriaeth o'r cwestiynau a fyddai'n sail i'r cyfweliadau lled-strwythuredig mewn adolygiadau gyda staff ysgolion yn seiliedig ar brofiad ehangach y tîm ymchwil o iechyd a lles (corfforol a meddyliol) yn y gwaith (er enghraifft: Cummins, Hughes, Tomyn, Gibson, Woerner a Lai, 2007; Parker a Hyatt, 2011; Stanadage, Gillison, Ntoumains a Treasure, 2012; Stochl, Jones a Croudace, 2012), er bod natur benodol y cwestiynau ymchwil, mewn perthynas â staff ysgolion a phlant a chyd-destun y pandemig a'r mesurau cysylltiedig, wedi arwain y tîm i gredu nad oedd unrhyw un o'r uchod nac adnoddau eraill yn briodol ar gyfer yr astudiaeth bresennol. Fodd bynnag, roedd dealltwriaeth y tîm o waith o'r fath a chyhoeddiadau cysylltiedig eraill (er enghraifft: *Dysgu yn yr Awyr Agored o Safon Uchel i Gymru*, Cyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored/ Panel Cynghorwyr Addysg Awyr Agored, 2018) wedi galluogi dull ystyriol i sicrhau bod y cwestiynau arfaethedig ar gyfer y cyfweliadau lled-strwythuredig wedi'u halinio â maes ehangach iechyd a lles (mewn ysgolion yn ogystal ag oedolion mewn gweithle) ac wedi'u llunio i gynhyrchu data yn uniongyrchol i ateb y cwestiynau ymchwil (CY1-4). Gellir gweld enghraifft o gwestiynau'r cyfweliadau lled-strwythuredig yn atodiad A).

2.19 Ar ôl ystyriaeth bragmataidd, daeth y tîm i'r casgliad bod angen i'r samplau ar gyfer y pedwar cwestiwn ymchwil cyntaf gwmpasu amrywiaeth o fathau o ysgolion ac ardaloedd daearyddol. Y ffordd symlaf o gysylltu â phartneriaid ysgol oedd targedu ysgolion partner arweiniol mewn rhaglenni AGA i ddechrau gan fod y cydberthnasau proffesiynol presennol yn debygol o gynyddu'r tebygolrwydd o ymgysylltu. Byddai hyn yn sicrhau dosbarthiad daearyddol eang gydag un partner SAU yng ngogledd-orllewin Cymru ac mewn partneriaeth AGA blaenorol yn gweithio gydag ysgolion yn y canolbarth, un partner SAU yng ngogledd-ddwyrain Cymru ac un partner SAU yn ne Cymru. Derbyniwyd gan y tîm bod angen ystyried yr amrywiaeth o ysgolion a'r cyfranogwyr unigol o safbwynt sicrhau defnydd effeithlon o adnoddau (amser, adnoddau dynol ac ati) a thrwy hynny, sicrhau darlun cynrychioliadol, ac osgoi ailadrodd prosesau casglu data yn ddiangen (oherwydd yr amserlen ar gyfer cynhyrchu a dadansoddi data). Yn rhannol o ganlyniad i gyfyngiadau COVID-19 a roddwyd ar y tîm gan dimau arwain eu sefydliadau SAU amrywiol ac yn rhannol er mwyn sicrhau defnydd effeithlon o amser, cynhaliwyd pob cyfweliad o bell gan ddefnyddio llwyfannau ar-lein diogel (fel MS Teams) a chytunwyd ar ddetholiad o ysgolion cyn i'r cyfweliadau ddechrau. Roedd yr ystod o ysgolion a dargedwyd, ac a ymgysylltodd â'r ymchwil fel a ganlyn:

Ysgolion uwchradd (cyfrwng Saesneg, cyfrwng Cymraeg)

Ysgolion cynradd (cyfrwng Saesneg, cyfrwng Cymraeg a darpariaeth ddwyieithog)

Ysgolion annibynnol (cyfrwng Saesneg)

Ysgolion ffydd (cyfrwng Saesneg)

Unedau Cyfeirio Disgyblion (darpariaeth ddwyieithog)

Ysgolion arbennig (cyfrwng Cymraeg a darpariaeth ddwyieithog)

2.20 Gofynnwyd i ysgolion pob oed (darpariaeth 3-19) gymryd rhan yn yr astudiaeth, ond ni chafwyd ymateb gan yr un ohonynt ac felly rhaid derbyn bod hyn yn gyfyngiad yn yr ystod o ysgolion a gynrychiolir. Er bod amrywiaeth ddaearyddol yr ysgolion yn annatod oherwydd lleoliadau'r SAUau partner, nid oedd o fewn cwmpas y prosiect i ystyried (neu yn wir, ddosbarthu) ysgolion yn ôl eu cyd-destun gwledig, lled-wledig, is-drefol ac ati, na chwilio am unrhyw gysylltiad rhwng ffactorau dangosol eraill a ddefnyddir yn aml wrth ddosbarthu ysgolion, fel bandiau perfformiad neu brydau ysgol am ddim. Fodd bynnag, daeth y tîm i'r casgliad y byddai dosbarthiad daearyddol y cyfranogwyr yn cynnig argraff dda o'r darlun cenedlaethol ac felly yn bodloni amcanion yr astudiaeth yn ei chyfanrwydd. Ystyriwyd hefyd y byddai'n ddefnyddiol ceisio trionglu rhywfaint o agwedd dysgu yn yr awyr agored ar CY2 a 4 drwy ymgysylltu â darparwyr dysgu yn yr awyr agored arbenigol, gyda'r nod o ychwanegu gwerth wrth rannu astudiaethau achos lle gwelwyd neu nodwyd ymarfer effeithiol. Felly, roedd y sampl ar gyfer cyfweliadau hefyd yn cynnwys dau ddarparwr dysgu yn yr awyr agored cenedlaethol (un yn darparu'n bennaf drwy gyfrwng y Gymraeg a'r llall yn cynnig darpariaeth ddwyieithog) a dau ddarparwr gwasanaethau dysgu yn yr awyr agored a ariennir gan awdurdodau lleol (un yn y de ac un yn y gogledd, un yn cynnig darpariaeth ddwyieithog ac un yn cynnig darpariaeth Saesneg yn bennaf).

Tabl 1: Math o ysgol y cynhaliwyd cyfweliad â hi

Math o Ysgol	***n***	**Canrannau**
Cynradd	5	41.67
Uwchradd	5	41.67
ADY	2	16.67
Ffydd	2	16.67
Amddifadedd Cymdeithasol	3	25
Dwyieithog	2	16.67

Cyfrwng Cymraeg	1	8.33
Cyfrwng Saesneg	9	75
Cyfanswm	12	100

2.21 Yr ystyriaeth olaf yn y sampl a gafodd ei dethol ar gyfer CY1-4 oedd rolau'r unigolion mewn ysgolion. Mae gan ysgolion strwythurau gwahanol yn dynodi rolau a disgwyliwyd y byddai hyn yn effeithio ar y mathau o atebion y byddai'r cyfranogwyr yn eu rhoi. felly, ym mhob sefydliad, tybiwyd bod angen cyfweld ag aelod o'r uwch-dîm arwain (y pennaeth yn aml, ond mewn rhai achosion, yn arbennig mewn ysgolion uwchradd mawr, cafodd y cyfrifoldeb hwn ei ddirprwyo oherwydd model arweinyddiaeth wasgaredig yr ysgol a/neu'r cyfyngiadau amser oherwydd y sefyllfa o ran COVID-19. Tybiwyd hefyd y byddai'n ddefnyddiol ceisio safbwynt y cydgysylltydd iechyd a lles (neu rôl debyg os na ddefnyddiwyd y teitl hwnnw), ac o leiaf un aelod o'r staff addysgu. Felly, lle y bo modd, cafwyd safbwyntiau gwahanol ar yr un systemau/polisïau/gweithdrefnau ym mhob sefydliad a ymgysylltodd â'r tîm ymchwil.

2.22 Cydnabuwyd bod cwestiwn ymchwil 1 yn fwy amlweddog na chwestiynau dilynol ac felly defnyddiwyd dull ychwanegol o ddarparu data i fynd i'r afael â'r cwestiwn hwn. Tybiwyd bod adolygiad llenyddiaeth cyflym yn briodol yn y cyd-destun hwn am y byddai'n ymdrin â chynhyrchu rhywfaint o'r data ar gyfer CY1 yn ogystal â llywio'r dulliau mwyaf priodol o ymdrin â'r cwestiynau eraill. Roedd yr adolygiad hwn yn cynnwys yr holl lenyddiaeth y tybiwyd ei bod yn ystyried iechyd a lles plant a staff ysgolion a rhai o bolisïau, canllawiau a dogfennaeth ddiweddaraf Llywodraeth Cymru ar effaith y pandemig hyd yma. Mae canfyddiadau'r adolygiad cyflym hwn wedi'u hymgorffori yn adran 1, ac mae'r ffordd y maent wedi dylanwadu ar y dyluniad ymchwil a'r dulliau ymchwilio dilynol wedi'i hamlinellu yn yr adran hon. Gan ystyried, unwaith eto, y cyfyngiadau amser a meysydd arbenigedd y tîm, neilltuwyd aelodau penodol o'r tîm i gynnal yr adolygiad llenyddiaeth, gyda chanllawiau a chyfeiriadau awgrymedig yn fannau cychwyn yn seiliedig ar yr arbenigedd o fewn y tîm.

2.23 Ymdriniwyd â chwestiwn 5 mewn ffordd debyg i CY1-4 yn nhermau cyfweliadau lled-strwythuredig, ond y tro hwn, roedd y sampl yn cynnwys mynd at bob SAU a oedd yn ddarparwr AGA. Roedd y tîm ymchwil eisoes yn cynnwys cynrychiolydd o rai o'r rhaglenni hyn, felly roedd yn ofalus wrth gasglu data gan gynifer o ddarparwyr AGA eraill a fyddai'n ymgysylltu, er mwyn peidio â rhagfarnu'r canfyddiadau o blaid sefydliadau aelodau'r tîm. Gofynnwyd i bob cyfranogwr posibl ddarparu ymateb rhydd ar y ffordd roedd eu rhaglenni AGA yn mynd i'r afael â materion yn ymwneud ag iechyd a lles plant ac athrawon (ac i ryw raddau myfyrwyr AGA) ar hyn o bryd. Gan fod gan bob rhaglen ei dull unigryw o ddylunio ei rhaglen, ystyriwyd mai ymateb rhydd fyddai'r dull mwyaf addas er mwyn atal barn yr ymchwilydd ei hun rhag rhagfarnu strwythur y cwestiwn yn seiliedig ar ei brofiad yn ei sefydliad ei hun (a thrwy hynny fynd i'r afael ag atgylcholrwydd yn y broses).

2.24 Roedd CY6 yn gofyn am ddata o wahanol fath ac fe'i gadawyd yn fwriadol fel un sy'n canolbwyntio ar y canlyniadau er mwyn arwain y tîm tuag at ddarparu canlyniadau gwirioneddol, defnyddiol ar gyfer yr ymchwil ac mae bron yn feta-ddadansoddiad o'r canfyddiadau eraill. Mae ei union natur yn dibynnu ar natur canfyddiadau'r cwestiynau ymchwil eraill, ond mae'n debygol y bydd astudiaethau achos ymarfer effeithiol yn cael eu cynhyrchu ar ffurflen i'w defnyddio gan arweinwyr ysgolion, gyda deunyddiau ategol yn cael eu darparu o bosibl drwy blatfform Hwb, a brofwyd yn effeithiol ac a ddefnyddiwyd mewn prosiectau fel y prosiect ymholi a'r prosiect proffesiynol cenedlaethol.

Cymeradwyaeth a chydsyniad moesegol

2.25 disgrifiwyd uchod. Roedd yr holl ddogfennaeth ar gael yn ddwyieithog a gofynnwyd i'r cyfranogwyr beth oedd eu dewis iaith ar gyfer eu cyfweliad. Roedd yr ystyriaethau moesegol yn cynnwys sicrhau bod enwau unigolion a dynodwyr ysgolion yn cael eu cadw'n gyfrinachol (defnyddiwyd codau a oedd yn hysbys i bob SAU) a bod prif ddogfennaeth y prosiect yn cael ei chadw ar storfa gwmwl ddiogel un SAU, a oedd yn hygyrch i bob aelod o'r tîm ymchwil. Nodwyd canllawiau BERA presennol a chadwyd atynt yn ystod pob cam o'r ymchwil.

2.26 **Dulliau dadansoddi data** Ceisiwyd cymeradwyaeth foesegol gan bob SAU er bod y prosiect wedi'i gydnabod fel menter gydweithredol. Cafodd taflen gydsyniad a gwybodaeth ei phasio drwy bwyllgor moeseg bob SAU, yn yr un modd â chynlluniau storio data a chafwyd cydsyniad moesegol gan bob SAU ar gyfer yr astudiaeth a'r gwaith o gynhyrchu data.

2.27 Roedd y dulliau cynhyrchu data a ddefnyddiwyd yn yr ymchwil hon yn wedi esgor ar ddata ansoddol ar ffurf recordiadau o gyfweliadau a thrawsgrifiadau. Er mwyn dadansoddi'r data hyn a dechrau ateb y cwestiynau ymchwil, cytunodd y timau ym mhob SAU unigol i gynnal dadansoddiad codio anwythol o ddata'r cyfweliadau, gan dynnu sylw at themâu, nodau ac enghreifftiau penodol o ddyfyniadau a fyddai'n cysylltu'n uniongyrchol â phob thema. Gan fynd dros y data sawl gwaith, roedd modd nodi dyfnder cyfoethog y wybodaeth y mae dulliau ansoddol yn eu cefnogi (Cohen, Manion a Morrison (2013)), ac roedd hyn yn sicrhau hefyd na chafodd gwybodaeth neu themâu allweddol eu colli. Ar ôl i'r dadansoddiad data cychwynnol gael ei gwblhau, casglodd y timau o bob SAU y wybodaeth a dechrau grwpio'r themâu a'r dyfyniadau/nodau penodol o dan y cwestiynau ymchwil roeddent yn ymwneud â nhw. Cawsant eu cefnogi gan y cwestiynau cyfweliadau lled-strwythuredig a ddyluniwyd i gynhyrchu data ar gwestiynau ymchwil penodol, ond y bwriad oedd peidio â diystyru unrhyw ddata pe baent yn berthnasol hefyd i gwestiwn ymchwil arall. Roedd pob aelod o'r tîm ymchwil yn gallu cael mynediad at y data a ddadansoddwyd drwy'r platfform rhannu ar y cwmwl, a gellid gwneud gwaith dadansoddi pellach wedyn yn canolbwyntio ar themâu penodol yn gysylltiedig â'r cwestiynau ymchwil. Gellid defnyddio amlder y themâu neu'r nodau i lywio canfyddiadau ar gyfer pob cwestiwn, ac am fod pob aelod o'r tîm yn gallu cael mynediad at y data, gellid tynnu dyfyniadau o'r data hyn er mwyn cefnogi canfyddiadau penodol. Yn ymarferol, cafodd pob cwestiwn ei ddyrannu i aelod penodol o'r tîm i gynnal ail gam y dadansoddiad a datgelu canfyddiadau, gydag aelod arall o'r tîm yn cael ei bennu i'w gefnogi fel cyfaill beirniadol. Roedd y nifer cymharol fach o aelodau tîm yn sicrhau bod pob aelod o'r tîm naill ai'n arwain neu'n cefnogi o leiaf un cwestiwn ymchwil ac felly, roedd canfyddiadau hefyd yn cael eu croeswirio i gefnogi ymhellach y dadansoddiad cyffredinol a chefnogi canfyddiadau CY6.

3. Canfyddiadau

Cyflwyniad

3.1 Mae'r canfyddiadau yn seiliedig ar ddata a gasglwyd gan y 2 SAU ac yn cynrychioli myfyrdodau ar draws sectorau ysgol a rhanddeiliaid eraill a nodwyd, fel y dangosir yn yr adran Methodoleg. Caiff y canfyddiadau eu trefnu yn ôl ymateb i'r cwestiynau ymchwil ac yn seiliedig ddata ansoddol o'r cyfweliadau. Cafodd y themâu ar gyfer pob adran eu nodi gan ymarfer codio ar draws yr SAUau, yn dilyn y dadansoddiad cychwynnol o'r trawsgrifiadau o'r cyfweliadau. Ar ddiwedd pob dyfyniad, darperir y ffynhonnell wedi'i nodi yn ôl sector a rôl. Caiff yr adran canfyddiadau ei chloi gan drafodaeth o'r cysylltiadau rhwng yr adolygiad llenyddiaeth a'r ymchwil hon a negeseuon allweddol wedi'u nodi yn ôl sector addysg. Mae'n bwysig nodi bod y broses o gasglu data yn ystyried effaith gwahanol sefyllfaoedd roedd ysgolion ynddynt yn ystod y cyfnod rhwng mis Mawrth 2020 a mis Chwefror 2021.

Deall cyd-destun newidiol COVID-19

3.2 Mae'r data a gasglwyd ar gyfer yr ymchwil yn adlewyrchu'r gwahanol sefyllfaoedd roedd ysgolion ynddynt yn ystod cyfnod yr astudiaeth hon. Mae'r canfyddiadau'n nodi'r ffordd roedd ysgolion yn rheoli iechyd a lles o bell, ac yn yr ystafell ddosbarth.

Tabl 2: Cyd-destun newidiol COVID-19 i ysgolion

Dyddiad	Cyd-destun	Disgrifiad
Mawrth 2020-Gorffennaf 2020	Cyfyngiadau Symud Cenedlaethol 1	Dan gyfyngiadau symud yn bennaf gyda rhywfaint o weithgarwch hwb ac ysgolion yn agor ym mis Gorffennaf 2020
Medi 2020-Rhagfyr 2020	Ysgolion yn ailagor ond cyfyngiadau symud lleol ar waith. Cyfyngiadau symud cenedlaethol 2 yn dechrau ar 20 Rhagfyr	Ysgolion yn ailagor ar gyfer addysgu wyneb yn wyneb ond nid yw'r dysgwyr i gyd yn yr ysgol ac mae brigiadau o COVID-19 a chyfyngiadau lleol yn amharu rhywfaint ar ysgolion
Ionawr 2021-Chwefror 2021	Cyfyngiadau Symud Cenedlaethol 2	Dychwelyd i gyfyngiadau symud cenedlaethol gyda rhywfaint o weithgarwch hwb

3.3 Thema gyffredin o'r sampl oedd gofyniad i fod yn hyblyg ac yn ymatebol i'r newidiadau a'r effaith ar iechyd a lles pawb. Mae'r dyfyniad canlynol yn ymateb nodweddiadol i'r sefyllfaoedd roedd yr ysgolion ynddynt:

Ysgol Arbennig - ‘Mae'r dull yn eithaf hyblyg ac mae wedi bod yn newid ac mae'n adlewyrchu'r sefyllfa rydym ynddi'n barhaus' SP1-SLT1

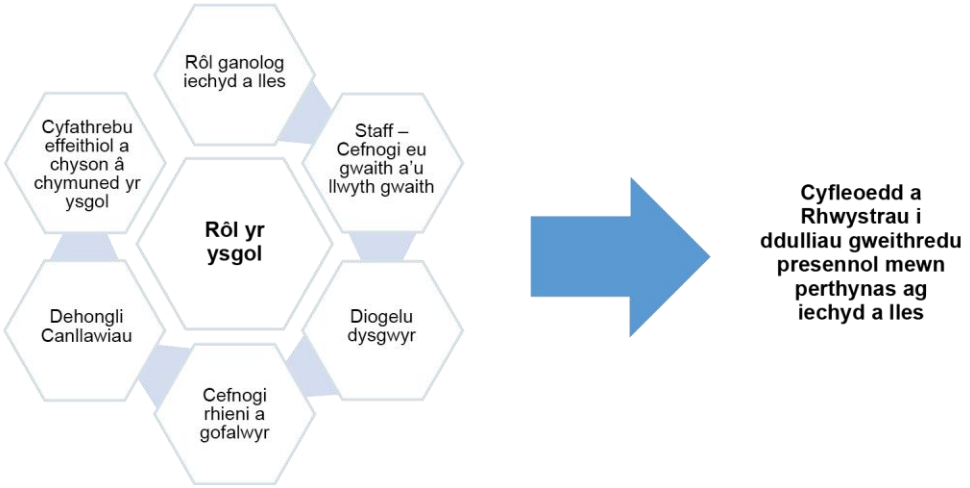
Nododd rhai ysgolion bod eu blaenoriaethau wedi newid yn ystod y cyfyngiadau symud amrywiol ac er bod lles yn ganolog bob amser, fod pwyslais y trafodaethau'n wahanol. Er enghraifft, yn ystod cyfyngiadau symud 1, roedd y pwyslais ar gadw cysylltiad a sicrhau bod dysgwyr a'u rhieni/gofalwyr yn iawn. Yn ystod cyfyngiadau symud 2, yn arbennig mewn ysgolion uwchradd, roedd y cyswllt yn cynnwys mwy o drafodaethau am ymgysylltu â gwaith academaidd.

CY1: Beth yw rôl ysgolion yn y gwaith o fonitro/hybu lles/iechyd cyffredinol dysgwyr ac ymarferwyr yng nghyd-destun yr argyfwng

3.4 Yn y cyfweliadau, roedd yr holl ymatebwyr (Ysgolion, Consortia, Darparwyr dysgu yn yr awyr agored) o’r farn bod Iechyd a Lles yn flaenoriaeth i ysgolion a dywedodd 14 mai dyma oedd ethos canolog yr ysgol. Mae polisïau ar waith ac mae tystiolaeth o'r ymchwil hon i ddangos bod ysgolion wedi gweithio'n rhagweithiol i wella eu dulliau gweithredu o ran iechyd a lles. Roedd argyfwng COVID-19 wedi eu gorfodi i ystyried anghenion staff; dysgwyr a rhieni hefyd. Mae ysgolion wedi darparu tystiolaeth sy'n dangos eu bod wedi cynnal eu harolygon eu hunain gyda staff a rheini i lywio eu dulliau gweithredu yn ystod y cyfnod rhwng mis Mawrth 2020 a mis Chwefror 2021. Mae'r Consortia wedi darparu tystiolaeth am y ffordd maent wedi gweithio gydag ysgolion.

3.5 Wrth drafod yr argyfwng a'i effaith bosibl ar fonitro/hyrwyddo lles ac iechyd dysgwyr ac ymarferwyr gydag ysgolion ym mhob sector, darparwyr dysgu yn yr awyr agored a Chonsortia, daeth y themâu canlynol i'r amlwg: pwysigrwydd canolog Iechyd a Lles mewn Ysgolion; cyfathrebu'n effeithiol ac yn gyson â chymuned yr ysgol; rhoi canllawiau ar waith (Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Chonsortia); diogelwch a monitro staff; diogelu dysgwyr; cefnogi rhieni/gofalwyr; yr effaith ar yr amgylchedd gwaith a'r llwyth gwaith a chyfleoedd i ddatblygu dulliau gweithredu o ran lles.

Ffigur 1 - Themâu o CY1



Pwysigrwydd canolog iechyd a lles

3.6 O fewn ein sampl, roedd ymrwymiad pendant i bwysigrwydd iechyd a lles a'r rôl y gall ysgolion a darparwyr dysgu yn yr awyr agored ei chwarae. Gwnaed sylwadau am ddulliau gweithredu ysgol gyfan a'r ffaith fod hyn yn brif flaenoriaeth sy'n sail i addysg dysgwyr. Heb fod ffocws ar iechyd a lles, caiff dysgu ei beryglu. Mae'r dyfyniad isod yn adlewyrchu'r neges gan ysgolion

Ysgol Gynradd - 'Prif ffocws ein polisi dysgu yw lles yn gyntaf. Felly mae ein holl ohebiaeth â rhieni, ein holl ohebiaeth â staff yn cyfleu, yn ei hanfod... rhaid i blentyn fod yn ddiogel ac yn hapus cyn y gall ddysgu unrhyw beth' PS2-SLT2

3.7 Gallai pob ysgol nodi gweithgareddau a pholisïau a oedd yn dangos sut roeddent yn ymgysylltu â dulliau gweithredu iechyd a lles a sut roedd hyn yn cefnogi eu dysgwyr yn ystod argyfwng COVID-19. Roedd hyn yn cynnwys ystyried y ffordd y mae dysgwyr yn dysgu, emosiynau a lles, ymddygiad a'r defnydd o'r cwricwlwm. Ystyriwyd bod pwyslais sylweddol ar faes lles cymdeithasol ac emosiynol. Cyfeiriodd tair ysgol at raglen 'Thrive' mewn ysgolion a rhannodd pump ohonynt enghreifftiau o'r dulliau gweithredu roeddent yn ymgysylltu â nhw.

Ysgol Gynradd - 'Rydym wrthi'n cynnal asesiad meithrin er mwyn bod yn ysgol sy'n meithrin, felly mae gennym bolisi iechyd a lles.... Mae gennym bolisi sy'n canolbwyntio ar emosiynau a lles a pholisi ymddygiad, mae llawer o bolisïau'n cyd-fynd ag ef, wyddoch chi. 'PS3-WBL

Cyfathrebu effeithiol a chyson

3.8 Soniodd pob ymatebwr am bwysigrwydd cyfathrebu. Roedd timau uwch-arweinwyr yn chwarae rôl sylweddol wrth ddehongli a chyfleu gwybodaeth ar gyfer eu staff, dysgwyr a rhieni/gofalwyr. Gwnaethant ymateb i'r her hon a'r amgylchedd newidiol drwy gadw anghenion cymuned eu hysgol mewn cof.

Uned Cyfeirio Disgyblion - 'Mae'n wahanol i'n plant/rhieni/cartrefi ni ac mae angen dull gweithredu gofalus' PR1-SLT

Ysgol Uwchradd - 'Felly roedd pob pennaeth blwyddyn wedi cysylltu â phob disgybl. O leiaf un disgybl yn ystod y tri mis diwethaf. Mae rhai disgyblion wedi cael galwadau ffôn dyddiol gan y swyddogion cymorth disgyblion. Mae rhai disgyblion wedi cael galwadau ffôn wythnosol. Mae rhai myfyrwyr wedi cael galwadau ffôn dim ond i'w helpu i godi yn y bore. A oedd yn beth anodd iddynt. Mae rhai disgyblion wedi cael galwadau ffôn dim ond i geisio eu cael nhw nôl ar y trywydd cywir. am eu bod nhw wedi syrthio ar ei hôl hi am ychydig wythnosau, roeddent yn teimlo dan straen ac yn poeni am ddal i fyny.' SS4-SLT

3.9 Cyfeiriodd pob ymatebwr at bwysigrwydd cyfathrebu rheolaidd â staff yn benodol yn ystod y ddau gyfnod o gyfyngiadau symud. Roedd pob ysgol yn cynnal cyfarfodydd staff wythnosol ac yn sicrhau bod llinellau cyfathrebu clir yn ôl ac ymlaen. Roedd grwpiau 'Whatsapp' ar gyfer staff yn ddull gweithredu poblogaidd. Os oedd swyddog arweiniol Iechyd a Lles yn y swydd, roedd ganddo rôl allweddol wrth gyfathrebu â staff, dysgwyr a rhieni. Mae llawer o enghreifftiau o'r ffordd roedd yr ysgol yn cyfathrebu â'u dysgwyr a'u rhieni i dawelu eu meddyliau a sicrhau eu bod yn teimlo cysylltiad â'r ysgol. Roedd hyn yn cynnwys amrywiaeth o ddulliau gan ddefnyddio Apiau (Seesaw yw'r mwyaf amlwg ar gyfer dysgwyr), cyfryngau cymdeithasol (Twitter a Facebook), e-bost, galwadau ffôn a llythyrau a chardiau post.

Ysgol Gynradd - 'Cant o gardiau post rydym yn eu hanfon at ddysgwyr yn y cartref gyda llun o'r ysgol arnynt. Ac ar y cefn, mae'n deud, gobeithio y gallwch weld ein bod yn gweld eich eisiau chi'n fawr. Rydym yn edrych

ymlaen at eich gweld chi pan fydd yr ysgol yn ailagor, daliwch ati i fod yn wych' PS4-SLT

Ysgol Gynradd - 'Cyfathrebu allanol â'r rhieni mewn fformatau lluosog – ffôn, cyfryngau cymdeithasol, gwefan – gan gwmpasu a chyfathrebu â phob cartref' PS6- SLT1

Darparwr Addysg yn yr Awyr Agored - 'Troesom at ysgrifennu llythyrau, ac roedd teuluoedd yn hoffi hyn ac yn ymateb iddynt'. OEP3-SLT

3.10 Roedd ysgolion yn gallu dangos tystiolaeth o'r ffordd roeddent yn chwilio'n barhaus am farn staff, rhieni/gofalwyr a dysgwyr. Fodd bynnag, nododd ysgolion hefyd her wrth reoli disgwyliadau mewn sefyllfa a oedd ar brydiau yn newid yn gyflym iawn. Mae hyn yn arwain at yr adran nesaf, sy'n ymwneud â rhoi canllawiau ar waith.

Rhoi Canllawiau Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Chanllawiau Consortia ar Waith

3.11 Roedd yr Uwch-dimau Arwain yn myfyrio ar yr heriau a'r profiadau o hidlo a thargedu cyngor gan Lywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Chonsortia. Cydnabyddir bod hyn yn sefyllfa sy'n datblygu, ond roedd yn her rheoli cyngor gwahanol ar fyr rybudd.

3.12 Mae'r sampl gyfan wedi dilyn y canllawiau a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru, a chyfeiriodd rhai yn benodol at y dogfennau asesu lles i weld sut y gellid cysoni'r broses asesu â disgyblion. Nododd y sampl brofiadau gwahanol am yr hyn a lywiodd eu rôl mewn perthynas ag iechyd a lles. Yn ogystal â defnyddio canllawiau Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Chonsortia, cyfeiriwyd at ddefnyddio dysgu proffesiynol ehangach i lywio dulliau gweithredu a phenderfyniadau. Roedd sylwadau ar rôl Llywodraeth Cymru yn cynnwys y canlynol: '

Ysgol Gynradd - 'Mae Llywodraeth Cymru, y canllawiau, wedi bod yn gadarn iawn ynghylch lles, ac mae'r awdurdod lleol wedi hefyd, o ran lles pob aelod o'r staff' PS4-SLT

Ysgol Gynradd - 'Anghyson ac afrealistig yn ein cyd-destun ni' PS6-SLT

3.13 Nodwyd bod pryderon am anghysondeb, amseroldeb a'r angen i ddehongli'r wybodaeth yn her, yn enwedig i ymatebwyr yn y sector uwchradd. Codwyd y pwyntiau canlynol:

Ysgol Uwchradd - 'Mae angen dehongli'n helaeth a arweiniodd at anghysondebau rhwng ysgolion, yn enwedig rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd' SS3- SLT

Ysgol Uwchradd - 'Rhy gaeth ac ni allai addasu i'r cyd-destun na chaniatáu ar gyfer mireinio' SS2-SLT

Ysgol Uwchradd - '... y brif neges a gawsom gan Lywodraeth Cymru oedd dewch nôl â blwyddyn 11 a 13 a gwnewch yn siŵr eu bod ar y trywydd cywir ar gyfer yr hyn sy'n ofynnol. Yna, cyflwynwyd y cyfle i flwyddyn 10 a 12 os oeddent yn sefyll arholiadau hefyd. Roeddent yn gobeithio cael cymwysterau penodol ar gyfer cyrsiau penodol ar ddiwedd y flwyddyn hon ac yna, ar y funud olaf, cafwyd y syniad annisgwyl o ddod â Chyfnod Allweddol 3 yn ôl....' SS4-SLT

Yn enwedig yn ystod y cyfyngiadau symud cyntaf, roedd pryderon am negeseuon cymysg.

Ysgol Uwchradd - 'Llawer o negeseuon cymysg gan Lywodraeth Cymru a'r Awdurdod Lleol a rhwng gwahanol dimau yn yr Awdurdod Lleol' SS2- LT

Ysgol Uwchradd - 'Negeseuon cymysg a chyngor anghyson gan yr Awdurdod Lleol' SS2-SLT

3.14 Mae enghreifftiau o'r ffordd y mae consortia wedi ymateb i'r sefyllfa newidiol ac wedi diwygio a datblygu eu canllawiau i ddarparu'r cymorth roedd ei angen ar ysgolion. Cydnabuwyd bod agen cymorth priodol, fel yr adlewyrchir yn y sylw canlynol

Consortia - 'Mae gennym rwydwaith ar gyfer arweinwyr dysgu proffesiynol a rhwydwaith ar gyfer arweinwyr lles, a'r holl gyfleoedd cysylltiedig i ddod ag ymarferwyr at ei gilydd fel nad oeddent yn teimlo eu bod wedi'u hynysu a'u bod yn gallu cymharu a chyferbynnu' Con1-SLT

Yn bwysig ddigon hefyd, cydnabuwyd bod angen gweithio gydag ysgolion i symud o ddulliau gweithredol i ddulliau strategol.

Consortia - 'Roedd ysgolion am weld gwaith paratoi go iawn er mwyn bod yn barod ar gyfer tymor yr hydref, o ran, cynllunio ar gyfer yr amharu parhaus a chynllunio ar gyfer dull strategol cyflawn. Wrth siarad ag ysgolion, gwnaethom gynnal darn hanfodol o waith a wnaeth lywio'r dull gweithredu ar draws y rhanbarth a dywedodd ein hysgolion wrthym ei fod yn ddefnyddiol iawn' Con1-SLT

3.15 Un enghraifft o allbwn effeithiol iawn gan Gonsortia yw dogfen o'r enw 'Striking the Balance / Taro'r Cydbwysedd' sy'n ceisio gwella dealltwriaeth am effaith trafodaethau negyddol ar iechyd a lles.

3.16 Yn ôl rhai ysgolion, yn ogystal â bod yn ymwybodol o ganllawiau Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Chonsortia, roedd eu rhwydweithiau ysgolion eu hunain wedi darparu cymorth a help wrth reoli lles. Roedd hyn yn arbennig o bwysig i ysgolion ag anghenion arbenigol.

3.17 Ymgynghorwyd â rhanddeiliaid eraill â diddordeb mewn addysg yn yr awyr agored fel rhan o'r ymchwil. Teimlai un ymatebwr o'r sector addysg yn yr awyr agored fod canllawiau Llywodraeth Cymru yn eithrio darparwyr dysgu yn yr awyr agored mewn gwirionedd, a allai fod wedi cyflawni rôl gefnogol effeithiol i ysgolion.

Rheoli a monitro effaith ar staff

3.18 Ymddangosodd y gair 'cymuned' mewn nifer o'r trawsgrifiadau ynghyd ag ymdeimlad bod staff yn edrych ar ôl ei gilydd ac yn darparu cymorth. Mewn ysgolion cynradd, roedd y swyddog arweiniol iechyd a lles yn chwarae rôl hanfodol wrth gefnogi staff. Nodwyd amrywiaeth o ddulliau gweithredu gan gynnwys diwrnodau lles, rheoli negeseuon e-bost, galwadau lles, sesiynau Cwestiwn ac Ateb byw,

cyfarfodydd tîm rheolaidd. Cyflawnodd Timau Uwch-reolwyr rôl ragweithiol wrth gefnogi eu staff er mwyn sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r cymorth a oedd ar gael yn fewnol ac yn allanol.

3.19 Roedd gan yr ysgolion rôl bwysig i'w chwarae wrth ddeall a rheoli effaith gweithio yn ystod COVID-19 arnynt a'u hymarfer proffesiynol. Enghraifft gynrychioliadol o sylwadau gan staff i ddangos yr amrywiaeth o brofiadau:

Ysgol Uwchradd - 'Roedd angen cymorth ar staff ac roedd angen iddynt wybod ei bod yn iawn gwneud llai o addysgu uniongyrchol' SS2-SLT

Ysgol Uwchradd - 'Poeni am ansawdd addysgu neu dim ond ymgysylltu' SS3-SLT

Ysgol Uwchradd - 'Ei chael hi'n anodd sicrhau bod pethau'n werthfawr' SS2-SLT

Uned Cyfeirio Disgyblion - 'Pryderon ynghylch ymgysylltu ac i ba raddau y gallwn fynd ar drywydd hyn neu ei wthio' PR1-SLT

Ysgol Gynradd - 'Gallaf weld bod rhai athrawon yn llawn gofid…. Byddwn yn dweud bod rhyw 60-70 y cant yn teimlo'n bryderus iawn... Ac yna mae pethau wedi gwella, ond maent yn dal i fod yn bryderus iawn' PS4-SLT

Ysgol Gynradd - 'Roedd gan y Tîm Uwch-reolwyr rôl allweddol i rymuso staff i gredu ac ymddiried ynddynt eu hunain.' PS2-SLT

Ysgol Uwchradd - 'Roedd gwneud hyn yn golygu ein bod yn cyfathrebu'n rheolaidd â'r staff, gan wneud yn siŵr eu bod yn ymwybodol o'r hyn oedd yn digwydd mewn ysgolion. Byddai sesiynau wythnosol yn cael eu cynnal. Roeddwn yn bwynt cyswllt i'r staff. Yn amlwg, rydym wedi gweld profedigaeth, salwch, salwch ymhlith plant, a'r holl bethau arferol hefyd.' SS4-SLT

3.20 Soniodd ymatebwyr am effaith negyddol y canfyddiadau o athrawon ac addysg yn y cyfryngau yn ystod cyfnod y cyfyngiadau symud. Roedd gan ysgolion rôl wrth reoli effaith hyn ar iechyd a lles staff. Dywedodd ysgolion bod gwybodaeth yn y cyfryngau wedi achosi llawer o straen a phryder a bod uwch-dîm arwain wedi chwarae rôl wrth reoli hyn. Dywedodd un ysgol fod ei Hawdurdod Lleol wedi teimlo rheidrwydd i alw athrawon i mewn i ysgolion er mwyn gwrthweithio'r canfyddiadau negyddol.

Ysgol Gynradd - 'Clywsom drwy'r awdurdod lleol bod disgwyl i athrawon fod yn yr ysgol am nad oedd am roi'r argraff nad oedd athrawon yn y gwaith' PS4-SLT

3.21 Cafwyd enghraifft o ffordd o reoli'r drafodaeth negyddol hon gan un o'r consortia. Darparodd un consortia dempled i'r ysgolion ei addasu a oedd yn egluro cymhlethdod sefyllfa COVID-19, a'r gwahanol ddulliau gweithredu roedd ysgolion yn eu mabwysiadu gan ddibynnu ar eu dealltwriaeth o'u disgyblion. Mae'n cynnwys adran bwysig ar yr iaith a ddefnyddir. Cafodd ei ddarparu'n ddwyieithog i bob ysgol yn y rhanbarth. Daw'r dyfyniad canlynol o un o'r dogfennau:

Consortia - 'Mae'n bwysig ar yr adeg hon ein bod yn sicrhau bod y plant / myfyrwyr wedi'u hamgylchynu gan syniadau ac iaith gadarnhaol a'n bod yn osgoi canolbwyntio ar yr elfennau negyddol. Byddwn felly yn defnyddio'r termau canlynol yn ofalus a byddwn yn eich annog i wneud yr un peth: Colli Dysgu; Mae angen i bawb ddal i fyny; Cau bwlch COVID-19; Dechrau dysgu; Syrthio ar ei hôl hi; Bylchau mewn dysgu' Con1-SLT

Rheoli'r amgylchedd gwaith ac ystyriaethau o ran llwythi gwaith

3.22 Bu'n rhaid i ysgolion ystyried y gwahanol fathau o amgylcheddau dysgu yn ystod y cyfyngiadau symud ac wrth ddychwelyd i'r ysgol. Roedd hon yn rôl ychwanegol i ysgolion ac roedd yn cyflwyno materion ychwanegol yn ymwneud ag iechyd a lles i'w rheoli. Ceir ymdriniaeth fanylach o'r effaith ar y staff, gydag enghreifftiau, o dan CY3. Fel ysgol, bu'n rhaid i'r uwch-reolwyr ystyried yr amgylchedd gwaith a'r effaith ar y llwyth gwaith.

3.23 Amgylchedd gwaith - Gwnaeth ymatebwyr sylwadau am ddau fath o amgylchedd gwaith a'r effaith ar iechyd a lles: Gweithio oddi ar y safle - Codwyd pryderon ynghylch mynediad at dechnoleg; y rhyngrwyd, mannau gweithio priodol, cymylu ffiniau ac ynysu. Gweithio ar y safle - Pryderon cychwynnol ynghylch sut i weithio'n ddiogel y tu allan gan rai ymatebwyr. Ceir tystiolaeth o safleoedd yn cael eu haddasu i gymhwyso mwy o grwpiau y tu mewn a'r tu allan. Fodd bynnag, roedd ysgolion yn wynebu heriau gwahanol wrth ddefnyddio mannau awyr agored diogel.

3.24 Llwyth gwaith - Gwnaeth pob ysgol a ymatebodd sylwadau ar yr effaith ar y llwyth gwaith ym mhob un o'r tri chyfnod gwaith a astudiwyd. Roedd ymadroddion fel 'cynyddu'n aruthrol', 'cynnydd sylweddol', 'disgwyliadau afrealistig i ddechrau am addysgu', 'methu siwtsio i ffwrdd' yn ymddangos yn aml ar draws y sampl.

Ysgol Gynradd - 'Roedd y llwyth gwaith yn ystod y cyfyngiadau symud cyntaf yn ddwys ac yn drymach na phe byddem wedi bod yn yr ysgol. Mwy o weithio ar sgriniau oherwydd cyfarfodydd Teams a dogfennau i'w darllen. Roeddwn yn gweithio o 8am i 7pm heb gymryd y seibiannau priodol, a byddwn i'n dal heb orffen fy ngwaith' PS1-T

Ysgol Gynradd - 'Yn gynnar iawn, gwnaethom fabwysiadu system rota, oherwydd sylweddolais fod llawer o bwysau ar staff i addysgu yn y cartref' PS4-SLT

Diogelu Dysgwyr

3.25 Roedd yn ofynnol i'r ysgolion reoli amgylcheddau gwaith gwahanol drwy gyfnod yr ymchwil hon. Roedd wyth o'r ysgolion yn ysgolion hwb, a gwnaethant ddefnyddio eu gwybodaeth i weithio gyda'r rhai mwyaf agored i niwed a'u teuluoedd i ddarparu'r cymorth gofynnol. Roedd llawer o'r ysgolion wedi blaenoriaethu eu dysgwyr agored i niwed a chaiff hyn ei adlewyrchu ar draws pob sector.

Ysgol Uwchradd - 'Y flaenoriaeth oedd disgyblion agored i niwed.... roeddem yn gwybod eu bod yn ddiogel' SS1-SLT

3.26 Mae rhai o'r ysgolion yn y sampl wedi'u lleoli mewn ardaloedd o amddifadedd cymdeithasol ac amgylchiadau cymdeithasol heriol. Ceir enghreifftiau o'r ffyrdd yr aeth yr ysgolion ati i gefnogi eu dysgwyr mwy agored i niwed, sydd hefyd yn dangos cymaint yn fwy anodd roedd hi i weithio gydag asiantaethau allanol yn ystod y cyfyngiadau symud oherwydd heriau'n ymwneud â gwarchod, staffio a mynediad.

Ysgol Arbennig - 'Eisoes yn gymhleth ac yn fwy cymhleth byth yn awr' SP2-SLT

3.27 Cododd nifer o ysgolion yn y sampl bryderon am yr effaith ar ddiogelu, am fod ganddynt nifer o ddysgwyr sy'n wynebu risg neu ddysgwyr agored i niwed yn eu hysgolion. Trafodir y dulliau a ddefnyddiwyd i ddiogelu a chefnogi lles disgyblion yn fanylach yn CY2.

Ysgol Uwchradd - 'Mae rhai pobl wedi cael amser anodd iawn. Mae'r rhieni wedi cael amser caled ac o ganlyniad, cafwyd mwy o ddigwyddiadau sydd wedi cynnwys yr heddlu, a gweithwyr cymdeithasol. Blaenoriaeth iddyn nhw oedd cael sgwrs â rhywun yn yr ysgol bob dydd fel bod rhywun yn cadw llygad. Sut wyt ti? Sut mae pethau, ac yna cael gwybod o bosibl a yw'r disgybl hwnnw yn ddigon agored i niwed i gyfiawnhau rhoi lle iddo yn yr ysgol i ddod i mewn a gwneud ychydig o waith. A gallu siarad â rhywun.' SS4-SLT

Cefnogi Rhieni a Gofalwyr

3.28 Mae gan yr Ysgolion ddealltwriaeth glir iawn o anghenion eu cymuned a gwelwyd hyn yn y ffordd roeddent yn ymgysylltu â disgyblion a'u teuluoedd a'r gweithgareddau roeddent yn canolbwyntio arnynt. Roedd nifer o ysgolion wedi cyfeirio'n uniongyrchol at Hierarchaeth Anghenion Maslow, gan nodi bod darparu rhai agweddau sylfaenol ar iechyd a lles yn rhan o'u rôl. Ceir tystiolaeth am y rôl eang y mae ysgolion wedi'i chwarae wrth gefnogi rhieni/gofalwyr yn ystod argyfwng COVID-19, o wirio eu hiechyd a'u lles, cynnal gweithgareddau dysgu priodol i ddysgwyr ac mewn rhai achosion, darparu bwyd a dillad os oedd angen.

Ysgol Gynradd - 'Roedd yn mynd â phethau i'w tai, copïau wedi'u hargraffu o bopeth, am ein bod yn gwybod na allent o reidrwydd fforddio'r WiFi a'r peiriannau argraffu a'r holl bethau yna' PS1-SLT

3.29 Dywedodd dwy ysgol fod ganddynt gysylltiadau agosach fyth â'u rhieni/gofalwyr anos eu cyrraedd erbyn hyn, a bod hyn wedi cyflymu'r cynnydd a wnaed ar eu prosiectau iechyd a lles. Er enghraifft, timau cymorth teulu estynedig a phrosiectau iechyd a lles mewnol ar gyfer datblygu staff. Mae un ysgol gynradd ag 859 o ddisgyblion wedi ymestyn ei thîm cymorth teulu ac wedi darparu cymorth oedd yn ystyriol o anghenion ei chymuned benodol.

Ysgol Gynradd - 'Rydym yn falch iawn o ddweud ein bod wedi sicrhau ymgysylltiad 100% o ran cyfarfodydd lles ar gyfer ein teuluoedd i gyd. Caiff hyn ei dracio a'i fonitro yn wythnosol'. PS2-SLT

3.30 Mae llawer o ymatebwyr yn esbonio ei bod yn bwysig siarad â rhieni/gofalwyr, cadw mewn cysylltiad a dangos eu bod yn deall yr heriau y gallent fod yn eu hwynebu.

Ysgol Gynradd - 'Wrth ystyried lles, rydym yn edrych ar rieni hefyd... mae ein Swyddog Cyswllt ag Ysgolion ar y ffôn drwy'r amser i rieni, rydym wedi anfon negeseuon yn dweud, helo, ffoniwch ni os ydych yn gofidio, os oes angen sgwrs arnoch chi,.... Oni bai bod y rhieni'n teimlo'n hapus ac wedi'u cefnogi, nid yw'n mynd i readru i lawr i'r plant' PS4-SLT

Ysgol Gynradd - 'Felly ein prif neges ar fore Llun yw, dyma ein gweithgareddau dysgu gartref. Fodd bynnag, byddem wrth ein bodd yn gweld wyneb eich plentyn os gallwn... (weithiau) byddwch yn teimlo eich bod ar ben eich digon a bod angen mwy o weithgareddau a bydd diwrnodau eraill y byddwch yn teimlo na allwch godi o'r gwely ac mae hynny'n normal' PS2-SLT

Ysgol Arbennig - 'mae sawl un o'n teuluoedd wedi dweud wrthym ein bod wedi eu hachub nhw... mae'n bwysig bod y rhieni'n teimlo'n sicr hefyd, yn tydi? SP1-SLT

Cyfleoedd i ddatblygu a rhannu dulliau Iechyd a Lles

3.31 Roedd yr ymatebion yn canolbwyntio ar rôl fewnol yr ysgol a'r effaith ar sefydliadau y mae ysgolion yn gweithio gyda nhw ar iechyd a lles yn y cwricwlwm. Roedd ambell ysgol wedi manteisio ar y cyfle i roi prosiectau cymunedol ar waith i atgyfnerthu eu rôl fel addysgwyr a darparu cymorth.

Ysgol Gynradd - 'Gwnaethom lansio prosiect 'Caredigrwydd yn y gymuned'. Roedd y plant wedi chwarae rhan fawr yn y prosiect. Ysgrifennu a rhoi posteri i fyny gyda sloganau i godi calonnau pobl. Gwnaethom weithio gyda chwmnïau yn cefnogi ein banc bwyd. Bu'n rhaid i'r plant fynd adref a gwneud rhywbeth caredig i'w teulu a chawsom negeseuon cadarnhaol hyfryd gan y rhieni' PS2-SLT

3.32 Roedd hefyd ddatganiadau positif am y cyfleoedd i ailfeddwl ac ail-alinio dulliau gweithredu. Mae hyn yn sicr yn dystiolaeth o ysgolion fel sefydliadau sy'n dysgu yn ystod y cyfnod hwn.

Ysgol Gynradd - 'Rydym yn magu hyder... Rydym wedi dod allan o gyfarfodydd gan feddwl, beth sydd angen i ni ei wneud, beth rydym wedi'i golli? Rydym yn edrych yn rheolaidd ar astudiaethau achos o ysgolion eraill a chyhoeddiadau gan feddwl beth y gallwn ni fanteisio arnynt, ond hefyd, beth y gallwn ni ei hepgor.' PS2-SLT

Ysgol Gynradd - 'Roedd llawer o staff wedi gwneud hyfforddiant ar-lein yn enwedig yn ystod y cyfyngiadau symud cyntaf. Roeddem yn cynnal seminarau rheolaidd a oedd yn rhoi'r flaenoriaeth i les... roedd y staff yn gwneud pethau i'w helpu i ddeall lles plant a'u hymddygiadau' PS3-SLT

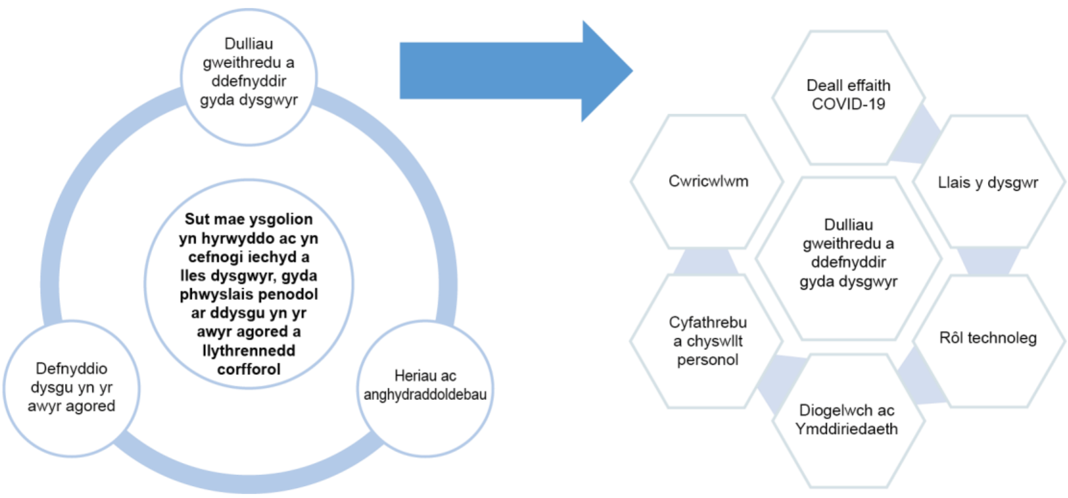
3.33 Nododd un ysgol ei bod wedi rhannu ei hymarfer ag ysgolion eraill.

Ysgol Arbennig - 'Rwyf wedi gwneud rhywfaint o hyfforddiant gydag ysgolion eraill... 'Mae'r sleidiau cyntaf yn fy nghyflwyniad yn ymwneud â'r rhieni… mae'n rhaid i ni fyfyrio rhywfaint ar yr hyn y mae'n ei olygu i'w rhieni. I lawer o'r rhieni hyn, mae meddwl am fod wedi'u cau yn y tŷ gyda'u plentyn prif-ffrwd yn ddi-baid am gyfnod amhenodol o amser yn heriol. Yn achos plentyn ag anghenion cymhleth ac ymddygiad heriol, mae'r pryderon hyn yn lluosi â 100'. SP1-SLT

CY2: Sut mae ysgolion yn hyrwyddo ac yn cefnogi iechyd a lles dysgwyr, gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr agored a llythrennedd corfforol?

3.34 Mae'r ymchwil yn datgelu'r amryw o ddulliau a ddefnyddiwyd gan ysgolion i hyrwyddo a chefnogi eu hiechyd a'u lles yn ystod y cyfnod rhwng mis Mawrth 2020 a mis Chwefror 2021. Mae'r canfyddiadau yn CY1 yn dangos pa mor ganolog yw Iechyd a Lles mewn ysgolion ac mae CY2 yn ymdrin â hyn yn fanylach ac yn dangos sut y cafodd dulliau gweithredu eu datblygu yn seiliedig ar eu gwybodaeth am eu dysgwyr a'u cymunedau. Cafodd y data eu casglu gan Uwch-arweinwyr, Swyddogion Arweiniol Iechyd a Lles ac athrawon dosbarth.

Ffigur 2 - Themâu o CY2



3.35 Mae amrywiaeth y dulliau gweithredu a ddefnyddiwyd yn adlewyrchu amgylchedd newidiol COVID-19 ac anghenion y dysgwyr. Cododd yr is-themâu canlynol o'r

codio: Deall COVID-19; cwricwlwm; cyfathrebu a chyswllt personol; diogelwch ac ymddiriedaeth; defnyddio technoleg a gwrando ar lais y dysgwr.

Deall effaith COVID-19 ar ddysgwyr

3.36 Mae effaith pandemig COVID-19 ar iechyd a lles dysgwyr wedi cael ei thrafod yn helaeth yn y cyfryngau yn ystod y cyfnod rhwng mis Mawrth 202 a mis Chwefror 2021 ac mae'r ymchwil hon yn datgelu gwahanol ymatebion a dulliau gweithredu. Ar un pen yr ystod o ymateb, cyfeirir at ddisgyblion yn teimlo'n ofnus a chynnydd mewn atgyfeiriadau oherwydd pryder ac ar y diwedd ymddengys fod y plant wedi addasu ac yn deall.

Ysgol Uwchradd - 'Ceisio bod yn ddiogel o ran COVID-19 ond hefyd creu amgylchedd ar gyfer dysgu' SS2-T2

3.37 Mae ysgolion wedi mabwysiadu dulliau gweithredu gwahanol er mwyn egluro goblygiadau COVID-19. Wrth wraidd hyn mae esboniadau ymarferol ar gyfer cadw pellter cymdeithasol a hylendid gan symud ymlaen i ddulliau gweithredu gwahanol gan ddibynnu ar y sector ac anghenion penodol eu cymuned ddysgu. Roedd llawer yn ystyried bod esbonio COVID-19 yn rhan o'u rôl, ond teimlai un ysgol mai cyfrifoldeb rhieni oedd hyn yn bennaf.

Ysgol Gynradd - 'Plant yn cael siarad am y ffordd mae COVID-19 yn effeithio arnynt gartref' PS6-HWBL

Ysgol Uwchradd- 'Addysgu'r plant hŷn am y risgiau' SS2-HWBL

3.38 Roedd effaith COVID-19 ar ddysgwyr iau yn anodd ei hegluro ac roedd ysgolion yn canolbwyntio ar weithgareddau i'w cadw'n ddiogel. Roedd dysgwyr hŷn yn fwy ymwybodol ac roedd llawer wedi profi profedigaeth. Roedd un ysgol gynradd wedi annog ei staff i ymgysylltu â dysgu proffesiynol ar ymdrin â phrofedigaeth.

3.39 Yn benodol, mynegodd ysgol bryderon am yr effaith roedd cynrychiolaeth yn y cyfryngau yn ei chael ar ddysgwyr ac ystyrir hyn yn fanylach yn yr adran ar heriau.

Cwricwlwm

3.40 Yn yr ymateb i CY1, siaradodd ysgolion am iechyd a lles fel thema ganolog a bod hyn yn flaenoriaeth a oedd yn ategu gallu plant i ymgysylltu â dysgu. Cyfeiriodd ysgolion yn benodol at y ffordd roedd iechyd a lles yn cael eu hymgorffori i wersi a gweithgareddau. Roedd rhai yn canolbwyntio ar fonitro iechyd a lles ac roedd eraill yn datblygu ymdeimlad o les. Siaradodd ysgolion cynradd yn yr astudiaeth am gael hyblygrwydd i ddarparu cydbwysedd rhwng canolbwyntio ar dargedau dysgu ond blaenoriaethu gweithgareddau a oedd yn gwneud i'r dysgwyr deimlo'n bositif ac yn ddiogel. Mynegwyd pryderon am y ffocws negyddol ar 'golli dysgu'.

Ysgol Gynradd - 'Gwnaethom ddefnyddio gweithgareddau darllen i gefnogi anghenion lles' PS1-HWBL

3.41 Lle y bo'n bosibl, roedd yr ysgol yn cynnwys pynciau penodol ar ddyfodol iechyd, caredigrwydd yn y gymuned, heriau addysg gorfforol ac roedd 4 o'r ysgolion wedi cyflwyno ioga i hyrwyddo iechyd a lles. Er enghraifft, disgrifiodd un ysgol gynradd mewn ardal amlddiwylliannol y ffordd roeddent wedi defnyddio buarth yn yr ysgol i dyfu blodau a llysiau, a bod hyn wedi dod yn brosiect dosbarth yn ystod y cyfyngiadau symud, a anogodd y plant i ddysgu sut i dyfu planhigion, defnyddio blodau a rhannu gwybodaeth am eu teuluoedd a'u cefndiroedd diwylliannol. Ffilmiodd yr athro deithiau cerdded natur ac yna aeth ati i ddatblygu gweithgareddau i'r dysgwyr eu rhannu.

Ysgol Gynradd - 'Gwnaethom ffilmio ein teithiau cerdded natur... casglu blodau o wahanol liw, creu llifynnau blodau ac ysgrifennu cyfarwyddiadau…. yna trosglwyddwyd hynny yn drafodaeth o'r hyn sy'n tyfu yn eu gwledydd neu yn y gwledydd y mae eu teuluoedd yn hanu ohonynt… roedd gan lawer ohonynt randiroedd, yn tyfu gwahanol bethau ac roedden ni'n cael lluniau o'u teuluoedd dramor... Roedd yn hyfryd ac yn profi bod rhywbeth fel hyn yn cynnig cyfleoedd gwahanol' PS3-T

Nododd ysgolion uwchradd yn yr astudiaeth hon y gwahaniaeth rhwng cyfnodau gwahanol y cyfyngiadau symud ac yna cafwyd newid yn y pwyslais, tuag at 'adfer y cwricwlwm'.

Ysgol Uwchradd - 'Roedd adfer y cwricwlwm yn flaenoriaeth ar ôl y cyfyngiadau symud... sefydlwyd dosbarth adfer er mwyn i ddisgyblion Blwyddyn 11 ddal fyny ar ôl ysgol' SS1-HWBL

3.42 Roedd ysgolion yn ymwybodol o'r pwysau ar rieni i addysgu gartref a cheir enghreifftiau o weithgareddau a oedd yn seiliedig ar y cwricwlwm y gellid eu cwblhau gartref, e.e. coginio i ddatblygu sgiliau mathemateg; bwyta'n iach; ymgysylltu ag ymarfer corff; celf a gweithgareddau cymdeithasol fel diwrnodau mabolgampau rhithwir.

Cyfathrebu a chyswllt personol

3.43 Roedd cyfathrebu a chyswllt personol yn ddull gweithredu allweddol gyda dysgwyr. Cyfeiriodd pob ysgol at bwysigrwydd cyfarfodydd gwirio lles. Soniodd pob ysgol am bwysigrwydd cyfathrebu personol a threfnodd o leiaf 5 ysgol yn y sampl ymweliadau wyneb yn wyneb i ddosbarthu pecynnau gwaith, yn ogystal â pecynnau bwyd a dillad. Roedd gan nifer o ysgolion dimau penodol a oedd yn cysylltu â dysgwyr yn wythnosol i wneud yn siŵr bod popeth yn iawn. fel yr amlinellir yn CY1, roedd ysgolion mewn cyswllt rheolaidd â dysgwyr a rhieni a gofalwyr. Mae enghreifftiau o ddulliau gweithredu nodweddiadol yn cynnwys:

Ysgol Uwchradd - 'Mae'r Cydlynydd Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r tîm yn gweithio i gysylltu â phob myfyriwr ar eu rhestr yn wythnosol' SS2-HWBL

Ysgol Uwchradd - 'Mae mentoriaid dysgu bugeiliol… yn cadw llygad yn rheolaidd ar blant sy'n wynebu risg' SS2-HWBL

Ysgol Gynradd - 'Dweud wrth rieni ei bod yn iawn os oedd rhai diwrnodau yn well nag eraill' PS2-HWBL

Diogelwch ac Ymddiriedaeth

3.44 Roedd ysgolion yn gwneud ymdrech fawr i roi strategaethau ar waith er mwyn sicrhau bod dysgwyr yn teimlo'n ddiogel, boed gartref neu yn yr ysgol. Maent yn ymwybodol o bwysigrwydd dod â dysgwyr i amgylchedd lle maent yn teimlo'n

ddiogel, yn enwedig ar ôl cyfnod anghyfarwydd ac ansicr. Mae'r dyfyniadau canlynol yn adlewyrchu rhai o'r dulliau gweithredu gwahanol:

Ysgol Uwchradd - 'Mae'n bwysig cyfleu'r ddelwedd fod yr ysgol yn ddiogel a'n bod yn gwybod beth rydyn ni'n ei wneud' SS2-SLT

Ysgol Gynradd - 'y nod oedd i'r ysgol fod mor normal â phosibl, mor gyflym â phosibl, yn rhannol oherwydd y ffordd rydyn ni'n gweithio, ond hefyd am ein bod yn gwybod na fyddai ein plant yn ymdopi'n dda â dod yn ôl i ysgol oedd yn gweithio mewn ffordd wahanol i'r ffordd yr arferai weithio. Roedd angen ailafael ynddi fel roedd hi o'r blaen, a chamu nôl mewn'. PS1SLT

Ysgol Gynradd - 'Roedd arferion newydd wedi ein helpu i greu'r normal newydd' PS6-HWBL

Ysgol Gynradd - 'Mae'n rhaid i'r plant fod yn barod i ddysgu, mae'n rhaid iddynt fod yn y lle cywir ac mae'n rhaid sicrhau eu bod yn mynd i fod eisiau dysgu'. PS3-HWBL

Rôl Technoleg

3.45 Ymddengys fod technoleg wedi chwarae rôl gefnogol yn iechyd a lles dysgwyr, ond ei bod hefyd wedi effeithio ar ddysgwyr mewn ffordd negyddol. O safbwynt cadarnhaol, roedd modd defnyddio technoleg i gadw mewn cysylltiad ac, wrth i ysgolion ddatblygu modelau addysgu ar-lein gwell, roeddent yn gallu cynyddu'r pwyslais ar les a chynnal lefelau ymgysylltiad dysgwyr.

Ysgol Gynradd - 'rydym yn defnyddio…….. Seesaw er mwyn gallu cynhyrchu fideos ohonon ni'n hunain. Roedd modd i ni sgwrsio gyda'r plant. Roedd yn haws o lawer. Gallen nhw ein gweld ni a gwybod ein bod ni'n dal yno. Gwneud y peth yn real iddynt, gwneud iddynt sylweddoli ein bod ni'n rhan o'r peth hefyd, dangos iddynt beth roedden ni'n ei wneud ac ati' PS3-HWBL

3.46 Fodd bynnag, mae technoleg hefyd wedi cael effaith negyddol ar les ac wedi rhoi dysgwyr a rhieni dan bwysau. Gan ei bod yn ffordd newydd o ddysgu, mae'n bosibl bod dysgwyr wedi teimlo'n anghyfforddus â'r ffordd wahanol hon o ryngweithio a heb ymgysylltu o ganlyniad i hynny. Nododd llawer o ysgolion yn yr astudiaeth hon broblemau wrth gael gafael ar dechnoleg briodol a phryderon yn ymwneud â diogelu, yn enwedig o ran y defnydd o dechnoleg ymhlith defnyddwyr iau.

Ysgol Gynradd - 'Llawer o gyngor a chanllawiau gwahanol ar ddiogelu ar-lein - p'un a ddylid diffodd camerâu disgyblion ac athrawon, p'un a ddylid recordio sesiynau ac ati. Rwy'n credu ein bod wedi bod yn ofalus iawn ond roedd hyn yn golygu bod rhai plant wedi colli allan' PS6-SLT

Ysgol Uwchradd - 'Dim cyngor clir gan Lywodraeth Cymru/yr Awdurdod Lleol ar ddiogelu ar gyfer gwersi ar-lein' SS2-SLT

Llais y Dysgwr

3.47 Roedd gwefannau llawer o'r ysgolion yn yr astudiaeth hon yn cyfeirio at lais y dysgwr a'i rôl mewn iechyd a lles. Dangosodd ysgolion eu bod yn ymwybodol o anghenion dysgwyr ond ei bod yn llawer anos cofnodi eu llais mewn amgylchedd dysgu o bell. Ceir tystiolaeth o arolygon a gynhaliwyd gan ysgolion i gofnodi profiad y dysgwr, ynghyd â fforymau dysgwyr a blychau cwestiynau. Mewn un ysgol gynradd, roedd y dysgwyr wedi dylunio eu hystafell ddosbarth eu hunain ar y cyd â'u hathro, yn seiliedig ar gyfyngiadau COVID-19

3.48 Yn aml, bydd ysgolion yn arsylwi er mwyn cofnodi sut mae dysgwyr yn teimlo ac yn ymgysylltu, a chafwyd myfyrdodau diddorol a pherthnasol ar nodi emosiwn a chliwiau gweledol mewn amgylchedd ar-lein.

Ysgol Gynradd - 'Mae plant iau yn ei chael hi'n anodd mynegi eu teimladau, ac mae cymaint yn cael ei fynegi mewn chwarae creadigol, a chaiff hyn ei golli pan fyddant wedi'u hynysu neu dim ond i'w gweld ar sgrin' PS6-T1

Ysgol Gynradd - 'Roedd rhai plant yn teimlo'n drist ac yn ofidus os oeddent yn teimlo nad oedd eu hathro wedi sylwi arnynt ar-lein' PS2-HWBL

Defnyddio Dysgu yn yr Awyr Agored

3.49 Mae hyn yn rhoi trosolwg o faes a drafodir yn fanwl yn CY4. Mae'n arwyddocaol bod ysgolion wedi cydnabod pwysigrwydd dysgu yn yr awyr agored a'i gysylltiad ag iechyd a lles.

Ysgol Arbennig - 'Mae'n bwysig, ond mae'n dod yn bwysicch fyth... mae'r awyr agored yn hanfodol mewn cynifer o ffyrdd. Mae gennym blant sy'n gwbl wahanol yn yr awyr agored i'r ffordd y maent pan fyddant dan do'. SP1-SLT

3.50 Roedd ysgolion hefyd yn meddwl am gysylltiadau â datblygu'r cwricwlwm newydd a'r rôl y dylai dysgu yn yr awyr agored ei chwarae.

Ysgol Gynradd - 'Rydym wedi bod yn meddwl mwy am ddysgu yn yr awyr agored wrth i ni gyflwyno'r cwricwlwm newydd, felly mae hyn wedi ein hysgogi i wneud hynny'n gynt' PS4-SLT

3.51 Defnyddiwyd dysgu yn yr awyr agored mewn ffordd gadarnhaol yn ystod y cyfyngiadau symud cyntaf, ond roedd yn fwy o her yn ystod yr ail gyfnod o gyfyngiadau symud oherwydd yr adeg o'r flwyddyn.

Ysgol Gynradd - 'Roedd dysgu yn yr awyr agored wedi gwella ers y cyfyngiadau symud cyntaf am ein bod ni'n treulio llawer mwy o amser yn yr awyr agored. ... gwnaethom ymdrech i sicrhau bod y plant yn cymryd rhan mewn mwy o weithgarwch corfforol ac rydym yn treulio llawer mwy o amser yn yr awyr agored na dan do... rydym wedi manteisio llawer mwy ar fyd natur' PS3-HWBL

3.52 Dywedodd y rhan fwyaf o'r ysgolion fod yr ail gyfnod o gyfyngiadau symud wedi cael effaith fwy ar iechyd a lles oherwydd yr adeg o'r flwyddyn.

Ysgol Arbennig - ‘Rwy'n credu bod hynny wedi gwneud gwahaniaeth mawr i rai o'n rhieni, mae eu hiechyd meddwl cyffredinol yn aml yn waeth yn y gaeaf na'r haf ta beth, ond hefyd, mae ganddynt lai o opsiynau ar gyfer llawer o'n plant, sy'n llawn egni' SP1-SLT

3.53 Rhannodd ysgolion wybodaeth am y ffordd roeddent wedi ceisio hwyluso dysgu yn yr awyr agored gan ddweud eu bod yn ystyriol wrth osod tasgau dysgu yn yr awyr agored yn yr amgylchedd roedd eu plant yn byw ynddo am nad oedd gan bob teulu fynediad hawdd neu nad oeddent yn gallu goruchwylio gweithgareddau yn yr awyr agored. Caiff rôl dysgu yn yr awyr agored ei hystyried yn fanylach yn CY4.

Heriau ac Anghydraddoldebau i ddysgwyr

3.54 Daeth COVID-19 ag anghydraddoldebau cymdeithasol ac ariannol i'r amlwg a effeithiodd ar iechyd a lles dysgwyr a'u teuluoedd. Dylid cydnabod y rôl roedd ysgolion wedi'i chwarae'n uniongyrchol wrth gefnogi eu dysgwyr. Ceir tystiolaeth o brosiectau arloesol sy'n cefnogi agweddau gwahanol ar iechyd a lles a ffyrdd yr aethpwyd i'r afael â'r gwahaniaethau rhwng y mwyaf a'r lleiaf cefnog. Gallai sylw a wnaed gan un ysgol yn yr astudiaeth hon fod yn berthnasol i bob un ohonynt

Ysgol Gynradd - ‘Mae gennym gydberthynas dda â'n cymuned yn barod ac mewn amserau anodd, caiff yr ysgol ei hystyried yn asgwrn cefn y gymuned honno' PS6-SLT

3.55 Mae nifer o’r ysgolion y cyfwelwyd â nhw wedi'u lleoli mewn ardaloedd difreintiedig ac roedd ysgolion yn ystyriol o ddiffyg adnoddau yng nghartrefi dysgwyr. Nid oedd yr ysgolion hyn eisiau effeithio'n negyddol ar iechyd a lles drwy ddarparu gweithgareddau y byddai'n heriol ymgysylltu â nhw

Ysgol Gynradd - ‘Rydym wedi ceisio gwneud pethau rydym yn gwybod y byddant yn gallu'u gwneud a meddwl yn ofalus am y pethau hynny, oherwydd yn amlwg, rydym yn ardal ddifreintiedig, nid oes gan llawer o'r teuluoedd ryw lawer ac mae'n rhaid i ni feddwl yn ofalus yn hynny o beth’ PS2-HWBL

3.56 Cydnerthedd dysgwyr fel y nodwyd, ymatebodd dysgwyr i sefyllfa COVID-19 yn wahanol ac roedd ysgolion yn llawn sylweddoli maint yr her.

Ysgol Arbennig - 'Roedd rhai o'r plant yn yr hwb nad oeddent ymhlith y rhai mwyaf heriol a chymhleth, ond a oedd yn dod o deuluoedd nad oedd ganddynt y gwydnwch i ymdopi â'r sefyllfa. Felly gwanethom gynnig lleoedd i tua 30% ac yn y pen draw, daeth tua 15% i mewn' SP1-SLT

3.57 Effaith ar iechyd a lles corfforol disgyblion. Gwelodd yr ysgolion fod disgyblion yn dioddef oherwydd diffyg cyswllt cymdeithasol, diffyg trefn ddyddiol a diffyg gweithgarwch corfforol. Roedd dysgwyr wedi magu pwysau ac nid oedd ganddynt fynediad at amgylcheddau awyr agored.

Ysgol Uwchradd - 'Diffyg ymarfer corff am nad oeddent yn cerdded i'r ysgol nac yn gwneud addysg gorfforol' SS2-HWBL

Ysgol Gynradd - 'Mae plant wedi magu pwysau' PS1-SLT

Ysgol Gynradd - 'Gwnaethom ymestyn yr amser chwarae yn yr awyr agored' PS4-HWBL

3.58 Roedd trafodaethau yn y cyfryngau yn heriol i ysgolion. Nid yw'r trafodaethau negyddol am effaith COVID-19 ar ddysgu yn fuddiol i les dysgwyr ac maent wedi tanseilio'r ymyriadau cadarnhaol roedd ysgolion yn eu defnyddio.

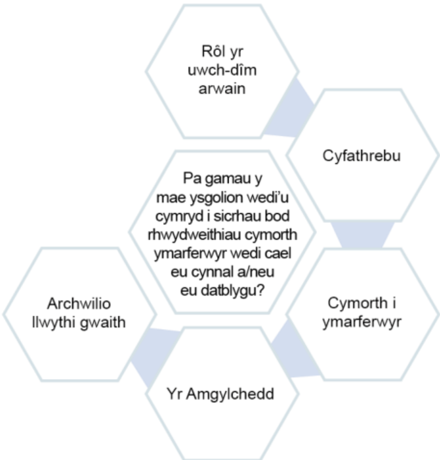
Ysgol Gynradd - 'Negeseuon di-fudd yn y cyfryngau yn trafod 'colli dysgu' nad yw hyd yn oed yn bodoli mewn gwirionedd' PS6-T

Ysgol Uwchradd - 'Cynnal sesiynau addysg ar COVID-19 i geisio gwrthweithio yn erbyn tactegau dychryn y cyfryngau' SS3-HWBL

CY3: Pa gamau y mae ysgolion wedi'u cymryd i sicrhau bod rhwydweithiau cymorth ymarferwyr wedi cael eu cynnal a/neu eu datblygu?

3.59 Roedd CY3 yn ystyried y camau a gymerwyd gan ysgolion i sicrhau bod rhwydweithiau ymarferwyr wedi cael eu cynnal, a cheir elfen glir o orgyffwrdd â'r codio thematig cychwynnol a'r dadansoddiad dilynol ar gyfer CY1. Ystyriodd ysgolion anghenion iechyd a lles ymarferwyr a gwnaethant ddatblygu amrywiaeth o ddulliau i'r staff gefnogi ei gilydd yn ystod cyd-destun newidiol y pandemig. Gwnaeth Uwch-arweinwyr ymdrechion sylweddol i gynnal iechyd a llesiant staff mewn ysgolion. Datblygwyd amrywiaeth o ddulliau i gefnogi a chynnal y rhwydweithiau hynny ag ymarferwyr.

Ffigur 3: Themâu o CY3



Rôl yr Uwch-dîm Arwain (UDA)

3.60 Yn y rhan fwyaf o achosion, mae'r data'n dangos bod yr Uwch-dîm Arwain wedi chwarae rôl allweddol wrth gefnogi iechyd a lles ymarferwyr. Teimlai staff fod eu Uwch-dimau Arwain perthnasol yn eu cefnogi a'u bod yn gallu cael gafael ar gymorth a hyfforddiant yn ôl yr angen. Cyfeiriodd ysgolion at bolisi drws agored gyda'r Huwch-dimau Arwain. Cydnabu ysgolion hefyd yr heriau a wynebyd gan yr Uwch-dîm Arwain wrth ddelio â thirlun y pandemig, sy'n newid yn barhaus, a chanllawiau a chyfyngiadau Llywodraeth Cymru.

Ysgol Uwchradd - 'Mae'n rhaid ei bod yn anodd, gyda chyngor yn newid bob dydd a rhywun yn dweud wrthych beth i'w wneud ond yna heb gael unrhyw gymorth i roi'r pethau hynny ar waith.' SS2-T2

Ysgol Ffydd - 'Wyddoch chi, mae'r arweinwyr wedi cynnig cyfleoedd da iawn ac wedi ei gwneud yn glir iawn mai lles yw'r flaenoriaeth fawr ar hyn o

bryd ac o hyn ymlaen, boed ein lles ni neu les y plant. Ac mae'n cael ei annog a'i gefnogi bob cam o'r ffordd. Heb hynny, dydw i ddim yn meddwl y byddai'r gwasanaeth wedi bod yn agos i'r ansawdd a ddarparwyd gennym.' FS2-SFG

3.61 Roedd cyfarfodydd wythnosol â'r staff yn nodwedd gyffredin, gan gynnwys galwadau lles ar gyfer y staff, arolygon lles a chyfarfodydd tîm rheolaidd. Mae'r dyfyniadau canlynol yn dangos y cafwyd llinellau cymorth clir gan Uwch-dimau Arwain.

Ysgol Gynradd - 'Ad-drefnwyd y model arwain dros dro er mwyn rhoi atebolrwydd mwy uniongyrchol a llinellau cymorth cliriach' PS6-SLT1

Ysgol Uwchradd - 'O'r arweinwyr i lawr – ymwybodol o les pawb' SS1-T
Ysgol Arbennig - 'Hidlo a thargedu cyngor a chymorth gan y consortia a Llywodraeth Cymru.' SP2-SLT

Ysgol Arbennig - 'Maent wedi gweithio'n galed i wneud yn siŵr ein bod yn teimlo ein bod yn cael ein gwerthfawrogi a'n bod yn gwybod eu bod yn ein cefnogi' SP2-T4

Serch hyn, nid fu'r ganmoliaeth ar gyfer yr Uwch-dimau Arwain yn unfrydol.

Ysgol Uwchradd - 'Mae'r swydd yn weithredol ac weithiau mae ar wahân.' PS1-SLT
Ysgol Uwchradd - 'Anodd eu gweld am eu bod yn canolbwyntio cymaint ar weithrediadau a rheoli'r risgiau.' SS2-T2

Ystyried Llwythi Gwaith

3.62 Cafodd y gwaith o ystyried llwythi gwaith ei wneud gan ysgolion unigol, wedi'u cefnogi gan eu Huwch-dimau Arwain perthnasol. Roedd amrywiaeth o ddulliau o gefnogi llwythi gwaith staff, gan gynnwys; sicrhau y gallai staff adael yr ysgol ar ddiwedd y dydd er mwyn mynd gartref at eu teuluoedd, gorffen am 12:00 ar ddydd

Gwener, gwahardd e-byst ar adegau penodol o'r dydd, lleihau'r gwaith cynllunio a'r sesiynau goruchwylio gwersi.

3.63 Roedd yr heriau allweddol i'r staff yn ymwneud â chydbwyso gweithio mewn ysgolion neu hybiau â gweithio gartref. Roedd mwy fyth o bwysau ar staff a oedd yn addysgu eu plant eu hunain gartref. Hefyd, ceisio cydbwyso addysgu plant gweithwyr allweddol yn yr ysgol a chefnogi dysgwyr ar-lein. Soniodd staff ysgolion hefyd am yr amser ychwanegol roedd ei angen i baratoi ar gyfer dysgu ar-lein.

Ysgol Uwchradd - 'Mae'n anodd cadw cydbwysedd bywyd-gwaith pan fyddwch chi'n gweithio gartref. Anodd gweld ble mae'r gwaith yn gorffen a'r cartref yn dechrau pan fyddwch chi'n gweithio ar fwrdd y gegin.' SS2-T2

Ysgol Uwchradd - 'Anodd iawn ceisio addysgu plant gweithwyr allweddol wyneb yn wyneb ac addysgu ar-lein ar yr un pryd.' SS3-T

3.64 Yn ogystal, roedd yn anos cael gafael ar adnoddau digidol ac ati i rai pan oeddent yn gweithio o gartref, ac o ganlyniad, roedd yn well ganddynt weithio yn yr ysgol. Roedd rhai staff o'r farn bod mynd i'r gwaith yn amgylchedd gwell oherwydd amgylchiadau unigol gartref.

Ysgol Uwchradd - 'Haws gweithio yn y gwaith'. SS3-T
Uned Cyfeirio Disgyblion - 'Mae angen bod yn y gwaith er mwyn defnyddio'r dechnoleg yn iawn.' PR1-SLT

3.65 Roedd ysgolion yn rhoi'r argraff bod y llwythi gwaith newidiol wedi creu ymdeimlad bod y staff ar gael 24/7 a bod angen i ysgolion ystyried sut y gallant ailsefydlu ffiniau i rieni. Er bod cefnogi staff, plant a rheini wedi bod yn ffocws allweddol i ysgolion, bydd angen addasu disgwyliadau ar gyfer y dyfodol.

Ysgol Gynradd - 'Mae rhai rhieni'n teimlo bod y staff yma 24/7 ar gyfer pob dim. Maen nhw'n disgwyl ymateb yn syth bin. Felly rwy'n meddwl y bydd hi'n hollbwysig ailsefydlu'r ffiniau hynny o ran oriau gwaith ac ati.' PS5-SLT.

3.66 Roedd ysgolion wedi diwygio amserlenni a chreu system rota i gefnogi staff a cheisio sicrhau bod amser ychwanegol yn cael ei neilltuo ar gyfer gwaith cynllunio. Ceisiodd ysgolion sicrhau nad oedd gan unrhyw un amserlen lawn drwy ddefnyddio system rota i rannu'r llwyth gwaith. Mae pob ysgol wedi ystyried ei staff, yn ei chyd-destun ac wedi gwneud newidiadau priodol.

Ysgol Gynradd - 'Dim disgwyliad bod gwaith marcio i gyd wedi cael ei wneud.'
'Dim arsylwadau (ac eithrio ANGau) – dim ond un arsylwr.' PS1-SLT

Ysgol Gynradd - 'wrth gyfrifo, gwelsom fod rhai o'n dosbarthiadau arholiad wedi colli 56 awr yn y pynciau craidd yr un, felly roedd ffocws gwirioneddol ar geisio adfer yr amser a gollwyd.' SS1-SLT

Cefnogodd un ysgol ei staff drwy eu galluogi i weithio gartref a daeth yr Uwch-dîm Arwain i mewn i gefnogi disgyblion gweithwyr allweddol ar rota.

Ysgol Uwchradd - 'Rydym wedi sicrhau bod y staff wedi gallu aros gartref yn ystod y ddau gyfnod o gyfyngiadau symud er mwyn darparu gwersi ar-lein drwy beidio â gofyn iddynt ddod i mewn ar rota ar gyfer y ddarpariaeth disgyblion gweithwyr allweddol.' SS4-SLT

Cyfathrebu

3.67 Roedd Uwch-dimau Arwain a staff ysgolion o'r farn bod cadw mewn cysylltiad â staff yn rheolaidd yn bwysig.

Ysgol Gynradd - 'Rwy'n anfon cryn dipyn o negeseuon i lawer o staff er mwyn gwneud yn siŵr eu bod yn gofalu am eu hunain.' PS4-SLT
Ysgol Gynradd - 'Rwy'n mynd o gwmpas bob bore. Rwy'n gofyn a yw pawb yn iawn. Sut wyt ti? Wyt ti'n iawn? Maen nhw'n gwybod y gallant ddod i siarad â fi. Ac mae gennym grŵp WhatsApp' PS4-SLT

Roedd grwpiau WhatsApp a llwyfannau eraill fel Google Meet yn ffordd gyffredin o gadw mewn cysylltiad ymhlith staff, gan rannu gwybodaeth a gwneud yn siŵr bod pawb yn iawn. Mae'n amlwg bod staff mewn ysgolion wedi datblygu eu rhwydweithiau cefnogol eu hunain i gadw llygad ar ei gilydd.

Ysgol Gynradd - ‘Cyn y Nadolig, roedd y staff dan y don ac roedd lles yn isel. Byddai'r staff yn cysylltu â'i gilydd yn rheolaidd i weld sut roedd pawb. Gwnaeth un aelod o'r staff greu bagiau a chardiau bach i godi calon y staff eraill.' PS4-SFG

Serch hyn, nodwyd bod y staff yn gweld eisiau'r trafodaethau a'r sgwrsio wyneb yn wyneb yn yr ystafell staff.

Ysgol Uwchradd - ‘Gweld eisiau'r trafodaethau cyffredinol am fyd yr ysgol yn ystafell y staff.' SS3-T6

Yr Amgylchedd

3.68 Dangosodd y data, at ei gilydd, fod ymarferwyr ysgolion wedi tynnu at ei gilydd i gefnogi ei gilydd drwy gydol y pandemig hyd yma, gyda chymorth eu Huwch-dimau Arwain. Daeth ysgolion yn gymunedau clos. Serch hyn, dywedodd un ymatebydd fod yr amgylchedd yn 'anghysbell'.

3.69 Roedd cefnogi staff a sicrhau bod yr amgylchedd gwaith yn ddiogel yn bryder i Uwch-dimau Arwain. Er i un ysgol egluro bod ganddi ardal ddynodedig, nododd un arall heriau yn ymwneud â pheidio â chael ystafell staff ddynodedig yn yr ysgol.

Ysgol Gynradd - ‘Man dynodedig i'r staff amser cinio ac egwyl oddi wrth y plant.' PS1-T

Ysgol Uwchradd - ‘Anodd iawn am nad oes ystafell lle gall y staff dreulio amser egwyl ac amser cinio' SS2-T

3.70 Roedd yn her dilyn canllawiau iechyd a diogelwch priodol fel Rheoliadau Cyfarpar Sgrin Arddangos (DSE) 1992. Ymhlith pryderon eraill am yr amgylchedd roedd gorfod cadw ffenestri ar agor er mwyn darparu awyru diogel.

Ysgol Uwchradd - 'Ar ôl yr holl hyfforddiant ar ddefnyddio'r ddesg gywir a chael y sgrin ar yr uchder cywir, dyma fi'n addysgu gan eistedd wrth fwrdd drwy'r dydd.' SS3-T6

Ysgol Gynradd - 'Mae weithiau'n anghyfforddus gweithio am ei bod hi mor oer gyda'r ffenestri ar agor' PS6-T1

3.71 Roedd staff yn poeni am eu diogelwch o ran dal COVID-19, gyda rhai staff yn bryderus. Roedd diogelwch staff yn bryder allweddol a nododd un ysgol;

Ysgol Gynradd - 'Ond o ran yr ysgol, ni allai neb wneud mwy i'w cadw'n fwy diogel. Os yw hynny'n gwneud synnwyr. Dydyn nhw ddim yn teimlo mor ddiogel ag yr hoffwn i, mae'n siŵr. Ond ni allai neb wneud mwy. Ac mae a wnelo hynny â phryderon personol a phrofiadau hefyd. PS4-SLT

Cymorth i Ymarferwyr

3.72 Roedd ymdeimlad ar brydiau bod y staff wedi'u gorlethu a bod angen amser a lle i'r staff i gael teimlo eu bod wedi'u cefnogi.

Ysgol Gynradd - 'Rwy'n meddwl bod pobl yn fregus iawn' PS1-SLT

Siaradodd nifer o ymatebwyr am 'ofal yn gyntaf' ac ymyriadau priodol i gefnogi staff unigol, gan gynnwys cwnsela pe bai angen. Gwnaeth ysgolion roi llai o bwyslais ar staff yn rhoi pwysau ar blant i gyflwyno gwaith a gwnaethant ystyried lleihau amseroedd gwersi er mwyn caniatáu ar gyfer egwyliau sgrîn i'r plant a'r staff addysgu. Roedd sicrhau bod ymarferwyr yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi yn sylw cyffredin ac roedd ysgolion yn darparu rholiau bacwn yn y bore, cacennau, toesenni a danteithion eraill. Dywedodd un ymatebwr fod potel o win wedi cael ei gadael ar y

stepen drws i ddweud diolch. Mae'r sylw isod yn nodi sut y mae staff mewn ysgolion wedi cydweithio i gadw ei gilydd i fynd.

Ysgol Gynradd - 'Rwyf wedi sylw hefyd fod pobl yn fwy ystyriol. Nid yw hynny i ddweud nad oedd pobl yn ystyriol o'r blaen, ond bydd pobl yn gwneud pethau bach i'w gilydd sy'n gwneud i chi feddwl, o dyna hwb bach i'ch gilydd, ac mae ond yn cymryd dwy funud o'ch diwrnod.' PS4-FSG

3.73 Roedd un ysgol o'r farn bod athrawon dan hyfforddiant yn adnodd gwerthfawr. Oherwydd yr amgylchiadau, defnyddiodd yr ysgol hon AGA fel adnodd i gefnogi'r athrawon drwy reoli'r plant a oedd yn yr ysgol.

Ysgol Ffydd - 'mae gennym athro dan hyfforddiant ym mhob dosbarth, am fod AGA wedi ei chael hi'n anodd trefnu lleoliadau, ond hefyd am ei bod yn rhoi mwy o gapasiti i'r athro fwrw ymlaen, fel bod yr athro dan hyfforddiant yn gallu rheoli'r plant oedd i mewn.' FS2-SLT

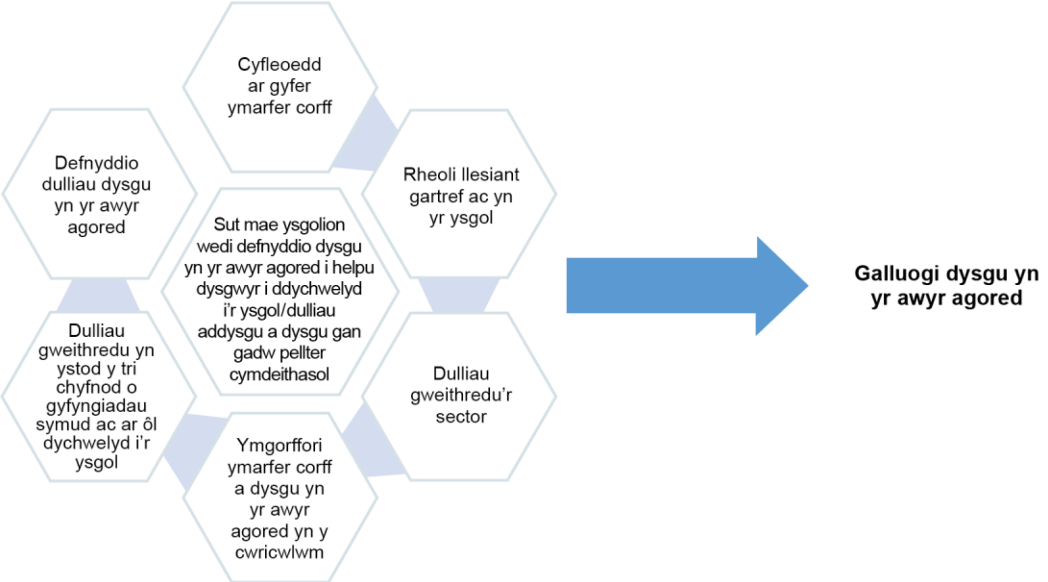
3.74 Mae'r data'n dangos bod ysgolion wedi gweithio'n ddiflino i gefnogi staff a phlant o ran eu hiechyd a'u lles. Mae pob ysgol sydd wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth hon wedi sicrhau bod iechyd a lles ymarferwyr yn allweddol wrth sicrhau bod y dysgwyr hefyd yn cael eu cefnogi. Rhoddwyd yr ymreolaeth i ysgolion ddefnyddio dulliau priodol sy'n cefnogi'r staff yn eu cyd-destunau a'u sefyllfaoedd perthnasol.

CY4: Sut y mae ysgolion wedi defnyddio dysgu yn yr awyr agored i gefnogi dysgwyr i ddychwelyd i'r ysgol/i addysgu a dysgu sy'n cadw pellter cymdeithasol? Pa agweddau ar hyn y gellir tynnu sylw atynt fel ymarfer da/effeithiol?

3.75 Tra bod CY4 yn delio'n benodol â gweithgarwch corfforol gan ganolbwyntio ar ddysgu yn yr awyr agored, mae hefyd yn tynnu rhywfaint o ddata o'r sylwadau cynharach a oedd yn gysylltiedig â CY2, felly mae gorgyffwrdd anhepgor rhwng y codio cychwynnol a'r dadansoddiad dilynol. Ystyrir bod hyn yn trionglu neu'n atgyfnerthu canfyddiadau'r ddau gwestiwn, ond mae adroddiad llinol wrth ei natur yn

golygu y gallai rhai pwyntiau godi mewn un ohonynt, ac ond cael eu crybwyll yn y llall, er bod y drafodaeth yn berthnasol i'r ddau.

Ffigur 4: Themâu o CY4



3.76 Er nad categoreiddio'r datganiadau neu nodau ystyr ar draws y themâu hyn oedd y nod, roedd dehongliad a dealltwriaeth eang o'r ymatebion i'r cwestiynau cyfweliad yn gadarnhaol neu'n adeiladol. Roedd awgrymiadau am welliannau ac enghreifftiau o'r hyn oedd yn ymarfer effeithiol, ym marn yr ymarferwyr, a'r unig thema a gynhyrchodd sylwadau negyddol neu wrthwynebol sylweddol oedd thema 'dull sector'. Ceir dadansoddiad manylach isod o bob un o'r themâu a nodir uchod.

Cyfleoedd ar gyfer gweithgarwch corfforol

3.77 Roedd llawer o gyfranogwyr yn gallu nodi angen, hyd yn oed yn fwy nag arfer, i sicrhau bod plant yn ymgysylltu â gweithgarwch corfforol yn ystod y ddau gyfnod o gyfyngiadau symud ac wrth ddychwelyd i'r ysgol. Roedd athrawon dosbarth ac arweinwyr ysgol yn cynnig safbwyntiau cadarnhaol a dealltwriaeth bod angen i blant gymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol pan roeddent yn destun cyfyngiadau symud a/neu pan oeddent yn dilyn dysgu cyfunol o flaen sgrin am rannau helaeth o'r diwrnod, fel y mae'r dyfyniadau isod yn dangos:

Ysgol Uwchradd - '…rydym yn mynd ati o ddifrif i geisio ymgysylltu â phlant nad ydynt i'w gweld yn hoff iawn o chwaraeon neu weithgarwch corfforol.'
SS2-HWBL

Ysgol Gynradd - '…rydym wedi cyflwyno gemau creadigol ar gyfer yr awyr agored, felly pan fydd y plant gartref, bydd ganddynt syniadau am bethau y gallent eu gwneud'. PS6-HWBL

Ysgol Uwchradd - 'Mae gofyn i'r plant ddod i'r ysgol yn gwisgo eu dillad chwaraeon wedi rhoi mwy o amser i ni gymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol yn ystod gwersi, ac roedd y plant yn teimlo'n fwy cyfforddus hefyd.' SS2-HWBL

3.78 Dull cyffredin arall a nodwyd ac a ddyrannwyd i'r thema hon oedd y dull o gynnal gweithgareddau dysgu eraill (h.y. nid addysg gorfforol nac awyr agored) y tu allan, neu eu gwneud yn fwy egnïol. Roedd y rhan fwyaf o'r staff, os nad y cyfan, yn methu â rhoi rheswm clir dros hyn, ar wahân i'r ffaith eu bod o'r farn ei fod yn beth da. Soniodd rhai staff (bob un ohonynt yn staff ysgol gynradd) am gyngor Llywodraeth Cymru ar ddychwelyd i'r ysgol a soniodd yn benodol am wneud mwy o ddefnydd o fannau awyr agored, ond teimlai'r rhan fwyaf ohonynt fod angen gwneud mwy o weithgarwch corfforol wrth ddysgu a bod y plant yn ymgysylltu'n well pan oedd y dull hwn yn cael ei ddefnyddio. Ceir rhywfaint o dystiolaeth i gefnogi hyn mewn ymchwil o Ddenmarc, gan ddefnyddio'r hyn a elwir yn Üdeskole neu'r dull ysgol awyr agored (Mygind, 2007; 2009) ond roedd un sylw a oedd yn cyd-fynd yn well â'r thema 'dulliau sector' yn nodi'n benodol nad oes i addysg yn y wlad hon yr un diwylliant dysgu awyr agored a geir mewn gwledydd Sgandinafaidd, gan ddangos cysylltiad posibl, ond heb ei gydnabod, â normau diwylliannol. Mae rôl dysgu yn yr awyr agored ar gyfer datblygiad diwylliannol yng Nghymru wedi cael ei harchwilio (French a Philips, 2018) ond mae ceisio nodi rhai o'r agweddau neu normau diwylliannol hynny ychydig y tu allan i'r cwestiwn ymchwil hwn a chwmpas yr ymchwil hon.

3.79 Agwedd gyffredin a grybwyllwyd gan gyfranogwyr sy'n gweithio mewn ysgolion cynradd oedd y tywydd a pha mor briodol oedd dillad y plant ar gyfer y tywydd hwnnw, yn enwedig wrth ddychwelyd i'r ysgol yn nhymor yr Hydref. Roedd gan rai ysgolion 'siwtiau tywydd gwlyb', neu roeddent wedi eu prynu (athro Cynradd 1), dywedodd rhai yn glir eu bod wedi buddsoddi mewn dillad awyr agored (athro

Cynradd 2), ond roedd bob amser yn bwysig bod y tywydd yn ffactor wrth ystyried iechyd a lles y plant:

Ysgol Gynradd - '…sicrhau bod y plant yn cael cymaint o amser â phosibl yn yr awyr agored, hyd yn oed mewn tywydd gwael, os oes ganddynt y cotiau cywir…'PS6-T

3.80 Un o'r heriau a nodwyd gan un ysgol oedd ceisio amserlennu sesiynau awyr agored. Roedd llawer o ysgolion wedi rhoi mynediad mwy rhydd i fannau awyr agored (mewn ysgolion cynradd yn bennaf), ac mewn rhai achosion lle nad oedd llawer o le, roedd ysgolion wedi rhannu'r buarth yn barthau i bob swigen o blant weithio ynddynt. Yn fwy cyffredinol, ymddengys fod yr ymatebion a gafodd eu grwpio o dan y thema hon yn ymdrin ag arloesi, dulliau newydd a datblygu yn hytrach nag wynebu problemau anorchfygol. Roedd rhai ysgolion yn cynnal diwrnodau iechyd a lles, lle roedd yr amserlen arferol yn cael ei hepgor am ddiwrnod bob wythnos (dwy ysgol uwchradd). Roedd rhai yn cynnal sesiynau ymarfer corff i bawb (ysgol uwchradd arall), roedd rhai yn cynnal eu fersiynau eu hunain o ymarfer corff poblogaidd Joe Wicks ar YouTube (ysgol uwchradd arall eto) ac roedd eraill yn edrych ar weithgareddau amgen i'r sesiynau ymarfer corff mwy traddodiadol/arferol er mwyn ymgysylltu â mwy o blant (ysgol uwchradd arall ac ysgol arbennig wedi cyflwyno seiclo/beicio mynydd ar safle'r ysgol).

Dulliau sector

3.81 Er nad yw wedi'i ddiffinio'n benodol felly yn y cwestiwn, roedd y rhan fwyaf o'r atebion gan gyfranogwyr a grwpiwyd o dan y thema hon yn ymwneud â'r sector awyr agored yn hytrach na'r sector addysg/ysgolion yn ei gyfanrwydd. Hon oedd y thema (sy'n gysylltiedig â'r cwestiwn ymchwil) a oedd yn cynnwys yr unig wrthddywediadau cryf sy'n awgrymu bod gan rai ysgolion fynediad gwell neu wybodaeth well o'r adnoddau sydd ar gael. Roedd y sylwadau hyn yn ymwneud yn bennaf ag adnoddau dynol, sef yn aml y cynghorwr awyr agored (OA) a ddarparwyd gan yr awdurdod lleol. Roedd yr ysgolion hynny mewn awdurdodau lleol â darpariaeth dysgu awyr agored uniongyrchol yn ddiolchgar am y ddarpariaeth hon ac yn deall yn well y gwerth y gallai dysgu awyr agored ei gynnig i'w plant, fel y nodir isod:

Ysgol Gynradd - 'Rydym yn ffodus iawn i gael [canolfan awyr agored] a [chynghorwr awyr agored] am fod cymaint o gefnogaeth ar gael, ond rwy'n gwybod nad oes llawer o ganolfannau ar ôl yng Nghymru.' PS6-HWBL

Ysgol Uwchradd - 'Mae ein hawdurdod lleol wedi ein cefnogi'n dda, gan roi aelod o staff [y ganolfan awyr agpred] i ni am ddiwrnod yr wythnos – gwnaethom ymdrech i fanteisio i'r eithaf ar ei amser gyda ni a chael cynifer o blant â phosibl allan yn yr awyr agored' SS3-HWBL

Yn yr un modd, roedd y sylwadau llai cadarnhaol yn ymwneud â'r wybodaeth rannol o ddysgu awyr agored neu anghysondeb yn y ddarpariaeth:

Ysgol Uwchradd - '…dull anghyson ar draws ysgolion ond o leiaf y mae gennym ni [ganolfan awyr agored] y gallwn ei defnyddio' SS3-HWBL

Ysgol Gynradd - 'Dwi ddim yn siŵr a allwn i wneud unrhyw beth am nad ydw i'n berson cymwys o ran yr ysgol goedwig' PS6-HWBL

3.82 Ymddengys fod rhywfaint o wybodaeth o'r adnoddau sydd ar gael i gefnogi staff ysgolion i gyflawni dysgu yn yr awyr agored gydag un o'r darparwyr cenedlaethol arbenigol yn nodi cynnydd sylweddol mewn presenoldeb mewn digwyddiadau hyfforddiant ar-lein yn ystod y cyfyngiadau symud ac ar ôl dychwelyd i'r ysgol. Un o'r materion a gododd yn eithaf aml oedd yr hyn a nodir uchod, sef bod staff ysgolion o'r farn bod angen cymhwyster neu wybodaeth arbenigol arnynt cyn mynd â'r plant allan i'r awyr agored, ond nid rhain oedd yr ysgolion oedd â gwybodaeth glir am y cynghorwr awyr agored neu lle roedd yr awdurdod lleol yn darparu canolfan breswyl a/neu wasanaeth dysgu yn yr awyr agored. Er nad yw hyn yn syndod ynddo'i hun, un o'r canfyddiadau allweddol sy'n deillio o'r cwestiwn ymchwil hwn yw'r cydweithredu a'r cyfeirio sydd eu hangen i gefnogi ysgolion i gyflawni dysgu yn yr awyr agored er mwyn sicrhau bod gan bawb fynediad cyfartal i'r adnoddau hyn. Mae hyn yn peri pryder penodol yn y nifer o awdurdodau lleol yng Nghymru sydd wedi dewis peidio â phenodi cynghorwr addysg awyr agored a'r nifer bach iawn o awdurdodau allweddol yng Nghymru sydd â gwasanaeth dysgu awyr

agored neu ganolfan breswyl (<5 ar adeg ysgrifennu, er bod darpariaeth ranbarthol ar draws awdurdodau lleol niferus mewn rhai ardaloedd).

Ymsefydlu gweithgarwch corfforol a dysgu yn yr awyr agored yn y cwricwlwm

3.83 Roedd yr ymatebion a grwpiwyd o dan y thema hon wedi dangos rhywfaint o ymarfer arloesol ac effeithiol. Hefyd, ymddengys y ffaith bod ysgolion yn cynnal mwy o weithgarwch corfforol a dysgu yn yr awyr agored yn dangos bod nodau'n cael eu cyfleu'n glir gan y penaethiaid/Uwch-dimau arwain i'r cydgysylltwyr iechyd a lles a'r athrawon. Roedd yr ymatebion i'r Cwricwlwm i Gymru 2022 yn gadarnhaol iawn ar y cyfan, a'r cyfleoedd y mae'n eu cynnig i ehangu darpariaeth dysgu yn yr awyr agored neu ystyried mathau gwahanol o weithgarwch corfforol/dysgu yn yr awyr agored i gyd-fynd ag anghenion y plant yn yr ysgol ac adnoddau'r ysgol (adnoddau dynol a ffisegol). Cydnabu ysgolion yr her o gael plant i gymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol fel rhan o ddysgu cyfunol neu pan oeddent yn gweithio gartref, ond yn y cyd-destun hwn y gwelwyd yr arloesedd mwyaf gan staff ysgolion hefyd. Derbyniwyd yn gyffredinol os nad oedd unigolion yn ymgysylltu, nad oedd llawer y gallai staff ysgolion ei wneud am hyn ar wahân i ddal ati i roi cynnig ar ddulliau gweithredu newydd a gwahanol.

Mae'r rhyddid i gynllunio'r cwricwlwm i'w weld yn y dyfyniadau isod:

Ysgol Gynradd - '…mae wedi bod yn anodd gyda chyfyngiadau cwricwlwm 2008, ond nawr gyda'r cwricwlwm newydd ar y gorwel, dylai fod yn llawer haws i ni ddarparu dysgu yn yr awyr agored a dangos tystiolaeth ohono a'i bwysigrwydd' PS6-HWBL

Ysgol Uwchradd - 'Mae gennym ysgol goedwig eisoes fel un o'r modiwlau dysgu seiliedig ar brosiect, ond hoffem ei hymestyn y tu hwnt i flwyddyn 7.' SS3-HWBL

Ysgol Uwchradd - ''Rydym wedi bod yn ceisio gwneud mwy yn unol â'r ddogfen Dysgu o Safon yn yr Awyr Agored – mae a wnelo â mwy na dim ond mynd allan, mae'n rhaid i'r ansawdd fod yn dda hefyd.' SS3-HWBL

3.84 Roedd ysgolion yn dymuno symud gwyddoniaeth a gweithgareddau eraill allan i'r awyr agored a threulio mwy o amser yn dysgu yn yr awyr a gwella ei ansawdd.

Roedd pryder pendant ynghylch ansawdd (fel y dangosir uchod) ac roedd hyn yn gysylltiedig ag ansawdd y cymorth a oedd ar gael i'r staff. Soniodd un aelod o staff am y cyfarwyddyd dysgu yn yr awyr agored a gafodd yn ystod ei gwrs AGA a'r ffaith ei fod nawr, fel pennaeth Addysg Gorfforol, yn ceisio rhoi mwy o ddysgu yn yr awyr agored ar waith i ymgysylltu a datblygu'r hyn roedd yr ysgol yn ei gynnig. Dywedodd un ysgol nad oedd dysgu yn yr awyr agored yn addas iddi (athro uwchradd 4), ond hwn oedd yr unig sylw o'r math, a dim ond ychydig sylwadau, os o gwbwl, oedd yn tynnu sylw at unrhyw rwystrau penodol i ddysgu yn yr awyr agored, fel sy'n cael ei ddirnad yn aml. Roedd llawer o'r staff y cyfwelwyd â nhw yn gwneud cysylltiad rhwng ansawdd a'r cymorth a oedd ar gael a sut y gallent gael mynediad ato, gan atgyfnerthu'r canfyddiad yn y thema flaenorol fod Cynghorwr Awyr Agored yn yr Awdurdod Lleol yn hanfodol i'r broses hon. Roedd staff ysgolion hefyd yn cydnabod rôl darparwyr dysgu/hyfforddiant cenedlaethol fel Urdd Gobaith Cymru a Cyfoeth Naturiol Cymru a chyrff ambarél fel Cyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored a grwpiau dysgu yn yr awyr agored Cyfoeth Naturiol Cymru (OLNG). Yn un o'r cyfweliadau ategol gyda chynrychiolwyr Cyfoeth Naturiol Cymru gwnaed sylwadau ar y cynnydd sylweddol yn y nifer sy'n manteisio ar gyfleoedd hyfforddiant a'r nifer sy'n mynychu cyfarfodydd OLNG.

3.85 Yn y gorffennol, roedd canfyddiad ei bod yn haws integreiddio neu ddarparu gweithgareddau dysgu yn yr awyr agored mewn ysgol gynradd, ond mae'r dystiolaeth a gasglwyd yn y cyfweliadau hyn yn dangos bod y wybodaeth a'r cymhelliant wedi'u rhannu'n eithaf cyfartal ar draws pob ystod oedran. Teimlai ysgolion uwchradd weithiau fod angen achrediad allanol i gyfiawnhau cynnwys cyfleoedd ar gyfer dysgu yn yr awyr agored yn eu cwricwla (fel y dangosir isod) ond fel y trafodwyd eisoes, teimlent hefyd fod mwy o gyfleoedd ar gyfer sesiynau cyfannol/trawsgwricwlaidd mewn lleoliad dysgu seiliedig ar brosiect.

Ysgol Uwchradd - ‘Rydym yn hoffi'r achrediad [cydnabyddiaeth] ychwanegol y mae'r plant yn ei gael o wneud hyn, felly mae Gwobr John Muir yn wych, ac rydym am wneud mwy fel hyn' SS2-T

Dulliau gweithredu o ran y tri chyfnod o gyfyngiadau symud

3.86 Er bod rhywfaint o orgyffwrdd anochel rhwng y thema hon a themâu dysgu yn yr awyr agored yn y cwricwlwm a rheoli lles yn y cartref ac yn yr ysgol. Mae ambell agwedd wahanol y mae angen eu dadansoddi ar wahân. Yn y lle cyntaf, roedd ysgolion yn wynebu her sylweddol o ran sut i ddarparu cynnwys iechyd corfforol a lles, ac roedd pryder eisoes y gallai rhywfaint o ansawdd y ddarpariaeth honno gael ei cholli mewn unrhyw ymgais i ymgysylltu â chynifer o blant â phosibl. Er bod rheolau'r cyfyngiadau symud yn caniatáu i blant adael eu tŷ gydag aelodau o'u teulu i ymarfer corff bob dydd, roedd pryder ymhlith rhai o staff yr ysgol y gallai hyn fod yn llai o flaenoriaeth i deuluoedd naill ai oherwydd y pwysau cynyddol sy'n gysylltiedig â gweithio gartref neu ysgol gartref ar-lein, neu am fod llai o amser i fynd tu allan yn ystod y gaeaf gyda'r tywydd gwael a'r oriau byrrach o olau dydd. Roedd rhai ysgolion yn cyfathrebu â rhieni a gofalwyr a oedd yn bryderus iawn ynghylch mynd â phlant allan i'r awyr agored am fod canfyddiad y byddent yn wynebu mwy o risg o haint pe byddent yn mynd allan yn agos at bobl eraill. Er bod effaith yr ymgyrch cyfyngiadau symud cyntaf wedi'i hystyried yn rhesymol effeithiol wrth leihau lledaeniad cychwynnol y coronafeirws, soniodd staff ysgolion am rieni pryderus a dryslyd, a gafodd y neges 'arhoswch gartref' ond na wnaethant ei deall yn ddigonol i reoli risgiau a chaniatáu i'w plant fynd allan i'r awyr agored i ymarfer corff.

3.87 Cafodd ysgolion eu herio i symud oddi wrth sgriniau, ac eto, dim ond drwy sgriniau roeddent yn gweld y plant. Roedd llawer wedi defnyddio cyflwyniadau neu arddangosfeydd, ac wedi gofyn i'r plant wneud ymarfer corff rheolaidd ac adrodd yn ôl. Roedd rhai yn llai strwythuredig, gan awgrymu y dylai plant 'fynd allan am dro' (athro Uwchradd 4) ond roeddent yn derbyn na ddylai plant iau fynd allan heb riant/gofalwr a bod plant yn eu harddegau hwyr yn ei chael hi'n anodd cymell eu hunain i fynd am dro ta beth. Roedd y dulliau mwy arloesol yn cynnwys 'teithiau' rhithiol mewn rhai gwersi addysg awyr agored (athro Uwchradd 5), fideos dawnsio yn arddull y llwyfan cyfryngau cymdeithasol Tik-Tok, a helfeydd trysor gan adrodd yn ôl.

3.88 Pan ddychwelodd plant i'r ysgol yn nhymor yr haf a thymor yr hydref, anogwyd ysgolion drwy ganllawiau Llywodraeth Cymru i wneud defnydd effeithiol o fannau

awyr agored, ac roedd llawer o ysgolion wedi gwneud hynny. Thema gysylltiol gyffredin yma, oedd gwybodaeth am yr adnoddau a nodir isod a mynediad atynt:

Ysgol Gynradd - ‘Roedd canllawiau Llywodraeth Cymru yn argymell gwneud mwy yn yr awyr agored, felly gwnaethom hyn tra oedd y tywydd yn braf. Gyda chynifer o adnoddau, mae digonedd o ddewis ar gael i chi. Dylai mwy o ysgolion wneud hyn' PS6-T

CY5 Beth mae darparwyr AGA eisoes yn ei ddarparu mewn perthynas ag iechyd a lles gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr agored?

3.89 Mae canfyddiadau CY5 yn seiliedig ar ddata a gasglwyd gan y 3 SAU ac yn adlewyrchu canfyddiadau ar draws SAU ehangach sy'n ddarparwyr AGA o ran y ffordd y mae eu rhaglenni AGA yn ystyried iechyd a lles plant ac athrawon (a myfyrwyr AGA). Mae'n bwysig nodi bod y broses o gasglu data yn ystyried effaith sefyllfaoedd gwahanol oedd yn wynebu SAU sy'n ddarparwyr AGA yn ystod y cyfnod rhwng mis Mawrth 2020 a mis Chwefror 2021.

Iechyd a Lles

3.90 Roedd pawb a gafodd eu cyfweld (100 y cant) yn cydnabod bod Iechyd a Lles yn nodwedd bwysig yn eu prifysgolion, ac yn rhywbeth sy'n dod yn fwy gweladwy ar gampysau ac ar wefannau prifysgolion, lle mae dulliau gweithredu sy'n gysylltiedig ag iechyd a lles yn cael eu datblygu a'u gwella; yn ôl un ymatebwyr, roedd y rhain yn cynnwys ioga i fyfyrwyr a sesiynau ymwybyddiaeth ofalgar at ddibenion lles myfyrwyr. Mae cynnal arolygon Iechyd a Lles ymhlith staff a myfyrwyr yn rhan o arlwy SAUau. Bydd myfyrwyr AGA felly yn ymwybodol iawn o bwysigrwydd Iechyd a Lles ond mae'n llai amlwg bod cysylltiadau wedi'u gwneud a bod yr ymwybyddiaeth hon yn trosglwyddo i'w hymarfer.

Lles myfyrwyr

3.91 Mewn modd tebyg i bryder ysgolion am Iechyd a Lles eu dysgwyr a'u staff, roedd Iechyd a Lles myfyrwyr mewn perthynas â COVID-19 yn flaenoriaeth i bawb y cyfwelwyd â nhw o raglenni AGA. Yn wir, roedd o leiaf un darparwr o'r farn mai hyn oedd wedi achosi llawer o bwysau a chynnydd mewn pwysau gwaith.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon - 'Dechreuodd y cyfyngiadau symud cyntaf ar yr adeg yr oedd y myfyrwyr i fod i ddechrau ar eu lleoliad gwaith. Cafodd hyn effaith sylweddol ac achosodd lawer o straen i athrawon dan hyfforddiant. Dydw i ddim yn credu bod hyn wedi sefydlogi ers hynny, ac mae'n dal i fod yn flaenoriaeth rydym yn ystyriol ohoni nawr' ITE1

Mae argyfwng COVID-19 wedi gwneud i ddarparwyr fyfyrio ar anghenion eu hathrawon dan hyfforddiant. Dywedodd un ymatebwr

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'Fel arfer, mae natur ddwys rhaglen TAR yn golygu bod wythnos yn y byd go iawn yn teimlo fel mis o uchafbwyntiau ac isafbwyntiau emosiynol- mae'r sefyllfa bresennol wedi gwneud hyn yn waeth.' ITE2

3.92 Roedd pob un o'r prifysgol yn teimlo llawer o gyfrifoldeb dros Iechyd a Lles eu myfyrwyr, a gwnaethant nodi, ar ôl ystyried, y gallai hyn fod ar draul Iechyd a Lles cydweithwyr.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'Roedd y diwrnodau llawer hirach a chynnydd sylweddol yn yr amser o flaen sgrin yn gwbl groes i'r hyn roeddem yn ei ddweud wrth ein myfyrwyr….' ITE1

3.93 Lluniwyd canllawiau cenedlaethol a lleol yn tynnu sylw at bwysigrwydd Iechyd a Lles yn rheolaidd, a cheir tystiolaeth o'r ymchwil hon i ddangos bod darparwyr AGA wedi gweithio'n rhagweithiol i wella eu dulliau gweithredu o ran iechyd a lles. Roedd pawb a ymatebodd wedi tynnu sylw at sgyrsiau, ymrwymiad a chynllunio parhaus i gefnogi Iechyd a Lles eu myfyrwyr. Cafwyd

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'Cymorth aml-lefel bugeiliol gan diwtoriaid' ITE

‘Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- Daeth unrhyw glychau larwm mewn cyfarfodydd tîm yn ganolbwynt ar gyfer gweithredu yn ôl yr angen’ ITE1

3.94 Mae'r ffordd y caiff cymorth ei gynnig yn un o'r canlyniadau a ddeilliodd o ddatblygu dulliau gweithredu iechyd a lles. Yn yr un modd â'r canfyddiadau mewn ysgolion, cododd pob ymatebwr SAU bwysigrwydd cyfathrebu, a hygyrchedd y cymorth i athrawon dan hyfforddiant tra roeddent yn mynychu'r brifysgol (yn rhithiol neu wyneb yn wyneb), neu tra roeddent mewn ysgolion. Ymatebodd prifysgolion i'r heriau drwy gynnig cyfleoedd ffurfiol ac anffurfiol ar gyfer cyswllt gydag angen am fwy o hyblygrwydd. Cynigiodd un brifysgol negeseuon wythnosol ar ddechrau a diwedd bob wythnos ynghyd â sesiynau galw heibio rhithiol, a chynigiodd un arall gyfarfodydd rheolaidd a phwyntiau cadw mewn cysylltiad. Nododd pob ymatebwr gymysgedd o gymorth ffurfiol ac anffurfiol gyda chydnabyddiaeth o'r elfen ar-lein yn rhoi mwy o hyblygrwydd, ac yn fwy effeithiol i rai

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- ‘Maent yn hoffi gwybod bod cymorth ar gael, ac maent yn troi ato pan fydd ei angen arnynt’’ ITE2

Roedd hyn yn awgrymu bod myfyrwyr yn gallu cymryd perchenogaeth o'r cymorth ond hefyd manteisio arno yn ôl yr angen.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- ‘…ymwybodol o'u lles ac ymdeimlad o beidio â gwastraffu eu hamser na rhoi mwy o amser o flaen sgrin iddynt os nad oedd angen cymorth arnynt mewn gwirionedd' ITE2

Iechyd a Lles - lefel rhaglen

3.95 Roedd yn ddiddorol nodi bod SAUau, pan ofynnwyd iddynt ynghylch y cwestiwn ymchwil ar Iechyd a Lles, wedi cyfeirio at gydweithwyr a oedd yn darparu elfennau addysg gorfforol a chwaraon eu rhaglenni. Awgryma hyn, o safbwynt y rhaglen, fod cynnwys yn ymwneud ag Iechyd a Lles yn hanesyddol wedi bod yn gysylltiedig ag

iechyd corfforol yn bennaf, ac wedi'i ymgorffori yn y modiwlau addysg gorfforol. Rhybuddiodd un ymatebwr fod

---

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- ‘canfyddiad anghywir fod lles yn ymwneud naill ai â lles meddyliol, neu yn ymwneud â bod yn egnïol ac yn gorfforol yn unig' ITE1

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'mae lles yn golygu gwahanol bethau i wahanol bobl' ITE1

3.96 Ymddengys fod agweddau ehangach ar Iechyd a Lles yn cael eu cynnig fel dewis neu gyfle cyfoethogi. Cynigiwyd sawl un o'r cyfleoedd hyn ac mae prifysgolion wedi sôn am weithgareddau a hyfforddiant sy'n dangos sut roeddent yn ymgysylltu â dulliau iechyd a lles sy'n ehangu gwybodaeth a dealltwriaeth hyfforddeion. Ymddengys yn benodol fod gan raglenni israddedig amser i gynnig modiwlau ar ddysgu thematig a thrawsgwricwlaidd yn yr awyr agored. Gallai prifysgolion ddangos sut roeddent yn ymdrechu'n barhaus i wella'r rhaglenni roeddent yn eu cynnig a chyfleoedd hyfforddiant allanol neu achrededig, yr oedd llawer ohonynt yn ymwneud ag Iechyd a Lles, e.e. Addysg Gorfforol Gynhwysol Sainsburys (Chwaraeon Anabledd Cymru), Hyfforddiant Cymorth Cyntaf Brys, Addysgu ac Ymgorffori Ymwybyddiaeth Ofalgar i Ymarfer a Hyfforddiant Ysgol Goedwig. Mae un brifysgol yn cynnig Hyfforddiant Arweinydd Ymweliadau **Panel Cynghorwyr Addysg Awyr Agored** (OEAP), gan hyfforddi gan ddefnyddio cardiau hyfforddi dysgu yn yr awyr agored OEAP a Gwobr John Muir. Mae pob ymatebwr yn cadarnhau dealltwriaeth ehangach o Iechyd a Lles wrth i fyfyrwyr gael cyflwyniad i Faes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles y Cwricwlwm i Gymru.

Iechyd a Lles a dysgu yn yr awyr agored

3.97 Mae treulio amser yn yr awyr agored wedi cael ei ailystyried oherwydd COVID-19, a hynny o safbwynt ffurfiol ac anffurfiol.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'Mae ambell enghraifft o ysgolion sydd wedi bod ar daith ddiddorol iawn yng nghyd-destun ymgysylltu â dysgu yn yr awyr agored a chyfleoedd.' ITE2

Mae athrawon dan hyfforddiant wedi cael arweiniad anffurfiol yn ystod y pandemig am fanteision treulio amser yn yr awyr agored a sut y gall gyfrannu at eu Hiechyd a'u Lles.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon - 'Byddai'r ohebiaeth wythnosol ag athrawon dan hyfforddiant yn cynnwys anogaeth i ystyried eu lles eu hunain... yn aml, byddem yn cynnwys delweddau o fannau gwyrdd, agored er mwyn eu hannog i fynd allan (ac weithiau gofyn iddynt wneud hynny)' ITE1

3.98 Defnyddiwyd Iechyd a Lles hefyd i greu cysylltiad rhwng staff addysgu a myfyrwyr, yn ogystal â thynnu sylw at y manteision.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'Yn ystod diwrnod ailgysylltu rhithiol yn ystod y cyfyngiadau symud cyntaf, rhannwyd delweddau o'r tîm yn cymryd rhan mewn gweithgareddau awyr agored, rhai allan yn cerdded ac eraill yn eistedd, yn mwynhau bod allan yn yr awyr agored... y diben oedd creu cysylltiad... ond roeddem hefyd am ddangos ein bod ni'n wynebu'r un heriau'. ITE1

Roedd rhannu'r profiad hwn yn cynnig safbwynt cadarnhaol er mwyn annog newid o bersbectif yr ysgol.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'Roedd y staff ar y daith gyda'r disgyblion' ITE2

Mae'r holl ymatebwyr yn cydnabod yr angen i ddefnyddio mannau mewn ffyrdd gwahanol ac yn gweld

cyfle i ymarfer arloesol esblygu yn y dyfodol.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- ‘yn ystod diwrnod ailgysylltu sydd ar y gorwel, rydym yn bwriadu cofnodi ymarfer arloesol sef defnyddio'r mannau awyr agored rydym yn gwybod bod athrawon dan hyfforddiant yn eu gweld yn y cyfnod y maent allan o'r ysgol mewn ffordd greadigol. Mae angen i hyn gael ei ymgorffori yn ein rhaglenni er mwyn i athrawon dan hyfforddiant yn y dyfodol gynllunio ar gyfer y cyfleoedd hyn yn hytrach na'u bod yn rhywbeth ad-hov' ITE1

Goblygiadau i ymarfer yn y dyfodol

3.99 Roedd pob ymatebwr wedi tynnu sylw ar y ffaith bod ysgolion wedi sylweddoli a chydnabod pa mor bwysig yw Iechyd a Lles ac wedi gwneud y cysylltiad ehangach yn nhermau llunwyr polisi a'r farn gyffredinol. Cafwyd datganiadau cadarnhaol ac optimistiaeth wirioneddol ynghylch cyfleodd i ailfeddwl ac ail-alinio. Roedd pob ymatebwr o'r farn fod y pwyslais ar Iechyd a Lles yn gyfle cadarnhaol wrth symud ymlaen

---

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- ‘ceir cydraddoldeb am fod y disgyblion, staff, rhieni, athrawon dan hyfforddiant oll yn profi lles ac yn ei werthfawrogi’ ITE1

Un o'r ystyriaethau pwysig oedd sicrhau nad oedd Iechyd a Lles yn cael ei addysgu neu ei gwmpasu dim ond yng nghyd-destun addysg gorfforol neu ddim ond yn ymwneud â gweithgarwch corfforol. Er bod ystyriaeth o'r ffordd y mae pobl wedi cael eu cyfyngu'n weithredol a sut beth yw gweithgarwch corfforol, mae Iechyd a Lles yn ehangach ar draws y cwricwlwm, ethos yr ysgol a thu hwnt.

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- ‘Mae Iechyd a Lles yn rhan o'r gymuned ac mae a wnelo â defnyddio'r gymuned honno i'w wella (iechyd a lles)’ ITE1

Mynegwyd pryder gan un ymatebwr

Darparwr Addysg Gychwynnol Athrawon- 'efallai y bydd ysgolion yn syrthio i'r un hen fagl o gael disgyblion drwy asesiadau athrawon a'r holl bethau y maent wedi'u colli' ITE1

Cytunodd pob ymatebwr y dylid symud i sefyllfa lle defnyddir iaith gadarnhaol a lle yr ymgorfforir diwylliant Iechyd a Lles newydd o'r gwersi a ddysgwyd a lle rhoddir newidiadau ymarfer ar waith.

4. Casgliadau

4.1 Mae'r adran hon yn ailymweld â nodau ac amcanion yr ymchwil a amlinellir yn y cyflwyniad, er mwyn dod i gasgliadau o'r canfyddiadau a chyflwyno argymhellion a fydd yn llywio ymarfer yn y dyfodol. Diben yr ymchwil hon oedd darparu tystiolaeth o effaith pandemig COVID-19 ar iechyd a lles ymarferwyr. At hyn, roedd yr ymchwil yn ceisio ystyried argymhellion a fydd yn llywio darpariaeth addysg gychwynnol i athrawon yng Nghymru yn y dyfodol. Tybiwyd y gallai athrawon newydd gael budd o ddeall cyd-destun sydd wedi newid ym maes addysg yng Nghymru, ac y gallai darparwyr AGA sicrhau bod athrawon sy'n dechrau yn y proffesiwn wedi eu paratoi'n briodol i addysgu mewn cyfnod ar ôl COVID-19.

4.2 Deuir i gasgliadau o'r data ansoddol, a gasglwyd drwy gyfweliadau a grwpiau ffocws gan uwch-arweinwyr, athrawon, cydgysylltwyr iechyd a lles, staff AGA a myfyrwyr. Oni nodir yn wahanol, mae'r casgliadau yn gymwys i bob sector ysgol.

4.3 CY1. Beth yw rôl ysgolion yn y gwaith o fonitro/hybu lles/iechyd cyffredinol dysgwyr ac ymarferwyr yng nghyd-destun yr argyfwng?

- Roedd lle canolog Iechyd a Lles i ysgolion a chymorth sylweddol y staff, dysgwyr a'u cymunedau dysgu yn amlwg.
- Mae polisïau ar waith ac mae ysgolion wedi gweithio'n rhagweithiol i wella eu dulliau gweithredu iechyd a lles.
- Roedd ysgolion wedi ceisio rhoi canllawiau Llywodraeth Cymru, Awdurdodau Lleol a Chonsortia ar waith ond roedd negeseuon yn anghyson.
- Nododd ysgolion arbennig bwysigrwydd gweithio gydag ysgolion arbennig eraill i rannu profiadau ac arbenigedd
- Roedd y rôl eang yr oedd ysgolion yn chwarae yn eu cymuned y tu hwnt i gylch gwaith dysgu ac addysgu. Roeddent yn ffynhonnell amhrisiadwy o gymorth ffisegol ac emosiynol i ddysgwyr a'u teuluoedd

4.4 CY2. Sut mae ysgolion yn hyrwyddo a chefnogi iechyd a lles dysgwyr?

- Mae ysgolion wedi ymgysylltu ag ystod eang o strategaethau i gefnogi eu dysgwyr, gydag iechyd a lles wrth eu gwraidd.
- Mae'r themâu a nodir yn dangos dyfnder ac ehangder y dulliau a ddefnyddiwyd gan yr ysgolion i gefnogi eu dysgwyr. Deall COVID-19; cwricwlwm; cyfathrebu a cyswllt personol; diogelwch ac ymddiriedaeth; defnyddio technoleg a gwrando ar lais y dysgwr.

- Mae ysgolion a'u cymunedau yn mynd i'r afael â heriau ac anghydraddoldebau mewn ffordd arloesol a chadarnhaol.
- Ceir arwyddion cryf fod gan ddysgu yn yr awyr agored rôl sylweddol wrth ddatblygu lles corfforol a meddyliol.

4.5 CY3**.** Pa gamau y mae ysgolion wedi'u cymryd i sicrhau bod rhwydweithiau cymorth ymarferwyr wedi cael eu cynnal a/neu eu datblygu?

- Dywedodd staff eu bod yn teimlo wedi'u gorlethu ar brydiau. Fodd bynnag, mae pob ysgol wedi cymryd camau sylweddol i sicrhau bod rhwydweithiau cymorth ymarferwyr wedi cael eu datblygu a'u cynnal yn ystod pandemig COVID-19.
- Datblygodd staff mewn ysgolion eu rhwydweithiau cefnogol eu hunain er mwyn cadw llygad ar ei gilydd, wedi'u cefnogi gan Uwch-arweinwyr ym mhob ysgol.
- Roedd ystyried llwythi gwaith yn ffactor allweddol wrth gefnogi lles staff.
- Roedd angen i ysgolion ailsefydlu ffiniau â rhieni wrth symud ymlaen, oherwydd disgwyliadau gormodol rhieni yn ystod yr ail gyfnod o gyfyngiadau symud.
- Roedd gweithio gartref wedi cyflwyno heriau mewn perthynas â chyfathrebu. Roedd y rhain hefyd yn ffactor wrth gynnal rhwydweithiau a chefnogi lles.

4.6 CY4. Sut y mae ysgolion wedi defnyddio dysgu yn yr awyr agored i gefnogi dysgwyr i ddychwelyd i'r ysgol/i addysgu a dysgu sy'n cadw pellter cymdeithasol? Pa agweddau ar hyn y gellir tynnu sylw atynt fel ymarfer da/effeithiol?

- Manteisiwyd ar ddysgu yn yr awyr agored mewn amrywiaeth o ffyrdd i gefnogi dysgwyr ar ôl iddynt ddychwelyd i'r ysgol. .
- Mae ymarfer effeithiol yn cynnwys cymorth cryf gan, a mynediad at, ddarpariaeth a chynghorwr addysg awyr agored yn yr awdurdod lleol, er mwyn gweithio'n uniongyrchol â phlant a hefyd er mwyn hyfforddi staff mewn dulliau addysgeg dysgu yn yr awyr agored. Roedd hyn yn arbennig o effeithiol yn yr ysgolion hynny mewn awdurdodau lleol â chynghorydd cyswllt a gwasanaeth dysgu yn yr awyr agored am fod staff ysgolion yn gwybod ble i droi i gael adnoddau a chymorth.

4.7 CY5. Beth mae darparwyr AGA eisoes yn ei ddarparu mewn perthynas ag iechyd a lles gyda phwyslais penodol ar ddysgu yn yr awyr agored?

- Mae Iechyd a Lles yn nodwedd bwysig yn y prifysgolion a ymatebodd; mae dulliau gweithredu o ran iechyd a lles yn cael eu datblygu a'u gwella.
- Er y bydd myfyrwyr AGA yn ymwybodol iawn o bwysigrwydd Iechyd a Lles, mae'n llai amlwg bod cysylltiadau wedi'u gwneud a bod yr ymwybyddiaeth hon wedi trosglwyddo eto i ymarfer yr athrawon dan hyfforddiant.
- Mae cysylltiad annatod rhwng staff ysgolion, dysgwyr a'r gymuned ehangach o safbwynt Iechyd a Lles.
- Gallai deall a chydnabod Iechyd a Lles personol effeithio ar eu hymarfer fel staff ysgolion neu athrawon dan hyfforddiant.

4.8 Roedd y cwestiwn ymchwil olaf yn canolbwyntio ar oblygiadau'r ymchwil ar AGA, ac mae'r argymhellion wedi'u rhestru yn yr adran nesaf.

5. **Argymhellion**

5.1 Llywodraeth Cymru

- Dylai ysgolion gael eu cydnabod am eu hymateb i'r pandemig a dylid creu cyfleoedd i rannu ymarfer a gwerthfawrogi'r amrywiaeth o gymorth sydd ei angen.
- Cydnabod bod iechyd a lles yn ganolog i'n hysgolion a darparu anogaeth a chymorth proffesiynol ac ariannol priodol i barhau â'u gwaith yn y meysydd
- Canllawiau ar sut i ddehongli polisi a'i drosi'n ymarfer
- Cydnabod anghenion ysgolion arbennig ac adlewyrchu hyn yng nghanllawiau Llywodraeth Cymru.
- Dylai adnoddau (dynol ac eraill) gael eu cyfeirio'n gliriach i arweinwyr a staff ysgolion.
- Dylid darparu porthol cenedlaethol i hyfforddiant dysgu yn yr awyr agored drwy Hwb, gan gyfuno cysylltiadau fel cynghorwyr addysg awyr agored awdurdodau lleol ac adnoddau hyfforddiant cenedlaethol gan sefydliadau fel Cyfoeth Naturiol Cymru, OEAP a Chyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored ac ati.
- Rhannu astudiaethau achos yn dangos ymarfer effeithiol, fel y gwelir gyda phrosiectau addysg eraill Llywodraeth Cymru fel NPEP.

5.2 Awdurdodau Lleol a Chonsortia

- Dylai pob awdurdod lleol/consortiwm rhanbarthol ddyrannu/cyflogi cynghorwr addysg awyr agored, am fod anghysondeb yn hyn o beth ledled Cymru ar hyn o bryd. Dylai fod gan yr unigolyn hwn ddealltwriaeth o addysgeg dysgu yn yr awyr agored yn ogystal â sgiliau rheoli iechyd a diogelwch. Dylai'r rôl ddatblygu dysgu yn yr awyr agored a chefnogi ysgolion, yn hytrach na dim ond sicrhau eu bod yn cydymffurfio â chyfraith/cyfrifoldebau iechyd a diogelwch.
- Canllawiau ar ddehongli polisïau a'u trosi'n ymarfer
- Adeiladu ar gyfleoedd dysgu proffesiynol i staff er mwyn cefnogi staff i fonitro a chefnogi lles drwy gydol gyrfa addysgu.
- Cefnogi ysgolion i ymgorffori lles yn y cwricwlwm
- Darparu cyfleoedd ar gyfer amrywiaeth o gyfleoedd dysgu yn yr awyr agored (achrededig ac anachrededig) sydd ar gael.

- Darparu hyfforddiant creadigol ac arloesol yn ymwneud ag Iechyd a Lles gyda phwyslais ar weithgarwch corfforol a dysgu yn yr awyr agored.
- Rhoi cyfle i ysgolion rannu ymarfer a gwerthfawrogi'r ffordd y mae sectorau gwahanol wedi cefnogi iechyd a lles eu dysgwyr, rhieni a staff.
- Cydnabod bod iechyd a lles wrth wraidd ein hysgolion a darparu anogaeth a chymorth proffesiynol ac ariannol priodol i barhau â'u gwaith yn y meysydd hyn
- Dylid buddsoddi mewn darpariaeth dysgu yn yr awyr agored awdurdodau lleol, boed yn fuddsoddiad uniongyrchol yng nghyfleusterau a staff awdurdodau lleol, neu mewn partneriaeth ffurfiol â sefydliadau cenedlaethol/lleol a all gynnig darpariaeth arbenigol.

5.3 Ysgolion

- Ystyried ffyrdd o ymgorffori iechyd a lles yn y cwricwlwm
- Ystyried ffyrdd o gydweithio ac ymgysylltu â'r gymuned y mae'r ysgol yn rhan ohono mewn ffordd ystyrlon.
- Rhannu ymarfer o ran cynnwys rhieni mewn dysgu
- Bydd angen i ysgolion adsefydlu ffiniau â rhieni o hyn ymlaen er mwyn cynnal cydbwysedd o ran llwythi gwaith
- Helpu myfyrwyr ar leoliad i deimlo eu bod yn perthyn i gymuned ysgol.

5.4 Darparwyr Addysg Gychwynnol Athrawon

Ystyried cynnwys y canlynol yn y cwricwlwm:

- Ymgorffori iechyd a lles yn y cwricwlwm
- Canllawiau ar sut i ddehongli polisi a'i drosi'n ymarfer.
- Datblygu sgiliau cydweithredu a chyfathrebu
- Myfyrwyr i gael profiad o amrywiaeth o ddulliau gweithredu/modelau o ran iechyd a lles.
- Ystyried sut i gofnodi llais y dysgwr
- Datblygu sgiliau iechyd, lles a chydnerthedd personol.
- Rheoli ac arwain mewn amgylchedd sy'n newid
- Dylai addysgeg dysgu yn yr awyr agored gael ei chwmpasu fel rhan o'r astudiaethau proffesiynol a/neu addysgegol mewn rhaglenni AGA

Adran gyfeiriadau

Almond, L. (2010) Physical literacy and the older adult population. In '*Physical Literacy throughout the Lifecourse'*, edited by Margaret Whitehead, tt. 116–129. International Studies in Physical Education and Youth Sport. Llundain ac Efrog Newydd: Routledge, Taylor and Francis Group.

Barfod, KS. (2018) Maintaining mastery but feeling professionally isolated: experienced teachers' perceptions of teaching outside the classroom. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. Cyf. 18 rhif.3 tt. 201-213.

Barnardo's (2020) Generation lockdown: a third of children and young people experience increased mental health difficulties. Ar gael: https://www.barnardos.org.uk/news/generationlockdown-third-children-and-young-people-experience-increased-mental-health

Bazeley, P. (2013) Qualitative data analysis: Practical Strategies, Llundain: Sage

Biddle, S., Gorely, T. a Stensel, D. (2004) Health-enhancing physical activity and sedentary behaviour in children and adolescents, *Journal of Sports Sciences*, Vol. 22, Rhifyn 8, tt. 679-701.

Biggam, J. (2008) *Succeeding with your Master's dissertation: A step by step guide* Gwasg y Brifysgol Agored: Maidenhead

Brookes, A. (2003) A Critique of Neo-Hahnian outdoor education theory Part Two: 'The fundamental attribution error' in contemporary outdoor education discourse *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning* 3 (2) 119-132

Burr, V. (2003) *Social constructionism* (2nd ed.) Hove: Routledge

Carroll, M. (2011) Collaborative professional enquiry yn McMahon, M., Forde, C. a Martin, M. (eds) *Contemporary issues in teaching and learning* SAGE: Llundain

Castonguay G, Jutras S. 2009. Children's appreciation of outdoor places in a poor neighborhood. *J Environ Psychol*. 29:101–109.

Charmaz, K. (2013) *Constructing grounded theory* Llundain: Sage 2il argraffiad

Comisiynydd Plant Cymru (2020) Coronafeirws a Fi. Ar gael: https://www.childcomwales.org.uk/wpcontent/uploads/2020/06/FINAL_formattedCVRep_CY.pdf

Christian H, Trapp G, Villanueva K, Zubrick S, Koekemoer R, Giles-Corti B. 2014. Dog walking is associated withmore outdoor play and independent mobility for children. *Prev Med.* 67:259–263.

City, E. A., R. F. Elmore, S. E. Fiarman, ac L. Teitel (2011) *Instructional Rounds in Education. A Network Approach to Improving Teaching and Learning*. Caergrawnt, MA: Harvard Education Press.
Cohen, L., Manion, L. a Morrison, K. (2013) *Research methods in education* Llundain: Routledge 7fed argraffiad
Co-SPACE. (2020). *Children and young people from low income backgrounds show elevated mental health difficulties throughout lockdown.* Iawrlwythwyd 22/03/2021. https://www.psy.ox.ac.uk/news/children-and-young-people-from[1]low-income-backgrounds-show-elevated-mental-health-difficulties-throughout-lockdow
Coghlan, D. a Brannick, T. (2005) *Doing action research in your own organisation* Llundain: Sage 2il argraffiad
Costello, P. J. M. (2011) *Effective action research* (2il argraffiad) Llundain: Continuum
Cowie, H a Myers, C-A. (2021) The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health and well-being of children and young people. *Children & Society;* 35:62–74.
Cummins, R., Hughes, J., Tomyn, A., Gibson, A., Woerner, J., a Lai, L., (2007) Wellbeing of Australians: Carer health and wellbeing *Australian Unity wellbeing index, survey 17.1: report 17.1* Geelong, Victoria: Prifysgol Deakin
Danese, A. a Smith, P. (2020) Debate: Recognising and responding to the mental health needs of young people in the era of COVID-19*. Child and Adolescent Mental Health.* 25, Rhif 3, 2020, tt. 169–170.
Denscombe, M., 2014. *Good research guide: for small-scale social research projects*. Buckingham, Gwasg y Brifysgol Agored
Department for Health and Social Care (2019) *UK Chief Medical Officers' Physical Activity Guidelines*, ar gael yn: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/832868/uk-chief-medical-officers-physical-activity-guidelines.pdf (Cyrchwyd 26 Ebrill 2021).
Dick, B. (2002) *Action research: Action and research* ar gael ar-lein yn: https://www.researchgate.net/publication/245175378_Action_research_action_and_research_On_line
Donaldson, G. (2015) *Dyfodol Llwyddiannus - Adolygiad Annibynnol o’r Cwricwlwm a’r Trefniadau Asesu yng Nghymru.*
Education Support (2019) *Mynegai Lles Athrawon.* Llundain. Cymorth Addysg.

Education Support (2020a) *Covid-19 and the classroom: Working in education during the coronavirus pandemic-The impact on education professionals' mental health and wellbeing*. Llundain. Cymorth Addysg.
Education Support (2020b) *Teacher Wellbeing Index*. Llundain. Cymorth Addysg.
Edwards-Jones, A., Waite, S. a Passy, R. (2016) Falling into LINE: school strategies for overcoming challenges associated with learning in natural environments (LINE). *Education 3-13. International Journal of Primary, Elementary and Early Years Education.* Cyfrol 46, Rhifyn 1
Estyn (2011) *Dysgu yn yr awyr agored: arfarnu dysgu yn yr awyr agored i blant o dan bump oed yn y Cyfnod Sylfaen.* Caerdydd: Cyhoeddiadau Estyn.
Estyn (2019) *Iach a hapus – Effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion.* Caerdydd: Cyhoeddiadau Estyn.
Fiennes C, Oliver E, Dickson K, Escobar D, Romans A, Oliver S. (2015) The Existing Evidence-Base about the Effectiveness of Outdoor Learning *[Internet-Giving Evidence.com*]. Ar gael yn https://givingevidence.files.wordpress.com/2015/03/outdoor-learning-giving-evidence-revised-final-report-nov-2015-etc-v21.pdf
Flick, U. (2009) *An introduction to qualitative research* Llundain: Sage 4ydd argraffiad
French, G. a Beckett, L. (2019) Adroddiad Naratif ar gyfraniad gan Brifysgol Bangor a gyflwynwyd fel rhan o Ymchwil Ar Wahân ar Ddysgu Proffesiynol Discrete gan Lywodraeth Cymru Rhif y Contract: C391/2017/2018
Furlong, J. (2015) *Addysgu Athrawon Yfory-opsiwn ynglyn â dyfodol addysg gychwynnol athrawon yng Nghymru.* Prifysgol Rhydychen.
Gill T. (2007) *No fear: growing up in a risk averse society.* Llundain: Calouste Gulbenkian Foundation.
Gilleard, A. Lereya, S.T., Tait, N., Edbrooke-Childs, J., Deighton, J. Cortina, M.A. (EBPU) (2020) *Emerging Evidence-Coronavirus and children and young people's mental health*. Rhifyn 4. Llundain: EBPU.
Glaser, B. G. a Strauss, A. (1967) *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research* Chicago, IL: Aldine
Gray, D. E. (2018) *Doing research in the real world*. Llundain: Sage 4th ed
Green, L., Morgan, L., Azam, S., Evans, L., Parry-Williams, L., Petchey, L. a Bellis, M. A. (2020) *Asesiad o'r Effaith ar Iechyd o'r 'Polisi Aros Gartref a Chadw Pellter*

Cymdeithasol' yng Nghymru mewn ymateb i bandemig COVID-19 - Crynodeb Gwrithredol Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Hargreaves, A. a Fullan, M. (2012) *Professional capital* Routledge: Llundain

Jeffery, M., Gilleard, A., Lereya, S.T., Cortina, M.A., Edbrooke-Childs, J., Deighton, J. a Cortina, M.A. (EBPU) (2020) *Emerging Evidence-Coronavirus and children and young people's mental health. Rhifyn 5*. Llundain: EBPU

Kellert, S.R. (2005), *Building for Life – Designing and Understanding the Human-Nature Connection*, Island Press, Washington, DC.

Klinker CD, Schipperijn J, Kerr J, Ersboll AK, Troelsen J. 2014. Context-specific outdoor time and physical activity among school-children across gender and age: using accelerometers and GPS to advance methods. *Front Public Health*. 2:20.

Kuo FEM. (2013) Nature-deficit disorder: evidence, dosage, and treatment. *Journal Policy Research Tourism, Leisure Events*. 5(2):172–186.

Learning and Teaching Scotland (2010) *Curriculum for excellence through outdoor learning*. Glasgow: Learning and Teaching Scotland.

Lewin, K. (1946) Action research and minority problems *Journal of Social Issues 2* (4) 34-36

McMahon, M., Forde, C. a Martin, M. (2011) *Contemporary issues in teaching and learning* SAGE: Llundain

Mardie, T a Maller, C. (2006) Children's Mental Health and Wellbeing and Hands-on Contact with Nature: Perceptions of Principals and Teachers. *The International Journal of Learning*: Annual Review 12 (4): 359-372

Marchant E., Todd, C., Cooksey, R., Dredge, S., Jones, H., Reynolds, D., Stratton, G., Dwyer, R., Lyons R., Brophy, S. (2019) Curriculum-based outdoor learning for children aged 9-11: A qualitative analysis of pupils' and teachers' views. *PLoS ONE* 14(5):e0212242.

MacNaughton, G. a Hughes, P. (2009) *Doing action research in early childhood studies: A step-by-step guide* Maidenhead: Gwasg y Brifysgol Agored

Mertler, C. A. (2009) *Action research: Teachers as researchers in the classroom* Llundain: Sage 2il argraffiad

Murphy, M. (gol) (2013) *Social theory and education research: Understanding Foucault, Habermas, Bourdieu, and Derrida* Oxon: Routledge

Mygind, E. (2007) A Comparison Between Children's Physical Activity Levels at School and

Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymdeithasol a Chwaraeon Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2019) *Gweithgarwch corfforol ymhlith plant a phobl ifanc,* ar gael yn: cr-ld12369-e.pdf (senedd.wales) (Cyrchwyd 26 Ebrill 2021).

Nature to Nurture (2013) 'Outdoor play and emotional well-being'. http://naturetonurture .co.uk/outdoor-play-and-emotional-well-being/.

Natural England (2016) *Natural Connections Demonstration Project, 2012–2016: Final Report*. Natural England.

NSPCC. (2020). https://www.nspcc.org.uk/about-us/news-opinion/2020/Calls-about-domestic-abuse-highest-on-record-following-lockdown-increase/Office for National Statistics (2020) *Coronavirus and the social impacts on young people in Great Britain: 3 April to 10 May 2020*. Ar gael: https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/ageing/articles/coronavirusandthesocialimpactsonyoungpeopleingreatbritain/10aprilto2020may2020#impactson-education/3

Noffke, S. a Somekh, B. (2009) *The Sage handbook of educational action research* Llundain: Sage

Rea, T. (2008) Methodology in outdoor education research: Approaches from an alternative discourse *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning* 8 (1) 43-53

Standage, M., Gillison, F., Ntoumanis, N., a Treasure, D. (2012) Predicting students' physical activity and health related wellbeing: A prospective cross-domain investigation of motivation across school physical education and exercise settings *Journal of Sport and Exercise Physiology* 34: 37-60

Stochl, J., Jones, P., a Croudace, T. (2012) Mokken scale analysis of mental health and wellbeing questionnaire item responses: a non-parametric IRT method in empirical research for applied health researchers BMC Med Res Methodol. 2012 Jun 11;12:74. doi: 10.1186/1471-2288-12-74. PMID: 22686586; PMCID: PMC3464599.

The Children's Society (2020) *Life on Hold-Children's Well-being and COVID-19*. Llundain. Cymdeithas y Plant.

Thomas, G. (2009*) How to do your Research Project* Llundain: Sage

Ulset V, Vitaro F, Brendgen M, Bekkus M, Borge AIH. (2017). Time spent outdoors during preschool: links with children's cognitive and behavioral development. *J Environ Psychol*. 52:69–80.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*.
Waite S, Rogers S, Evans J. 2013. Freedom, flow and fairness: exploring how children develop socially at school throughout door play. *J Adventure Educ Outdoor Learn*. 13(3):255–276.
Wells NM. 2000. At home with nature: effects of 'Greenness' on children's cognitive functioning. *Environ Behav*. 32:775–795.
Wells NM, Evans GW. 2003. Nearby nature: a buffer of life stress among rural children. *Environ Behav*. 35:311–330.
Cyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored/Panel cynghorwyr addysg awyr agored (2018) *Dysgu yn yr Awyr Agored o Safon Uchel i Gymru* Panel cynghorwyr addysg awyr agored
Llywodraeth Cymru (2020a) *Canllawiau gweithredol ar gyfer ysgolion a lleoliadau o dymor yr hydref* Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
Llywodraeth Cymru (2020b) *Canllawiau fframwaith drafft ar ymwreiddio dull ysgol gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles emosiynol.* Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
Williams, Raymond (1977) *Marxism and Literature,* Marxist Introductions Series, Llundain ac Efrog Newydd: Gwasg Prifysgol Rhydychen
Sefydliad Iechyd y Byd (WHO) (2020) '*WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour'*, ar gael yn: **https://apps.who.int/iris/handle/10665/336656** (Cyrchwyd 26 Ebrill 2021).
Zubrick SR, Wood L, Villanueva K, et al. (2010) *Nothing but fear itself: parental fear as a determinant of child physical activity and independent mobility.* Melbourne: Victorian Health Promotion Foundation (VicHealth).

Atodiad A - Copi o'r codau a ddefnyddiwyd i gofnodi ffynonellau dyfyniadau

Sector	Cod ar gyfer prosiect Llywodraeth Cymru
Ysgol Gynradd	PS1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;S2FG;HWBL)
Ysgol Gynradd	PS2 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Gynradd	PS3 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Gynradd	PS4 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Gynradd	PS6 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Uwchradd	SS1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Uwchradd	SS2 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Uwchradd	SS3 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Uwchradd	SS4 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Arbennig	SS1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol arbennig	SP2 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Ffydd (3 - 18)	FS1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Ysgol Ffydd (3 - 11)	FS2 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)

Uned Cyfeirio Disgyblion	PR1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Consortia	Con1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr Addysg Awyr Agored	OEP1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr Addysg Awyr Agored	OEP2 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr Addysg Awyr Agored	OEP3 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr Addysg Awyr Agored	OEP4 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr AGA	ITE1 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr AGA	ITE2 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)
Darparwr AGA	ITE3 (Ychwanegu dynodiad e.e. SLT;T;TA;SFG;HWBL)

Dynodiadau	
HWBL	Arweinydd Iechyd a Lles
SFG	Grŵp Ffocws Staff
UDA	Uwch-dîm Arwain
T	Athro / Athrawes
TA	Cynorthwyydd Addysgu