ARWYR NATUR

The Wildlife Trusts

BETH AM GAEL #30DaysWild

I ADDYSGWYR

WILDLIFETRUSTS.ORG/30DAYSWILD

10 YEARS #30DaysWild

CROESO I #30DaysWild

BAROD AM Y MIS GWYLLTAF ERIOED? RYDYCH CHI AR FIN YMUNO Â MILOEDD O YSGOLION A GRWPIAU ERAILL YM MIS MEHEFIN WRTH I NI DDATHLU POPETH SYDD GAN NATUR I'W GYNNIG!

Mae natur ar gyfer pawb, ac mae'r Ymddiriedolaethau Natur yn credu y gall ysgolion fod yn lleoliad lle gall pob plentyn brofi a dysgu oddi wrth y bywyd gwyllt ar garreg eu drws, gan ein helpu ni i fod yn hapusach, yn iachach, a dod yn ffrindiau i'n cymdogion naturiol gwerthfawr.

Eleni, chi sy'n rheoli. Fe allwch chi ddilyn y gweithgareddau dyddiol sy'n cael eu hawgrymu neu addasu hyn yn themâu wythnosol i weddu orau i'ch disgyblion / grŵp.

Y peth pwysicaf ydi mynd allan, cael hwyl, a bod yn WYLLT yn ystod mis Mehefin eleni!

Jen,
Rheolwr Addysg a Dysgu yn yr Ymddiriedolaethau Natur

Cyngor doeth i athrawon ac arweinwyr grwpiau

DECHRAU AR RADDFA FECHAN – newydd i ddysgu yn yr awyr agored? Dechreuwch drwy fynd allan am gyfnod byr a gweithio mewn ardal fechan i ddechrau. Rhowch gynnig ar bum munud yn llenwi'r gofrestr yn yr awyr agored, yn anadlu awyr iach ac yn ymarfer gwrando ar fyd natur. Gallai hyn ddod yn arferiad dyddiol hyd yn oed!

Y TYWYDD – ystyriwch sut gallai'r tywydd newid neu effeithio ar eich gweithgaredd tra mae eich grŵp yn yr awyr agored. Os yw'n wyntog, ni fydd lleisiau'n cario mor bell, felly anogwch bawb i heidio gyda'i gilydd fel adar y to!

PENNU DISGWYLIADAU – ewch ati i bennu disgwyliadau ymddygiad gyda'ch gilydd ac egluro'r gweithgaredd y tu mewn i'r ystafell ddosbarth cyn mynd allan ac ailadrodd unwaith y bydd pawb yn yr awyr agored.

CADWCH PETHAU'N SYML – mae gweithgareddau a gemau synhwyraidd yn gyflym ac yn syml ac mae posib eu defnyddio bob dydd i ganolbwyntio sylw ac i helpu i reoli dosbarth dan do ac yn yr awyr agored.

RHOI RÔL I BAWB – fel y dosbarth dan do, rhannwch yn grwpiau llai a rhoi cyfrifoldeb i bob grŵp neu ddisgybl am wahanol dasgau.

BOD YN HYBLYG – cwtogi neu ymestyn yr amser sy'n cael ei dreulio yn yr awyr agored yn dibynnu ar y sefyllfa e.e. y tywydd.

DYSGU AM FYD NATUR – does dim rhaid i chi fod yn arbenigwr bywyd gwyllt. Os nad ydych chi'n gwybod yr ateb i gwestiwn, rhannwch yn y chwilfrydedd ac ymchwilio i atebion gyda'ch gilydd – ewch i wefan plant yr Ymddiriedolaethau Natur **wildlifewatch.org.uk** neu gysylltu â'ch Ymddiriedolaeth Natur leol **wildlifetrusts.org/wildlife-trusts** i gael gwybod mwy.

SIARAD AM FYD NATUR – rhowch eiriau allweddol i annog y plant i siarad am yr hyn maen nhw'n ei ddarganfod yn yr awyr agored a rhannu'r hyn maen nhw wedi dod o hyd iddo.

NATUR DRWY RIFAU – annog plant iau i gasglu cerrig, cerrig crynion, brigau a dail a'u cyfrif yn y dosbarth. Faint o löynnod byw neu wenyn maen nhw'n gallu eu gweld? Gall plant hŷn fesur arwynebedd o dir ar gyfer hau hadau perlysiau.

10 YEARS #30DaysWild

EICH CYNLLUNYDD SESIYNAU #30DaysWild

Isod fe welwch chi gynllunydd sesiwn, a fydd, gobeithio, yn eich helpu chi i gynllunio eich antur 30 Diwrnod Gwyllt. Rydyn ni wedi awgrymu gweithgareddau penodol i chi eu gwneud gyda'ch grŵp bob wythnos neu i'w haddasu fel sy'n addas! Yn bwysicach na dim, rydyn ni'n eich annog i sefydlu trefn ddyddiol o fynd allan bob dydd yn ystod 30 Diwrnod Gwyllt i'ch helpu i gyflawni'r her.

Rhestr wirio cyn 30 Diwrnod Gwyllt

Gofynnwch i'ch dosbarth ddechrau casglu:

- Poteli plastig gwag, glân (fel poteli llaeth, poteli cola ac ati)
- Potiau iogwrt gwag wedi'u glanhau
- Tybiau hufen iâ gwag wedi'u glanhau
- Hambyrddau alwminiwm glân (o basteiod, cacennau caws ac ati)
- Ffyn lolipop pren glân

STORIWCH Y RHAIN YN Y DOSBARTH YN BAROD AR GYFER WYTHNOSAU TRI A PHEDWAR!

Wythnos 1 – Darganfod a sylwi

Croeso i 30 Diwrnod Gwyllt! Mae wythnos un yn ymwneud â meddwl am ein synhwyrau a darganfod byd natur. Defnyddiwch yr awgrymiadau yma i ddewis beth sy'n gweithio i chi a'ch dosbarth (a pheidiwch â theimlo eich bod yn cael eich cyfyngu ganddyn nhw chwaith!).

- Bingo synhwyraidd
- Cardiau gweithgarwch
- Llenwi'r gofrestr y tu allan
- Adnabod glöynnod byw a gwyfynod
- Mynd ar saffari gwlithod a malwod

Dathlu Diwrnod Amgylchedd y Byd (Mehefin 5ed) drwy ddarganfod rhai ffeithiau am eich hoff beth ym myd natur.

@DANNY GREEN

- **Mynd ar helfa trychfilod bach;** ceisio dod o hyd i:
  - pryfed lludw
  - chwilod
  - pryfed genwair
  - malwod
  - gwlithod
  - morgrug
  - pryfed cop

I CADW PETHAU'N DDIDDOROL, CEISIWCH DDEWIS RHYWBETH GWAHANOL I'W WNEUD BOB DIWRNOD O'R WYTHNOS.

Wythnos 2 – Symud (anelwch at o leiaf un peth bob diwrnod o'r wythnos!)

Mae wythnos dau yn ymwneud â llawer o symud! Glaw neu hindda, defnyddiwch y cyngor doeth yma i ddysgu am ffyrdd i gael eich dosbarth i redeg, neidio ac archwilio – pob un â thema bywyd gwyllt.

- **Ioga anifeiliaid, Addysg Gorfforol yn yr awyr agored**
- **Gemau** (e.e. llewod yn cysgu, sbonc llyffant, mochyn yn y canol, hwyaden hwyaden gŵydd)
- **Helfa drysor** (dail, cerrig mân, plu, mwsogl)

Ewch ati i drawsnewid i'ch hoff greaduriaid gyda chwarae dychmygus. Sut mae glöyn byw, chwilen gorniog, danas neu afanc yn symud? Allwch chi lithro fel neidr neu sboncio fel broga?

Wythnos 3 – Dysgu am fyd natur a'i helpu

Rydyn ni'n canolbwyntio ar ddysgu a helpu yn ystod wythnos tri. Gall gweithredoedd bach o garedigrwydd wneud gwahaniaeth MAWR i'n byd naturiol ni. Felly, wrth i ni basio'r pwynt canol ar ein siwrnai drwy 30 Diwrnod Gwyllt, beth am i ni wneud popeth allwn ni ar gyfer bywyd gwyllt ein hysgolion ni a'n llefydd cymunedol!

- Rhoi diod i fywyd gwyllt
- Rhoi ychydig o fwyd i fywyd gwyllt
- Rhoi cartref i fywyd gwyllt
- Creu pwll bach gan ddefnyddio hen dwb hufen iâ
- Hau rhai hadau perlysiau

- **Cymryd rhan yn y Cwis Gwyllt mawr**
- **Cynnal arolwg fel gwyddonydd:** gollwng cylch ar ddarn o laswellt a chyfrif faint o blanhigion a phryfed fyddwch chi'n dod o hyd iddyn nhw y tu mewn iddo.

Wythnos 4 – Cysylltu

Mae wythnos olaf 30 Diwrnod Gwyllt yn ymwneud â chysylltu â byd natur. Felly wrth i ni ddod at ddiwedd ein siwrnai drwy'r mis gwyllt yma, beth am i ni gymryd amser i edrych yn ôl dros eich antur fel dosbarth / grŵp ac adlewyrch.

- **Ysgrifennu straeon byrion am fyd natur.** Am ba fywyd gwyllt fyddwch chi'n ysgrifennu? Pa anturiaethau fyddan nhw'n mynd arnyn nhw? Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n dangos i rieni / gofalwyr hefyd.
- **Celf a chrefft gyda byd natur.** Casglwch ddeunyddiau naturiol o'r tu allan a chreu celf gyda nhw.
- **Rhoi cynnig ar ymdrochi yn y goedwig.** Y gelfyddyd o fod yn ddigynnwrf ac yn dawel yng nghanol y coed, a bod yn ddiolchgar am y byd natur o'n cwmpas ni. Gall ymdrochi yn y goedwig roi hwb i iechyd a lles mewn ffordd naturiol.
- **Beth ydych chi'n ei garu am fyd natur?** Ysgrifennwch atom ni (neu e-bostio) ynghylch pam mae bywyd gwyllt mor arbennig a sut gallwn ni ei helpu i ffynnu.

The Wildlife Trusts
The Kiln, Mather Rd,
Newark, NG24 1WT

30dayswild@wildlifetrusts.org

Does dim amser gwell o'r flwyddyn i deimlo eich bod chi'n cael eich ysbrydoli gan fyd natur, felly beth am i ni fod yn wyllt am 30 Diwrnod.

MWY O ADNODDAU I'CH HELPU CHI GYDA #30DaysWild

Drwy gymryd rhan yn **30 Diwrnod Gwyllt** rydych chi'n addo gwneud mwy dros fywyd gwyllt lle rydych chi'n **byw**, **yn gweithio** ac **yn dysgu!**

CLWB GWYLLT

Clwb Gwyllt! ydi cangen iau yr Ymddiriedolaethau Natur. Ewch i'n gwefan ni i ddod o hyd i daflenni gweithgarwch, taflenni adnabod, cwisiau a llawer mwy o bethau hwyliog: **wildlifewatch.org.uk/things-do**

BYWYD GWYLLT AR DIROEDD YSGOLION

Canllawiau ar sut i wneud tir eich ysgol yn hafan i fywyd gwyllt, chwarae a dysgu: **wildlifewatch.org.uk/Learning**

CANLLAW YSGOLION I WEITHREDU DROS BRYFED

Mae pryfed, glöynnod byw, chwilod a thrychfilod eraill mewn trafferthion ac angen ein help ni! Darganfyddwch fwy drwy lawrlwytho ein pecyn gweithgarwch ni i ysgolion: **wildlifewatch.org.uk/action-insects-schools-guide**

@HELENA DOLBY

ARWYR HINSAWDD BYD NATUR

Lawrlwythwch ganllaw defnyddiol gyda chynlluniau gwersi i helpu i addysgu plant am y rôl y mae byd natur yn ei chwarae wrth fynd i'r afael â newid yn yr hinsawdd, a sut gallwn ni helpu: **wildlifewatch.org.uk/natures-climate-heroes**

EICH YMDDIRIEDOLAETH NATUR LEOL

Mae Ymddiriedolaethau Natur ar draws y DU yn gweithio gydag ysgolion drwy eu croesawu i warchodfeydd natur, darparu gwersi ar y safle, drwy Ysgolion y Goedwig, hyfforddiant i athrawon a mwy. Dewch o hyd i'ch Ymddiriedolaeth Natur agosaf yn **wildlifetrusts.org/wildlife-trusts**

TYFU'N WYLLT GYDA GERDDI'R CORONI

Cyfle i chi gael eich ysbrydoli i dyfu eich bwyd eich hun, gydag awgrymiadau a chynghorion am beth i'w dyfu, pryd, ynghyd ag awgrymiadau ar gyfer garddio sy'n gyfeillgar i fywyd gwyllt a ryseitiau! I ddarganfod mwy ewch **mycoronationgarden.org/schools**

DYSGU YM MYD NATUR

Dysgwch am gyfleoedd addysg a dysgu'r Ymddiriedolaethau Natur yn y byd naturiol drwy ymweliadau ysgol ac allgymorth, clybiau natur a digwyddiadau yn **wildlifetrusts.org/learning**

#30DaysWild DILYNWCH NI:

@30DaysWild
@30DaysWild
@thewildlifetrusts

01636 677711
wildlifetrusts.org

Rhif Cofrestru'r Elusen 207238

"Mae'r Ymddiriedolaethau Natur yn rhoi cyfle i bobl ddi-ri brofi bywyd gwyllt yn eu bywydau bob dydd."

David Attenborough
Llywydd Emeritws yr Ymddiriedolaethau Natur

Mae'r Ymddiriedolaethau Natur eisiau dweud diolch yn fawr iawn wrth chwaraewyr Loteri Cod Post y Bobl, sydd wedi helpu i wneud her **#30DaysWild** yn bosibl.

Supported by players of PEOPLE'S POSTCODE LOTTERY
Awarded funds from POSTCODE PLANET TRUST