



Digwyddiad Lansio'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion

Roedd yn wych gweld cynifer ohonoch yn nigwyddiad lansio'r Rhwydwaith yn Neuadd y Ddinas yng Nghaerdydd... roedd yn braf gweld pwy oedd pwy a dechrau dod i adnabod pawb. Hoffem ddiolch i'r rhai ohonoch a deithiodd o bob cwr o Gymru am eich agwedd gadarnhaol at y diwrnod a'ch sylwadau adeiladol iawn ar ein holl gynlluniau. Os hoffech gael gwybod mwy am y diwrnod, darllenwch <http://blog.decipher.uk.net/decipher-blog/shrn-launch>

Croesawyd pawb i'r digwyddiad gan Yr Athro Simon Murphy, Prif Archwilydd y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn

Ysgolion. Roedd yn fraint i ni groesawu Steve Manske o'r [System Gweithredu, Cynllunio a Gwerthuso Iechyd Ysgolion](#) (SHAPES) fel ein prif siaradwr. Roedd yn ddiddorol iawn clywed am yr ymagwedd a ddefnyddiwyd gan ei dîm tuag at wella iechyd myfyrwyr yng Nghanaada. Mae'r adroddiadau iechyd myfyrwyr a roddant i'w hysgolion wedi ysbrydoli ein rhai ni a fydd yn cael eu hanfon i ysgolion yn ddiweddarach y tymor hwn. Dilynwyd ei gyflwyniad ef gan Mary Macdonald, sef arweinydd [Rhwydwaith Cynlluniau Ysgolion Iach Cymru yn Iechyd Cyhoeddus Cymru](#).

"Roedd y diwrnod yn ysbrydoledig ac wedi tanio fy mrawdfrydedd. Mae cyfle i gael data y gallwn ei ddefnyddio i wella ein hysgol yn amhrisiadwy yn yr oes dystiolaeth/ canlyniadau sydd ohoni."

"Diwrnod gwych a drefnwyd yn dda iawn. Fe hedfanodd ac roedd yr hyd yn berffaith. Roedd y cyfraniad gan yr holl siaradwyr yn ddefnyddiol a phroffesiynol iawn. Roedd yn wych i ni gael safbwynt gwahanol o Ganada."

"Diolch i chi am ofyn i mi fod yn rhan o'r rhwydwaith. Rwy'n edrych ymlaen yn fawr at weithio gyda chi ar rai materion cyffrous/pwysig."

Esboniodd sut y gobeithiai y byddai'r ddau rwydwaith yn ategu ei gilydd i gefnogi iechyd a lles myfyrwyr mewn ysgolion yng Nghymru.

Ar ôl i Gillian a Joan amlinellu'r cynlluniau cychwynnol ar gyfer y Rhwydwaith, tro'r cynrychiolwyr

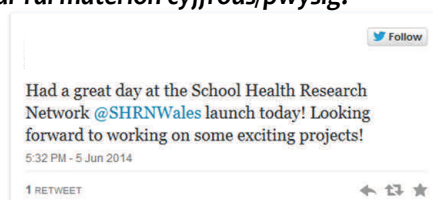


ysgolion ydoedd i roi eu barn arnynt! Yr hyn oedd yn gyffrous i ni oedd bod yr ymateb yn gadarnhaol iawn gan mwyaf. Mae'r negeseuon [allweddol](#) a gawsom o'ch sylwadau eisoes wedi derbyn sylw, lle y bo'n bosibl, a byddant yn cael eu hadlewyrchu mewn cynlluniau yn y dyfodol hefyd.

Yn y prynhawn, ymunwyd â ni gan bartneriaid a sefydliadau eraill a oedd yn awyddus i gefnogi ysgolion y Rhwydwaith. Gwnaethant siarad am y gwahanol adnoddau y gallent eu cynnig dros amser fel cymhelliant arall i ysgolion gymryd rhan yn y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion. Unwaith eto, cawsom wybodaeth werthfawr am ba agweddau ar gynigion sy'n apelio at ysgolion. Roeddem yn falch iawn â'r ymateb i'r diwrnod a hoffem rannu rhai o'r sylwadau a gawsom yn ystod y digwyddiad ac mewn negeseuon e-bost a thrwy Twitter. Dyma rai ohonynt yn unig:

*Fe fydd y deunyddiau o ddiddordeb yn benodol i dîm arweinyddiaeth yr ysgol ac athrawon yn yr adranau canlynol:

Gwyddoniaeth
Dylunio Technoleg
TGCh
Addysg Personol a
Chymdeithasol



Nid oedd rhai ysgolion yn gallu anfon cynrychiolydd i'r digwyddiad lansio, ac mae Joan yn bwriadu ymweld â hwy y tymor hwn er mwyn casglu safbwyntiau o'r holl ysgolion yn y Rhwydwaith. Yn yr ysgolion y mae hi eisoes wedi ymweld â hwy, roedd y staff o'r farn ei bod yn bwysig cynnwys cydgysylltydd y cynllun ysgolion iach lleol hefyd. Mae'r canfyddiadau o'r ymweliadau hyn wedi'u cynnwys yn y sylwadau yn y cylchlythyr hwn. Os nad yw Joan wedi llwyddo i siarad â chi eto i drefnu ymweliad, anfonwch neges e-bost ati i awgrymu amser addas ar gyfer cyfarfod. shrn@cardiff.ac.uk

ADRODDIADAU YSGOL

Gwnaethom ddangos adroddiad enghreifftiol a gaiff ei anfon i bob ysgol yn ddiweddarach y tymor hwn. Dyma grynoded o sylwadau'r athrawon.

- Roedd pawb yn awyddus i dderbyn adroddiad eu hysgol. Roedd yr athrawon o'r farn ei fod yn hygyrch oherwydd ei faint hydrin, y cydbwysedd rhwng testun a data a'r defnydd o liw. Nododd yr athrawon y byddai'n darparu data gwerthfawr i gefnogi'r cwricwlwm a hunanwerthuso lles.
- Croesawyd y pynciau a ddewiswyd i roi adborth arnynt, yn enwedig y rhai hynny ar gwsg, diodydd egni a materion iechyd emosiynol fel delwedd o'r corff a bwlio. Roedd rhai athrawon eisiau cael data am ddefnyddio sylweddau heblaw am dybaco ac alcohol ac iechyd rhywiol.
- Cafwyd cytundeb bod angen i'r adroddiadau fod yn yr ysgolion ar ddiwedd tymor y Gwanwyn yn y dyfodol er mwyn sicrhau bod y camau sy'n codi ohonynt yn gallu cael eu cynnwys mewn cynlluniau datblygu ysgol.
- Dylid darparu adroddiadau bob dwy flynedd 'Nid yw blwyddyn yn ymddangos yn ddigon hir i lunio'r adroddiad, rhoi camau ar waith i fynd i'r afael â materion ac yna gwerthuso.'

Byddai'n ddefnyddiol cael data am Flynyddoedd 12 a 13 ac am ysgolion cynradd hefyd, gan y byddai hyn yn sail ar gyfer gwaith diddorol ar bontio.

Bwriadwn anfon adroddiad pob ysgol yn uniongyrchol at y pennaeth trwy neges e-bost cyn diwedd y tymor hwn, ac argymhell bod ei gynnwys yn cael ei rannu gyda phob aelod o gymuned yr ysgol, fel y bo'n briodol.

Mae'r adroddiadau wedi'u seilio ar ddata o'r arolwg Ymddygiad Iechyd mewn Plant Oedran Ysgol (HBSC); bydd Llywodraeth Cymru yn cyhoeddi adroddiad cenedlaethol ar ganfyddiadau HBSC yn yr hydref. Gan ein bod ni wedi defnyddio data cenedlaethol i feincnodi data ysgolion, gofynnwn i bob ysgol gadw eu hadroddiadau i'w defnyddio'n fewnol tan hynny. Byddwn yn rhoi gwybod i chi cyn gynted ag y cyhoeddir yr adroddiad cenedlaethol.

YMCHWIL SY'N CAEL EI CHYNNAL YN Y RHWYDWAITH



Mae ein prosiect ymchwil cyntaf yn cael ei gynnal gan y myfyriwr PhD Hannah Littlecott. Mae Hannah'n ei chyflwyno ei hun a'i hymchwil PhD isod:

Fy enw i yw Hannah Littlecott ac rwy'n fyfyrwr PhD ym Mhrifysgol Caerdydd, gyda diddordeb mewn iechyd ysgolion. Mae fy PhD yn gysylltiedig â'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion yng Nghymru. Byddaf yn gwahodd un aelod o staff ym mhob un o'r 69 ysgol yn y rhwydwaith i lenwi arolwg ar-lein byr ynglŷn â'ch canfyddiadau o broffiliau iechyd y Rhwydwaith, sut gallai'r wybodaeth sydd wedi'i chynnwys ynddynt gael ei defnyddio i hybu iechyd yn eich ysgol a pha ffactorau allai effeithio ar ba mor rhydd y gallwch ddefnyddio'r data hwn. Byddaf hefyd yn cynnal astudiaethau achos o 3 ysgol yng Nghaerdydd i archwilio sut mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion a'r

Iechyd Plant Ysgol (SchIP) yn gweithio gyda'i gilydd. Datblygwyd SchIP gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro i gefnogi model darparu cydgysylltiedig ar gyfer rhaglenni gwella iechyd mewn ysgolion lleol. Mae Arweinwyr Ardal (3 i gyd) yn gweithio gydag ysgolion unigol yn eu hardal i fynd i'r afael ag anghenion iechyd trwy weithio mewn partneriaeth ag asiantaethau a sefydliadau lleol. Byddaf yn archwilio sut gallai proffiliau iechyd a ddarperir gan y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion gael eu defnyddio gan arweinwyr Ardal SchIP wrth flaenoriaethu a chynllunio gweithgareddau gwella iechyd ar gyfer ysgolion.

Roedd cynrychiolwyr ysgolion yn y digwyddiad lansio yn awyddus i allu cysylltu ag ysgolion eraill yn y rhwydwaith.

I gefnogi hyn, hoffem restru'r ysgolion yn y Rhwydwaith ar ein gwefan a rhannu enw cyswllt a chyfeiriad e-bost ein holl athrawon cyswllt ag ysgolion eraill y Rhwydwaith.

Os nad ydych am i enw eich ysgol gael ei grybwyll ar ein gwefan, rhowch wybod i ni erbyn diwedd y tymor hwn gan y byddwn yn diweddarau ein gwefan yn ystod gwyliau'r haf.

Adnoddau

Mae'r adnoddau cynlluniedig y byddwn yn eu cynnig i ysgolion yn un ffordd o sicrhau bod perthyn i'r Rhwydwaith yn brofiad cadarnhaol. Cawsom y wybodaeth ganlynol o'r adborth gan athrawon:

- Mae cyfyngiadau ariannol a chyfyngiadau o ran yr amserlen wedi'i gwneud yn fwyfwy anodd i dynnu myfyrwyr allan o'r ysgol. Dywedodd athrawon y byddent yn gwerthfawrogi sesiynau a gynhelir yn yr ysgol o fewn ABCCh ac ar draws meysydd eraill y cwricwlwm, a gyflwynir gan 'arbenigwyr'. Ystyriwyd bod ymweliadau ag ysgolion gan fyfyrwyr a staff prifysgol yn cael effaith gadarnhaol ar ddyheadau myfyrwyr ysgol. Byddai angen creu cysylltiadau â phrifysgolion ar draws Cymru i sicrhau darpariaeth deg.

- Byddai mynediad at adnoddau o ansawdd da yn ddefnyddiol iawn. Gallai'r rhain fod ar gael ar-lein neu ar bapur.

Ystyriwyd bod cynigion tymhorol trwy gylchlythyr electronig yn ddefnyddiol. Fe'n cynghorwyd i anfon y cylchlythyr ychydig wythnosau cyn diwedd y tymor blaenorol er mwyn helpu i gynllunio, ac yna ei anfon unwaith eto ar ddechrau'r tymor i atgoffa. Felly, dyna beth rydym ni'n ei wneud!

O gadw'r pwyntiau hyn mewn cof, hoffem gynnig y canlynol ar gyfer tymor yr hydref. Byddai'n bosibl darparu adnoddau o'n cylchlythyr blaenorol hefyd.

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion



Rydym ni'n awyddus iawn i gynorthwyo ysgolion â materion sy'n ymwneud ag ymchwil ac iechyd a lles. Cysylltwch â ni gydag unrhyw ymholiadau a allai fod gennych. Dylech hefyd fod wedi derbyn:

Y logo ar gyfer eich gwefan a phapur ysgrifennu eich ysgol
Cyflwyniad PowerPoint dwyieithog byr am y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion
Tystysgrif

Tenovus



Y Prosiect Cysgodlen Haul

Adnodd Dylunio a Thechnoleg Cyfnod Allweddol 3 sydd ar gael yn Gymraeg a Saesneg



Cancer Research UK

Gwyddoniaeth Dinasyddion i'ch myfyrwyr Cell slider

Rhowch gyfle i'ch myfyrwyr ddadansoddi data go iawn am ganser a chefnogi gwaith gwerthfawr gwyddonwyr **Cancer Research UK**.

Genes in space

Gêm ddifyr ar thema'r gofod i bobl ifanc, sydd hefyd wedi'i chynllunio i ddadansoddi data er mwyn helpu gwyddonwyr i nodi'r namau DNA a allai arwain at ganser.

*Mae cyfle o hyd i fyfyrwyr yn eich ysgol sydd am ddilyn gyrfa ym maes gwyddoniaeth neu iechyd gael eu hannog i fynd i Ddiwrnod Agored Canolfan Cancer Research UK yng Nghaerdydd, ddydd Sadwrn 20 Medi 2014 yn Adeilad **Hadyn Ellis, Heol Maindy, Caerdydd rhwng 10am a 3pm**. Bydd yn ddiwrnod difyr a

rhwyngweithiol, gydag arddangosiadau ymarferol, gemau, sgysiau, teithiau labordy a llawer mwy. Byddai angen iddynt gofrestru ar: bit.ly/CardiffCancer

Prifysgol Caerdydd

Ysgol y Biowyddorau

Adwaith Cadwynol Polymerase – blwch benthg i ysgolion

Mae hwn yn cynnwys yr holl offer sydd ei angen i gyflwyno sesiwn i fyfyrwyr Biolog Safon Uwch/Uwch Gyfrannol, gan gynnwys cynlluniau gwersi a thafleuni gwaith.



Gweithgarwch gwyddoniaeth a arweinir gan israddedigion mewn ysgolion

A fydddech chi'n awyddus i fyfyrwr blwyddyn olaf gyflwyno gweithgarwch gwyddoniaeth ymarferol yn eich ysgol, gyda'r fantais ychwanegol o ddarparu esiampl dda o addysg uwch? Rhowch wybod i ni a oes gennych chi ddi-ddordeb erbyn hanner tymor yr Hydref. Bydd y myfyrwr yn cynnal y sesiwn yn ystod tymor y Gwanwyn ar adeg sy'n gyfleus i'r ysgol. Bydd y pwnc a'r grŵp blwyddyn yn amrywio o un prosiect i'r llall.

Adnoddau gan Uned Ymchwil De-ddwyrain Cymru

Ymarfer defnyddio data dwyieithog

John Evans a Gareth Watson o Uned Ymchwil De-ddwyrain Cymru, yr Ysgol Feddygaeth, Prifysgol Caerdydd, sydd wedi datblygu ein hadroddiadau adborth.



Maent wedi datblygu **ymarfer data** ar sail data anhysbys o'r Arolwg Ymddygiad Iechyd Plant o Oed Ysgol i'w ddefnyddio gyda myfyrwyr sy'n astudio ar gyfer TGAU/Safon Uwch mewn TG neu Fathemateg.

*Dyma ein hail gylchlythyr i ysgolion. Rydym ni'n gwybod nad oedd y cylchlythyr cyntaf a anfonwyd ym mis Mai wedi cyrraedd yr aelod priodol o staff mewn rhai achosion. Os digwyddodd hynny yn eich ysgol chi, cysylltwch â ni a byddwn yn ei ailanfon.



@SHRNWales



SHRN.org.uk