TAITH I'R TRAETH

Trowch ddiwrnod ar y traeth yn ymroddiad gydol oes i'r môr

OCEAN SCHOOL
SYRFFWYR YN ERBYN CARTHION

Pob oed | 2.5 awr | Awyr agored

CROESO

Pa ffordd mae'r traeth?

Mynd i'r traeth gyda'ch dosbarth, teulu neu glwb ieuenctid? Mae gan y pecyn hwn bopeth sydd ei angen arnoch ar gyfer eich Ysgol Eigion eich hun. O werthfawrogi'r golygfeydd a'r synau, i gasglu a dadansoddi llygredd y môr, i droi popeth rydych wedi ei ddysgu yn weithredoedd mawr, dewr sy'n diogelu'r môr.

Y GWEITHGAREDDAU

Mae tri math o weithgaredd yn y pecyn hwn. Ymarferion Cysylltu i'ch helpu i deimlo'n agosach at y môr, tasgau Archwilio ar gyfer crwydro'r traeth a darganfod pethau newydd, a gweithgaredd Diogelu i droi'r hyn rydych wedi ei ddysgu'n weithredoedd amgylcheddol. Mae'r Ysgol Eigion yn daith drwy'r tri phrofiad hyn. Felly, os nad oes gennych amser i wneud yr holl weithgareddau, ceisiwch wneud un o bob un.

Cysylltu
- Sesiwn toriad gwawr
- Munud meddylgar
- Marcio'r llanw

Archwilio
- Glanhau traeth
- Rhoi trefn ar y traeth
- Sgwrs gynefin
- Crwydro pyllau glan môr
- Her cadwyn fwyd

Diogelu
- Llais y môr
- Protest disgyblion
- Seremoni raddio ymgyrchydd môr
- Sesiwn machlud haul

SUT I GYNNAL YSGOL EIGION

1. Darllenwch y rhaglen hon.
2. Paratowch unrhyw offer y byddwch ei angen.
3. Ewch â'ch grŵp o ymgyrchwyr i'r traeth. Fe wnaiff unrhyw draeth y tro, mae pob un angen gofal.
4. Dilynwch gyfarwyddiadau'r gweithgareddau i gynnal eich Ysgol Eigion eich hun. A chadwch olwg am weithgareddau gyda'r label 'Ymgyrchwyr bach' ar gyfer y plant ieuengaf.
5. Rhannwch eich lluniau a'ch darganfyddiadau ymhell ac agos drwy ddefnyddio'r wybodaeth cyfryngau cymdeithasol isod.

@SurfersAgainstSewage
@SurfersAgainstSewage
@SasCampaigns

#OCEANSCHOOL
#OCEANACTIVISTS

CADW'N DDIOGEL

Sut i ymladd y llygrwyr heb gael eich cleisio.

Rydym yma i archwilio llygredd y môr a dysgu sut i ofalu am ein harfordir. Nid i droi troed a sefyll ar faw ci. Felly dewch i ni edrych ar yr awgrymiadau diogelwch syml hyn i sicrhau ein bod yn cael y budd gorau o'n taith i'r traeth.

Bywyd gwyllt
Edrychwch ond peidiwch â chyffwrdd.

Argyfwng
Os aiff rhywbeth o'i le, dywedwch wrth oedolyn.

Llanw
Mae'n symud yn sydyn. Cadwch olwg arno.

Synnwyr cyffredin
Os yw rhywbeth yn ymddangos yn beryglus, yn amheus neu'n afiach, gadewch lonydd iddo.

Creigiau
Mae rhai'n llithrig, mae rhai'n finiog, ac mae rhai wedi eu cuddio dan y dŵr. Felly, byddwch yn ofalus.

Pigyrnau a phengliniau
Peidiwch â mynd i ddŵr sy'n ddyfnach na'ch pigyrnau/fferau. Peidiwch â dringo creigiau sy'n uwch na'ch pengliniau.

Man cyfarfod
Cofiwch ble mae eich man cyfarfod (marciwch o â brigyn mawr neu rywbeth) a chyfarfod yno ar ôl bob gweithgaredd.

SESIWN TORIAD GWAWR

Barod i ddysgu am y môr.

Rydym eisiau dysgu cymaint â phosibl. Felly gadewch i ni ddarganfod faint rydym yn ei wybod am y môr cyn i ni gychwyn. Gellir gwneud y gweithgareddau hyn yn y dyddiau cyn yr Ysgol Eigion, neu'r peth cyntaf yn y bore.

Beth am

- Wylio'r ffilm 'The Creature'
- Cyflwyno Syrffwyr yn Erbyn Carthion a'n cenhadaeth yn gryno - sef, creu Ymgyrchwyr Môr ym mhob man.
- Trafodwch sut rydych i gyd am ddod yn ymgyrchwyr môr, a beth mae hyn yn ei olygu - glanhau'r arfordir, annog llygrwyr i wneud yn well, rhannu'r ffeithiau ac ysbrydoli pobl i weithredu er budd y môr.
- Meddwl am gadwraeth y môr drwy ofyn y cwestiwn syml, 'Pe bai'r môr yn gallu siarad, beth fyddai'n ei ddweud?'
-

Trafodwch

- Beth hoffech chi ei dysgu yn yr Ysgol Eigion?
- Beth ydych chi'n ei wybod am gadwraeth y môr? (am awgrym, edrychwch i lawr.)
- Pam mae hi'n bwysig dysgu am yr amgylchedd?

Gwybod y cyfan

- Dysgwch fwy am Syrffwyr yn Erbyn Carthion yma

Paratowch

- Y ffilm 'The Creature'

CADWRAETH Y MÔR
Mae hyn yn golygu amddiffyn a gofalu am y môr a phopeth sy'n byw ynddo. A phan rydym yn gofalu am y môr, rydym yn gofalu am y blaned gyfan.

YMGYRCHYDD
Rhywun sy'n gweithredu er mwyn i newid go iawn ddigwydd.

Edrychwch ar yr eirfa am ragor o ddiffiniadau

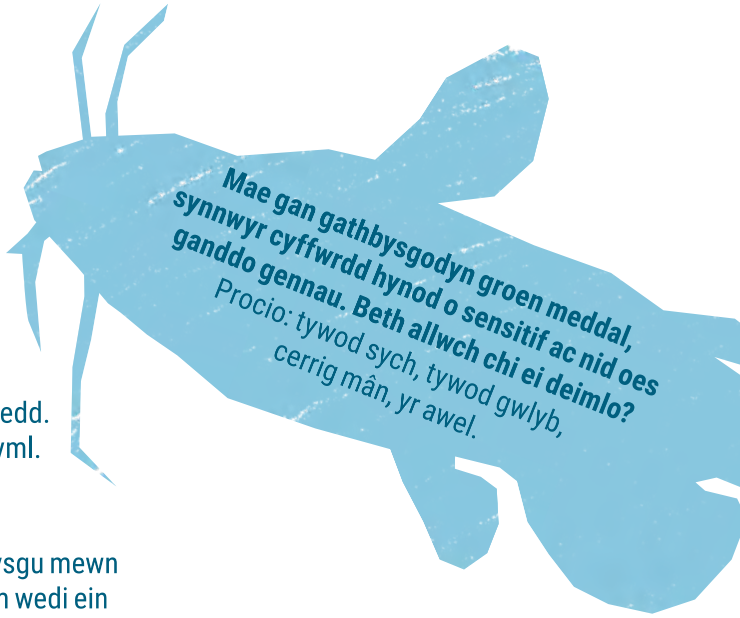
MUNUD MEDDYLGAR

Anadlwch i mewn. Anadlwch allan.

Beth am gychwyn yr Ysgol Eigion yn ara' deg drwy gymryd ennyd i ymlacio ac ailgysylltu. Llygaid wedi cau. Meddyliau'n agored.

Beth am

- Dynnu eich esgidiau a'ch sanau.
- Eistedd neu orwedd yn gyfforddus, gan wthio eich bysedd a'ch traed i'r tywod.
- Cau eich llygaid a chymeryd anadl ddofn, hir. Canolbwyntiwch ar y synhwyrau, fesul un.
- Darllen y ffeithiau hyn a dechrau meddwl am y môr:



Dysgwch

- Ffeithiau diddorol am y môr a bywyd morol.
- Sut i ddod i adnabod yr amgylchedd.
- Sut i arafu ac ymarfer myfyrio syml.

Gweithredwch

- Cadwch yr hyn rydych wedi'i ddysgu mewn cof. Gan gofio'r holl ffyrdd rydym wedi ein cysylltu â'r môr, gallwn deimlo'n agosach ato ble bynnag y byddwn.

MUNUD MEDDYLGAR

Gwybod y cyfan

Dysgwch fwy ynghylch y ffyrdd rydym wedi'n cysylltu â'r môr.

BWYD
Mae'r môr yn ffynhonnell fwyd i bobl ledled y byd.

OCSIGEN
Heb fywyd y môr, ni fyddem yn gallu anadlu. Mae mwy na hanner yr ocsigen yn yr atmosffer yn cael ei greu yn y môr, gan bethau fel morfeydd a fforestydd gwymon dan y dŵr.

TEITHIO
Mae 80% o fasnach y byd yn cael ei gludo ar y môr.

GWEITHGAREDDAU
Mae'r môr yn darparu digonedd o wahanol weithgareddau chwaraeon a hamdden i ni eu mwynhau.

TYWYDD
Y môr yw rheoleiddiwr patrymau tywydd a hinsawdd y ddaear.

MARCIO'R LLANW

Mae'n mynd a dod

A yw'r llanw'n dod i mewn neu'n mynd allan? Gall fod yn anodd gwybod wrth gyrraedd, felly mae'r gweithgaredd hwn yn un da i ddod o hyd i'r ateb.

Beth am

- Gymryd brigyn o'r traeth.
- Ei roi yn y ddaear lle mae'r dŵr yn cyrraedd.
- Ar ddiwedd yr Ysgol Eigion, edrychwch i weld a yw eich brigyn ymhellach o'r môr, neu a yw wedi ei olchi i ffwrdd. Bydd hyn yn dweud wrthych faint mae'r llanw wedi symud, ac a yw'n dod i mewn neu'n mynd allan.

Trafodwch

- Pa mor bell mae'r llanw wedi symud?
- Wnaeth rywun sylwi ar y llanw'n symud?
- Sut allwn ni fod yn ddiogel wrth lan y môr i sicrhau nad ydym yn cael ein dal gan y llanw?

Paratowch

- Brigyn
- Brigyn wrth gefn, rhag of i'r cyntaf gael ei glirio'n ddamweiniol.

Dysgwch

- Amseroedd a lefelau'r llanw.
- Diogelwch sylfaenol y traeth.

70%

Mae 70% o arwyneb y byd wedi ei orchuddio gan y môr.

GLANHAU TRAETH

Casglu gwybodaeth wrth gasglu sbwriel

Dewch i ni gael profiad ymarferol o lygredd y môr. Gyda phâr da o fenig a phâr o lygaid craff, gallwn gasglu data o bob rhan o'r byd ar y traeth. A'r hyn a olygwn wrth ddata, wrth gwrs, yw poteli plastig, rhwydi pysgota a phapur siocled o'r 1980au.

Beth am

- Wisgo menig a gafael mewn bagiau neu fwcedi i roi'r sbwriel ynddynt.
- Mynd i archwilio'r traeth, gan gasglu sbwriel ar y ffordd.
- Gosod terfyn amser, yna dod yn ôl at eich gilydd a rhoi eich sbwriel yn y man cyfarfod.

Trafodwch

- Faint o sbwriel gawsoch chi?
- Beth oedd y peth mwyaf wnaethoch chi ei gasglu?
- A oedd yna fwy o sbwriel nag oeddech chi'n ei ddisgwyl?
- Beth oedd yr eitem fwyaf cyffredin wnaethoch chi ei chasglu?
- Beth oedd y deunydd mwyaf cyffredin wnaethoch chi ei gasglu?
- Beth oedd y peth rhyfeddaf wnaethoch chi ei gasglu?

Paratowch

- Menig.
- Bagiau neu fwcedi.
- Hylif diheintio dwylo.

Gwnewch eich sesiwn glanhau traeth yn un mewn miliwn. Casglwch yr holl offer sydd ei angen a chofrestrwch ar gyfer ein her Glanhau Miliwn Milltir yn beachcleans.org.uk

Dysgwch

- Pa wrthrychau wedi eu gwneud gan bobl sy'n cyrraedd y môr yn y pen draw.
- Ble y gellir dod o hyd iddynt.
- Y lefel fras o lygredd ar draeth penodol.

Gweithredwch

Tynnwch ddigonedd o luniau wrth i chi lanhau'r traeth. Tynnwch luniau o'r pethau mwyaf a rhyfeddaf wnaethoch eu casglu, a rhannwch nhw ymhell ac agos drwy ddefnyddio'r hashnodau cymdeithasol hyn:

#OCEANSCHOOL
#OCEANACTIVISTS

RHOI TREFN AR Y TRAETH

Mae'r llygrwyr hyn angen eu sortio go iawn

Mae'n amser rhoi llygredd y môr yn ei le. Mae'r gweithgareddau hyn i gyd yn ymwneud â threfnu ein sbwriel i roi golwg well i ni ar y pethau sy'n llygru ein traethau. Ond does dim rhaid gwneud bob un o'r gweithgareddau hyn, dim ond y rhai sydd fwyaf posib a fwyaf defnyddiol. Cofiwch, gallwn ddefnyddio popeth a ddysgwn i ddysgu gwers i'r llygrwyr. Felly, sicrhewch fod rhywun yn barod i gofnodi'r canlyniadau a'r trafodaethau

SIART CYLCH

Beth am

- Ddidoli eich sbwriel yn ôl y deunydd mae wedi ei wneud ohono (plastig, metel, etc).
- Tynnu llun cylch digon mawr yn y tywod i bopeth ffitio ynddo.
- Gosod y deunyddiau mewn siart cylch o fewn y cylch hwnnw.

Trafodwch

- Pam ydych chi'n meddwl bod yna gymaint o'r grŵp mwyaf o ddeunyddiau?
- Sut allai'r rhain niweidio pysgod ac anifeiliaid morol?

SIART BAR

Beth am

- Drefnu'r gwrthrychau yn grwpiau, megis poteli, bagiau plastig ac offer pysgota.
- Troi'r grwpiau'n siart bar, gan ddangos faint o bob grŵp oedd ar y traeth.

Trafodwch

- Pam mae yna gymaint o'r grŵp mwyaf?
- Beth allwn ni ei wneud i sicrhau bod llai ohono'n cyrraedd y môr?

DIAGRAMAU VENN

Beth am

- Dynnu llun diagram Venn mawr yn y tywod, gyda dau gylch neu fwy o gylchoedd.
- Labelu pob cylch, megis 'Plastig', 'Gyda Brand' ac 'Amldro'.
- Rhoi'r eitemau yn y mannau cywir.

Trafodwch

- Sut mae'r gwrthrychau mewn gwahanol fannau'n effeithio ar y môr a bywyd morol mewn gwahanol ffyrdd?

Ymgyrchwyr Bach

ALLAN O BETH MAE O WEDI EI WNEUD?

Beth am

- Dynnu llun siapiau mawr yn y tywod
- Didoli'r sbwriel fesul deunydd, gan roi'r plastig mewn un siâp, gwydr mewn un arall, ac ati.

Trafodwch

- Faint o ddeunyddiau sydd yna?
- Sut wyddoch chi o beth mae pob gwrthrych wedi ei wneud?
- Ym mha siâp mae'r rhan fwyaf o'r sbwriel?

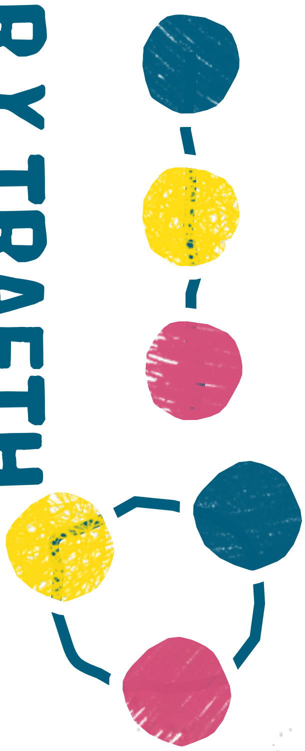
RHOI TREFN AR Y TRAETH

Gwybod y cyfan
Mae llawer o ffeithiau diddorol (a phryderus) ynghylch sbwriel y môr yma.

Paratowch
- Menig.
- Hylif diheintio dwylo.

Dysgwch
- Sgiliau arsylwi, mesur, dosbarthu a damcaniaethu.
- Sut i gofnodi difrod amgylcheddol, deall y broblem a rhoi tystiolaeth o'r broblem.
- Sut i fod yn ddefnyddiwr beirniadol.

Gweithredwch
- Rydych wedi trefnu eich sbwriel, nawr gwnewch o'n werth chweil.
- Rhannwch eich darganfyddiadau ar eich cyfryngau cymdeithasol, a chofiwch ein tagio ni.
- Cynhaliwch ragor o sesiynau glan-hau traeth, parc, stryd ac afon. A gwnewch nhw'n fwy defnyddiol drwy ymuno â'n her Glanhau Miliwn Milltir.
- Siaradwch gyda'ch teulu a ffrindiau ynghylch sut y gallwn atal y pethau hyn rhag cyrraedd y môr.
- Dywedwch wrth y llygrwyr am gael trefn ar eu hunain drwy gofnodi eich sbwriel yn ein Harchwiliad Brandiau. Neu ewch â'r peth gam ymhellach a chysylltwch â nhw'n uniongyrchol.



GWEITHGAREDDAU BONWS

Economi Linol

Beth am
- Ddewis gwrthrych sy'n anodd ei ailgylchu, fel bag plastig.
- Sefyll gyda'ch gilydd mewn llinell.
- Pasio'r gwrthrych lawr y llinell a siarad am ei fywyd (er enghraifft, o ffatri, i siop, i gartref.)

Trafodwch
- Beth sy'n digwydd pan ddaw i ddiwedd y llinell?
- Sut wnaeth o gyrraedd y traeth?

Economi Gylchol

Beth am
- Ddewis gwrthrych amldro, fel potel wydr.
- Sefyll gyda'ch gilydd mewn cylch.
- Pasio'r gwrthrych o amgylch y cylch a siarad am ei fywyd (er enghraifft, o ffatri, i siop, i gartref, i gael ei lanhau a'i ail ddefnyddio.)

Trafodwch
- Sut all ailddefnyddio ac ailgylchu pethau wneud iddynt bara'n hirach a'u cadw rhag mynd i'r môr?

SGWRS GYNEFIN

Bywyd y traeth

Ydych chi erioed wedi codi carreg a gweld cranc bychan yn sgrialu? Neu wedi palu twll yn y tywod ac wedi cael chwannen draeth yn neidio ar eich glin? Mae pob math o greaduriaid a thrychfilod yn byw mewn cynefinoedd ar y traeth. Po fwyaf rydym yn gwybod amdanynt, po fwyaf y gallwn ei wneud i'w cadw'n ddiogel.

Beth am

- Fynd am dro o gwmpas y traeth gyda'ch gilydd.
- Edrych ar y tywod, creigiau, pyllau glan môr a llinellau'r llanw.

Trafodwch

- Beth yw cynefin?
  (Man lle mae planhigion ac anifeiliaid yn byw. Megis caeau, fforestydd, anialwch, a'r môr.)
- Beth yw microgynefin?
  (Man penodol, llai lle mae planhigion, anifeiliaid a thrychfilod yn byw. Megis coeden, ogof neu bwll glan môr.)
- Beth yw ecosystem?
  (Cymuned o anifeiliaid, planhigion, pryfetach a'u cynefinoedd amrywiol.)
- Sut mae pobl yn newid ecosystemau arfordirol?
  (Drwy eu llygru, drwy adeiladu arnynt, drwy greu gormod o wastraff, etc.)
- Beth sy'n digwydd pan fydd un rhan o ecosystem yn newid?
  (Er enghraifft, pan fydd llygredd yn golygu na all rhai creaduriaid fyw yno bellach, mae'n ei gwneud hi'n anoddach i greaduriaid eraill fyw yno.)

Gwybod y cyfan

- Cewch ragor o ffeithiau am gynefinoedd yma.

Paratowch

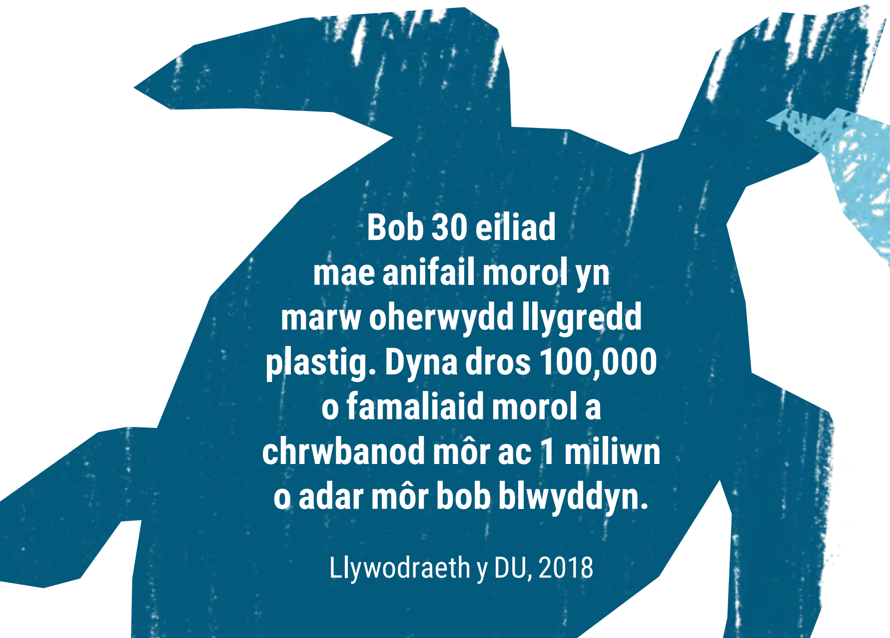
- Chwilfrydedd a dychymyg.

Dysgwch

- Y mathau o gynefinoedd ac ecosystemau.
- Ble i ddod o hyd iddynt ar yr arfordir.
- Sut mae pobl yn effeithio arnynt.
- Sut all pobl eu hamddiffyn.

Gweithredwch

- Nawr eich bod yn gwybod popeth am gynefinoedd ac ecosystemau, gallwch helpu i'w hamddiffyn. Dywedwch wrth eich teulu a ffrindiau beth rydych wedi ei ddysgu a'r hyn sydd angen i ni ei wneud i atal pethau rhag tarfu arnynt a'u llygru.



Bob 30 eiliad mae anifail morol yn marw oherwydd llygredd plastig. Dyna dros 100,000 o famaliaid morol a chrwbanod môr ac 1 miliwn o adar môr bob blwyddyn.

Llywodraeth y DU, 2018

GRWYDRO PYLLAU GLAN MÔR

Mae fel sŵ môr bychan

Mae pyllau glan môr yn gartref i filoedd o organebau a thrychfilod morol. Ac maent i gyd yn dibynnu ar y llanw'n llifo i mewn ac allan bob dydd, gan ddod â bwyd a chwmni newydd. Wrth grwydro pyllau glan môr rydym am archwilio'r pyllau glan môr sydd ar y traeth, gweld pwy sy'n byw yno, a gweithio allan sut all sbwriel a llygredd effeithio ar eu cartrefi. Ond cofiwch gadw pellter. Gallwn edrych, gwylio, cymryd cipolwg a syllu, ond peidiwch â chyffwrdd, procio, plycio na ffidlan.

Beth am

- Rannu'n dimau o ddau os oes llawer ohonoch.
- Nôl beiro a phapur.
- Archwilio pwll glan môr bob un.
- Faint o liwiau sydd yna?
- Pa blanhigion ac anifeiliaid allwch chi eu gweld?
- Pam fyddai'r anifeiliaid yn dewis byw yno?
- Heb eu cyffwrdd, allwch chi weld beth sydd o dan y creigiau a'r gwymon?
- Beth allai newid wrth i'r llanw ddod i mewn?
- Beth allai newid wrth i'r haul fynd a dod?
- Sut all plastig a llygredd effeithio ar blanhigion ac anifeiliaid y pyllau glan môr.
- Gosod terfyn amser, yna dod yn ôl at eich gilydd.

Trafodwch

- Y cwestiynau uchod, nawr eich bod wedi archwilio'r pyllau glan môr eich hunain.

Paratowch

- Chwyddwydrau
- Y canllaw canfod rhywogaethau ar y dudalen nesaf.

Dysgwch

- Sut mae organebau'n byw yn y cynefinoedd maent yn gweddu iddynt.
- Sut mae cynefinoedd gwahanol yn rhoi beth sydd ei angen i'w creaduriaid.
- Enwau planhigion ac anifeiliaid morol.

Gweithredwch

- Siaradwch â'ch teulu a ffrindiau ynghylch y bygythiadau i byllau glan môr, megis newid yn yr hinsawdd, asideiddio a llygredd. A sut y gallwn eu hamddiffyn - sesiynau glanhau traeth a defnyddio llai o blastig untro, er enghraifft.
- Tynnwch luniau o'r pyllau glan môr a'r holl greaduriaid sy'n byw ynddynt. Yna rhannwch y rhain ar eich cyfryngau cymdeithasol gan ddefnyddio'r hashnodau hyn:

#OCEANSCHOOL
#OCEANACTIVISTS

GWYDRO PYLLAU GLAN MÔR

Canllaw canfod rhywogaethau

Chwiliwch i weld faint o’r creaduriaid bach hyn allwch chi eu gweld wrth grwydro.

Gŵydd Fôr
Yn ystod penllanw mae’r ŵydd fôr yn agor ei chragen ac yn dodi ei choesau allan i ddal ysglyfaeth.

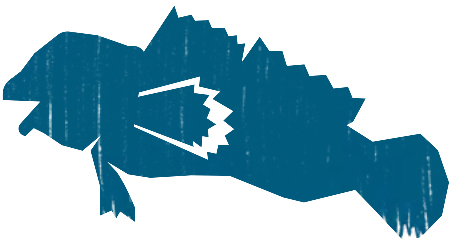
Cragen las
Mae gan gregyn gleision farf. Maent yn tyfu sylwedd tebyg i wallt er mwyn gallu glynu i’r creigiau.

Cranc
Mae gan granc yr hyn a elwir yn ‘ysgerbwd allanol’.

Berdysen
Mae yna dros 128 rhywogaeth o ferdys!!

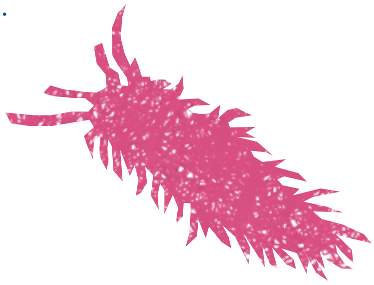
Anemoni Gleiniog
Mae’r anemoni gleiniog yn dal ei ysglyfaeth drwy ddefnyddio’i dentaclau sy’n llawn o gelloedd llosgol.

Seren Fôr
Ar ben bob braich mae gan seren fôr smotyn llygad.



Llyfrothen
Mae llyfrothen yn gallu byw allan o’r dŵr am nifer o oriau.

Letysen Fôr
Mae letysen fôr yn creu ei bwyd ei hun drwy ffotosynthesis.



Môr-wlithen
Mae gan fôr-wlithod organau gwryw a benyw

Brenigen
Mae gan frennig un droed fawr gyhyrog maent yn ei defnyddio i symud o gwmpas creigiau.

Slefren Gylchog
Mae pob slefren fôr yn 95% dŵr ac nid oes ganddynt ymennydd, gwaed na chalon.

GWEITHGAREDDAU BONWS

Ymchwiliwch i ganfod eich ffeithiau eich hun ynghylch y creaduriaid glannau creigiog hyn a chadwch olwg amdanynt wrth i chi grwydro.

– Gwichiaid Môr
– Top môr
– Chwistrell Fôr
– Cranc Meddal

HER CADWYN FWYD

Pwy fyddwch chi'n ei fwyta?

Edrychwch ar y person ar y chwith. Nawr edrychwch ar y person ar y dde. Bydd un o'r bobl hyn yn ceisio eich bwyta. Ond pwy? Mewn cadwyn fwyd, mae'r gwahanol organebau mewn cynefin yn bwyta ei gilydd (proes). Mae cril yn bwyta gwymon, mae pysgodyn yn bwyta'r cril, ac mae siarc yn bwyta'r pysgodyn. Yn y gweithgareddau hyn, rydym am chwarae rhan gwahanol anifeiliaid morol, a gweld pwy all fwyta ei ffordd i frig y gadwyn fwyd.

ADEILADU PYRAMID BWYD

Beth am

- Greu pyramid ar y traeth gyda brigau, gwymon a cherrig, neu wneud ei siâp yn y tywod.
- Ei rannu'n bedair lefel.
- Gosod yr organebau ar y lefel gywir o fewn y pyramid. Defnyddio gwrthrych neu arwydd i'w cynrychioli, neu ysgrifennu yn y tywod. Dylai fynd fel hyn:
  Ar y brig: Siarc
  Ail lefel Pysgodyn
  Trydedd lefel: Cril
  Gwaelod: Ffytoplancton

Trafodwch

- Pwy sy'n bwyta pwy?
- Pa anifeiliaid eraill allai fod yn lle'r rhai yn fan hyn?
- Beth sy'n digwydd i'r siarc? (Pan fydd yn marw, bydd yn pydru ac yn bwydo planhigion a chreaduriaid y lefel isaf.)

CWRDD Â'R CREADURIAID

Beth am

Actio cymeriad. Casglwch o leiaf wyth ffrind a gofyn iddynt ymddwyn fel pob un o'r creaduriaid yn eu tro gan ddefnyddio'r symudiadau a'r synau hyn.

Siarc

Sŵn: Duuh nuh…duuuh nuh dun dun dun dun dun dun dun dun DUUUUH!
Symudiad: Asgell siarc ar eich cefn.

Pysgodyn

Sŵn: Sŵn pop gyda'ch ceg
Symudiad: Corff yn nadreddu a gwehyddu.

Cril

Sŵn: Tikatikatikatikatika (sŵn sgrialu)
Symudiad: Breichiau nofio bychain.

Ffytoplancton

Sŵn: "Swish swash…"
Symudiad: Breichiau uchel yn codi llaw.

HER CADWYN FWYD

CYFFRO BWYDO (SYML)

Mae hon yn gêm hwyliog i ddysgu sut mae ein cadwyn fwyd yn gweithio.

Beth am

- Ddechrau fel ffytoplancton, gan symud o amgylch y cynefin yn gwneud y synau a'r symudiadau.
- Pan fyddwch yn dod wyneb yn wyneb â rhywun o'r un rhywogaeth â chi, chwaraewch carreg, papur, siswrn gyda nhw.
- Mae'r enillydd yn troi yn anifail sydd ar y lefel nesaf yn y gadwyn fwyd.
- Mae'r un sy'n colli'n dechrau eto fel ffytoplancton.
- Daliwch ati nes bydd rhywun yn troi'n siarc.

Trafodwch

- Faint o bob un peth oedd gennym ar y diwedd?
- A oes unrhyw greaduriaid uwch na siarcod yn y gadwyn fwyd? (Pobl)
- Pobl sydd ar frig y gadwyn fwyd. Sut allwn ni gynorthwyo'r holl greaduriaid sy'n is na ni?

CYFFRO BWYDO (UWCH)

Mae hon yn gêm lefel uwch ynghylch cadwyni bwyd.

Beth am

- Rannu i'r gwahanol organebau yn y gadwyn fwyd.
- Nofio o amgylch eich ecosystem gyda'ch gilydd, gan wneud y symudiadau a'r synau.
- Y nod yw ceisio bwyta organeb sydd ar y lefel is na chi. Felly os ydych yn dod wyneb yn wyneb â rhywun ar y lefel nesaf i lawr neu i fyny, chwaraewch carreg, papur, siswrn i weld pwy sy'n bwyta pwy.
- Wnaethoch chi guro organeb ar lefel is? Rydych wedi eu bwyta! Torrwch wynt a throi yn greadur ar y lefel nesaf i fyny (os oes modd).
- Wnaethoch chi guro organeb ar lefel uwch? Dihangfa lwcus. Nofiwch i ffwrdd yn fuddugoliaethus.
- Wnaethoch chi golli yn erbyn organeb ar lefel is? Ymddiheuriadau, rydych wedi llwgu. Mae eich corff yn suddo i wely'r môr ac rydych yn troi'n ôl yn ffytoplancton.
- Wnaethoch chi golli i organeb ar lefel uwch? Newyddion drwg, rydych yn garthion. Rydych yn setlo ar wely'r môr ac yn dechrau eto fel ffytoplancton.
- Ar ôl ychydig o funudau, stopiwch y gêm a chyfrwch faint o bob organeb sydd yna.
- Yna, gallwch ailddechrau'r gêm gyda gwahanol nifer o bob organeb, i weld sut mae hyn yn effeithio ar y niferoedd yn y diwedd.

Trafodwch

- Sut wnaeth newid y niferoedd o bob creadur effeithio ar faint oedd ar ôl yn y diwedd?
- Faint o bob creadur ydych chi'n meddwl sydd ei angen arnoch i gadw popeth yn gytbwys?
- Wnaethoch chi redeg allan o unrhyw greadur penodol? A pham gredwch chi y digwyddodd hyn?
- Pobl sydd ar frig y gadwyn fwyd. Pa gyfrifoldeb sydd gennym i'r creaduriaid sydd oddi tanom?

Gwybod y cyfan

Cewch wybodaeth am y gwahanol fathau o gadwyni bwyd a sut y gallwn eu hamddiffyn ar y dudalen nesaf.

Paratowch

- Brigau a gwymon i wneud pyramid bwyd.
- Llond trol o egni.

Dysgwch

- Yr hierarchaethau a pherthnasoedd mewn cadwyn fwyd.
- Sut mae pobl yn effeithio ar gadwyni bwyd.
- Sut y gallwn ni helpu i'w hamddiffyn.

Gweithredwch

Helpwch i sicrhau ein bod yn cadw cadwyni bwyd yn gytbwys drwy ddeall ein rôl ni ynddynt. Gall hyn olygu peidio prynu pysgod o ardaloedd sy'n cael eu gor-bysgota, a helpu i glirio llygredd plastig o'r arfordir.

GWEITHGAREDDAU BONWS

Ewch i bysgota

Beth fyddai'n digwydd i'ch cadwyn fwyd pe bai pobl yn dechrau dal gormod o bysgod? Chwaraewch eto, ond gydag un person yn chwarae cwch pysgota sy'n tynnu creaduriaid o'r môr pryd bynnag maent yn dymuno.

Ychwanegwch blastig

Sut mae microblastigau'n effeithio ar y gadwyn fwyd? Chwaraewch eto, ond y tro hwn mae un person yn ficroblastigau. Pan fydd creadur arall yn eu bwyta, bydd y plastig yn eu gwenwyno. Yna mae ganddynt ddeg eiliad i fyw, neu gael eu bwyta gan greadur o'r lefel nesaf i fyny, a fydd wedyn yn cael deg eiliad i fyw.

Mae bron iawn i bob anifail morol yn camgymryd llygredd plastig am fwyd. Mae rhai hyd yn oed yn meddwl mai tegan ydyw.

HER CADWYN FWYD

Cadwyni bwyd morol

Mae 1000oedd o anifeiliaid yn byw yn nyfroedd y DU. Mae pob anifail yn ffitio i lefel droffig wahanol yn y gadwyn fwyd.

Lefelau troffig
Mae pob cam o'r gadwyn fwyd neu we fwyd yn cael ei adnabod fel lefel droffig. Mae yna bedair lefel droffig yn y gadwyn fwyd forol hon.

Beth am
Allwch chi ychwanegu pump anifail arall i'r gadwyn fwyd?

Prif ysglyfaethwyr
Gellir dod o hyd i siarcod, morloi llwyd a thiwna ar frig y gadwyn fwyd forol. Beth arall gredwch chi ellir dod o hyd iddo yma?

Ysydd eilaidd
Mae môr lewys, ystifflogod a chipwyr yn ysyddion eilaidd. Allwch chi feddwl am unrhyw anifeiliaid eraill sy'n perthyn i'r adran hon.

Ysyddion sylfaenol
Mae ysyddion sylfaenol yn bwyta planhigion ar lefel isaf y gadwyn fwyd forol ac yn cynnwys anifeiliaid megis pysgod llysysol, crancod a môr-ddraenogod.

Cynhyrchydd sylfaenol
Mae cadwyni bwyd bob amser yn dechrau gyda chynhyrchydd. Mae'r rhain yn organebau sy'n gwneud eu bwyd eu hunain drwy ffotosynthesis. Allwch chi ddisgrifio beth yw ffotosynthesis?

LLAIS Y MÔR

Ni fyddwn yn cael ein hanwybyddu

Pe bai'r môr yn gallu siarad, beth fyddai'n ei ddweud? Gan ddefnyddio popeth rydych wedi ei ddysgu, ei weld, ei ddarganfod a'i deimlo, rydym am wneud rhywbeth mawr a dewr i godi llais ar ran y môr. Tynnwch lun, cerfluniwch, ysgrifennwch, dawnsiwch, rapiwch. Mae yna gannoedd o ffyrdd i roi llais i'r môr. Beth fyddwch chi'n ei wneud?

Beth am

- Rannu'n barau os oes llawer ohonoch.
- Gofyn un cwestiwn pwysig - Pe bai'r môr yn gallu siarad, beth fyddai'n ei ddweud?
- Gosod terfyn amser, yna cynigiwch syniadau sy'n ennyn diddordeb. Gallant fod yn bosteri, cerddi, celf y traeth neu ganeuon. Beth bynnag fydd yn gwneud i bobl oedi a meddwl ynghylch gwneud mwy i ddiogelu'r môr.
- Cymerwch eich tro i rannu syniadau, creadigaethau a pherfformiadau o fewn y grŵp.

Trafodwch

- Pa weithgareddau neu brofiadau personol wnaeth ysbrydoli bob syniad?
- Beth mae pob syniad yn ceisio cael pobl i'w wneud?
- Lle a phryd fyddai pob syniad yn fwyaf effeithiol?
- Beth sy'n gwneud syniad diogelu'r môr da?

Paratowch

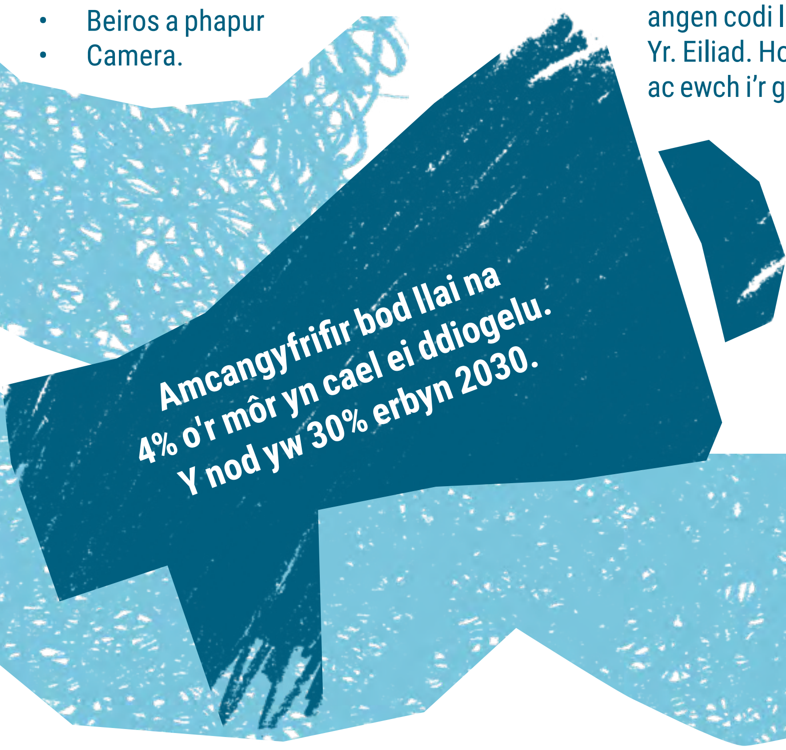
- Beiros a phapur
- Camera.

Dysgwch

- Meddwl yn Greadigol.
- Agwedd ymgyrchydd.
- Empathi tuag at yr amgylchedd.
- Sut i ddefnyddio profiadau personol i greu celf.
- Sgiliau siarad a gwrando.

Gweithredwch

- Nawr mae gennych syniadau creadigol, wedi eu hymchwilio sy'n barod i fynd ar gyfer codi'ch llais ynghylch llygredd y môr. Felly meddyliwch beth allech chi ei wneud â nhw.
- Pryd a lle fyddant yn cael yr effaith fwyaf?
- Pwy fyddai'n cael eu heffeithio fwyaf ganddynt?
- Os ydych yn teimlo'n ddewr, rhannwch eich syniadau gyda'r byd a rhoi llais i'r môr! A chofiwch ein tagio ni.
- Gallwch hefyd feddwl am restr o addewidion diogelu morol i'w gwneud gartref ac yn yr ysgol.
- Ond os nad yw hynny'n ddigon a'ch bod angen codi llais ynghylch llygredd y môr Yr. Eiliad. Hon. Cymerwch gerdyn a brigyn ac ewch i'r gweithgaredd Protest Disgybl.



PROTEST DISGYBLION

Beth sydd ei angen arnom? Syniadau!

Lleisiwch eich barn a gwnewch wahaniaeth! Codwch y sŵn yn y gweithgaredd Llais y Môr drwy droi gwybodaeth ddiddorol yn brotest amlwg.

Beth am

- Bigo rai o'r ffeithiau o'r dudalen nesaf a'u rhannu gyda'r grŵp.
- Dewiswch un ffaith yr un a'i throi'n slogan fachog i'w rhoi ar blacard.
- Treuliwch amser yn ysgrifennu a thynnu llun pob syniad ar y placard.

Trafodwch

- Sut wnaethoch chi feddwl am eich syniadau?
- Pa un yw eich hoff blacard? A pham?
- Os gallech ddangos eich placard i rywun yn y byd, i bwy fyddech chi'n ei ddangos?

Paratowch

- Placardiau gwag.
- Taflen ffeithiau'r brotest.
- Beiros a phensiliau.
- Eich dychymyg.

Dysgwch

- Ystod o ffeithiau ac ystadegau cadwraeth y môr.
- Sgiliau cyfathrebu.

Gweithredwch

- Felly mae gennych bentwr o blacardiau protest parod ac ymgyrchwyr y môr llawn egni. Beth i'w wneud, beth i'w wneud...(os ydych yn dewis protestio ar y strydoedd, da iawn chi! Ond cofiwch barchu'r gyfraith a chadw pawb yn ddiogel bob amser.)
- Neu fe allwch dynnu llun ohonoch i gyd yn dal eich placardiau a'i bostio ar eich cyfryngau cymdeithasol - gan ein tagio ni hefyd wrth gwrs.

PROTEST DISGYBLION

Y ffeithiau

Y MÔR A'N HEFFAITH

- Mae 95% o'r môr heb ei archwilio. Mewn gwirionedd rydym yn gwybod llai amdano nag arwyneb Mawrth. Yn ddiweddar cafodd Morgi yr Ynys Las 392 mlwydd oed ei ddarganfod!
- Heb fywyd y môr, ni fyddem yn gallu anadlu. Mae mwy na hanner yr ocsigen yn yr atmosffer yn cael ei greu yn y môr, gan bethau fel corsydd a fforestydd gwymon dan y dŵr.
- Mae llawer o feddyginiaethau'n dod o blanhigion ac anifeiliaid morol. Fel riffiau cwrel, algâu a hyd yn oed sêr môr.

LLYGREDD PLASTIG

- Mae digon o blastig i lenwi lori ludw yn mynd i'r môr bob munud. Mae hynny oddeutu 12 miliwn tunnell y flwyddyn.
- Amcangyfrifir bod yna 5.25 triliwn o ddarnau plastig macro a micro yn arnofio yn y môr agored. Mae hyn yn pwyso hyd at 269,000 Tunnell.
- Mewn dim ond 15 mlynedd mae'r swm o blastig sy'n cael ei olchi ar draethau'r DU wedi dyblu bron iawn.
- Yn ôl cyfraddau presennol, erbyn 2050, bydd mwy o blastig na physgod yn y môr.

BYWYD MOROL

- Mae astudiaethau diweddar wedi dod o hyd i lygredd plastig morol yng nghyhyrff 100% o grwbanod morol, 59% o forfilod, 36% o forloi a 40% o rywogaethau adar y môr a archwiliwyd.
- Mae bron iawn i bob anifail morol yn camgymryd llygredd plastig am fwyd. Mae rhai hyd yn oed yn meddwl mai tegan ydyw.
- Bob 30 eiliad mae anifail morol yn marw oherwydd llygredd plastig. Mae hynny dros 100,000 o famaliaid morol a chrwbanod a 1 miliwn o adar y môr bob blwyddyn.

PLASTIG UNTRO

- Mae poteli plastig yn cael eu gwneud i'w defnyddio am funudau. Ond maent yn achosi niwed am gannoedd o flynyddoedd.
- Mae potel blastig yn cymryd dros 450 o flynyddoedd i'w thorri i lawr i'r amgylchedd morol.
- Defnyddir 38.5 miliwn o boteli plastig untro bob dydd yn y DU.

CYNHYRCHU PLASTIG

- Cynhyrchodd y byd fwy o blastig nag erioed yn hanes dynoliaeth rhwng 2002 a 2012.
- Yn 1950 roeddem yn cynhyrchu 1.5 tunnell o blastig. Roedd hyn wedi cynyddu i 448 miliwn tunnell yn 2015.
- Disgwylir i gynhyrchiant plastig ddyblu erbyn 2030.

YR ARGYFWNG NEWID HINSAWDD

- Newid hinsawdd = newid yn y môr. Lle bynnag mae pobl yn llosgi tanwydd ffosil, ychwanegir carbon deuocsid i'r atmosffêr. Ac mae'r môr yn amsugno llawer ohono. Mae hyn yn newid tymheredd y dŵr, asideiddio'r môr a diocsigenu. Mae hyn yn arwain at newidiadau i gylchrediad a chemeg y môr, lefelau'r môr yn codi, mwy o stormydd cryfion, a rhywogaethau morol yn marw.

MOROEDD ASID

- Dros y degawdau diwethaf, mae'r swm o garbon deuocsid sy'n cael ei hydoddi yn y môr wedi cynyddu dros y byd.
- Yn y môr, mae carbon deuocsid yn adweithio gyda dŵr y môr i ffurfio asid carbonig, sy'n gwneud dŵr y môr yn fwy asidig. Mae mwy o ddŵr môr asidig yn ei gwneud hi'n anoddach i gwrelau ffurfio ysgerbydau ac i bysgod cregyn ffurfio'r cregyn sydd eu hangen arnynt i'w hamddiffyn.
- Mae dŵr môr mwy asidig yn ei gwneud hi'n anoddach i gwrelau ffurfio ysgerbydau ac i bysgod cregyn ffurfio'r cregyn sydd eu hangen arnynt i'w hamddiffyn.

CANNU CWREL

- Mae cynhesu byd eang ac asideiddio'r môr eisoes wedi cannu hyd at 33% o gwrelau dŵr cynnes yn sylweddol. Ac mae'r gweddill yn fregus i hyd yn oed gynhesu ffracsiwn yn uwch o radd.
- Gall codiadau sydyn mewn tymheredd o ddim ond 1-2º achosi cannu ar raddfa enfawr ar hyd cannoedd o filltiroedd o riff cwrel.
- Effeithiodd cannu cwrel ar 70% o rîff cwrel y byd rhwng 2014 a 2017.

LLEIHAU EIN CARBON

- Mae lleihau ein hallyriadau carbon yn hanfodol os ydym eisiau atal effaith waethaf newid hinsawdd.
- Gall y DU roi diwedd ar eu cyfraniad i gynhesu byd eang o fewn 30 mlynedd drwy ymrwymo i sero allyriadau nwyon tŷ gwydr erbyn 2050.

SEREMONI RADDIO YMGYRCHYDD MÔR

Seremoni dywodlyd, greigiog.

Rydym wedi ymgysylltu mwy â'r môr.
Rydym wedi ymchwilio ac archwilio problemau morol pwysig.
Rydym yn gwybod sut i helpu i ddiogelu ein hamgylcheddau arfordirol. Ac mae gennym y dystysgrif i brofi hynny.

Beth am

- Ysgrifennu enw pob ymgyrchydd ifanc ar Dystysgrif Ymgyrchydd y Môr (byddai'n gynt gwneud hyn cyn dechrau'r Ysgol Eigion).
- Dod ynghyd ar ddiwedd y daith.
- Cymryd eich tro i ddweud y peth mwyaf rydych wedi ei ddysgu.
- Dweud un peth rydych am ei wneud i helpu'r môr.
- Wedi i bawb rannu eu sylwadau, cyflwynwch y tystysgrifau graddio.
- Nodwch yr ennyd gyda llun grŵp mawr. Taflwch wymon i'r awyr, rhowch shaka, neidiwch gan ddal eich tystysgrifau, beth bynnag sy'n edrych orau.

Trafodwch

- Nawr eich bod wedi ardystio fel Ymgyrchwyr y Môr, beth fyddwch chi'n ei wneud er mwyn gwneud gwahaniaeth?
- Pa baech yn gwneud yr Ysgol Eigion eto, beth hoffech chi ei wneud?

Paratowch

- Tystysgrif Ymgyrchydd y Môr yr Ysgol Eigion wedi ei llenwi

Gweithredwch

Rhannwch y llun ar eich cyfryngau cymdeithasol, ynghyd â sut y byddwch yn gweithredu dros y môr yn y dyfodol. Cofiwch ein tagio ni.

#OCEANSCHOOL
#OCEANACTIVISTS

LLONGYFARCHIADAU

MAE

....

....

NAWR YN
YMGYRCHYDD Y MÔR

SYEG SWYDDOGOL

OCEAN SCHOOL

SURFERS AGAINST SEWAGE

SESIWN MACHLUD HAUL

Dod â'r cyfan ynghyd

Gadewch i ni gloi'r Ysgol Eigion wedi ymlacio gymaint ag yr oeddem ar y dechrau. Mae'r ennyd ymwybyddiaeth ofalgar derfynol hon yn ymwneud ag ailgysylltu â'r môr a myfyrio ar yr hyn rydym wedi ei ddysgu a'i brofi heddiw.

Beth am

- Dynnu eich esgidiau a'ch sanau.
- Eistedd neu orwedd yn gyfforddus, gan wthio eich bysedd a'ch traed i'r tywod.
- Cau eich llygaid a chymryd anadl ddofn, hir.
- Meddyliwch am bopeth rydych wedi ei gyflawni hyd yn hyn a beth allwch ei wneud yn y dyfodol drwy ddarllen y ffeithiau hyn:
- Mae'r llanw'n dod i mewn ac allan ddwywaith y dydd. Gwrandewch ar y môr, a yw'n swnio'n agosach yntau'n bellach na phan gyrhaeddoch?
- Mae pob darn o blastig sy'n cael ei dynnu o'r môr yn helpu i amddiffyn pysgod a bywyd môr. Pa wrthrychau rydych wedi eu gweld ar y traeth heddiw?
- Po fwyaf y gwyddom am y môr, gorau oll er mwyn i ni geisio'i ddiogelu. Beth yw'r peth mwyaf rhyfeddol a ddysgoch heddiw?
- Gwrandewch ar sŵn y traeth, nawr agorwch eich llygaid ac edrych o gwmpas. Pwy hoffech chi ddod ag ef neu hi yma i'w hysbrydoli i ddod yn Ymgyrchydd y Môr fel chi?

Gwybod y cyfan

- Chwiliwch am ragor o wybodaeth ynghylch yr hyn y gallwch ei wneud i ddiogelu'r môr yma

Trafodwch

- Sut ydych chi'n teimlo ar ôl yr Ysgol Eigion? Wedi'ch haddysgu? Wedi ymgysylltu? Wedi gwylltio?
- Os oes gennych deimladau cryf ynghylch cadwraeth y môr, beth allwch chi ei wneud i wneud gwahaniaeth?

Gweithredwch

- Cymerwch ran yn ein hymgyrchoedd drwy sas.org.uk.

GEIRFA

Beth yw ei ystyr?

Ymgyrchydd
Rhywun sy'n gweithredu er mwyn gwneud gwahaniaeth go iawn.

Newid Hinsawdd
Newid mewn tymheredd cyfartalog, glawiad neu batrymau ac amodau eraill y tywydd mewn ardal benodol dros gyfnod hir o amser.

Economi Gylchol
Y gwrthwyneb i Economi Linol, lle byddai cynnyrch yn cael eu hail ddefnyddio a'u hailgylchu
Gwneud > Manwerthu > Defnyddio > Ail ddefnyddio > Ailgylchu > Dylunio > Gwneud...

Ecosystem
Yr holl bethau byw ac anfyw mewn ardal. Mae hyn yn cynnwys y planhigion, anifeiliaid, a phethau byw eraill sy'n creu cymunedau bywyd.

Tanwyddau Ffosil
Tanwyddau fel glo, olew, neu nwy naturiol, sy'n ffurfio yn y ddaear o weddillion planhigion neu anifeiliaid. Bydd tanwyddau ffosil yn darfod, felly nid ydynt yn ffynhonnell gynaliadwy.

Economi Linol
Lle mae cynnyrch yn cael eu cynhyrchu, eu defnyddio unwaith a'u taflu:
Gwneud > Defnyddio > Taflu

Parth Cadwraeth Forol (MCZ)
Ardaloedd dynodedig o'r môr sydd â'r nod o ddiogelu cynefinoedd a rhywogaethau cenedlaethol pwysig, prin neu sydd dan fygythiad.

Cadwraeth y Môr
Diogelu a gofalu am y môr a phopeth sy'n byw ynddo. A phan rydym yn gofalu am y môr, rydym yn gofalu am y blaned gyfan.

Organeb
Unrhyw beth byw, o'r bacteria lleiaf i forfil glas enfawr.

Ffytoplancton
Algâu morol microsgopig sy'n ffynhonnell o fwyd i ystod eang o greaduriaid y môr.

Ffotosynthesis
Y broses lle mae planhigion yn cynhyrchu bwyd eu hunain gan ddefnyddio carbon deuocsid, dŵr a golau haul.

Ailgylchu
Defnyddio rhywbeth eto neu ail ddefnyddio deunydd gwastraff drwy ei droi'n rhywbeth newydd.

Glannau Creigiog
Lle mae'r tir yn cwrdd â'r môr - cartref i filoedd o greaduriaid sy'n byw mewn amodau eithafol.

Traethlin
Pethau fel gwymon a broc môr sy'n cael eu cario gan y tonnau ac yn ymgasglu uwchben y llinell penllanw.

Cynaliadwy
Mae bod yn gynaliadwy yn golygu defnyddio adnoddau naturiol yn gyfrifol heb achosi niwed i'r amgylchedd naturiol. Fel y gallant ein cynorthwyo ni a chenedlaethau'r dyfodol.

YSGOL WEDI CAU

Ond ddim am gyfnod hir. Mae'r môr bob amser angen ymgyrchwyr fel ni. Felly ewch â phopeth rydych wedi ei ddysgu a helpwch deulu, ffrindiau ac ysgol i wneud mwy i arbed y môr. Ac os ydych eisiau gwneud sŵn go iawn, rhannwch yr hyn rydych yn ei wybod am sbwriel y môr gyda'r llygrwyr mawr a helpwch ni i ddysgu gwers iddynt.

OCEAN SCHOOL
SYRFFWYR YN ERBYN CARTHION

Rhannwch eich stori Ysgol Eigion yma:

@SurfersAgainstSewage
@SurfersAgainstSewage
@SasCampaigns
#OceanSchool #OceanActivists