



# Cysylltiad â Natur

Adnodd ar gyfer Ysgolion a Phobl Ifanc

## Cysylltiad â Natur

### Adnodd ar gyfer Ysgolion a Phobl Ifanc

Mae dealltwriaeth gynyddol bod **cysylltiad â natur** yn rhan bwysig o addysg a datblygiad person ifanc.

Mae'r buddiannau eang sydd yn dod o gysylltu gyda natur yn cynnwys:

- Iechyd corfforol a meddyliol gwell
- Empathi, a dealltwriaeth, gwell o ecosystemau
- Mwy o deimlad o 'eco-ddinasyddiaeth'
- Grymuso i weithredu - yn hytrach nag teimlad o anobaith wrth wynebu heriau cyfoes

Ond, i nifer o athrawon (ac i'n dysgwyr) mae cysylltiad â natur yn rhywbeth newydd. Bwriad yr adnodd yma ydy rhoi hyder i athrawon i fedru cynllunio a chyflwyno sesiynau cysylltiad â natur, gydag unrhyw grŵp, o unrhyw oedran a gallu, sydd yn cysylltu gydag unrhyw ran o'r cwricwlwm.

Mae'n cynnwys:

- 'Llif Dysgu', lle gellir strwythuro unrhyw weithgaredd cysylltiad â natur sydd o gwmpas
- Samplau o gynlluniau dysgu, yn arddangos sut i gyflwyno gweithgareddau cysylltiad â natur yn ymarferol
- Mapio cysylltiad â natur i [bedwar diben](#) Cwricwlwm Cymru
- Dolenni ar gyfer gwybodaeth ac adnoddau pellach, i'r rhai sydd yn dymuno darganfod mwy am gysylltiad â natur

Datblygwyd yr adnodd hwn gan Jasmine Dale, fel 'Menter Arloesi' [Adfywio Cymru](#).

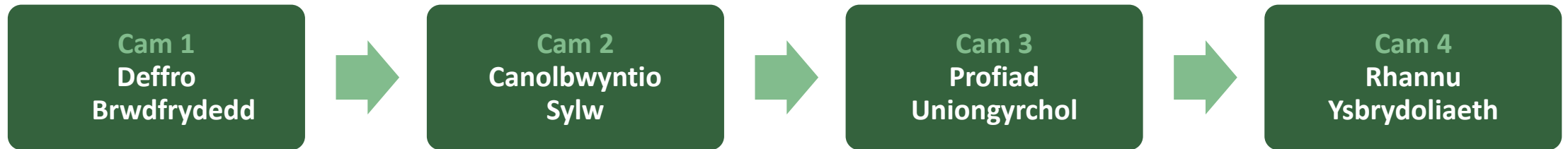
Am wybodaeth bellach, cysylltwch â [info@renewwales.org.uk](mailto:info@renewwales.org.uk).



## Llif Dysgu

Mae **Llif Dysgu** (datblygwyd gan Joseph Cornell) yn creu fframwaith syml lle gellir cynllunio a strwythuro eich gweithgareddau cysylltiad â natur.\* Mae hwn yn broses sydd wedi ei phrofi eisoes, wedi ei ddatblygu gan arbenigwyr cysylltiad â natur. Mae posib cyfarfod ag anghenion pobl ifanc o ran diddordeb a lefel egni, ac yna symud ymlaen cam wrth gam tuag at brofiadau natur sydd yn fwy ystyrlon a dwys.

Trefnir gweithgareddau fel rhan o broses pedwar cam.



Y Broses Llif Ddysgu	Canlyniadau Dysgu / Diben
<b>CAM UN: DEFFRO BRWDFRYDEDD</b>	
<p><b>Rhinwedd: Chwarëusrwydd a Bywiogrwydd</b></p> <p>Dewiswch weithgaredd i gychwyn sydd yn gwneud dysgu'n hwyl, yn addysgiadol ac yn arbrofol, er mwyn sefydlu perthynas rhwng yr athro, y disgyblion, a'r pwnc. Mae pobl yn dysgu llawer iawn, gyda brwdfrydedd, gan greu amodau i gael profiad ystyrlon o fyd natur. Mae gweithgareddau sydd yn effro brwdfrydedd yn cynnwys unrhyw beth sydd yn creu llif cryf o ddiddordeb personol a bywiogrwydd.</p> <p>Gall hyn amrywio o ffordd ddoniol i weld sut mae pawb yn teimlo; gêm gorfforol hwyliog; neu weithgaredd dymunol ymestynnol ysgafn, yn ddibynnol ar y cyd-destun ac ysbryd y dosbarth.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Adeiladu ar gariad pobl tuag at chwarae a chreu awyrgylch o frwdfrydedd</li><li>▪ Cychwyn deinamig sydd yn annog pawb i ddweud, 'Ydw, rwy'n hoffi hyn!'</li><li>▪ Datblygu bywiogrwydd ac yn goresgyn goddefolrwydd</li><li>▪ Creu cyfranogiad a chysylltiadau grŵp positif</li><li>▪ Lleihau problemau disgyblaeth</li><li>▪ Datblygu perthynas rhwng cyfranogwyr, yr arweinydd, a'r pwnc</li><li>▪ Rhoi cyfeiriad a strwythur, gan baratoi at weithgareddau mwy sensitif</li></ul>

\*Gellir darganfod enghreifftiau eang o weithgareddau Cysylltiad â Natur yma > <https://www.sharingnature.com/flow-learning.html>

Y Broses Llif Ddysgu	Canlyniadau Dysgu / Diben
<b>CAM 2: CANOLBWYNTIO SYLW</b>	
<p><b>Rhinwedd: Derbyngarwch a Chanolbwyntio</b></p> <p>Dewiswch weithgaredd i helpu disgyblion i dderbyn a thalu mwy o sylw i fyd natur. Mae dysgu yn ddibynnol ar ganolbwyntio'r sylw, yn meithrin brwdfrydedd disgyblion tuag at ffocws tawel. Nid yw'n bosib bod ag ymwybyddiaeth gref o natur, nac unrhyw beth arall, os yw ein meddyliau'n wasgaredig.</p> <p>Mae gweithgareddau addas yn cynnwys ymwybyddiaeth synhwyrâu, fel 'mapiau sain', arsylwi manwl o batrymau petalau, rhisgl coed, y gwynt ac ati, a chaffael gwybodaeth e.e.. arbrofion gwyddonol.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cynyddu rhychwant sylw a chanolbwyntio</li> <li>▪ Dyfnhau ymwybyddiaeth wrth ganolbwyntio sylw</li> <li>▪ Sianelu brwdfrydedd cynhyrchir yng Ngham Un yn gadarnhaol</li> <li>▪ Datblygu sgiliau arsylwi</li> <li>▪ Tawelu'r meddwl</li> <li>▪ Datblygu derbyngarwch i brofiadau natur fwy sensitif</li> </ul>
<b>CAM 3: PROFIAD UNIONGYRCHOL</b>	
<p><b>Rhinwedd: Cysylltu â natur</b></p> <p>Dewiswch weithgaredd sydd yn hynod ddiddorol (sydd yn trochi) ac sydd yn hwyluso cysylltiad cryf gydag agwedd o natur. Gall hyn fod yn dasg ddistaw sydd yn meddwl rhywbeth yn bersonol; dysgu medr awyr agored ymarferol; her sydd yn ymofyn greddf, ymdrech gorfforol neu ei gwblhau mewn rhyw ffordd.</p> <p>Addaswch y cam hwn i weddu'r adnoddau a'r diddordebau sydd gennych. Gall syniadau gynnwys taith gerdded i leoliad o harddwch lleol neu i fyny bryn cyfagos; naddu pren; gwehyddu basged; casglu eitemau naturiol a chreu 'celf tir', adrodd stori a choginio ar ben tân.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Meithrin dysgu dyfnach a dealltwriaeth reddfol</li> <li>▪ Cyfuno cysylltiad rhwng yr ymennydd a'r corff (sgiliau echddygol)</li> <li>▪ Hyrwyddo datguddiad personol ac ysbrydoliaeth artistig</li> <li>▪ Effro cysylltiad cadarn gyda rhan o natur</li> <li>▪ Cyfleu synnwyr o gyfanrwydd, rhyfeddod, empathi a harmoni</li> <li>▪ Teimlad o gyflawniad a chodi hunan hyder</li> <li>▪ Sgiliau ymarferol a medrusrwydd</li> </ul>
<b>CAM 4: RHANNU YSBRYDOLIAETH</b>	
<p><b>Rhinwedd: Eglurder a delfrydiaeth</b></p> <p>Creu teimlad o gwblhau ac awyrgylch dyrchafol sydd yn modelu gwerthoedd positif fel gonestrwydd, empathi a hunan ymwybyddiaeth. Mae adlewyrchu a rhannu gydag eraill yn cryfhau ac yn egluro profiadau rhywun ac yn amlygu teimladau nas lleferid ond sydd yn aml iawn yn gyffredin, sydd – ar ôl eu cyfathrebu – yn caniatáu i bobl teimlo cyswllt agosach gyda'r pwnc a gyda'i gilydd.</p> <p>Mae gweithgareddau addas yn cynnwys 'mynd o gwmpas', yn rhannu teimladau a meddyliau gan ddefnyddio ystumiau, geiriau, synau doniol ac ati; rhannu gwaith sydd yn cael ei greu yn y sesiwn; grwpiau bach yn perfformio diweddglo creadigol sydd yn ymwneud â'r pwnc a archwiliwyd.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Egluro ac yn cryfhau profiad a dysgu personol</li> <li>▪ Cynyddu dysgu ac empathi wrth glywed meddyliau pobl eraill</li> <li>▪ Adeiladu ar hwyliau gwell a rhoi adnoddau i'r disgyblion i symud ymlaen</li> <li>▪ Hyrwyddo atgyfnerthu cyfoed positif, parch a pherthynas grŵp</li> <li>▪ Annog positifrwydd ac ymddygiad anhunanol</li> <li>▪ Darparu adborth i'r athro / arweinydd</li> <li>▪ Setlo'r disgyblion yn barod at ddychwelyd adref, y wers nesaf ac ati</li> </ul>

## Cynllun Gwers Sampl 1 (2 awr)

Yn briodol ar gyfer athrawon a disgyblion sydd yn newydd i weithgareddau natur a gyda mynediad i safle awyr agored neu ddsbarth.

Nod (bydd y gweithgaredd yma yn ...)	Canlyniadau (ar ddiwedd y gweithgaredd bydd pobl ifanc ...)
Annog brwdfrydedd am fod yn yr awyr agored	Gyda mwy o awydd gweithgareddau awyr agored
Cyflwyno ymwybyddiaeth synhwyrâu gyda sain a chyffwrdd	Wedi cael profiad o fod yn llongydd, gwranddo a chanolbwyntio
Cyflwyno sgiliau arsylwi	Wedi arsylwi patrymau amrywiol mewn natur
Datblygu ffydd a chydberthynas.	Gyda gwell hyder a hunan-barch

Amser	Llif Dysgu	Dull	Gweithgaredd	Nodiadau
15munud	Deffro brwdfrydedd	Gem i barau	<b>3 Brwydr Pryfaid*</b> Parau i ymledu, pob rownd i gael ei fodelu gan athro a gwirfoddolwr parod i gychwyn.	Nifer o gemau addas (esiampiau ar <a href="http://www.forestschoonetwork.com">www.forestschoonetwork.com</a> )
15munud	Canolbwyntio sylw	Athro yn arwain; disgyblion yn gweithio ar ben ei hunain	<b>Mapiau Sain</b> Gyda llygaid ar gau, nodwch y synau o'ch cwmpas. Wrth i chi eu clywed nodwch farc ar y cerdyn. Canolbwyntiwch ar y synau sydd yn agos, cyn ymestyn yn raddol i'r synau pellach (e.e. anadlu, siffrwd, cŵn yn cyfarth, awyrennau ac ati).	Bydd angen cerdyn a beiros a lle call i eistedd.
45munud	Profiad uniongyrchol	Gweithio mewn parau neu ar ben eu hunain Opsiw'n i'r athro i fframio gyda thrafodaeth grŵp	<b>Arsylwi patrwm**</b> Mae disgyblion yn mynd ati i gasglu eitemau byd natur ac i arsylwi patrymau mewn natur, fel cymylau, y ddaear, llystyfiant ac ati. I annog iddynt ganolbwyntio ar y manylion defnyddiwch gardfwrdd canol rholy'n ffoil fel microsgopau (llygaid natur).	Defnyddiwch ddelweddau neu wrthrychau deniadol yn y canol sydd yn dangos patrymau o fewn natur (e.e. patrwm troellog ar gregyn; fforch afonydd, coed a gwythiennau; diliau mêl; hadau a phetalau.)
30munud	Profiad uniongyrchol yn parhau	Mewn parau	<b>Cyfarfod â Choeden</b> Mewn parau: mae un disgybl yn gwisgo sgarff dros ei lygaid, tra bod y llall yn ei dywys at y goeden. Heb y gallu i weld, mae'r disgybl yn defnyddio cyffwrdd i gael synnwyr dwfn o deimlad a graddfa'r goeden. Mae'r disgyblion yn newid rolau. Gorffennwch wrth weld os yw'n bosib adnabod y goeden cyffyrddwyd gyda llygaid ar agor.	Os nad oes coed ar gael yn agos; gallech chi ddefnyddio rhisgl neu frigau mewn blwch i deimlo ac adnabod gyda'r llygaid ar gau.
15munud	Rhannu ysbrydoliaeth	Mynd o gwmpas	Mae pawb yn cymryd tro i rannu'r hyn bu iddynt fwynhau yn y sesiwn. Casglwch syniadau ar gyfer gweithgareddau'r dyfodol.	Cofiwch ddefnyddio'r adborth yma i addasu'r sesiwn nesaf.

\*Wedi'i addasu o <https://dbp.theatredance.utexas.edu/content/three-irish-duels>

\*\*Mae patrymau ym mhobman, maent yn gyffredinol ac yn cyflawni swyddogaeth mewn ecosystemau a chymdeithas. Mae yna nifer o adnoddau patrwm natur ar-lein.

## Cynllun Gwers Sampl 2 (1.5 awr)

Addas ar gyfer athrawon a disgyblion gydag ychydig o ddealltwriaeth o faterion amgylcheddol a datrysiadau lleol.

Nod ( <i>bydd y gweithgaredd yma yn ...</i> )	Canlyniadau ( <i>ar ddiwedd y gweithgaredd bydd pobl ifanc ...</i> )
Creu gweledigaeth wirioneddol ar gyfer dyfodol disglair	Cael synnwyr o rymuso a positifrwydd
Rhoi cyfle i godi pryderon am y dyfodol	Gallu cynnig atebion pragmatig i bryderon amgylcheddol
Rhannu technegau arsylwi ac ymwybyddiaeth synhwyrau.	Llai o eco-bryder
Cyfle i fynegi yn greadigol	Cysylltiad cryfach â natur a theimlad o eco-ddinasyddiaeth

Amser	Llif Dysgu	Dull	Gweithgaredd	Nodiadau
15munud	Deffro brwdfrydedd	Croeso, cofnodi mewn	<b>Cyflwyno'r sesiwn</b> Dywedwch sut rydych chi'n teimlo heddiw gan ddefnyddio'r 'Bawdomedr'.	Bawd i fyny yw "Rwy'n teimlo'n dda", yn amrywio i fawd i lawr 'ddim yn hapus heddiw"
5munud	Canolbwyntio sylw	Athro yn arwain. Grŵp yn galw ar 'beiriant amser' dychmygol i gychwyn	<b>Dychmygu Dyfodol Disglair</b> (Defnyddiwch neu addaswch y sript ar dudalen 3 y ddogfen yma <a href="https://transitionnetwork.org/wp-content/uploads/2016/09/Visioning-a-post-Transition-future.pdf">https://transitionnetwork.org/wp-content/uploads/2016/09/Visioning-a-post-Transition-future.pdf</a> ).	Fframio yn bositif e.e. mae dros 2 filiwn o grwpiau ledled y byd yn gweithio i amddiffyn natur; mae'r atebion gennym, ac ati.
15munud	Canolbwyntio sylw yn parhau	Athro yn gofyn am adborth	<b>Adborth a thrafodaeth o'r hyn mae pawb wedi'i weld, neu ei deimlo, yn y dyfodol dychmygol</b> Helpwch iddynt adnabod hanfod eu dyfodol er mwyn angori'r profiad. Atgyfnerthwch ddelweddau positif ac atgofion synhwyraidd y disgyblion.	Cyfeirio at eco-bryder gyda datrysiadau pragmatig, fel prosiectau tyfu bwyd a bywyd gwyllt lleol.
40munud	Profiad Uniongyrchol	Athro yn arwain, mewnbwn gan y grŵp	<b>Taith gerdded arsylwi a gweithgaredd synhwyraidd</b> Modelwch bob synnwyr, gan 'diwnio' y Corffomedr: y ddaear o dan ein traed; yr aer a'r tymheredd ar ein croen, 'clustiau carw'; aroglau; synau a 'llygaid tylluan'. Cadwch y synhwyrau ar agor ar y daith gerdded a chasglu eitem natur yr un wrth ddychwelyd i'r dosbarth.	Modelwch y synhwyrau yn y dosbarth gyntaf. Mae sawl adnodd ar-lein sydd yn defnyddio'r synhwyrau, e.e.. o ymwybyddiaeth gwylltiroedd y traddodiadau brodorol.
15munud	Rhannu Ysbrydoliaeth	Mynd o gwmpas	<b>Cylch cau</b> Gan gadw cysylltiad â'r synhwyrau, mae'r athro a'r disgyblion yn cyflwyno eu heitem natur sydd yn cynrychioli hanfod eu dyfodol disglair.	Gellir ymestyn y gweithgaredd yma gyda gweithgaredd celf fel brasluniau siarcol o eitemau natur, neu wrth beintio dyfodol disglair.

## Cynllun Gwers Sampl 3 (1-1.5 awr)

Addas fel gweithgaredd diwrnod glawog, gyda lle i ymestyn (er enghraifft, ymgorffori taith gerdded awyr agored neu weithgaredd celf)

Nod (bydd y gweithgaredd yma yn ...)	Canlyniadau (ar ddiwedd y gweithgaredd bydd pobl ifanc ...)
Cyflwyno bio-ranbarthau ac adnoddau naturiol	Mwy o ddealltwriaeth o ecosystemau a rhyng-gysylltiad
Annog ymwybyddiaeth synhwyrau	Gwell sgiliau arsylwi a llai o bryder
Gwell geirfa a'r gallu i fynegi teimladau	Hyder gwell a theimlad o gyflawniad
Darparu lle diogel i fynegi creadigrwydd a theimladau	Gwell sgiliau cyflwyno a chyfathrebu

Amser	Llif Dysgu	Dull	Gweithgaredd	Nodiadau
5munud	Deffro brwdfrydedd	Croeso, cofnodi mewn	<b>Gêm egni bio-ranbarthol</b> Pwyntiwch at, neu redeg at wahanol gorneli o'r neuadd, i ble mae'r goeden, afon, codiad haul, gardd fwyd, arfordir, coedwigoedd ayb. agosaf.	Gall cymhlethu hyn ac adeiladu ar gwricwla gwyddoniaeth a daearyddiaeth.
10munud	Canolbwyntio'r sylw	Athro yn arwain	<b>Cerdd natur ac arsylwi</b> Darllenwch gerdd natur tra bydd disgyblion yn canolbwyntio ar deimlad, lliw, arogl a siâp eitemau natur ar bob bwrdd. Gadewch iddynt gyffwrdd ac arogl'r gwrthrychau.	Anogwch y disgyblion i ganolbwyntio ar yr eitemau natur yn hytrach na'r gerdd. Defnyddiwch wrthrychau amrywiol fel cen, cregyn, dail, blodau a cherrig.
15-30munud	Profiad Uniongyrchol	Athro yn arwain, disgyblion yn gweithio'n annibynnol	<b>Gweithgaredd ysgrifennu creadigol</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ar 3 darn o gerdyn, mae disgyblion yn ysgrifennu 3 prif air sydd yn disgrifio'r eitem natur yr oeddent yn canolbwyntio arni, a / neu gallant gynnwys geiriau sydd yn cael ei ysgogi gan dywydd swnllyd sydd i'w glywed neu ei weld y tu allan i'r ffenestr.</li> <li>Ar ddarn arall o gerdyn, mae pob disgybl yn cysylltu'r 3 gair i wneud brawddeg, gan ddefnyddio'r nifer lleiaf o eiriau cysylltu â phosib (e.e. gall sŵn, meddal, pigog ddod yn 'Mae'r sŵn meddal ynof yn bigog.').</li> </ul>	Y canlyniad delfrydol yw cerddi arddull haiku. Defnyddiwch feiros lliw a phapur neu gerdyn o ansawdd da. (Cofiwch i beidio datgelu i'r disgyblion eich bod yn ysgrifennu cerdd o flaen llaw!)
15-30munud	Rhannu ysbrydoliaeth	Gwaith grŵp	<b>Ysgrifennu cerdd</b> Mewn grwpiau bach cyfunwch y brawddegau unigol i greu cerdd arddull haiku. Anogwch y disgyblion i symud y cardiau o gwmpas er mwyn cael yr effaith orau, ac ymarfer darllen y darn gorffenedig yn uchel.	Mae grwpiau o 4 yn gweithio'n dda ar gyfer cerdd orffenedig sydd â rhythm ac arddull. Gall y rhai sydd yn gorffen yn gynnar fraslunio gwrthrychau naturiol.
15munud	Rhannu ysbrydoliaeth yn parhau	Dosbarth cyfan	<b>Cyflwyno Cerdd</b> Mae pob grŵp yn cyflwyno ei gerdd i'r dosbarth cyfan; caniatewch iddynt gynnwys unrhyw syniadau ar y pryd neu syniadau gwyllt. Anogwch gyflwyno clir.	Mae gweithgareddau ymestyn yn cynnwys creu drama fer allan o'r cerddi / geiriau, neu eu harddangos yn artistig.

# Pedwar Diben Cwricwlwm i Gymru

Mae gweithgareddau cysylltiad natur wedi'u halinio'n dda â 'phedwar diben' Cwricwlwm Cymru, yn enwedig y rhai a amlygir isod.

## dysgwyr uchelgeisiol, galluog sydd yn:

- gosod safonau uchel i'w hunain ac yn chwilio am, ac yn mwynhau, her
- ✓ casglu corff o wybodaeth a gyda'r sgiliau i gysylltu â chymhwyso'r wybodaeth yma i wahanol gyd-destunau
- ✓ cwestiynu ac yn mwynhau datrys problemau
- ✓ gallu cyfathrebu'n effeithiol mewn gwahanol ffyrdd a gosodiadau, gan ddefnyddio'r Gymraeg a'r Saesneg
- ✓ gallu esbonio'r syniadau a'r cysyniadau maent yn dysgu
- gallu defnyddio rhif yn effeithiol mewn gwahanol gyd-destunau
- deall sut i ddehongli data a defnyddio cysyniadau mathemategol
- defnyddio technolegau digidol yn greadigol i gyfathrebu, darganfod a dadansoddi gwybodaeth
- ymchwilio a gwerthuso'n feirniadol yr hyn y maent yn ei ddarganfod

ac yn barod i ddysgu gydol eu bywydau

## dinasyddion egwyddorol, gwybodus sydd yn:

- darganfod, gwerthuso a defnyddio tystiolaeth wrth ffurfio barn
- ✓ cysylltu gyda materion cyfoes yn seiliedig ar eu gwybodaeth a'u gwerthoedd
- deall a gweithredu eu cyfrifoldebau a'u hawliau dynol a democrataidd
- ✓ deall ac ystyried effaith eu gweithredoedd wrth wneud dewisiadau a gweithredu
- ✓ wybodus am eu diwylliant, cymuned, cymdeithas a'r byd, nawr ac yn y gorffennol
- parchu anghenion a hawliau eraill, fel aelod o gymdeithas amrywiol
- ✓ dangos eu hymrwymiad i gynaliadwyedd y blaned

ac sydd yn barod i fod yn ddinasyddion Cymru a'r byd

## cyfranwyr mentrus, creadigol sydd yn:

- ✓ cysylltu ac yn defnyddio eu gwybodaeth a'u sgiliau i greu syniadau a chynnyrch
- ✓ meddwl yn greadigol i ail-lunio a datrys problemau
- adnabod a bachu cyfleoedd
- cymryd risgiau wedi'u mesur
- ✓ arwain a chwarae rhan wahanol mewn timau yn effeithiol ac yn gyfrifol
- ✓ mynegi syniadau ac emosiynau trwy wahanol gyfryngau
- rhoi eu hegni a'u sgiliau fel bod pobl eraill yn elwa

ac yn barod i chwarae rhan lawn mewn bywyd a gwaith

## unigolion iach, hyderus sydd yn:

- berchen ar werthoedd cadarn ac yn sefydlu eu credoau ysbrydol a moesegol
- ✓ cynyddu eu lles meddyliol ac emosiynol wrth ddatblygu hyder, gwytnwch ac empathi
- ✓ mynegi gwybodaeth am effaith diet ac ymarfer corff ar iechyd corfforol a meddyliol yn eu bywydau o ddydd i ddydd
- deall sut i ddod o hyd i'r wybodaeth a'r gefnogaeth i gadw'n ddiogel ac yn iach
- ✓ cymryd rhan mewn gweithgaredd corfforol
- gwneud penderfyniadau pwylllog am ffordd o fyw a rheoli risg
- ✓ gyda hyder i gymryd rhan mewn perfformiad
- ✓ creu perthnasoedd positif wedi selio ar ymddiriedaeth a pharch at ei gilydd
- ✓ wynebu a goresgyn her
- berchen ar sgiliau a gwybodaeth i reoli bywyd bob dydd mor annibynnol ag y gallant

ac yn barod i fyw bywyd cyflawn fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas





## Darllen pellach

Mae yna filoedd o weithgareddau cysylltiad â natur ar-lein sydd wedi'u cynllunio i fod yn addas ar gyfer ystod eang o gyfranogwyr ac yn gallu cael eu haddasu i weddu gwahanol anghenion, oedrannau a chyd-destunau. Dyma rai gan sefydliadau adnabyddus:

- <https://www.sharingnature.com/nature-activities.html>
- <https://www.sensorytrust.org.uk/resources/activities>
- <https://ukforestschoools.com/>
- <https://www.wildernessawareness.org/>
- <https://kidsofthewild.co.uk/category/wildlife-nature-connection-ideas-family-kids-children/connect-with-nature-kids-need-nature-connection/>
- <https://theimaginationtree.com/60-nature-play-ideas-for-kids/>
- <https://transitionnetwork.org/do-transition/starting-transition/7-essential-ingredients/vision/>
- <https://workthatreconnects.org/resources/about/>

Mae'r llyfr gwaith hwn yn llawn o weithgareddau cysylltiad â natur ac maen arbennig o berthnasol i gynllunio prosiect fel gardd fwyd, cynefin bywyd gwyllt, neu arfarniad 'systemau cyfan' o leoliad dysgu. Mae'n ganllaw cam wrth gam i ddod i ddeall safle (ei bobl a'i ecosystemau, a'u swyddogaethau a'u pwrpas) a dyfeisio datrysiadau ymarferol i leihau'r defnydd o ynni a chynyddu digonedd.

- <https://www.permanentpublications.co.uk/port/permaculture-design-companion-a-practical-workbook-for-integrating-people-and-places-by-jasmine-dale/>

