Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK

SHRN Cynradd
Arolwg Iechyd a Lles

Gweminar Gwybodaeth Athrawon

Dydd Iau 19eg Ionawr 2023

Cyflwyniadau

Rosie Mellors
Rheolwr Rhwydwaith SHRN
mellorsr@cardiff.ac.uk

Dr Kelly Morgan
Uwch Gymrawd Ymchwil
Arweinydd Ymchwil SHRN
Cynradd (Meintiol)

Maria Boffey
Rheolwr Rhwydwaith SHRN
boffeym@cardiff.ac.uk

Rhydian Jones
Cyfarwyddwr Dysgu, Lles, Tŷ
a PSHE (Ysgol Aberconwy)

Agenda

- Beth yw SHRN?
- Pam SHRN?
- Cymryd rhan
- Cwestiwn & ateb

Beth yw SHRN?

Nod SHRN yw gwella iechyd a lles pobl ifanc drwy:

- Darparu data iechyd a lles cadarn i ysgolion a rhanddeiliaid cenedlaethol/rhanbarthol
- Cynhyrchu ymchwil o ansawdd uchel yn yr ysgol ac ymchwil iechyd a lles i Gymru
- Cynhyrchu tystiolaeth newydd ar y ffordd orau o wella iechyd a lles pobl ifanc yn yr ysgol.
- Helpu ysgolion, a’r rhai sy’n cefnogi ysgolion, i ddeall tystiolaeth ymchwil iechyd a sut y gellir ei defnyddio i wella iechyd.

Sut?

- Arolwg bob dwy flwyddyn, gan gynnwys pynciau fel:
  - Bwyta’n iach a gweithgaredd corfforol,
  - Iechyd a lles meddyliol ac emosiynol,
  - Ysmygu, alcohol a defnyddio sylweddau eraill, a
  - Rhyw a pherthnasoedd.
- Adrodd:
  - Cenedlaethol
  - Awdurdod lleol
  - Lefel ysgol (gyda meincnodau cenedlaethol)
- Digwyddiadau a gweithgareddau

Ehangu i ysgolion cynradd

Awst 2020: Astudiaeth dichonoldeb ariannu Llywodraeth Cymru. Adroddiad canfyddiadau allweddol.

Hydref 2021- Gwanwyn 2022: Cyllid a dderbyniwyd ar gyfer ehangu i weddill CA2.

Haf 2022: Profi a mireinio holiadur yr arolwg.

Hydref 2022: Gwahoddiad i ysgolion yng Nghonwy, Sir Fynwy, Casnewydd a RCT

Gwanwyn 2023: Gwahoddiad i holl ysgolion Cymru

Arolwg i gwblhau erbyn 31ain Mawrth 2023.

Yr Arolwg Iechyd a Lles

Yn casglu data demograffeg a chanlyniadau ar:

- iechyd meddwl,
- lles goddrychol,
- pontio ysgol,
- bwlio,
- ymddygiadau ehangach sy'n gysylltiedig ag iechyd, a
- cysylltedd ysgol.

Data'r Arolwg ac Adroddiadau

- Adroddiadau lefel ysgol pwrpasol, gyda chanllawiau ac arfer orau.

Adroddiad Enghreifftiol Astudiaeth Iechyd a Lles Plant 2022 Adroddiad Adborth

- Adroddiad cenedlaethol ar gyfer meincnodi (Gorffennaf 2023)
- Adroddiadau ar lefel awdurdod lleol (lle'n posibl)

Mae Cydlynwyr Ysgolion Iach yn cefnogi ysgolion i ddefnyddio data SHRN i wella iechyd a lles yn eu hysgolion.

Pam SHRN?

‘Pam ddylai fy ysgol gymryd rhan?’

Maria Boffey
Rheolwr Rhwydwaith SHRN
boffeym@cardiff.ac.uk

Rhydian Jones
Cyfarwyddwr Dysgu, Lles, Tŷ a PSHE (Ysgol Aberconwy)

Pam mae SHRN yn wahanol i arolygon Iechyd a Lles eraill?

- Mae SHRN yn ddiguro o ran ei effaith a'i faint
- Rhwydwaith sy'n integreiddio ysgolion cynradd ac uwchradd, sy'n leihau nifer yr arolygon sydd angen eu cwblhau.

Pam ddylai ysgolion cynradd gwblhau arolwg SHRN?

- Mae data yn helpu i nodi anghenion iechyd a lles allweddol.
- Mae adroddiadau data lefel ysgol yn galluogi tracio, monitro a chynllunio gwelliannau ar draws lles disgyblion.
- Mae'n cynorthwyo cynllunio ac yn cyfoethogi'r cwricwlwm e.e ym meysydd dysgu iechyd a lles, addysg gorfforol a gwyddoniaeth.
- Yn hysbysu mentrau ysgolion iach.
- Mae'n darparu cyfle sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer gweithio cyd-gysylltiedig ar draws plentyndod a llencyndod, a pontio i'r ysgol uwchradd.
- Yn chwarae rhan ganolog wrth gyflwyno a gwerthuso'r Dull Ysgol Gyfan o ymdrin ag iechyd meddwl a lles
- Ymgysylltu holl aelodau cymuned yr ysgol ag anghenion iechyd eu dysgwyr.

Rhydian Jones
Cyfarwyddwr Dysgu, Lles, Tŷ
a PSHE (Ysgol Aberconwy)

Impact / Effaith 2013-2023

Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK

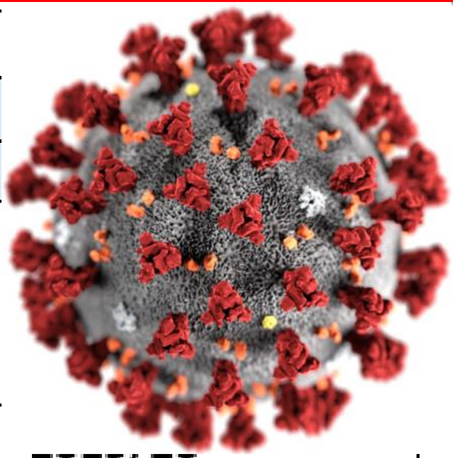
YSGOL ABERCONWY

Ddiolchgar / Grateful

Facts & Figures 'wooly subject' / Ffeithiau a Ffigurau

Fortunate - trends over 10 years / Ffodus – tueddiadau dros 10 mlynedd

2013/14			2015/16			2017/18			
Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male
						61%	63%	63%	61%



Students who usually drink one or more energy drinks a day

2013/14			2015/16			2017/18					
Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL
7%	3%	5%	5%	4.8%	4.9%	6%	5%	6%	4%	3%	3%

Impact interventions / Effaith ymyrraeth

Students who usually drink one or more sugary soft drinks a day

2013/14			2015/16								
Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL
29%	35%	32%	32%	28%	30%	14%	16%	16%	17%	14%	16%

2013/14

YSGOL ABERCONWY

Context/Cyd-destun

PFI

(%) of students who usually drink **one or more** sugary drinks a day

(%) o'r disgyblion sydd fel arfer yn yfed **un neu fwy** diod siwgraidd y dydd

	2013/14		
	Male	**Female**	**Total**
Ysgol Aberconwy	29%	35%	32%
Wales Average	22%	20%	21%

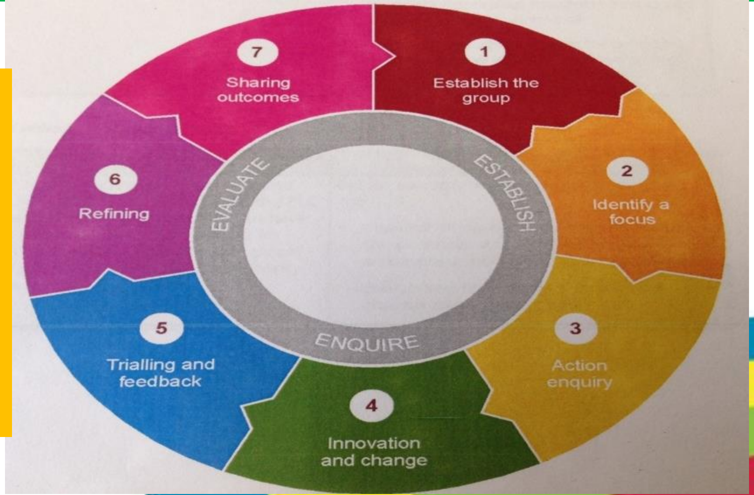
= 47% Decrease!

Remained 16%!

	2015/16			2017/18		
	Male	Female	Total	Male	Female	Total
Ysgol Aberconwy	32%	28%	30%	14%	16%	16%
Wales Average	20%	17%	19%	21%	16%	19%

*Newid Polisi- 2 x Conwy PFI (2600+ disgyblion) subsequent reductions of 42% and 38%

- PLC Staff
- PLC Disgyblion



Prosiect traws-gwricwlaidd

Students who usually go to bed at 11.30pm or later when they have school the next day

2013/14 (11PM)			2015/16			2017/18		
Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL	Male	Female	TOTAL
55%	43%	49%	35%	30%	32.5%	25%	19%	23%

Proudest ... / Balch ...

iACH
ABERCONWY

Informed

AOLE WORK

H&W
Whole school approach / Dull ysgol gyfan

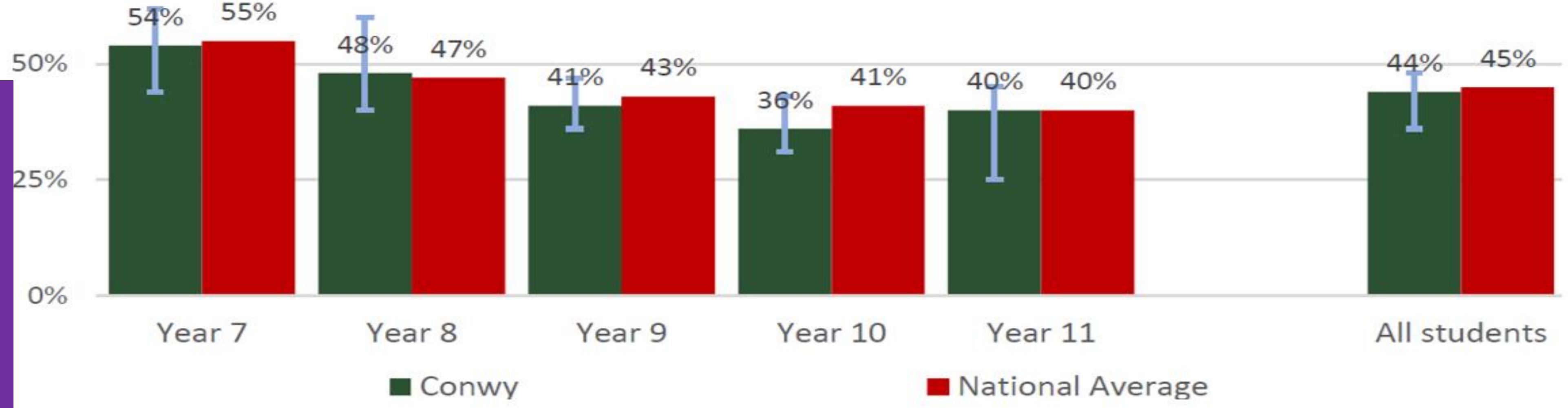
Additional 6awr/wythnos x 10!

Share end / Rhannu diwedd...

Gweledigaeth / Vision

<u>PRIMARY</u> SHRN Leader model / / Model Arweinwyr clwstwr CYNRADD SHRN

<u>Strengthen Relationship /Cryfhau Perthynas</u>



a) Total number of students in 7DM that usually eat breakfast every weekday = ...

b) How many students are in 7DM today? (answered this survey today) ....

c) Divide your answer to a) with your answer to b) and multiply by 100

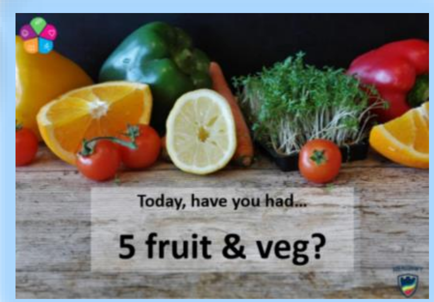
SO Percentage of students in 7DM who usually eat breakfast every weekday = ...%

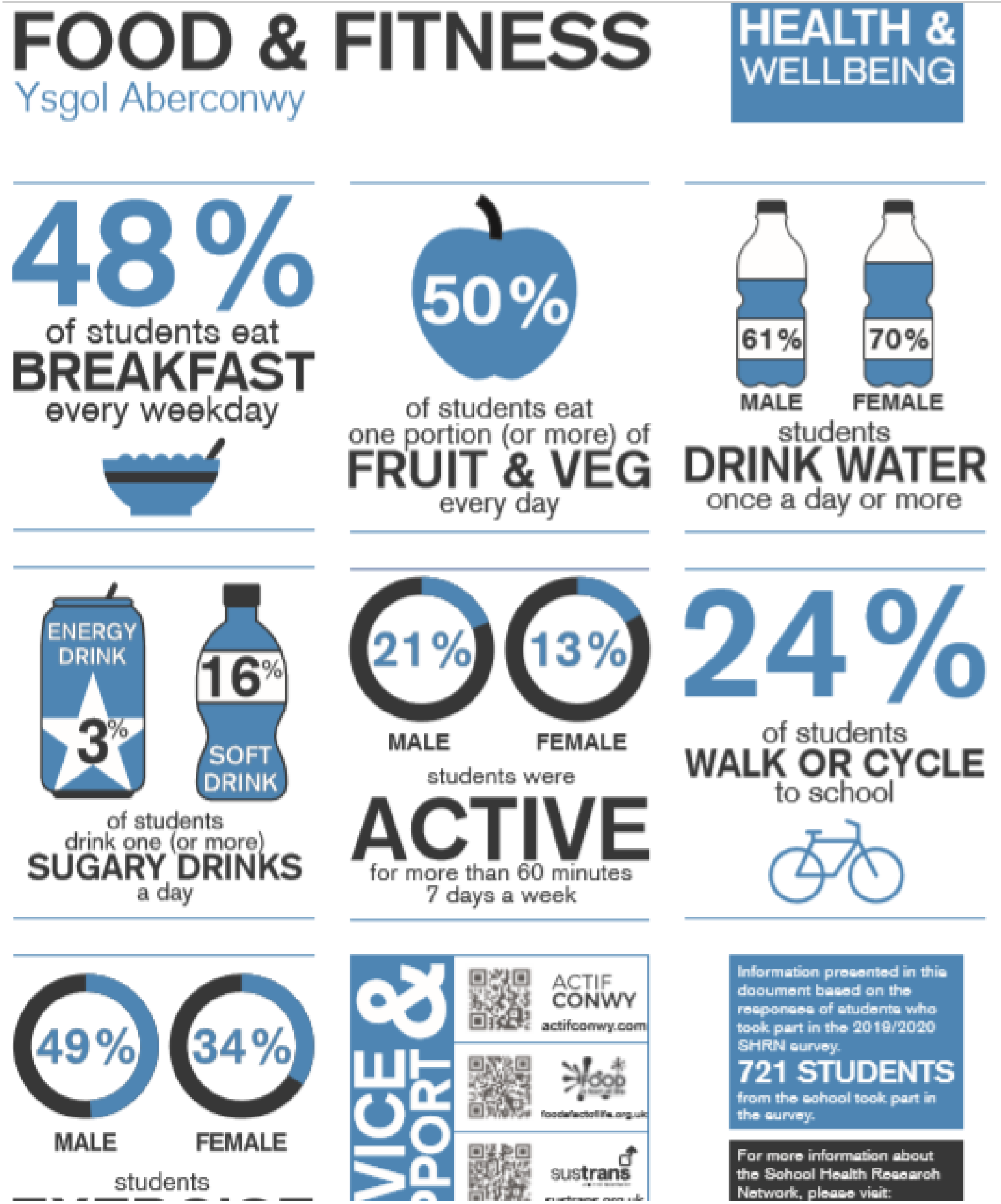
d) Draw a bar chart graph (same as above) of 7DM's results=

<u>UWCHRADD</u> Adroddiad Clwstwr

Rhieni!

Preventative / Ataliol





Your Primary data - earlier intervention / Eich data Cynradd - Ymyrraeth gynharach

1 in 4

people experience problems with sadness, stress, worry and anxiety.

You are not alone.

mind Aberconwy

for better mental health
o blaid gwell iechyd meddwl

'Hapus' transition days

RHAID cynnwys eraill / MUST involve others

CYD-DESTUN
Adroddiadau Conwy a Cymru / Reports

Remember celebrate / Cofiwch ddathlu!

Proactive

Transferrable / Trosglwyddadwy

Diolch am wrando

iACH
ABERCONWY

Cymryd rhan yn yr Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr: Cyfnod Allweddol 2

‘Beth fydd yn ei olygu?’

Dr Kelly Morgan
Uwch Gymrawd Ymchwil
Arweinydd Ymchwil SHRN
Cynradd (Meintiol)

Trosolwg

1. Y broses gofrestru
2. Paratoi ar gyfer yr arolwg
3. Cynnal yr arolwg
4. Ar ôl yr arolwg

Y broses gofrestru

- Derbyn gwahoddiad trwy e-bost gan y tîm astudio
- Ymateb i’r e-bost, cwblhau a dychwelyd cytundeb ymchwil wedi’i lofnodi:
  - Enwebwch athro CA2
  - Cadarnhau dyddiad ar gyfer cynnal yr arolwg
  - Cadarnhau dull yr ysgol o gysylltu â rhieni

RESEARCH AGREEMENT

For the purposes of the study entitled **Student Health & Wellbeing Survey: Expansion of SHRN across Key stage 2**

This agreement dated ………………………… is made between:

Dr Kelly Morgan, Lianna Angel & Safia Ouerghi (on behalf of DECIPHer, Cardiff University)

AND

…………………………………………………………………………………………
(hereafter known as “the school”),

Research outline

This research, funded by the Welsh Government, is the second phase of a feasibility study to explore how the School Health Research Network (SHRN) might be developed further into primary schools to inform efforts to improve pupil’s health and wellbeing. Currently, SHRN brings together all mainstream

CYTUNDEB YMCHWIL

At ddibenion yr astudiaeth o’r enw **Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr: Ehangu’r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion ar draws Cyfnod Allweddol 2**

Gwneir y cytundeb dyddiedig ………………………… hwn rhwng:

Dr Kelly Morgan, Lianna Angel a Safia Ouerghi, (ar ran DECIPHer, Prifysgol Caerdydd)

AC

…………………………………………………………………………………………
(y’i gelwir “yr ysgol” o hyn ymlaen),

Amlinelliad o’r ymchwil

Yr ymchwil hon, a ariennir gan Lywodraeth Cymru, yw ail gam astudiaeth hyfywedd i archwilio sut gallai’r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith) gael ei datblygu ymhellach mewn ysgolion cynradd i lywio ymdrechion i wella iechyd a lles disgyblion. Ar hyn o bryd, mae’r Rhwydwaith

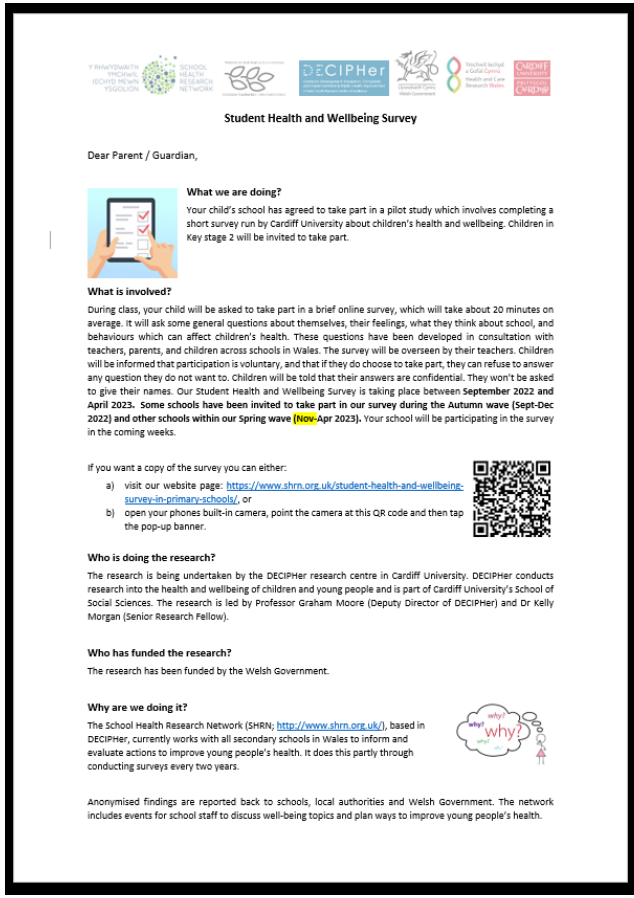
Paratoi- ar ôl cofrestru

1. Derbyn y dogfennau astudio

- Taflenni gwybodaeth i rieni/gwarcheidwaid
- Canllaw i athrawon
- Copi o'r holiadur wedi ei anodi i'r athro

2. Dosbarthu gwybodaeth rhieni ar gyfer holl ddisgyblion Cyfnod Allweddol 2

- Caniatáu lleiafswm o 2 wythnos ac anfon nodyn atgoffa
- Coladu cyfathrebiadau optio allan



Student Health and Wellbeing Survey

Dear Parent / Guardian,

What we are doing?

Your child's school has agreed to take part in a pilot study which involves completing a short survey run by Cardiff University about children's health and wellbeing. Children in Key stage 2 will be invited to take part.

What is involved?

During class, your child will be asked to take part in a brief online survey, which will take about 20 minutes on average. It will ask some general questions about themselves, their feelings, what they think about school, and behaviours which can affect children's health. These questions have been developed in consultation with teachers, parents, and children across schools in Wales. The survey will be overseen by their teachers. Children will be informed that participation is voluntary, and that if they do choose to take part, they can refuse to answer any question they do not want to. Children will be told that their answers are confidential. They won't be asked to give their names. Our Student Health and Wellbeing Survey is taking place between **September 2022 and April 2023. Some schools have been invited to take part in our survey during the Autumn wave (Sept-Dec 2022) and other schools within our Spring wave (Nov-Apr 2023).** Your school will be participating in the survey in the coming weeks.

If you want a copy of the survey you can either:

a) visit our website page: https://www.shrn.org.uk/student-health-and-wellbeing-survey-in-primary-schools/, or
b) open your phones built-in camera, point the camera at this QR code and then tap the pop-up banner.

Who is doing the research?

The research is being undertaken by the DECIPHer research centre in Cardiff University. DECIPHer conducts research into the health and wellbeing of children and young people and is part of Cardiff University's School of Social Sciences. The research is led by Professor Graham Moore (Deputy Director of DECIPHer) and Dr Kelly Morgan (Senior Research Fellow).

Who has funded the research?

The research has been funded by the Welsh Government.

Why are we doing it?

The School Health Research Network (SHRN; http://www.shrn.org.uk/), based in DECIPHer, currently works with all secondary schools in Wales to inform and evaluate actions to improve young people's health. It does this partly through conducting surveys every two years.

Anonymised findings are reported back to schools, local authorities and Welsh Government. The network includes events for school staff to discuss well-being topics and plan ways to improve young people's health.

Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr

Annwyl Riant / Gwarcheidwad,

Beth rydyn ni'n ei wneud?

Mae ysgol eich plentyn wedi cytuno i gymryd rhan mewn astudiaeth, sy'n cynnwys arolwg byr gan Brifysgol Caerdydd am iechyd a lles plant. Bydd plant yng Nghyfnod Allweddol 2 yn cael eu gwahodd i gymryd rhan.

Beth sy'n gysylltiedig?

Yn ystod gwers, gofynnir i'ch plentyn gymryd rhan mewn arolwg ar-lein byr, a fydd yn cymryd tuag 20 munud, ar gyfartaledd. Bydd yn gofyn rhai cwestiynau cyffredinol i'r disgybl am ei hun, ei deimladau, ei farn am yr ysgol, ac ymddygiadau sy'n gallu effeithio ar iechyd plant. Mae'r cwestiynau hyn wedi cael eu datblygu trwy ymgynghori ag athrawon, rhieni a phlant mewn ysgolion ar draws Cymru. Athrawon y plant fydd yn goruchwylio'r arolwg. Bydd plant yn cael gwybod bod cymryd rhan yn wirfoddol ac, os byddant yn dewis cymryd rhan, gallant wrthod ateb unrhyw gwestiwn nad ydynt am ei ateb. Bydd plant yn cael gwybod bod eu hatebion yn gyfrinachol. Ni ofynnir i'r plant roi eu henw. Cynhelir ein Harolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr **rhwng mis Medi 2022 ac Ebrill 2023. Mae rhai ysgolion wedi'u gwahodd i gymryd rhan yn ein harolwg yn ystod ton yr Hydref (Medi-Rhagfyr 2022) ac ysgolion eraill yn ystod ton y Gwanwyn (Tachwedd 2022-Ebrill 2023).** Bydd eich ysgol yn cymryd rhan yn yr arolwg yn ystod yr wythnosau nesaf.

Os hoffech gael copi o'r arolwg gallwch naill ai:

a) fynd i dudalen ein gwefan: https://www.shrn.org.uk/cy/arolwg-iechyd-a-lles-myfyrwyr-mewn-ysgolion-cynradd-2022/, neu
b) agor camera eich ffôn, pwyntio'r camera at y côd QR hwn ac yna tapio'r faner naid.

Pwy sy'n gwneud yr ymchwil?

Mae'r ymchwil yn cael ei gwneud gan ganolfan ymchwil DECIPHer ym Mhrifysgol Caerdydd. Mae DECIPHer yn cynnal ymchwil i iechyd a lles plant a phobl ifanc ac mae'n rhan o Ysgol Gwyddorau Cymdeithasol Prifysgol Caerdydd. Arweinir yr ymchwil gan yr Athro Graham Moore (Dirprwy Gyfarwyddwr DECIPHer) a Dr Kelly Morgan (Uwch-gymrawd Ymchwil).

Pwy sydd wedi ariannu'r ymchwil?

Ariannwyd yr ymchwil gan Lywodraeth Cymru.

Pam rydyn ni'n gwneud yr ymchwil?

Ar hyn o bryd, mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y rhwydwaith; http://www.shrn.org.uk/), sydd wedi'i leoli yn DECIPHer, yn gweithio gyda phob ysgol uwchradd yng Nghymru i lywio a gwerthuso camau i wella iechyd pobl ifanc. Mae'n gwneud hyn yn rhannol trwy gynnal arolygon bob dwy flynedd.

Mae canfyddiadau dienw yn cael eu hadrodd yn ôl i ysgolion, awdurdodau lleol a Llywodraeth Cymru. Mae'r rhwydwaith yn cynnwys digwyddiadau i staff ysgolion drafod pynciau lles a chynllunio ffyrdd o wella iechyd pobl

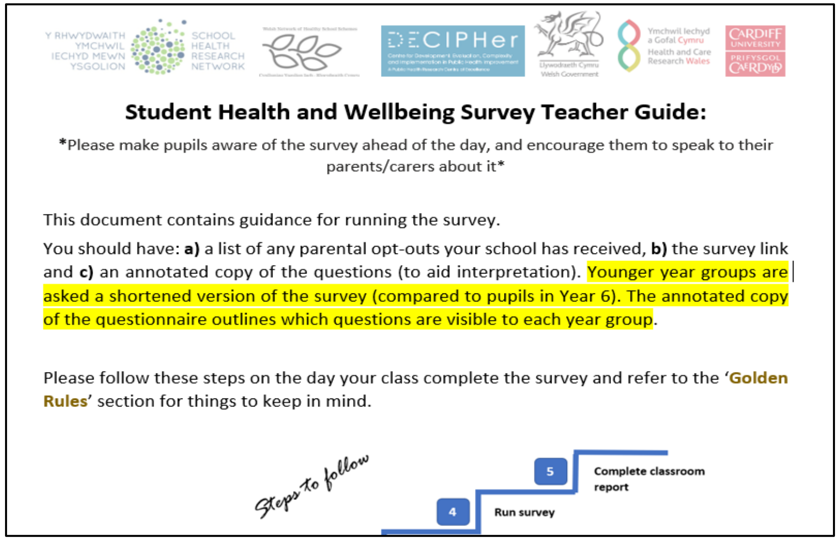
Paratoi- ar ôl cofrestru

3. Ymgyfarwyddo â chyfarwyddiadau athrawon

- Canllaw i athrawon a chopi o’r arolwg wedi ei anodi

4. Derbyn linc arolwg

- Wedi’i anfon trwy e-bost un wythnos cyn y dyddiad y mae eich ysgol wedi’i cynllunio i wneud yr arolwg.
- Arolwg i gael ei weinyddu o fewn 2 wythnos y cyfnod optio allan rhieni.



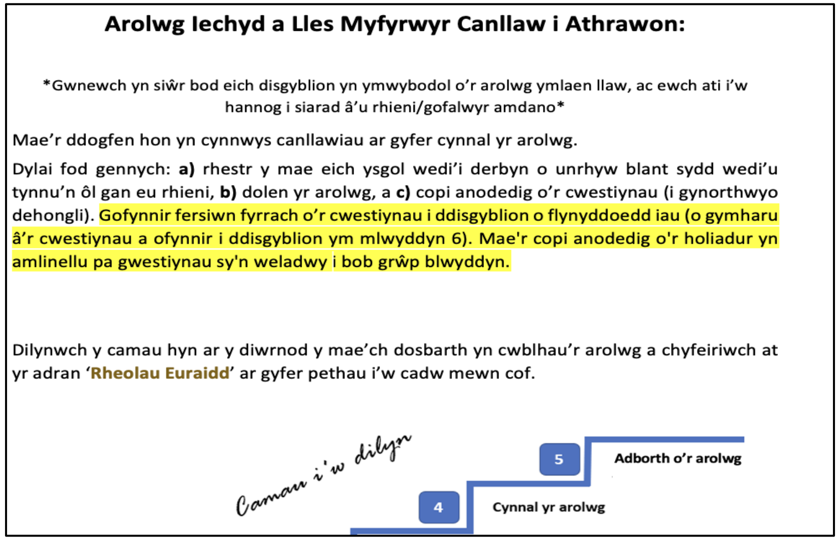
Student Health and Wellbeing Survey Teacher Guide:

Please make pupils aware of the survey ahead of the day, and encourage them to speak to their parents/carers about it

This document contains guidance for running the survey.

You should have: **a)** a list of any parental opt-outs your school has received, **b)** the survey link and **c)** an annotated copy of the questions (to aid interpretation). Younger year groups are asked a shortened version of the survey (compared to pupils in Year 6). The annotated copy of the questionnaire outlines which questions are visible to each year group.

Please follow these steps on the day your class complete the survey and refer to the ‘**Golden Rules**’ section for things to keep in mind.



Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr Canllaw i Athrawon:

Gwnewch yn siŵr bod eich disgyblion yn ymwybodol o’r arolwg ymlaen llaw, ac ewch ati i’w hannog i siarad â’u rhieni/gofalwyr amdano

Mae’r ddogfen hon yn cynnwys canllawiau ar gyfer cynnal yr arolwg.

Dylai fod gennych: **a)** rhestr y mae eich ysgol wedi’i derbyn o unrhyw blant sydd wedi’u tynnu’n ôl gan eu rhieni, **b)** dolen yr arolwg, a **c)** copi anodedig o’r cwestiynau (i gynorthwyo dehongli). Gofynnir fersiwn fyrrach o’r cwestiynau i ddisgyblion o flynyddoedd iau (o gymharu â’r cwestiynau a ofynnir i ddisgyblion ym mlwyddyn 6). Mae'r copi anodedig o'r holiadur yn amlinellu pa gwestiynau sy'n weladwy i bob grŵp blwyddyn.

Dilynwch y camau hyn ar y diwrnod y mae’ch dosbarth yn cwblhau’r arolwg a chyfeiriwch at yr adran ‘**Rheolau Euraidd**’ ar gyfer pethau i’w cadw mewn cof.

Ar y dydd- logisteg

- Dosbarth/lle i gwblhau'r arolwg
- Tua 20 munud i gwblhau
- Sicrhau bod y rhai sydd wedi optio allan yn cael gweithgaredd arall

- Mae angen Wi-Fi i agor yr arolwg
- Bydd angen cyfrifiadur/tabled ar bob disgybl
- Mae pob disgybl yn agor y linc electronig yr arolwg.

Ar y dydd – cwblhau'r arolwg

Children's Health & Wellbeing Survey 2022/23

What language do you want to use...
Pa iaith ydych chi am ei defnyddio...

- English / Saesneg
- Welsh / Cymraeg

Next

Cydsynio disgyblion

	Please tick each circle if you agree
My teacher has told me what this survey is about.	○
I've had a chance to ask my teacher any question I had about this survey.	○
I understand it is my choice if I want to do the survey.	○
I understand I can skip any question I do not want to answer and stop doing the survey at any time.	○

Please chose from the two options below and then click 'Next' at the bottom of the page.

Yes, I'll do the survey. Ydw, fe wnaf yr arolwg.

No, I don't want to do the survey. Na, dwi ddim eisiau gwneud yr arolwg

	Ticiwch bob cylch os ydych chi'n cytuno
Mae fy athro wedi dweud wrthyf beth yw pwrpas yr arolwg hwn.	○
Rwyf wedi cael cyfle i ofyn unrhyw gwestiwn a gefais i'm hathro am yr arolwg hwn.	○
Rwy'n deall mai fy newis yw os ydw i am wneud yr arolwg.	○
Rwy'n deall y gallaf sgipio unrhyw gwestiwn nad wyf am ei ateb a rhoi'r gorau i wneud yr arolwg ar unrhyw adeg.	○

Dewiswch o'r ddau opsiwn isod ac yna cliciwch 'Nesaf' ar waelod y dudalen.

Yes, I'll do the survey. Ydw, fe wnaf yr arolwg.

No, I don't want to do the survey. Na, dwi ddim eisiau gwneud yr arolwg

Cwestiwn gorfodol

- Mae gan yr arolwg ffilter am y grwpiau blwyddyn gwahanol

Children's Health & Wellbeing Survey 2022/23

This section is about you....

Remember that if there are any questions you don't want to answer, you can select 'I do not want to answer'.

What school year are you in?

- ○ Year 3
- ○ Year 4
- ○ Year 5
- ○ Year 6

Arolwg Iechyd a Lles Plant 2022/23

Mae'r adran yma amdanat ti...

Cofiwch, os bydd unrhyw gwestiynau dwyt ti ddim eisiau eu hateb, rwyt ti'n gallu dewis 'Dw i ddim eisiau ateb'.

Ym mha Flwyddyn ydych?

- ○ Blwyddyn 3
- ○ Blwyddyn 4
- ○ Blwyddyn 5
- ○ Blwyddyn 6

Cwestiynau yr arolwg

- Mae gan bob cwestiwn opsiwn “Dydw i ddim eisiau ateb”
- Ymateb cau ydyn nhw i gyd (ac eithrio iaith y cartref)
- Mae’r dudalen olaf yn dangos y botwm “Gorffen yr arolwg”

- Data yn cael eu dal yn awtomatig
- Dylai pob plentyn gwblhau'r arolwg unwaith yn unig
- Gellir dod o hyd i gopïau ar wefan SHRN

Ar ôl cwblhau

- Atgoffwch y myfyrwyr am ffynonellau cymorth sydd ar gael yn yr ysgol (darperir manylion Childline ar ddiwedd yr arolwg)
- Rhowch wybod i'r tîm ymchwil am unrhyw faterion cyfrifiadur/Wi-Fi
- Bydd adroddiad adborth pwrpasol, dienw yn cael ei e-bostio i'ch ysgol ar ôl casglu a dadansoddi data

Unrhyw gwestiynau, cysylltwch: PrimarySHRN@cardiff.ac.uk

Cwestiwn & Ateb

I ofyn am lythr gwahoddiad a/neu fynegi diddordeb mewn cymryd rhan:

PrimarySHRN@cardiff.ac.uk

SHRN Ysgolion cynradd ac ymgysylltu â Rhieni a Disgyblion:

Rosie Mellors, mellorsr@cardiff.ac.uk

SHRN Ysgolion Uwchradd a'r Rhwydwaith Ehangach:

Maria Boffey, boffeym1@cardiff.ac.uk

Diolch am eich amser!