

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)

Partneriaeth bolisi, ymarfer ac
academaidd sy'n cefnogi iechyd
a lles plant a phobl ifanc mewn
ysgolion cynradd ac uwchradd
ledled Cymru.

Amlinelliad i ysgolion cynradd



Cynnwys

1.

Pwy ydym ni

2.

Beth rydym ni'n ei wneud

3.

Cipolwg ar ein
helfennau craidd

4.

Y Rhwydwaith 2024:
Amserlen i ysgolion cynradd

5.

Ein rôl yn y Cwricwlwm i
Gymru, a'r Dull Ysgol Gyfan
ar gyfer Llesiant Emosiynol
a Meddyliol

6.

Pam ddylai eich ysgol
ymuno â'r Rhwydwaith?

7.

Ymunwch â ni

8.

Dros ddegawd o
ragoriaeth – ein
llwyddiannau a'n heffaith



1.

Pwy ydym ni

Ers 2013, mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith) wedi dod ag ysgolion yng Nghymru ynghyd ag ymchwilwyr academiaidd, llunwyr polisi ac ymarferwyr o feysydd iechyd, addysg a gofal cymdeithasol i hyrwyddo dulliau wedi'u llywio gan dystiolaeth i wella iechyd a lles plant a phobl ifanc mewn ysgolion.

Mae'r Rhwydwaith wedi dod yn rhan unigryw ac amhrisiadwy o'r seilwaith iechyd a lles addysg yng Nghymru ac, at hynny, nid oes cost iddo o gwbl i ysgolion cynradd ac uwchradd a gynhelir yng Nghymru.

Mae ein partneriaeth strategol gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru ac integreiddio â Rhwydwaith Cymru o Ysgolion Hybu Iechyd a Lles (WNHWPS), ynghyd â buddsoddiad sylweddol a pharhaus gan Lywodraeth Cymru, wedi galluogi'r Rhwydwaith i dyfu'n rhwydwaith cenedlaethol o ymchwil a gwerthuso.

Mae mwy na 30 o bolisiâu a strategaethau Llywodraeth Cymru yn enwi bod y Rhwydwaith yn cefnogi'r gwaith o gyflwyno a gwerthuso agendâu ac ymyriadau polisi iechyd a lles. Mae'r rhain yn cynnwys y *Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Iechyd a Llesiant Meddyliol (2021)* ac *Adroddiad Iach a Hapus (2019)* Estyn.

'I ddefnyddio data'r rhwydwaith a sut rydym ni'n ei ddefnyddio i wella ein hysgol y mae'r diolch am ein hadroddiad cadarnhaol gan Estyn.'



2

Beth rydym ni'n ei wneud

Nodau craidd y Rhwydwaith yw gwella iechyd a lles plant a phobl ifanc trwy:

Ddarparu data trylwyr a phwrpasol ar iechyd a lles i ysgolion, rhanddeiliaid rhanbarthol a rhanddeiliaid cenedlaethol er mwyn galluogi hunanwerthuso a chynllunio gweithredu ar sail data ar draws meysydd iechyd ac addysg.

Darparu seilwaith cenedlaethol, gyda chefnogaeth Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru, i weithio gyda llunwyr polisi ac ymarferwyr o feysydd iechyd, addysg a gofal cymdeithasol i gyd-gynhyrchu ymchwil i iechyd a lles o ansawdd uchel, mewn ysgolion.



Cynhyrchu tystiolaeth ymchwil newydd ar y ffordd orau o wella iechyd a lles plant a phobl ifanc yn yr ysgol trwy hwyluso'r gwaith o gyd-gynhyrchu a gwerthuso ymyriadau ysgol gyfan, fel y Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol a'r Cwricwlwm i Gymru.

Hwyluso'r gwaith o droi tystiolaeth ymchwil i iechyd a lles mewn ysgolion yn ymarfer, gan helpu ysgolion, a'r rhai sy'n eu cefnogi, i ddeall tystiolaeth ymchwil iechyd a sut gellir ei defnyddio i wella iechyd a lles.

3.

Cipolwg ar ein helfennau craidd

1. Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith

Mae ysgolion cynradd ac uwchradd yn ein rhwydwaith yn ateb arolwg electronig, dwyieithog, iechyd a lles myfyrwyr bob dwy flynedd. Nod yr arolwg yw darparu data hygrych, o ansawdd uchel, i ysgolion ar iechyd a lles eu dysgwyr.

Mae ein harolwg iechyd a lles myfyrwyr yn gofyn i blant yng ngrwpiau blwyddyn 3-6 a phobl ifanc yng ngrwpiau blwyddyn 7-13 am amrywiol agweddau ar eu hiechyd a'u lles, gan gynnwys gweithgarwch corfforol, maeth, a bywyd ysgol. Hefyd, mae'n cynnwys pynciau allweddol eraill sy'n gysylltiedig ag iechyd a lles da yn gyffredinol, fel cwsig a chysylltedd â'r ysgol.

2. Holiadur Amgylchedd yr Ysgol y Rhwydwaith

Caiff Holiadur Amgylchedd yr Ysgol y Rhwydwaith ei lenwi gan aelod o uwch Dîm Arwain yr Ysgol bob dwy flynedd ar yr un pryd ag y caiff Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith ei weinyddu. Mae'n caniatáu am archwilio cysylltiadau rhwng polisiau ac arferion yr ysgol (e.e. arweinyddiaeth yr ysgol; ethos yr ysgol; amgylchedd yr ysgol; dysgu trwy'r cwricwlwm; ymgysylltu â theuluoedd a'r gymuned) a deilliannau iechyd dysgwyr. O'i ddefnyddio ar y cyd ag Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith, mae'n rhoi cyfle unigryw i ysgolion asesu iechyd a lles dysgwyr yng nghyd-destun polisiau ac arferion eu hysgol eu hunain.



Defnyddir data Holiadur Amgylchedd yr Ysgol gan ysgolion fel cyfrwng archwilio i baratoi ar gyfer arolygiadau ysgol Estyn a darparu tystiolaeth o ymarfer ar eu cyfer.



Y Rhwydwaith i gynhyrchu crynodebau lleyg ac adnoddau ategol sy'n amlinellu 'beth sy'n gweithio' ar gyfer ymarfer ysgolion.



Y Rhwydwaith ac Iechyd Cyhoeddus Cymru i gysoni â'r Safonau Gofynnol newydd ar gyfer WNHWPWS.



Y Rhwydwaith i gefnogi ymchwil i amrywiol agweddau ar amgylchedd yr ysgol ac amlygu sut gall ysgolion ddylanwadu ar iechyd a lles dysgwyr.

3. Data ac Adnoddau ategol y Rhwydwaith

Mae'r Rhwydwaith yn helpu ysgolion i ddeall tystiolaeth ymchwil iechyd a sut gellir ei defnyddio ar gyfer gwella iechyd. Mae'r Rhwydwaith yn gweithio'n agos gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru ac WNHWPWS i ddarparu adnoddau wedi'u llywio gan dystiolaeth. Mae adnoddau'n cynnwys gweminarau a briffiau ymchwil i ymgysylltu â holl aelodau cymuned yr ysgol, a'u cefnogi, i ddeall anghenion iechyd a lles eu dysgwyr yn well a bodloni'r anghenion hyn yn well.

4

Y Rhwydwaith 2024: Amserlen i ysgolion cynradd

Mehfin - Gorffennaf 2024

Recriwtio i'r Arolwg:

Bydd Ysgolion Cynradd yn cofrestru i gymryd rhan yn Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith a Holiadur Amgylchedd yr Ysgol y Rhwydwaith.

Medi - Rhagfyr 2024

Casglu data:

Bydd ysgolion cynradd cofrestredig:

- Yn cael pecyn cymorth arolwg y Rhwydwaith.
- Yn anfon gwybodaeth at rieni a gofalwyr.
- Yn gweinyddu'r arolwg myfyrwyr gyda'u dysgwyr.
- Yn llenwi Holiadur Amgylchedd yr Ysgol y Rhwydwaith.

Ebrill 2025

Dosbarthu adroddiadau:

- Bydd ysgolion cynradd yn cael Adroddiad Data Iechyd a Lles Myfyrwyr pwrpasol eu Hysgol.
- Bydd adroddiad Holiadur Amgylchedd yr Ysgol ar gael ar ein gwefan.

'Mae bod yn aelod o'r Rhwydwaith yn rhoi mynediad i'n hysgol i ymchwil, cymorth a gwybodaeth gyfredol a pherthnasol.'

5.

Ein rôl ym Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles y Cwricwlwm i Gymru, a'r Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol

Mae'r Rhwydwaith yn chwarae rhan arwyddocaol mewn datblygu a chyflwyno Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles y Cwricwlwm i Gymru, ynghyd â chynllunio, cyflwyno, monitro a gwerthuso'r Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol.

'Mae'r Rhwydwaith bellach yn rhan ganolog o broses hunanwerthuso ein hysgol. Mae'n ein galluogi ni i fesur cynnydd mewn agweddau ar ein dull ar gyfer iechyd a lles ein dysgwyr.'

'Yn ogystal, gallwn nawr gymharu ein hadborth ag ysgolion eraill ledled Cymru, sy'n ein helpu i fyfyrrio ar ein hymarfer a'n darpariaeth.'

Yn ogystal, mae'r Rhwydwaith yn ddull pwysig i ddysgwyr allu dylanwadau ar y weledigaeth ac ar gyflwyno gwasanaethau ac ymarfer sy'n effeithio ar eu lles, eu cyrhaeddiad a'u cyfleoedd mewn bywyd yn y dyfodol.

Trwy wreiddio llais y disgybl ym mholisiau'r ysgol, gall ysgolion gyflwyno amrywiaeth eang o fentrau lles, o weithgareddau allgyrsiol estynedig, gwell darpariaeth bwyd, i gysylltedd â'r ysgol a chymorth emosiynol.



6.

Pam ddylai eich ysgol gynradd ymuno â'r Rhwydwaith?

Mae'r Rhwydwaith yn darparu...



Strategaeth ddata ar gyfer hunanwerthuso a gwella'r ysgol

Mae **adroddiadau lefel ysgol** yn galluogi ysgolion i dargedu eu hymateb a blaenoriaethu lles eu dysgwyr.

Fframwaith seiliedig ar dystiolaeth sy'n galluogi ysgolion i fesur data yn wrthrychol a'i gymhwyso'n gyffredinol i bawb.

Mae'r Rhwydwaith yn defnyddio cwestiynau wedi'u dilysu, sy'n rhoi hyder yn y data a gasglwyd ac sy'n caniatáu am olrhain cynnydd ar draws tonnau'r arolwg a monitro ar draws grwpiau blwyddyn dysgwyr.

Monitro iechyd, addysg a phrofiad ysgol is-grwpiau bach a/neu agored i niwed yn y boblogaeth, e.e. plant a phobl ifanc sydd wedi cael profiad o ofal, gofalwyr ifanc, a phlant a phobl ifanc o dreftadaeth Sipsi, Roma a Theithiwr.



Datblygiad profesiynol a rhwydweithio

Cyfleoedd cyfoethog i gydweithredu'n bwrpasol ac yn ysbrydoledig ag ysgolion tebyg eraill.

Cefnogaeth ar gyfer dulliau clwstwr ysgolion, gan alluogi cynllunio gweithredu, gwerthuso ac adborth. Gweithio ar draws plentyndod a'r glasoed i ddeall a chefnogi digwyddiadau fel pontio i'r ysgol uwchradd yn well.

Rhwydweithiau sy'n ymgysylltu ag ymarferwyr, arweinwyr, ymchwilwyr a llunwyr polisi er mwyn i ysgolion rannu profiadau, lledaenu canfyddiadau ymchwil a dysgu gyda'i gilydd.

Adnoddau wedi'u llywio gan dystiolaeth, gan gynnwys gweminarau a briffiau ymchwil, sy'n ymgysylltu â holl aelodau cymuned yr ysgol a'u cefnogi.



Troi tystiolaeth ymchwil iechyd a lles ysgolion yn ymarfer

Adroddiadau anhysbys ac wedi'u hagredu fel y gellir rhannu data a chynnal trafodaethau â rhanddeiliaid allweddol yng nghymuned yr ysgol. Hefyd, mae'n annog dysgwyr i fod yn fwy gonest â'u hatebion gan na allant gael eu hadnabod.

Integreiddio â WNHWPS, sy'n hysbysu gwaith ar lefelau cenedlaethol, rhanbarthol a lleol.

Data allweddol i Iechyd Cyhoeddus Cymru i nodi beth sy'n gweithio i wella iechyd a lles mewn ysgolion.

Mae'r Rhwydwaith yn cefnogi...



Y Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol a'r Cwricwlwm i Gymru

Seilwaith ymarfer wedi'i arwain gan ddata i ddylanwadu'n gadarnhaol ar iechyd a lles plant o fewn y dull ysgol gyfan. Mae ysgolion sy'n defnyddio data ar eu dysgwyr a'r amgylchedd fel tystiolaeth o ymarfer gwybodus wedi cael eu canmol fel mater o drefn gan Estyn.

Dull targedig ar gyfer adolygu a datblygu'r cwricwlwm Addysg Personol a Chymdeithasol (ABCh) oherwydd gellir edrych ar y data yn ôl grwpiau blwyddyn a rhywedd.



Diwylliant a datblygiad yr ysgol

Cyd-gynhyrchu a gwerthuso ymyriadau ysgol gyfan, gan ddarparu data a all helpu i sicrhau bod llais y disgybl yn cael ei glywed, bod tystiolaeth ohono a'i fod yn cael ei gynnwys yng nghynllunio'r ysgol.

Cefnogi diwylliannau sicrwydd ac empathi, lle gall dysgwyr gael sicrwydd nad ydynt ar eu pen eu hunain o ran eu teimladau a/neu werthfawrogi bod eraill yn teimlo'n wahanol iddyn nhw ac y gall fod angen cymorth arnynt.

Cydsyniad a diogelu. Mae Pwyllgor Moeseg Prifysgol Caerdydd wedi adolygu a chymeradwyo ein hymchwil.

Annog trafodaethau hyderus am flaenoriaethau lles ar holl lefelau cymuned yr ysgol.

'Mae bod yn aelod o'r Rhwydwaith yn rhoi mynediad i ymchwil, cymorth a gwybodaeth gyfredol a pherthnasol.'

7

Ymunwch â ni

Rhwng 2022-23, fe wnaeth dros 32,500 o ddysgwyr o 354 o ysgolion cynradd ar draws Cymru gymryd rhan yn ein harolwg iechyd a lles peilot ar bynciau fel bwyta'n iach a gweithgarwch corfforol, defnyddio dyfeisiau electronig a phontio rhwng ysgolion.

Ym mis Mehefin 2024, rydym yn gwahodd pob ysgol gynradd yng Nghymru i ddod yn rhan o'r rhwydwaith iechyd a lles mwyaf, a mwyaf gweithgar, o ysgolion yn y wlad. Byddant yn ymuno â'r 100% o ysgolion uwchradd a gynhelir sydd eisoes wedi'u recriwtio i'r rhwydwaith.

Mae'r Rhwydwaith yn cynnig cyfleoedd cyfoethog i ysgolion cynradd gydweithredu'n bwrpasol ac yn ysbrydoledig ag ysgolion tebyg eraill, gan roi'r cyfle unigryw iddynt hefyd gynhyrchu eu data lefel ysgol eu hunain i lywio'u cynlluniau iechyd a lles a rhoi amrywiaeth eang o welliannau ar waith yn eu hysgol.

Mae ein staff yn arwain casgliad amrywiol o rwydweithiau sy'n ymgysylltu ag ymarferwyr, arweinwyr, ymchwilwyr a llunwyr polisi. Mae rhwydweithiau o'r fath yn rhoi cyfle i bawb rannu eu profiadau, lledaenu canfyddiadau ymchwil a dysgu gyda'i gilydd.

Yn ei dro, mae ein partneriaid a'n cydweithredwyr rhanbarthol a chenedlaethol yn defnyddio data'r Rhwydwaith i gefnogi ysgolion a sicrhau buddsoddiad yng nghymunedau ysgolion, gan greu cyfleoedd targedig i blant a phobl ifanc trwy gyflwyno gweithgareddau a mentrau i hybu eu hiechyd a'u lles.

Os ydych chi'n cynrychioli ysgol gynradd yng Nghymru ac yr hoffech ddysgu rhagor am ddod yn aelod o'r Rhwydwaith, neu gwblhau casgliad data 2024, e-bostiwch primarySHRN@cardiff.ac.uk



Lawrlwythwch yr adroddiadau hyn



Lawrlwythwch gopi o'n hadroddiad ysgol gynradd enghreifftiol.



Lawrlwythwch ganfyddiadau allweddol o Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr mewn Ysgolion Cynradd y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion 2022-23.

8.

Dros ddegawd o ragoriaeth - ein llwyddiannau a'n heffaith

Rydym wedi torri tir newydd wrth hwyluso'r gwaith o droi tystiolaeth ymchwil iechyd a lles ysgolion yn ymarfer. Rydym yn gweithio gydag ysgolion i sicrhau bod ganddynt wybodaeth a chymorth i wneud gwahaniaeth gwirioneddol i iechyd a lles eu dysgwyr.

Mae ysgolion ledled Cymru wedi gwreiddio data'r Rhwydwaith yng nghynlluniau datblygu eu hysgol, ac wedi rhoi amrywiaeth o welliannau a mentrau iechyd a lles ar waith, gan gynnwys:

- Cynnig mwy o amrywiaeth o weithgareddau allgyrsiol i hybu gweithgarwch corfforol.
- Gwella gwerth maethol y bwyd a ddarperir.
- Cryfhau a gwella cysylltedd â'r ysgol. a mwy!

Rydym yn hynod falch o'n gwaith a'n cyflawniadau.

Ewch i shrn.org.uk i ddarllen am brofiadau ysgolion o gymryd rhan yn y Rhwydwaith a sut galluogodd canlyniadau'r arolwg iddynt ddathlu eu cryfderau a gweithio ar heriau.

'Mae'r Rhwydwaith wedi ein helpu i ddathlu ein llwyddiannau niferus ynghyd â chyflwyno ymyriadau targedig lle mae'r angen mwyaf amdanynt.'

'Mae'r Rhwydwaith wedi ein helpu i addysgu ein dysgwyr a'n staff i wneud dewisiadau ffordd o fyw iachus a gwybodus a fydd yn cael effeithiau pellgyrhaeddol ar eu hiechyd a'u lles gydol oes.'



Y RHWYDWAITH
YMCHWIL
IECHYD MEWN
YSGOLION



THE SCHOOL
HEALTH
RESEARCH
NETWORK

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)

SPARK
Heol Maendy
Caerdydd
CF24 4HQ

 shrn.org.uk

 SHRN@cardiff.ac.uk

 [@SHRNWales](https://twitter.com/SHRNWales)

 [SHRN Wales](https://www.youtube.com/SHRNWales)



Rhannu ac arbed y ddogfen hon

Cedwir pob hawl.

I amddiffyn cyfrinachedd, modelau sy'n ymddangos
ym mhob ffotograff.

Cyhoeddwyd gyntaf gan y Rhwydwaith © 2024.