Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

THE SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK

shrn.org.uk

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN).

Ymgawedd ymchwil, seiliedig ar dystiolaeth, at wella iechyd a lles pobl ifanc mewn lleoliadau ysgol.

Enghreifftiau diweddar o'n llwyddiannau a'n heffaith.

Rhwydwaith Ysgolion Cymru sy'n Hybu Iechyd a Lles
Welsh Network of Health and Well-being Promoting Schools

DECIPHer
Centre for Development, Evaluation, Complexity and Implementation in Public Health Improvement
A Public Health Research Centre of Excellence

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru | Public Health Wales

CANCER RESEARCH UK

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

CARDIFF UNIVERSITY
PRIFYSGOL CAERDYDD

Cynnwys

1. **Gwybodaeth am y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith)** **2**

2. **Dros ddegawd o ragoriaeth – ein llwyddiannau a'n heffaith** **2**

3. **Astudiaethau achos ac effaith y Rhwydwaith** **3**

3.1 Ysgol Basaleg – Dull ysgol gyfan, yn seiliedig ar dystiolaeth, dan arweiniad llais y dysgwyr, ar gyfer datblygu arferion addysgu newydd sy'n blaenoriaethu iechyd a lles meddyliol.

3.2 Ysgol Uwchradd Cantonian – Bodloni anghenion ein dysgwyr ar sail ein data o'r Rhwydwaith a llais y disgybl.

3.3 Ysgol Uwchradd yr Eglwys Newydd – Defnyddio Data'r Rhwydwaith i Sicrhau bod Anghenion Lles Eu Dysgwyr yn Ganolog Iddynt.

3.4 Ysgol Uwchradd Willows, Caerdydd – Defnyddio data'r Rhwydwaith i wella iechyd a lles trwy ymarfer corff a gweithgarwch corfforol.

3.5 Ysgol Maes y Gwendraeth, Llanelli - Rhaglen ABCh bersonol a chymdeithasol wedi'i theilwra.

4. **Effaith defnyddio data'r Rhwydwaith fel tystiolaeth ar gyfer arolygiadau ysgol Estyn** **11**

5. **Ein heffaith o ran gwneud newid mesuradwy a chadarnhaol** **12**

6. **Dathlwch y gwahaniaeth rydych chi'n ei wneud i'r dysgwyr yn eich ysgol** **13**

7. **Cysylltu â ni** **13**

1. Gwybodaeth am y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith)

Ers 2013, mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith) wedi dod ag ysgolion yng Nghymru ynghyd ag ymchwilwyr academaidd, 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. Mae wedi recriwtio dros 100% o ysgolion uwchradd a gynhelir, a bu 95% o ysgolion a thros 70% o ddisgyblion yn cymryd rhan yng nghasgliad data 2023. Fe ddychwelodd dros 90% o Uwch Dimau Arwain Holiadur Amgylchedd yr Ysgol, hefyd. Yn ogystal, mae'r Rhwydwaith wedi peilota ehangu i ysgolion cynradd, a bu 29% o ysgolion cynradd a 23% o ddisgyblion yn cymryd rhan yn 2022/23. Yn 2024, bydd yr holl ysgolion cynradd prif ffrwd yn cael eu gwahodd i ymuno â'r rhwydwaith.

Mae ein partneriaeth strategol gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru ac integreiddio â Rhwydwaith Ysgolion Cymru sy'n 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 tri deg o bolisïau a strategaethau Llywodraeth Cymru yn enwi bod y Rhwydwaith yn cefnogi'r gwaith o gyflwyno a gwerthuso agendau 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.

2. Dros ddegawd o ragoriaeth – ein llwyddiannau a'n heffaith

Mae ysgolion ar draws Cymru wedi gwreiddio'r Rhwydwaith yng nghynllun datblygu eu hysgol ac maent wedi rhoi amrywiaeth o fentrau gwella ar waith.

Mae'r rhain yn cynnwys:

- Gwella'r cwricwlwm ABCh trwy gynnig dull targedig ar gyfer bodloni anghenion dysgwyr.
- Ehangu gweithgareddau allgyrsiol i wella gweithgarwch corfforol.
- Gwella gwerth maethol y ddarpariaeth bwyd a diod.

Rydym yn hynod falch o'r gwaith rydym ni'n ei wneud, a'n cyflawniadau.

3. Ein llwyddiannau a'n heffaith.

Rydym yn ddiolchgar i'r ysgolion canlynol am rannu eu profiadau:

- **Ysgol Basaleg –** Dull ysgol gyfan, yn seiliedig ar dystiolaeth, dan arweiniad llais y dysgwyr, ar gyfer datblygu arferion addysgu newydd sy'n blaenoriaethu iechyd a lles meddyliol.

- **Ysgol Uwchradd Cantonian –** Bodloni anghenion ein dysgwyr ar sail ein data o'r Rhwydwaith a llais y disgybl.

- **Ysgol Uwchradd yr Eglwys Newydd** – Defnyddio Data'r Rhwydwaith i Sicrhau bod Anghenion Lles Eu Dysgwyr yn Ganolog Iddynt.

- **Ysgol Uwchradd Willows, Caerdydd** – Defnyddio data'r Rhwydwaith i wella iechyd a lles trwy ymarfer corff a gweithgarwch corfforol.

  Ysgol Maes y Gwendraeth, Llanelli - Rhaglen ABCh bersonol a chymdeithasol wedi'i theilwra.

Darllenwch yr adran nesaf i ddysgu rhagor am sut defnyddiodd yr ysgolion hyn eu data o'r Rhwydwaith i ddathlu eu cryfderau a gweithio ar eu heriau…

3.1 Ysgol Basaleg – Dull ysgol gyfan, yn seiliedig ar dystiolaeth, dan arweiniad llais y dysgwyr, ar gyfer datblygu arferion addysgu newydd sy'n blaenoriaethu iechyd a lles meddyliol.

I ymateb i'r cwricwlwm newydd, mae Ysgol Basaleg wedi defnyddio dull ysgol gyfan, yn seiliedig ar dystiolaeth, dan arweiniad llais y dysgwr i ddatblygu arferion addysgu newydd sy'n blaenoriaethu iechyd meddwl a lles. Fe wnaeth hyn gynnwys dull arweinyddiaeth wasgaredig, gyda staff a dysgwyr yn defnyddio adroddiad Iechyd a Lles Myfyrwyr 2017 yr ysgol i archwilio'u cwricwlwm a diwygio arferion addysg.

Disgrifiodd Estyn bod eu Rhaglen Diwtor ddiwygiedig yn 'rhagorol', 'trawsnewidiol' ac 'wedi'i hysgogi gan les'. Gofynnodd y Cyfarwyddwr Safonau Iechyd a Lles a'r Pennaeth Cynorthwyol i bob goruchwylydd dosbarth ddatblygu cynllun darpariaeth Rhaglen Diwtor bwrpasol yn seiliedig ar yr anghenion a nodwyd yn adroddiad Rhwydwaith yr ysgol. Er enghraifft, nodont fod cyfran y myfyrwyr ym Mlwyddyn 10 a oedd yn cymryd rhan mewn secstio yn bryder felly, mae'r pwnc hwn bellach yn cael ei ystyried, fel cam ataliol, gyda dysgwyr Blwyddyn 9. Mae'r Rhaglen Diwtor bresennol sy'n digwydd bob bore am 25 munud bellach yn estyniad o'r rhaglen Addysg Bersonol a Chymdeithasol (ABCh) gan ymdrin â phynciau fel iechyd meddwl, gwydnwch ac amrywiaeth LHDT.

Hefyd, fe wnaeth Basaleg sefydlu rhaglen Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles i ddysgwyr Blwyddyn 7, eto wedi'i chynllunio o ganlyniad i'r data yn eu hadroddiad lefel ysgol. Mae gwersi'n cwmpasu tri phrif faes pwnc, gan gynnwys Maeth, Ffitrwydd a Lles, sy'n cael eu cyflwyno o leiaf unwaith bob pythefnos, ac maent yn cynnwys asesiad ar ddiwedd pob tymor. Mae asesiadau wedi'u seilio ar y Fframwaith Llythrennedd, Rhifedd a Chymhwysedd Digidol Cenedlaethol. Mae asesiad rhifedd y prosiectau hyn yn cynnwys defnyddio data Iechyd a Lles Myfyrwyr Basaleg, e.e. defnyddir y graff sy'n dangos cyfran y myfyrwyr sy'n bwyta brecwast bob diwrnod o'r wythnos fel arfer i annog myfyrwyr i drafod pwysigrwydd brecwast. Nid yn unig y mae'r tasgau hyn yn codi ymwybyddiaeth myfyrwyr o wahanol bynciau iechyd a lles, maent hefyd yn helpu i ddatblygu'u sgiliau dadansoddi data a dehongli.

Fel adnodd hunanwerthuso i fesur p'un a yw'r newidiadau a roesant ar waith ar draws yr ysgol wedi cael effaith gadarnhaol, mae Basaleg nawr yn cymharu eu canlyniadau o arolygon 2017 a 2019 i fesur yr effaith a gafodd y gwahanol ymyriadau. Bydd y wybodaeth hon yn cael ei defnyddio i ddiweddaru a theilwra Rhaglen bresennol y Tiwtor Dosbarth ynghyd â llunio cwricwlwm Iechyd a Lles Blwyddyn 8.

Darllenwch fwy am ddull yr ysgol yn astudiaeth achos Arfer Effeithiol Estyn:

https://www.estyn.gov.wales/effective-practice/using-school-programmes-support-equality-and-diversity

3.2 Ysgol Uwchradd Cantonian – Bodloni anghenion ein dysgwyr ar sail ein data o'r Rhwydwaith a llais y disgybl.

Sut mae cymryd rhan yn arolwg y Rhwydwaith wedi helpu eich ysgol?
Cyn y Rhwydwaith, roeddem yn defnyddio pecyn â ffocws ar ABCh i ymdrin â phynciau 'ar wib', gyda'r nod o ymdrin â phob agwedd ar iechyd a lles.

Fodd bynnag, trwy ddefnyddio'n data o'r Rhwydwaith, gwelom fod angen mwy o ffocws ar ein darpariaeth i fynd i'r afael â'r materion allweddol yr oedd yr arolwg yn eu codi. Gwelom fod angen i ni ganolbwyntio ar fepio; cefnogi ein dysgwyr i fod yn fwy gweithgar yn gorfforol; darparu mwy o wybodaeth am iechyd rhyw; codi ymwybyddiaeth o beryglon diodydd ynni uchel a gwella ein cymorth iechyd meddwl a lles ymhellach.

Pa gamau gymeroch chi i ymateb i ddata'r Rhwydwaith?
Ar ôl derbyn ein data o'r Rhwydwaith yn haf 2023, cyfarfu ein huwch dîm arwain, ein harweinwyr bugeiliol a'n tîm iechyd a lles i nodi ein meysydd allweddol â blaenoriaeth. I ymateb, datblygom gynllun i sicrhau ein bod yn darparu adnoddau a gwybodaeth i ddysgwyr yn y meysydd pryder allweddol. Sicrhaom gymorth allanol trwy ein cysylltiadau â'n consortiwm rhanbarthol ac Ymrwymiad Caerdydd i helpu i'n cefnogi ni. Hefyd, fe wnaethom ennyn llais y disgybl i helpu llywio a chynllunio'r cwricwlwm ac i nodi eu hanghenion ymhellach.

Sut mae data'r Rhwydwaith wedi'ch helpu i ddatblygu eich cwricwlwm?
Mae dadansoddi ein data o'r Rhwydwaith wedi ein galluogi i addasu ein cwricwlwm i fodloni anghenion ein dysgwyr. Adolygom ein gwersi iechyd a lles i ganolbwyntio ar gael pawb yn actif, gan annog yr holl ddysgwyr i gymryd rhan, waeth beth fo lefelau eu ffitrwydd a'u sgiliau.

Addaswyd ein rhaglen a'n cwricwlwm ABCh yn sylweddol i sicrhau ein bod yn mynd i'r afael â'r blaenoriaethau allweddol a nodwyd gan ein data o'r Rhwydwaith. Datgelodd y data fod ein darpariaeth lles wedi darparu ar gyfer carfan fechan o ddysgwyr yn unig. Datgelodd data'r rhwydwaith nad oedd llawer o'n dysgwyr yn adnabod nac yn trafod unrhyw bryderon iechyd meddwl hyd nes roeddent ymhellach i fyny'r ysgol ac, o ganlyniad, nid oeddent wedi cael cymorth ar gyfer eu lles. Hefyd, darganfuom fod ein darpariaeth lles wedi darparu'n flaenorol ar gyfer carfan fechan o ddysgwyr.

Erbyn hyn, caiff ein holl ddysgwyr wersi lles o ddechrau blwyddyn 7, pan gânt eu hannog i adnabod a siarad am ei hemosiynau. Hefyd, darperir pecyn o strategaethau iddynt i helpu cefnogi eu hiechyd meddwl a'u lles. Mae amrywiaeth o glybiau amser cinio wedi'u sefydlu hefyd i gefnogi dysgwyr â materion a amlygwyd gan ddata'r Rhwydwaith fel y gallant gael at gymorth pellach.

Ysgol Uwchradd Yr Eglwys Newydd
Whitchurch High School

3.3 Ysgol Uwchradd yr Eglwys Newydd – Defnyddio Data'r Rhwydwaith i Sicrhau bod Anghenion Lles Eu Dysgwyr yn Ganolog Iddynt.

Sut mae cymryd rhan yn arolwg y Rhwydwaith wedi helpu'ch ysgol?
Mae data'r Rhwydwaith, ynghyd ag adborth o lais y myfyrwyr a chydweithwyr, wedi arwain at gwricwlwm sy'n ymatebol i anghenion ein dysgwyr a chydweithwyr, sy'n teimlo'u bod yn cael cefnogaeth i ddarparu cynnwys pynciau. O ganlyniad i'r dull hwn, rydym wedi gallu datblygu cwricwlwm iechyd a lles priodol i oedran, sy'n cael ei arwain gan ddysgwyr, sy'n sicrhau bod anghenion lles ein dysgwyr yn ganolog i ni.

Sut ydych chi wedi defnyddio'ch data'r Rhwydwaith?
Rydym wedi defnyddio ein data mewn sawl ffordd amrywiol trwy:

- Rannu data'r Rhwydwaith mewn gwersi bwyd a maeth i fynd i'r afael â'r nifer isel sy'n bwyta brecwast, a'r nifer isel sy'n bwyta ffrwythau a llysiau. Y nod fan hyn oedd addysgu ac annog dysgwyr i fwyta mwy o amrywiaeth o ffrwythau a llysiau trwy addasu ryseitiau, gan ystyried hefyd y berthynas rhwng bwyta brecwast a gwneud yn dda mewn profion.
- Rhannu data'r Rhwydwaith gyda'n dysgwyr TGAU Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant wrth ystyried materion yn ein cymunedau lleol.
- Cyfeirio at ddata'r Rhwydwaith ar fepio ac ysmygu yn ein gwaith Asesiadau Di-Arholiad TGAU. Defnyddiwyd y data fel catalydd i ddatblygu amrywiaeth eang o ddeunyddiau ac adnoddau hybu iechyd sydd wedi cael eu rhannu mewn nosweithiau agored a chyda dysgwyr eraill.
- Defnyddio data'r Rhwydwaith i ddatblygu ymhellach ddealltwriaeth cydweithwyr o Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) yn ystod hyfforddiant, ac i greu cwricwlwm ACRh priodol yn ddatblygiadol, yn bwrpasol i anghenion cymuned ein hysgol.
- Defnyddio data'r Rhwydwaith yn ein HMS ysgol gyfan i godi proffil datblygu perthyn, tegwch a gwerth perthnasoedd. Mae hyn wedi helpu i ddatblygu ein gweledigaeth ysgol gyfan o bolisi ymddygiad dysgu adferol, gydag ailfrandio ein hymddygiadau dysgu yn atgyfnerthu hyn.

Beth fu effaith y gwelliannau hyn trwy ddefnyddio data'r Rhwydwaith?

Rydym yn falch o'n cyflawniadau ac mae'r rhain wedi cael eu dathlu yn ein hadroddiad Estyn 2023:

> “Mae'r ysgol yn gweithredu ystod ddefnyddiol o strategaethau i helpu disgyblion i gadw eu hunain yn ddiogel tra byddant ar-lein ac wrth wneud dewisiadau o ran ffordd iach o fyw.
>
> Gofynnir yn helaeth am safbwyntiau disgyblion ac, o ganlyniad, mae disgyblion yn cael effaith gadarnhaol ar agweddau ar y cymorth a'r arweiniad sy'n cael eu cynnig gan yr ysgol, fel nodi pynciau perthnasol i'w harchwilio o fewn y rhaglen les. Mae hyn yn sicrhau bod disgyblion yn elwa o ddysgu am bynciau sy'n fwyaf perthnasol i'w grŵp oedran a'r rhai sy'n peri'r mwyaf o bryder iddynt.”

3.4 Ysgol Uwchradd Willows, Caerdydd – Defnyddio data'r Rhwydwaith i wella iechyd a lles trwy ymarfer corff a gweithgarwch corfforol.

Beth wnaethoch chi ei ddarganfod yn eich data o'r Rhwydwaith?
Mae nifer uchel o ddisgyblion yn ein hysgol yn cael prydau ysgol am ddim a daw llawer o'n dysgwyr o gefndiroedd difreintiedig. Rydym yn ymwybodol iawn bod cyfle a modd yn chwarae rhan fawr yn ein data o'r Rhwydwaith.

Dangosodd ein data o'r Rhwydwaith fod ein dysgwyr islaw'r cyfartaledd cenedlaethol o ran faint o amser maent yn ei dreulio yn cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol. Er, roeddem wedi gwneud yn dda o ran nifer ein dysgwyr sy'n cerdded neu'n beicio i'r ysgol.

Pa gamau gymeroch chi i ymateb i ganfyddiadau eich data o'r Rhwydwaith?
Roedd ein nod yn glir – annog yn frwd a rhoi cyfleoedd i'n dysgwyr fod yn fwy gweithgar yn gorfforol a'u cynorthwyo i archwilio ffyrdd amrywiol o wneud ymarfer corff wrth sefydlu angerdd a diddordebau newydd, cynaliadwy.

I alluogi hyn, fe wnaethom ehangu nifer y chwaraeon y gallent gymryd rhan ynddynt. Hefyd, fe wnaethom gynyddu ein hymdrechion i alluogi ein timau ysgol i gystadlu ag ysgolion eraill a chymryd rhan mewn twrnameintiau a chynghreiriau chwaraeon ehangach. At hynny, cawsom fwy o deithiau i ganolfannau a digwyddiadau chwaraeon. Fe wnaeth offer campfa newydd roi gwedd newydd ar ein gwersi, hefyd.

Cynhwysom amrywiaeth eang o weithgareddau corfforol yn ein sesiynau cyfoethogi pythefnosol newydd, lle cafodd dysgwyr gyfleoedd dysgu estynedig ochr yn ochr ag addysg academaidd nodweddiadol. Fe wnaeth y gweithgareddau hyn gynnwys MMA; dringo dan do; hyfforddiant gyda hyfforddwyr o'r lluoedd arfog; Jiu Jitsu; garddio; profiadau gyda'r No Fit State Circus; ioga, hyfforddiant hunanamddiffyn a seiclo.

Hefyd, roeddem am barhau â'n tuedd gadarnhaol o ran y daith i'r ysgol. Mae ein cyngor myfyrwyr wedi bod yn gweithio gydag Ysgolion Teithio Llesol. Gyda'i gilydd, maent wedi mapio'r llwybrau at safle ein hysgol newydd a'u cerdded er mwyn amlygu unrhyw heriau posibl rhag teithio llesol. Byddwn yn parhau i weithio gyda nhw dros y blynyddoedd i ddod.

Pa effaith ydych chi wedi'i gweld yn dilyn y camau gweithredu hyn?
Mae'r ymateb i'n sesiynau cyfoethogi wedi bod yn gadarnhaol iawn. Mae'r saib o astudiaethau academaidd nodweddiadol wedi bod yn fuddiol i'r holl ddysgwyr, yn enwedig y

rhai y mae addysg brif ffrwd o ddydd i ddydd yn her. Mae'r dysgwyr hynny sydd wedi dewis gweithgareddau corfforol wedi'u mwynhau'n fawr, ac yn parhau â nhw.

Trwy roi cyfle i'n dysgwyr archwilio mathau gwahanol o ymarfer corff, rydym wedi cynyddu'r tebygolrwydd y byddant yn parhau â nhw fel hobi.

Mae caniatáu mwy o amser am weithgarwch corfforol ychwanegol yn ystod yr wythnos ysgol wedi rhoi mwy o allu i lawer o ddysgwyr ganolbwyntio yn eu gwersi arferol a mwy o gymhelliad iddynt. Ac mae cynnydd yn y nifer sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon tîm wedi arwain at awyrgylch fwy cynhwysol yn ysbryd yr ysgol.

BELONG, believe, ACHIEVE
PERTHYN, CREDU, LLWYDDO

3.5 Ysgol Maes y Gwendraeth, Llanelli -Rhaglen ABCh bersonol a chymdeithasol wedi'i theilwra.

Uchafbwynt o'u Hadroddiad Estyn 2024...

"

Mae'r rhaglen deilwredig ar gyfer addysg bersonol a chymdeithasol (ABCh) yn gryfder nodedig

Mae'r gwersi iechyd a lles, y sesiynau boreol a gwasanaethau yn cefnogi a chyfoethogi datblygiad ysbrydol, moesol, cymdeithasol a diwylliannol disgyblion yn hynod effeithiol drwy themâu fel perthnasoedd iach, diodydd egni, cwsg a fepio. O ganlyniad, mae disgyblion yn trafod y materion hyn yn aeddfed.

Gwna'r ysgol ddefnydd da iawn o asiantaethau allanol fel y Gwasanaeth Iechyd i gryfhau'r ddarpariaeth ymhellach. Er mwyn cynllunio ar gyfer ABCh, mae'r ysgol yn defnyddio data'r rhwydwaith ymchwil iechyd mewn ysgolion, yn gwrando ar rieni a disgyblion ac yn cydweithio'n agos â'r gymuned. Mae hyn yn golygu eu bod yn cynllunio'n gydlynus ar gyfer cwricwlwm perthnasol sy'n ymateb i faterion sy'n codi o fewn profiadau'r disgyblion.

Mae'r gwaith gyda'r heddlu lleol yn galluogi'r ysgol i ymateb i faterion lleol o bwys ac i ymgymryd ag ymgyrchoedd cymdeithasol, er enghraifft trefnu banc bwyd o fewn yr ysgol. Mae athrawon hefyd wedi cael hyfforddiant defnyddiol o ran addysgeg addas i ddatblygu medrau cymdeithasol ac emosiynol disgyblion.

"

4. Effaith defnyddio data'r Rhwydwaith fel tystiolaeth ar gyfer arolygiadau ysgol Estyn.

Fwyfwy, mae Estyn wedi amlygu'r defnydd o ddata'r Rhwydwaith yn y system arolygu ysgolion. Mae adolygiad byr o adroddiadau sydd ar gael ar wefan Estyn yn nodi bod arolygwyr yn adrodd fel mater o drefn ar ddefnyddio data'r Rhwydwaith, er enghraifft wrth gynllunio rhaglenni addysg bersonol a chymdeithasol.

Hefyd, pan na chaiff ei grybwyll yn benodol, mae'n hynod debygol y bydd cyfeiriadau cyffredinol at ddefnyddio data arolwg mewn adroddiadau arolygu yn cynnwys y Rhwydwaith, o ystyried nifer yr ysgolion sy'n cymryd rhan yn ein hymchwil.

Mae enghreifftiau diweddar o adroddiadau arolygu Estyn yn cynnwys:

> “Er mwyn cynllunio ar gyfer ABCh, mae'r ysgol yn defnyddio data'r rhwydwaith ymchwil iechyd mewn ysgolion, yn gwrando ar rieni a disgyblion ac yn cydweithio'n agos â'r gymuned. Mae hyn yn golygu eu bod yn cynllunio'n gydlynus ar gyfer cwricwlwm perthnasol sy'n ymateb i faterion sy'n codi o fewn profiadau'r disgyblion .”
>
> **Ysgol Maes y Gwendraeth, Tachwedd 2023**

> “Mae disgyblion ym mhob grŵp blwyddyn yn elwa o raglen ABCh wedi'i chynllunio'n dda, sy'n cael ei haddasu yng ngoleuni tystiolaeth fel tystiolaeth rolwg y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion.”
>
> **Ysgol Uwchradd Pen-Y-Dre, Ionawr 2024**

> “Caiff sesiynau ABCh eu cynllunio i gynnwys disgyblion mewn trafodaeth grŵp a myfyrdod unigol gan ddefnyddio amrywiaeth o adnoddau ysgogol, fel gwisgoedd beichiogrwydd ffug. Mae arweinwyr yn cynnal arolygon defnyddiol o ddisgyblion, gwerthusiadau staff a dadansoddiad o ddata'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion i wneud addasiadau i'r ddarpariaeth ABCh i fodloni anghenion poblogaeth bresennol yr ysgol.”
>
> **Ysgol Trecelyn, Ionawr 2024**

5. Ein heffaith o ran gwneud newid mesuradwy a chadarnhaol

Ers 2013, mae'r Rhwydwaith wedi gwneud cyfraniad arwyddocaol o ran darparu data cadarn ar iechyd a lles i randdeiliaid lleol, rhanbarthol a chenedlaethol, gan weithio gyda llunwyr polisi ac ymarferwyr o feysydd iechyd, addysg a gofal cymdeithasol, i gyd-gynhyrchu ymchwil o ansawdd uchel, mewn ysgolion, i iechyd a lles.

Rydym wedi arloesi ac arwain y ffordd wrth hwyluso'r gwaith o drosi tystiolaeth ymchwil i iechyd a lles mewn ysgolion yn ymarfer ar draws Cymru.

Rydym yn hynod falch o'r effaith rydym ni wedi'i chyflawni hyd yn hyn….

6. Dathlwch y gwahaniaeth rydych chi'n ei wneud i'r dysgwyr yn eich ysgol

Os ydych chi'n falch o'r gwahaniaeth rydych chi wedi'i wneud i iechyd a lles eich dysgwyr gan ddefnyddio'r Rhwydwaith, byddai ein Rheolwr Cyfnewid Gwybodaeth a Materion Allanol wrth ei bodd yn clywed gennych. Gallai eich stori gefnogi ein prosiectau a'n datblygiad.

7. Cysylltu â ni

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)
Sbarc
Heol Maendy
Caerdydd
CF24 4HQ

shrn.org.uk

SHRN@cardiff.ac.uk

Cedwir pob hawl.
Cyhoeddwyd gyntaf gan y Rhwydwaith © 2024

Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

THE SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK