

Canllaw i athrawon i'r adnoddau cyflwyniadol

Yn yr adnoddau hyn, caiff y disgyblion eu cyflwyno i'r syniad bod dŵr yn un o anghenion cyffredin pobl ac yn hawl sy'n cael ei gydnabod gan y Cenhedloedd Unedig. Er hyn, mae'r hawl hon yn cael ei gwrthod i lawer o bobl, gan olygu eu bod yn agored i beryglon prinder dŵr. Bydd y disgyblion yn gwyllo ffilm a sioe sleidiau (a all gael eu defnyddio hefyd mewn cyfarfod boreol ar gyfer yr ysgol gyfan) ac yn cymryd rhan mewn gweithgareddau yn ymwneud â'n hangen cyffredin am ddŵr.

Ystod oedran: 7-14 oed

Amser: 50-70 munud

- Ffilm a sioe sleidiau cyflwyniadol: 10-20 munud
- Dŵr am oes: 10-15 munud
- Dyddiadur Wythnos Ddŵr: 30-35 munud + gwaith cartref

Amcanion dysgu

- Gwybod bod dŵr yn hawl ddynol sy'n cael ei chydabod gan y Cenhedloedd Unedig a deall angen cyffredin pobl am ddŵr
- Bod yn ymwybodol bod yr hawl hon yn cael ei gwrthod i lawer o bobl, sy'n golygu eu bod yn agored i beryglon prinder dŵr

Cwestiynau allweddol

- I beth y mae angen dŵr arna i?
- A yw'r angen hwn yn gyffredin i bawb?
- A all pawb yn y byd gael gafael ar ddŵr fel ei gilydd?

Adnoddau (noder bod taflenni i'w llungopïo ar gael ar ddiwedd y pdf hwn)

- Ffilm gyflwyniadol
- Sioe sleidiau gyflwyniadol*
- Dau neu dri bwced wedi eu llenwi â dŵr
- Sioe sleidiau *Dŵr I Fyw* *
- Copïau o *Pa mor bwysig yw dŵr yn eich bywyd?* – un rhwng dau
- Copïau o *Fy Nyddiadur Dŵr a/neu Sut ydw i'n defnyddio dŵr* – un yr un



* Noder y bydd gwybodaeth newydd yn ymddangos ar y rhan fwyaf o sleidiau wrth i chi glicio. Mae'r cylch glas yn y cornel gwaelod chwith yn dangos diwedd y sleid.

Gweithgaredd 1: Ffilm a sioe sleidiau cyflwyniadol (10-20 munud)

I gychwyn ar eich Wythnos Ddŵr, dangoswch y ffilm a'r sioe sleidiau mewn cyfarfod boreol i'r ysgol gyfan neu mewn dosbarthiadau sy'n cymryd rhan. Maent yn cyflwyno Wythnos Ddŵr Oxfam, yn tynnu sylw at rai o'r problemau sy'n ymwneud â dŵr ac yn ysbrydoli disgyblion i weithredu.

Gweithgaredd 2: Dŵr I Fyw (10-15 munud)

Mae'r gweithgaredd hwn yn annog disgyblion i gydnabod yr angen cyffredin am ddŵr ym mywydau pob person, ym mhob man, a dangos empathi â'r rhai nad ydynt yn gallu cael gafael ar ddŵr yn hawdd.

1. Dwedwch wrth y disgyblion y byddwch yn dysgu am bwysigrwydd dŵr yn y sesiynau hyn. Gofynnwch i ddau neu dri disgybl sefyll gan ddal bwcedi yn llawn o ddŵr tra eich bod yn rhoi gweddill y cyflwyniad.
2. Dangoswch y llun cyntaf ar sioe sleidiau *Dŵr I Fyw*: merch yn sefyll wrth ymyl tap sydd â chlo arno. Gofynnwch i'r disgyblion feddwl, ac wedyn rhannu mewn parau, pam y gallai fod clo ar y tap. Gofynnwch i ambell ddisgybl rannu eu hawgrymiadau gyda'r dosbarth, ac wedyn esboniwch fod y tap ar glo am i bobl y pentref benderfynu y byddai hyn yn ffordd dda i sicrhau bod y dŵr, sydd yn brin, yn cael ei rannu'n deg rhwng y gymuned.
3. Yn awr, gofynnwch i'r disgyblion ddychmygu sut beth fyddai mynd adref ar ôl ysgol a gweld bod y cyflenwad dŵr wedi ei dorri i fwrdd. Beth fydden nhw'n methu gwneud? Gallech ofyn i'r disgyblion dynnu llun neu ysgrifennu eu syniadau, neu eu rhannu gyda phartner. Lluniwch restr o syniadau'r dosbarth ar y bwrdd gwyn.
4. Yn olaf, gofynnwch i'r disgyblion sy'n dal y bwcedi i esbonio sut beth oedd dal y dŵr am yr amser hwn. Esboniwch fod llawer o blant ac oedolion yn y byd heb gyflenwad dŵr wedi ei gysylltu â'u cartrefi. Mae'n rhaid iddynt fynd at bwmp i gasglu dŵr ac wedyn ei gario adref dros gryn bellter.

Gweithgaredd 3: Dyddiadur wythnos ddŵr (30-35 munud + gwaith cartref)

1. Gofynnwch i'r disgyblion fonitro faint o ddŵr maen nhw'n defnyddio mewn diwrnod i bwysleisio ei bwysigrwydd ym mywyd bob dydd. Mae'r sioe sleidiau *Dŵr am Oes* yn gwneud i ddisgyblion fod yn ymwybodol o faint o bobl y mae eu hawl ddynol sylfaenol i ddŵr yn cael ei gwrthod, gan olygu eu bod yn agored i beryglon prinder dŵr.
2. Rhowch gopi o *Pa mor bwysig yw dŵr yn eich bywyd?* i bob disgybl. Esboniwch y bydd angen y wybodaeth hon arnynt i gwblhau taflen gwaith cartref. Rhowch gopïau o *Fy Wythnos Ddŵr* iddynt, a gofynnwch i'r disgyblion gadw cofnod o bob tro y byddant yn defnyddio dŵr yn ystod y dydd. Noder y gallai fod angen ychydig o rifedd sylfaenol i lenwi'r dyddiadur dŵr ac efallai y bydd angen i chi sôn am hynny wrth eich dosbarth ymlaen llaw. Gallai disgyblion iau / llai galluog lenwi taflen *Sut ydw i'n defnyddio dŵr* yn lle hynny.
3. Gofynnwch i'r disgyblion lenwi'r daflen hon fel gwaith cartref, gan bwysleisio ei bod yn bwysig cadw cofnod o bob tro y caiff dŵr ei ddefnyddio, gan gynnwys dŵr sy'n cael ei ddefnyddio ar eu rhan, er enghraifft wrth goginio bwyd neu olchi dillad.
4. Trafodwch ganlyniadau'r taflenni gwaith cartref yn ystod y sesiwn nesaf a dangoswch weddill sioe sleidiau *Dŵr I Fyw* i'r disgyblion. Rhowch amser i'r disgyblion drafod y cwestiynau a'r syniadau sy'n codi.

Syniadau pellach

- Gall disgyblion iau / llai galluog lenwi taflen *Sut ydw i'n defnyddio dŵr* yn lle *Fy Nyddiadur Dŵr* uchod. Gofynnwch iddynt dynnu llun o'u hunain yng nghanol y bocs ac ychwanegu gwahanol weithgareddau sy'n defnyddio dŵr, fel brwsio dannedd neu roi dŵr i blanhigion, yn y siapau hirgrwn. Gall disgyblion mwy galluog ychwanegu penawdau i gyd-fynd â'r lluniau.
- Gall disgyblion iau / llai galluog fynd ar *Daith y Synhwyrâu*. Gweler sioe sleidiau *Taith y Synhwyrâu* a'r wybodaeth am gynllunio ar gyfer AAA yn yr adnoddau ategol.
- Perfformio cadwyn o feimiau o weithgareddau sy'n defnyddio dŵr, neu chwarae *Dyfalur gweithgaredd dŵr*: gofynnwch i'r disgyblion berfformio meimiau byr o weithgareddau fel golchi llestri neu yfed er mwyn i'r disgyblion eraill ddyfalu.

Gofynnwch iddynt ymarfer golchi eu dwylo heb fod tap ar gael mewn ffordd sy'n sicrhau hylendid. I wneud hyn, gofynnwch i un disgybl arllwys dŵr glân o jwg dros ddwylo disgybl arall, gan ddal y dŵr mewn powlen. Gofynnwch i'r disgyblion pam fod hyn yn

Y camau nesaf

Dechreuwch ar sioe sleidiau a gweithgareddau *Dysgu*.

Pa mor bwysig yw dŵr yn eich bywyd?

I beth ydych yn defnyddio ddŵr?

Bwyd a Diod

Efallai eich bod yn yfed dŵr ar ei ben ei hun, ond mae dŵr hefyd mewn diod oren neu baned o de. Cofiwch hefyd am y dŵr sy'n cael ei

Glanhau a Golchi

Mae angen dŵr ar beiriant golchi i olchi eich dillad. Os ydych yn golchi llestri budr â llaw, bydd angen dŵr. Os ydych yn defnyddio peiriant golchi llestri, bydd angen dŵr ar hwnnw hefyd!

Hylendid Personol

Rydych yn defnyddio dŵr wrth gael cawod neu fath, a bob tro y byddwch yn golchi eich dwylo neu'n brwsio eich dannedd. Mae angen dŵr i fflyso'r toiled hefyd!

A Mwy!

Mae llawer o adegau eraill y bydd angen dŵr arnoch hefyd. Er enghraifft, rhoi dŵr i'r ardd neu olchi'r car. Talwch sylw drwy'r dydd i'r dŵr a ddefnyddiwch!

Defnyddiwch Ddyddiadur Dŵr i gofnodi faint o ddŵr a ddefnyddiwch mewn un diwrnod. Bob tro y byddwch yn defnyddio dŵr, llenwch eich Dyddiadur Dŵr. Gallwch ddefnyddio'r canllaw isod i gael syniad o faint o ddŵr a ddefnyddiwch. Cofiwch gynnwys y dŵr y mae eich teulu yn defnyddio os yw'n cael ei ddefnyddio ar eich cyfer chi!

Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
Cael cawod	~7 litr y funud ~12 litr y funud os yw'n <i>power shower</i>
Cael bath	~80 litr fesul bath
Fflysio'r toiled	~6 litr fesul fflysiad yn achos toiledau newydd* ~8 litr fesul fflysiad yn achos toiledau hŷn*
Gadael tap i redeg	~6 litr y funud, â'r tap wedi ei agor yn llawn
Golch llestri	~10 litr i bob powlen
Defnyddio peiriant golchi llestri	~15 litr y tro yn achos peiriannau newydd* ~25 litr y tro yn achos peiriannau hŷn*
Defnyddio peiriant golchi dillad	~50 litr y tro yn achos peiriannau newydd* ~100 y tro yn achos peiriannau hŷn* (hanner llwyth yn defnyddio hanner y dŵr)
Defnyddio pibell ddŵr	~8 litr y funud
Yfed gwydr o ddŵr	~0.25 litr mewn gwydr bach ~0.5 mewn gwydr mawr
Defnyddio bwcedaid o ddŵr	~5 litr

*mae newydd yn gyffredinol yn golygu llai na 12 oed, mae hŷn yn golygu mwy na 10 oed. (Ffynhonnell: gwefan newyddion y BBC)

Here's an example of the start of a Water Diary...

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
7.15am	Cael cawod	5 munud = 35 litr
7.30am	Mam yn defnyddio dŵr i wneud uwd i mi	1 cwpan = 0.25 litr
7.45am	Brwsio fy nannedd, tap yn redeg am 1 funud	1 funud = 6 litr

Defnyddiwch daflen waith Dyddiadur Dŵr i gofnodi eich diwrnod eich hun!

Fy Nyddiadur Dŵr

Enw: _____

Dyddiad: _____

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Amser	Gweithgaredd	Faint o ddŵr?
-------	--------------	---------------

Adiwch yr holl ddŵr rydych wedi ei ddefnyddio drwy gydol y dydd a rhowch y cyfanswm isod.

Cyfanswm y dŵr a ddefnyddiais mewn un diwrnod:

Fy Nyddiadur Dŵr

Enw: _____

Dyddiad: _____

Brwsio dannedd	Nifer o weithiau x 3 litr	Faint o ddŵr?
-----------------------	---------------------------	---------------

Golchi dwylo	Nifer o weithiau x 6 litr	Faint o ddŵr?
---------------------	---------------------------	---------------

Cael cawod	Nifer o weithiau x 40 litr	Faint o ddŵr?
-------------------	----------------------------	---------------

Cael bath	Nifer o weithiau x 80 litr	Faint o ddŵr?
------------------	----------------------------	---------------

Cael diod	Nifer o weithiau x 0.5 litr	Faint o ddŵr?
------------------	-----------------------------	---------------

Berwi dŵr	Nifer o weithiau x 4 litr	Faint o ddŵr?
------------------	---------------------------	---------------

Defnyddio peiriant golchi dillad	Nifer o weithiau x 50 litr	Faint o ddŵr?
---	----------------------------	---------------

Defnyddio peiriant golchi llestri	Nifer o weithiau x 15 litr	Faint o ddŵr?
--	----------------------------	---------------

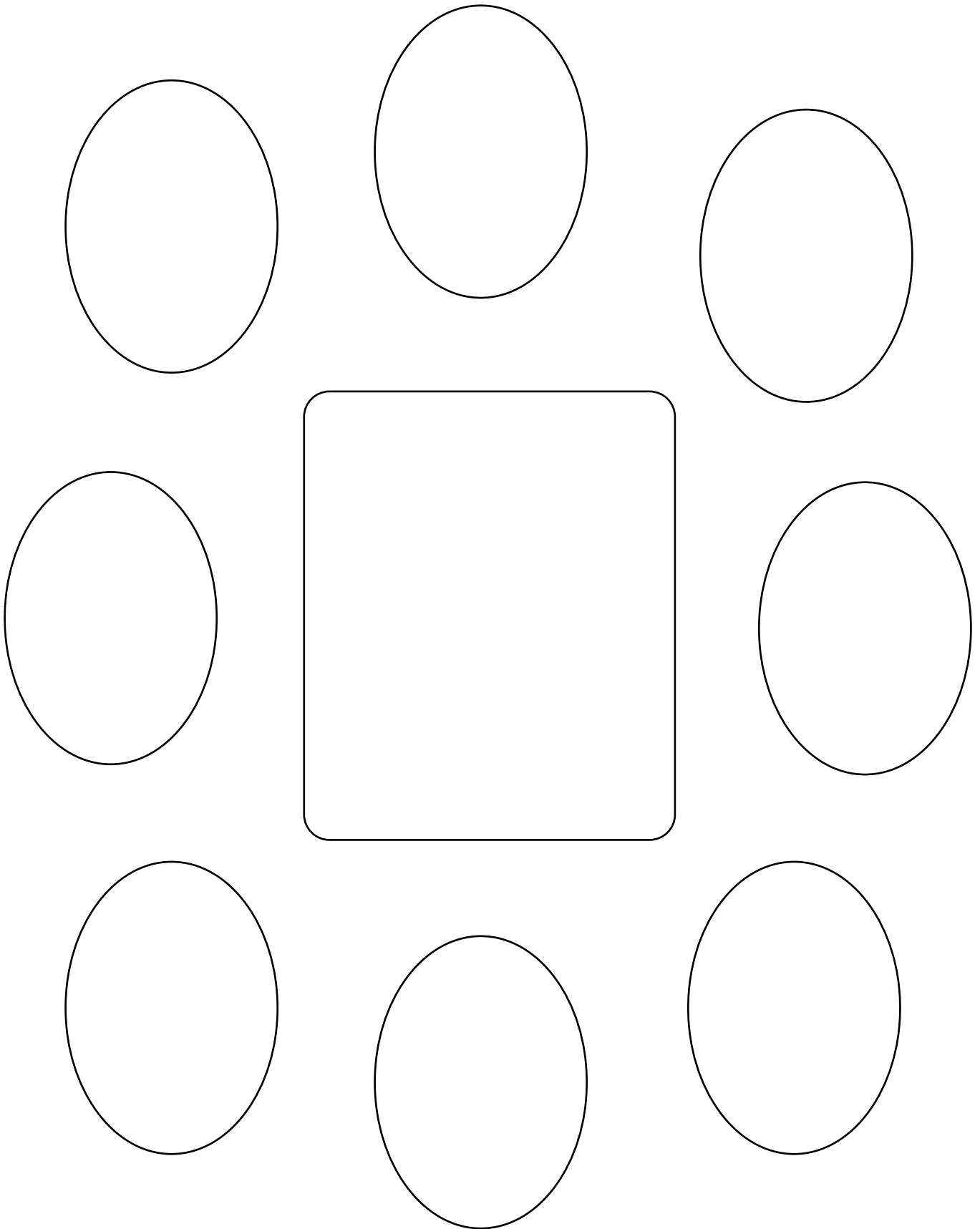
Golchi llestri â llaw	Nifer o weithiau x 6 litr	Faint o ddŵr?
------------------------------	---------------------------	---------------

Fflysio'r toiled	Nifer o weithiau x 6 litr	Faint o ddŵr?
-------------------------	---------------------------	---------------

Unrhyw beth arall?	Nifer o weithiau x	Faint o ddŵr?
---------------------------	--------------------	---------------

Adiwch yr holl ddŵr rydych wedi ei ddefnyddio drwy gydol y dydd a rhowch y cyfanswm isod.

Cyfanswm y dŵr a ddefnyddiais mewn un diwrnod:



Sut ydw i'n defnyddio dŵr!