



Amcan Llesiant 2

Dechrau'n Dda - Helpu plant i ddilyn ffyrdd iach o fyw

Dyma ein hymrwymiadau a'n sylwadau cynnydd ar ddiwedd y flwyddyn ar gyfer yr Amcan Llesiant hwn yn ystod 2017/18.

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✗	Sylw ar Gynnydd
A - Cynyddu gweithgareddau corfforol i blant		
Byddwn yn ymchwilio i botensial defnyddio tiroedd ysgol y tu hwnt i oriau addysgu er mwyn galluogi plant i gael mwy o gyfleoedd chwarae. <i>(Cam gweithredu rhif 12492)</i>	✓	Mae'r holl ysgolion newydd yn cael eu dylunio i alluogi mynediad y tu allan i oriau addysgu, ynghyd ag amgylchedd mwy addas ar gyfer chwarae. Mae gwaith ar y gweill gydag ysgolion presennol. Pecynnau cymorth wedi'u darparu i'r holl ysgolion a hyfforddiant Chwarae yn cael ei ddarparu. DVD yn cael ei gynhyrchu gan blant i ddatblygu'r ardal Rhoi Plant yn Gyntaf.
Byddwn yn adolygu ac yn lansio cyfres o becynnau parti a rhaglen gynyddol o weithgareddau yn ystod y tymor i blant sy'n gosod llwybr ar gyfer datblygu llythrennedd corfforol cenedlaethau'r dyfodol. <i>(Cam gweithredu rhif 12493)</i>	✗	Mae 'Pasbort' Llythrennedd Corfforol Arloesol wedi cael ei lansio ar draws Sir Gaerfyrddin, fel rhaglen weithgareddau yn ystod y tymor i blant. Wrth i'r rhaglen a'r staff newydd gael eu hymgorffori, mae hyn wedi creu oedi o ran adolygu'r pecynnau parti a gaiff eu cwblhau'n awr erbyn 1 Medi 2018. Yn y cyfamser, mae'r pecynnau parti pen-blwydd presennol wedi cael eu hyrwyddo i sicrhau nad effeithir ar niferoedd nac incwm cysylltiedig.
Byddwn yn parhau i ddatblygu Prosiect Ysgolion Awyr Agored Sir Gaerfyrddin drwy'r Cynllun Ysgolion Iach i gynyddu'r dysgu sy'n digwydd drwy Ddatblygiad Corfforol. Byddwn yn ceisio cynyddu nifer yr ysgolion sy'n cymryd rhan yn y Prosiect gan 10 yn flynyddol. <i>(Cam gweithredu rhif 12495)</i>	✓	Cofrestrodd cyfanswm o 10 o ysgolion newydd ar fenter Ysgolion Awyr Agored Sir Gaerfyrddin eleni. Sefydlwyd grŵp llywio ar gyfer y fenter er mwyn arwain yr ysgolion newydd ymlaen a chafodd dwy sesiwn hanner diwrnod eu trefnu a'u rhedeg ar gyfer y 10 ysgol ar y cyd â Gardd Fotaneg Genedlaethol Cymru.
Byddwn yn parhau i gynnal ein Her Pedomedr Ysgolion Sir Gaerfyrddin yn flynyddol ac i roi pedomedrau, taflenni cofnodi, a chanllaw i ysgolion. Byddwn yn gwobrwyo'r ysgolion buddugol drwy roi cyfarpar Gweithgarwch Corfforol iddynt. <i>(Cam gweithredu rhif 12496)</i>	✓	Cwblhaodd cyfanswm o 23 o ysgolion yr her Pedomedr a chymerodd cyfanswm o 92 o ddisgyblion a 92 o staff ran yn yr her. Mae hyn wedi arwain at 184 o bobl yn cynyddu eu lefelau gweithgarwch corfforol dros gyfnod o fis.
Byddwn yn parhau i sicrhau bod pob ysgol yn ymgorffori pwnc lechyd Bwyd a Ffitrwydd, gan sicrhau bod ysgolion yn darparu 2 awr o wersi addysg gorfforol o safon yr wythnos, yn ystod ymweliadau ac Aseidiadau Ysgol Iach. <i>(Cam gweithredu rhif 12497)</i>	✓	Yn ystod pob ymweliad cychwynnol, ymweliad cynnydd ac asesiadau o fewn ysgolion, rydym yn atgoffa ysgolion o'r Rheoliadau Bwyta'n Iach Statudol (2013). Rydym yn cwestiynu'r Cyngor Ysgol o ran y bwyd a ddarperir iddynt amser egwyl ac amser cinio a faint o oriau o Addysg Gorfforol maent yn eu cael bob wythnos. Hefyd rydym yn gofyn am gael gweld yr amserlen Addysg Gorfforol er mwyn sicrhau mai dyna fel mae hi.
Byddwn yn cynyddu % y plant sy'n gallu nofio am 25 metr yn 11 oed <i>(3.4.2.1)</i> <i>(Canlyniad 2016/17 – 66.4% / targed 2017/18 – 68%)</i>	✓	Canlyniad 2017/18 - 77.3%. Mae gwelliannau wedi bod mewn cyfraddau llwyddo yn y rhan fwyaf o safleoedd, sy'n arwain at gynnydd net mewn cyflawniad. Gellir priodoli'r canlyniad hwn i mentora gwell ac addysgu drwy gyfrwng y staff gweithgareddau dŵr dros dro.

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✘	Sylw ar Gynnydd
<p>Byddwn yn cynnal nifer y bobl ifanc (0-16) sy'n cael sesiynau nofio am ddim (3.4.2.2) (Canlyniad 2016/17 18,991 / Targed 2017/18 18,991)</p>	✘	<p>Canlyniad 2017/18 - 9,351. Nid yw'n cydymffurfio â'r targed ac mae'n dangos dirywiad. Mae problemau staffio wedi tarfu'n sylweddol ar y gallu i gyrraedd y targed. Bellach rydym wedi ailstrwythuro ar lefel rheolwr a chydgyssylltwyr ac yn optimistaidd bellach y bydd perfformiad yn gwella yn 18/19. Mae nofio am ddim i blant 0-16 oed yn weithgaredd a noddur gan Lywodraeth Cymru ar benwythnosau ac yn ystod cyfnodau gwyliau. Yn y gorffennol mae Sir Gaerfyrddin wedi neilltuo mwy na'r amser gofynnol i nofio am ddim ond wedi lleihau ei darpariaeth yn fwy diweddar oherwydd galw cynyddol ar amserlen y pwll wrth i ni barhau i dyfu a datblygu'r rhaglen dysgu nofio. Roedd yr incwm o weithgareddau dŵr yn fwy nag un filiwn o bunnoedd yn 16/17 am y tro cyntaf, ac mae wedi parhau i dyfu drwy gydol 18/19. Gyda'r staff ychwanegol, rhagwelir y byddwn yn gallu hyrwyddo ymhellach y rhaglen nofio am ddim flwyddyn nesaf, ac, yn sgil hynny, gynyddu'r niferoedd unwaith eto.</p>
<p>Byddwn yn cynyddu nifer y rhai sy'n bresennol mewn Cyfleoedd Chwaraeon sy'n cael eu trefnu gan Swyddogion Chwaraeon a Hamdden (3.4.2.8) (Canlyniad 2016/17 - 211,701 / Targed 2017/18 - 222,286)</p>	✓	<p>Roedd 235,457 yn bresennol mewn Cyfleoedd Chwaraeon sy'n cael eu trefnu gan Swyddogion Chwaraeon a Hamdden yn ystod 2017/18. Bu i grant ychwanegol gan 'Ddigonolrwydd Cyfleoedd Chwarae' alluogi gwaith datblygu ychwanegol i ddarparu cyfleoedd gweithgarwch oedd yn rhagori ar yr hyn a ddisgwylid. Mae hyn wedi arwain at ragori ar berfformiad y llynedd a thargedau 2017-18.</p>
B – Mynd i'r afael ag iechyd meddwl		
<p>Byddwn yn parhau i gefnogi ysgolion wrth iddynt roi ar waith bwnc Iechyd a Llesiant Meddyliol ac Emosiynol fel rhan o'r Cynllun Ysgolion Iach ac yn sicrhau bod gan ysgolion y polisïau diweddaraf sy'n berthnasol i Iechyd a Llesiant Meddyliol ac Emosiynol megis y Polisi Gwrth-fwlio, drwy gyfarfodydd clwstwr, ymweliadau ac asesiadau. (Cam gweithredu rhif 12498)</p>	✓	<p>Rydym wedi gosod Arweiniad enghreifftiol ynghylch Bwlio i ysgolion/athrawon, rhieni ac athrawon ar y Rhwydwaith Ysgolion Iach ar Hwb, gan gynnwys Polisi Gwrth-fwlio. Rydym hefyd yn cyfeirio ysgolion i'r Rhwydwaith Ysgolion Iach er mwyn cael mynediad i'r deunydd Arweiniad yn ystod ymweliadau ysgol a chyfarfodydd clwstwr.</p>
<p>Bydd y Cynllun Ysgolion Iach yn parhau i gydlynu cyfarfod Addysg Bersonol a Chymdeithasol Sir Gaerfyrddin - Cymuned Ddysgu Broffesiynol ddwywaith y flwyddyn i arweinwyr Addysg Bersonol a Chymdeithasol Uwchradd, lle eir i'r afael â materion Iechyd Meddwl presennol. (Cam gweithredu rhif 12499)</p>	✘	<p>Ni chafodd y sesiwn Addysg Bersonol a Chymdeithasol – Cymuned Ddysgu Broffesiynol ei chynnal ym mis Tachwedd 2017, gan nad oedd Darparwyr / Siaradwyr ar gael. Roedd i fod i gael ei roi ar waith ym mis Mawrth 2018, ond nid oedd yn bosibl dewis lleoliad addas a chyflenwyr allweddol ar yr un dyddiadau. Y gobaith bellach yw dewis dyddiad addas yn ystod tymor yr haf.</p>
<p>Byddwn yn cydlynu ac yn cynnal 'Cynhadledd Llesiant' i ymarferwyr addysgu ynghylch Meddwlgarwch a Llesiant disgyblion a 'Diwrnod Llesiant' i ddisgyblion ysgol gyda 5 o weithdai ymarferol sy'n canolbwyntio ar faterion Iechyd Meddwl ac Iechyd Emosiynol a Llesiant. (Cam gweithredu rhif 12500)</p>	✓	<p>Trefnwyd cynhadledd lwyddiannus lle roedd cyfanswm o 90 o gynrychiolwyr yn bresennol. Roedd y gwerthusiad a'r adborth a gafwyd yn gadarnhaol iawn.</p>

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✗	Sylw ar Gynnydd
Byddwn yn ceisio cynyddu nifer yr Ysgolion Uwchradd sy'n rhan o'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion. <i>(Cam gweithredu rhif 12501)</i>	✓	Mae pob ysgol uwchradd bellach yn rhan o'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) ac wedi mynychu digwyddiad yr SHRN yng Ngardd Fotaneg Genedlaethol Cymru ar 13 Mehefin 2017.
Byddwn yn ail-sefydlu Grŵp Llywio Gwrth-fwlio Sir Gaerfyrddin. <i>(Cam gweithredu rhif 12502)</i>	✗	Oherwydd bod dogfennau a pholisïau newydd ynghylch Bwlio yn cael eu rhyddhau gan Lywodraeth Cymru, penderfynwyd y byddai Grŵp Llywio Gwrth-fwlio Sir Gaerfyrddin yn ailsefydlu pan fyddai'r dogfennau hyn wedi'u cyhoeddi, sef yn ystod 2018-19.
C - Hyrwyddo bwyta'n iach		
Byddwn yn ceisio datblygu ymhellach fwyta'n iach mewn ysgolion, y tu hwnt i reoliadau statudol Llywodraeth Cymru, gan weithio gyda dietegwyr o'r gwasanaeth iechyd. <i>(Cam gweithredu rhif 12503)</i>	✓	Cynhaliwyd cyfarfod â Deietegydd ddiwedd Gorffennaf ar sut i wella bwydlen newydd y gaeaf o ran maeth fel ei bod yn rhagori ar y canllawiau, gan barhau i gynnal y nifer sy'n bwyta prydau ysgol mewn ysgolion cynradd ar yr un pryd. Roedd y canlyniad yn galonogol iawn ac roedd y Deietegydd yn hapus iawn â'n bwydlen, ac wedi iddi ddeall y gwasanaeth oedd gennym, ni allai gynnig dim cyngor ynghylch sut y gallem ei wella.
Byddwn yn ceisio cynyddu'r nifer sy'n bwyta prydau ysgol (gan gynnwys prydau ysgol am ddim). <i>(Cam gweithredu rhif 12504)</i>	✓	Rydym wedi edrych ar ffyrdd gwahanol o hybu prydau ysgol h.y. ystafell newyddion; gwefannau ysgolion; diwrnodau thema unwaith y mis e.e. Masnach Deg yn ogystal â defnyddio ein masgot 'Dylan y Ddraig' i ymweld â disgyblion Ysgolion Cynradd. Rydym hefyd wedi datblygu taflen groesawu ar gyfer yr holl newydd-ddyfodiad / rhieni er mwyn cael gwell dealltwriaeth o brydau ysgol, sut i dalu neu wneud cais am Brydau Ysgol am ddim. Mae gennym fwydlen newydd wedi'i dylunio â graffig er mwyn edrych yn fwy deniadol ac rydym wedi sicrhau bod gennym fwydlen gytbwys sy'n cyrraedd y safonau maeth, yn ogystal â'r hyn mae disgyblion yn ei hoffi ar sail adborth. Y gobaith yw y bydd y rhain, ynghyd â chyflwyno taliadau ar-lein i ysgolion uwchradd a chynradd, yn helpu i gynyddu niferoedd.
Byddwn yn parhau i sicrhau bod ysgolion yn glynu wrth Fesur Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Cymru) 2009 a Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Gofynion a Safonau Maeth) (Cymru) 2013, yn ystod cyfarfodydd clwstwr, ymweliadau ag ysgolion, ac asesiadau. <i>(Cam gweithredu rhif 12506)</i>	✓	Atgoffwyd ysgolion o'r Mesur Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (2009) a'r Safonau Maeth (2013) yn ystod Cyfarfodydd Clwstwr Tymor y Gwanwyn. Atgoffir ysgolion hefyd a chynhelir archwiliadau yn ystod Ymweliadau Ysgol ac Asesiadau.
Byddwn yn cynyddu % yr ysgolion sy'n cyflawni Cam 4 o'r Fenter Ysgolion Iach <i>(8.3.1.5)</i> <i>(Canlyniad 2016/17 - 63% / Targed 2017/18 - 79%)</i>	✗	Canlyniad 2017/18 - 63%. Nid yw hyn yn cyrraedd y targed ond mae wedi aros yr un peth â'r llynedd. Er bod y targed wedi'i seilio ar 4 ysgol ychwanegol yn cyflawni 4 Cam sydd wedi cael eu cyflawni, mae cau ysgolion wedi effeithio ar y cyfrifiad. Sir Gaerfyrddin sydd â'r nifer mwyaf o ysgolion sy'n cwblhau cam 4 y cynllun ledled Cymru. O blith y 113 o ysgolion yn Sir Gaerfyrddin, roedd 112 wedi ymuno â chynllun Ysgolion Iach Cymru, ac ar hyn o bryd roedd 3 ysgol yng ngham 1, 7 yng ngham 2, 31 yng ngham 3, 36 yng

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✘	Sylw ar Gynnydd
		ngham 4, 32 yng ngham 5, ac 1 yng ngham 6, ac Ysgol Gymunedol Peniel yw'r ail ysgol yn Sir Gaerfyrddin i ennill y Wobr Ansawdd Cenedlaethol, ynghyd ag Ysgol Gynradd Nantgaredig.
Byddwn yn cynyddu canran y plant a welwyd gan ddeintydd cofrestredig o fewn 3 mis ar ôl dechrau derbyn gofal (SCC/30) (Canlyniad 2016/17 - 71.4% / Targed 2017/18 - 74.3%)	✘	Canlyniad 2017/18 - 69.6%. Mae'r canlyniad ymhell uwchlaw ffigur Cymru Gyfan o 59.4% (2016/17), er nad yw'n cydymffurfio â'r targed a'i fod yn dangos gostyngiad. Mae nifer y plant sy'n derbyn gofal yn y garfan ar gyfer 2017/18 wedi gostwng i 23 o gymharu â 35 yn 2016-17, sy'n gam cadarnhaol. Fodd bynnag, golyga'r niferoedd bach fod unrhyw amrywiad sylweddol yn gallu cael effaith sylweddol ar y canfyddiadau o flwyddyn i flwyddyn
Byddwn yn cynyddu canran y plant sy'n derbyn gofal ar 31 Mawrth a oedd wedi'u cofrestru gyda meddyg teulu o fewn 10 diwrnod gwaith o ddechrau eu lleoliad (SCC/31) (Canlyniad 2016/17 - 94% Targed 2017/18 - 95.2%)	✘	Canlyniad 2017/18 - 94.6%. Erys perfformiad yn dda ac ymhell uwchlaw ffigur Cymru Gyfan o 91.7% (2016/17). Mae canlyniad diwedd y flwyddyn ychydig is na'r targed, fodd bynnag mae'r niferoedd yn y garfan yn fach iawn a gallu unrhyw amrywiant gael dylanwad sylweddol ar ffigurau o flwyddyn i flwyddyn.
D – Cynyddu ymwybyddiaeth		
Byddwn yn parhau i weithio mewn partneriaeth â'r Cynllun Cyn Ysgol Iach a Chynaliadwy er mwyn hyrwyddo'r '10 cam i Bwysau Iach'. (Cam gweithredu rhif 12507)	✓	Rhoddodd Nerys Burton, sef Arweinydd y Cynllun Ysgolion Iach Cyn-ysgol, gyflwyniad yn ein Seremoni Wobrwy Ysgolion Iach ar 4 Gorffennaf, 2017, ynghylch Ymgyrch '10 Cam i Bwysau Iach', er mwyn cynyddu ymwybyddiaeth ymysg ysgolion cynradd. Rhoddwyd pwyslais ar 'Amser Sgrin' a 'Darpariaeth Awyr Agored'.
Byddwn yn sicrhau bod adnoddau Addysgol ar gyfer ymarferwyr ynghylch y 7 pwnc ysgolion Iach yn cael eu rhoi ar y Rhwydwaith Ysgolion Iach ar Hwb. (Cam gweithredu rhif 12508)	✓	Mae adnoddau addysgol yn cael eu rhoi ar y Rhwydwaith Ysgolion Iach ar Hwb drwy gydol y flwyddyn, gan gynnwys y wybodaeth, polisiâu a chanllawiau mwyaf diweddar ynghylch materion iechyd.
Byddwn yn parhau i hyrwyddo a chodi ymwybyddiaeth o ymgyrchoedd penodol i fwya'n iach, gweithgarwch corfforol ac iechyd meddwl megis 'Wythnos Cerdded i'r Ysgol', 'Milltir y Dydd', Wythnos Genedlaethol Ymwybyddiaeth o Ordewdra, ac Wythnos Ymwybyddiaeth o Iechyd Meddwl ac yn hyrwyddo'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion drwy gyfrif Twitter Ysgolion Iach, Rhwydwaith Ysgolion Iach ar Hwb, cyfarfodydd clwstwr a chodi ymwybyddiaeth gyda rheini a gofalwyr drwy nosweithiau rhieni. (Cam gweithredu rhif 12509)	✓	Rydym yn parhau i hyrwyddo a hysbysu ysgolion am ymgyrchoedd iechyd blynyddol. Yn ddiweddar bu i ni hyrwyddo a rhoi gwybod i ysgolion am Gystadleuaeth 'Big Pedal' Sustrans, sy'n anelu at gynyddu Teithio Llesol i'r Ysgol. Cafodd pob ysgol yn Sir Gaerfyrddin e-bost yn ystod diwedd tymor y gwanwyn, i roi gwybod iddynt sut oedd cymryd rhan yn y gystadleuaeth. Ymhlith yr ymgyrchoedd blaenorol a hyrwyddwyd y mae 'Wythnos Gwrth-fwlio Genedlaethol' sy'n cael ei chynnal yn flynyddol ym mis Tachwedd, 'Milltir y Dydd' ac 'Wythnos Cerdded i'r Ysgol' yn ystod tymor yr haf 2017.
Byddwn yn parhau i hyrwyddo a chodi ymwybyddiaeth o fanteision bwyta'n iach, gweithgarwch corfforol rheolaidd a strategaethau iechyd meddwl yn ystod ein seremoni Gwobrau Ysgolion Iach flynyddol trwy wahodd partneriaid allweddol i ddarparu	✓	Cynhaliwyd y Seremoni Gwobrau Ysgolion Iach ar 4 Gorffennaf, 2017 ym Mharc y Scarlets, Llanelli. Cafodd 22 o ysgolion eu cynrychioli gan 45 o ddisgyblion a 21 o athrawon. Roedd gennym 2 o weithdai, un ynghylch ryseitiau bwyta'n iach, lle cawsant gyfle i wneud eu byrbrydau iach eu hunain fel sushi, ac roedd yr ail yn weithdy gweithgareddau

Ymrwymiadau'r Llynedd	✓ ✗	Sylw ar Gynnydd
<p>gweithdai ynghylch y meysydd iechyd hyn. <i>(Cam gweithredu rhif 12510)</i></p>		<p>corfforol wedi ei seilio ar ddatblygu sgiliau. Roedd nifer o bartneriaid allweddol yn bresennol yn y seremoni, gyda stondinau yn hyrwyddo bwyta'n iach a gweithgarwch corfforol gan gynnwys Dietegydd Iechyd Cyhoeddus a Nyrsys Ysgol, Swyddogion Pobl Ifanc Actif, Gwasanaethau Prydau Ysgol Sir Gaerfyrddin, Lisa Fearne - Cyfarwyddwr Pumpkin Patch and Garden yn ogystal ag Aled Owen - Ynni Da.</p>
<p>Byddwn yn cynnal rhaglen o 'brawf-brynu' alcohol a sigarennau i sicrhau bod siopau'n gwrthod gwerthu i gwsmeriaid dan oedran <i>(7.4.3.5)</i> <i>(Targed 2017/18 - 100% o'r rhai a brofwyd)</i></p>	✗	<p>Mae logiau gwybodaeth gan Heddlu Dyfed-Powys yn cael eu derbyn a'u monitro ac ychydig iawn o achosion o brynu dan oedran o siopau trwyddedig sydd wedi'u hadrodd. O ganlyniad ni chafodd y fenter pryniannau prawf eu cynnal a chyfeiriwyd adnoddau at flaenoriaethau eraill. Fodd bynnag yn ystod haf 2018 byddwn yn cynnal ymarfer prawf prynu yn yr ychydig safleoedd yr honnwyd eu bod wedi gwerthu alcohol i bobl dan oedran. Dylid hefyd gymryd i ystyriaeth nad oedd unrhyw werthiannau pan ymgymerasom â'r fenter hon ddiwethaf yn 15/16.</p>