# Cylchlythyr Lles
# YGCR

Wrth i ni agosáu at wyliau'r Pasg, mae'n gyfle perffaith i oedi, anadlu'n ddwfn, a myfyrio ar yr hyn sydd wedi'i gyflawni dros y tymor. Mae'r wythnosau diwethaf wedi bod yn brysur ac yn llawn gweithgareddau, ond hefyd yn llawn enghreifftiau o garedigrwydd, dyfalbarhad a chefnogaeth rhwng ein disgyblion a'n staff. Yn yr ysbryd hwn o adnewyddu a gobaith, rydym yn eich annog i wneud amser i ofalu amdanoch eich hun, ailgysylltu â'ch lles, a mwynhau'r egwyl sydd ar ddod.

Diolchiadau

*Hoffem ddiolch yn fawr i bawb sydd wedi cyfrannu at lwyddiant y noson arbennig hon:*

Gwesty Parc Treftadaeth y Rhondda
Beatus Cartons Ltd
Kier
Glenside Printing
Awdurdod Addysg Rhondda Cynon Taf
Mei Gwynedd a Band Ty Potas
Cennard Davies
Megan Tudur
Carys Whelan
Lloyd Macey
Bethany Powell
Rachel Stephens
Tudur Dylan Jones
Côr y Cwm

I'r bobl hynny a frwydrodd yn ddi-ildio yn erbyn y trai ac a fu'n allweddol wrth sefydlu ysgolion Cymraeg yng Nghwm Rhondda.

I'r rhieni a roddodd, ac sy'n parhau i roi, eu ffydd mewn addysg Gymraeg.

I holl staff a chyn-staff y chwe ysgol sydd wedi ymroi a brwydro dros addysg Gymraeg.

I benaethiaid a chyn-benaethiaid ysgolion Cymraeg Cwm Rhondda am eu gweledigaeth a'u hangerdd.

I gymuned ehangach ysgolion Cymraeg Cwm Rhondda am eu cefnogaeth diflino.

Ac yn bennaf, i blant Cwm Rhondda a fydd yn cadw'r iaith yn fyw ar eu gwefusau ymhell i'r dyfodol ac yn ei throsglwyddo i'r cenedlaethau sydd i ddod.

GLENSIDE printing
KIER
Beatus CARTONS
YGCR

NOSON I DDATHLU
75 MLYNEDD
O ADDYSG GYMRAEG
YN Y RHONDDA

Gwesty Parc Treftadaeth y Rhondda

*Fe fynnwn i gadw Cwm Rhondda i'r genedl a'r genedl hithau yn ardd gan ffrwythlondeb…*

## Dathlu 75 mlynedd o Addysg Gymraeg yng Nghwm Rhondda

Braint ac anrhydedd oedd cyd-ddathlu 75 mlynedd o addysg Gymraeg yn y Rhondda dros y penwythnos gyda Llwyncelyn, Ynyswen a holl gyfeillion addysg Gymraeg y cwm!

75 o flynyddoedd yn ôl, ganwyd dau o drysorau cyntaf y cwm – Ysgol Gynradd Gymraeg Ynyswen, 'Yr Ysgol Gymraeg', ac Ysgol Gynradd Gymraeg y Rhondda Fach, Pontygwaith, bellach Ysgol Gynradd Gymraeg Llwyncelyn. Ynysoedd bach o Gymreictod oedd y ddwy ysgol hyn ar y cychwyn, mannau lle tyfodd gobaith a hunaniaeth. Bellach, mae'r ynysoedd hynny wedi tyfu'n gyfandir o Gymreictod – pum ysgol gynradd Gymraeg, un ysgol gyfun, a chymuned gyfan sy'n llawn o falchder – un tîm, un teulu, un genhedlaeth ar y tro.

Wrth i ni nodi'r pen-blwydd arwyddocaol hwn, trown ein meddyliau at y rhai a agorodd y drws yn gyntaf: y rhieni dewr, yr athrawon ymroddgar, a'r disgyblion a oedd yn ddigon mentrus i gerdded llwybr anghyfarwydd; torri cwys newydd yn haen y glo! Rydym yn diolch o galon i'r cyfeillion hynny a fu'n barod i frwydro ac i aberthu er mwyn sefydlu ac amddiffyn addysg Gymraeg yn y cwm. Cawsom gyfle nid yn unig i ddathlu eu llwyddiant nhw, ond twf bywiog y Gymraeg a'i lle diysgog yng nghalon ein cymuned.

"Fe fynnwn i gadw Cwm Rhondda i'r genedl, a'r genedl hithau'n ardd gan ffrwythlondeb."

Mae'r geiriau hynny'n atseinio'n gryfach nag erioed.

Ymlaen â ni, gyda'n gilydd, at y canmlwyddiant!

# I DDATHLU 75 MLYNEDD ADDYSG GYMRAEG YNG NGHWM RHONDDA

## Tudur Dylan Jones a’r Clwstwr

Yn sŵn y plantos annwyl
acw mae llond Cwm o hwyl,
y rhain ddoe i’r Rhondda ddaeth
a’u geni’n gwneud gwahaniaeth,
a’u cyffroi yn rhoi, trwy’r iaith,
i deulu fywyd eilwaith.

Ynddynt, ym mhlant y Rhondda,
ers cyhyd mae’r dysgu da,
a thrwy’u sŵn fe welwn ni
ar ein tir wawr yn torri
gan annog iaith gynhenid
yr hen gwm drwy’r rhain i gyd.

A ni’n hŷn fe glywn ninnau
iaith wych y genhedlaeth iau;
dringo wna plant Bodringallt,
chwilio’r haul uwchlaw yr allt,
ac fe ŵel plant Llwyncelyn
eu hiaith hwy drwy’r parthau hyn.

Bydd, fe fydd yr henaith fwyn
yfory’n Llyn y Forwyn,
a phlant Bronllwyn, addfwyn ŷnt,
holl led y Gelli ydynt,
ac fe erys Ynyswen
yn driw o hyd i’r awen.

O’r hen ddoe’n y Rhondda hwn
down ynghyd, fe gyd-godwn,
awn law yn llaw, daw y dydd,
ac â hwyl, cawn â’n gilydd
i’r Canfed gerdded â gwên,
a throedio yn iaith Rhydwen.

Mae calon y ‘cwm culach’
nawr yn well, yn curo’n iach,
mae pawb o hyd, mae pob oed
wir angen yr ieuengoed;
cof y rhain yw cyfrinach
Rhondda Fawr a Rhondda Fach.

# GWAITH Y TYMOR

## Blwyddyn 7

Roedd yn hyfryd gweld ein disgyblion Blwyddyn 7 yn mwynhau Diwrnod Miwsig Cymru. Daeth Menter Iaith RCT i'r ysgol gyda band gwych a chafwyd gig fywiog yn y neuadd. Roedd yr awyrgylch yn wych, gyda'r plant yn dawnsio, canu ac, 'bystio mwfs' gyda brwdfrydedd! Ar ddiwedd y perfformiad, roedd yn galonogol clywed pawb yn uno i floeddio "Yma o Hyd", gan ddangos balchder gwirioneddol yn ein diwylliant a'n hiaith. Roedd hi'n wych hefyd gweld creadigrwydd, brwdfrydedd a gwaith tîm ein disgyblion Blwyddyn 7 yn ystod gweithgareddau Her Menter

Mae ein dysgwyr wedi bod yn gweithio'n hynod o galed ar ystod o weithgareddau llesiant dros dymor y gwanwyn O weithdai sy'n canolbwyntio ar feddylfryd positif a thrin straen, i weithgareddau tîm - maent wedi dangos brwdfrydedd a chreadigrwydd wrth ofalu am eu lles eu hunain a lles ei gilydd. Mae'r sesiynau hyn nid yn unig wedi cryfhau eu hyder a'u gwytnwch, ond hefyd wedi meithrin ymdeimlad clir o gymuned a chefnogaeth o fewn yr ysgol. Rydym yn falch iawn o'u hymdrechion ac yn edrych ymlaen at ddatblygu'r gwaith cadarnhaol hwn ymhellach

Faint ydych chi'n ei wybod am gamfanteisio er mwyn cadw'ch plant yn ddiogel? Cwblhewch y cwis isod.

https://docs.google.com/presentation/d/1Ru6XjNJhKQUZRHhua9T9aLH3vCm_Y60e/edit?usp=sharing&ouid=104151140503423341654&rtpof=true&sd=true

Pe hoffech fwy o wybodaeth ar yr arwyddion, cysylltwch â helengriffith@ygcwmrhondda.cyru neu ewch i'ch gwefan **Dysg** https://sites.google.com/hwbcymru.net/support4parentsygcr/hafan

## Blwyddyn 8

Mae Ace Media Cymru wedi darparu gweithdai ymgysylltiol a chynnil sy'n canolbwyntio ar godi ymwybyddiaeth o gamfanteisio. Trwy drafodaethau, senarios bywyd go iawn a gweithgareddau rhyngweithiol, mae'r sesiynau wedi helpu disgyblion i ddeall y gwahanol fathau o gamfanteisio a sut i adnabod arwyddion rhybudd. Mae'r gweithdai wedi grymuso dysgwyr i feddwl yn feirniadol, gwneud dewisiadau diogel ac i deimlo'n hyderus wrth chwilio am gymorth os bydd ganddynt bryderon. Rydym yn ddiolchgar iawn i Ace Media Cymru am ddarparu profiadau dysgu mor werthfawr sy'n cryfhau lles a diogelwch ein disgyblion

# Blwyddyn 9

Cafodd grŵp o ddisgyblion Blwyddyn 9 y cyfle i gynrychioli'r ysgol yn y Tasty Challenge ym Mryn Meadows, lle bu'n rhaid iddynt gynhyrchu cynnyrch bwyd gan gystadlu yn erbyn ysgolion o bob cwr o Dde Cymru. Dangosodd y disgyblion greadigrwydd, sgiliau coginio a gwaith tîm arbennig drwy gydol y gystadleuaeth. Rydym yn hynod falch o'u llwyddiant, gan eu bod wedi ennill y wobr am y cynnyrch mwyaf arloesol—cyflawniad sy'n adlewyrchu eu hymrwymiad a'u doniau ragorol.

Mae disgyblion Blwyddyn 9 i gyd wedi cymryd rhan mewn gweithdy addysg rhyw a arweiniwyd gan dîm y nyrsys ysgol, wedi'i gydlynu'n ofalus gan ein nyrs ysgol, Kirsty Roberts. Roedd y sesiwn yn gyfle i'r disgyblion drafod iechyd, perthnasoedd a gwybodaeth bwysig mewn amgylchedd diogel a chefnogol. Cofiwch fod Kirsty yn yr ysgol bob Dydd Mercher, ac mae Hannah Hoban, ein nyrs iechyd rhywiol, yn ymweld â'r ysgol unwaith y mis. Os hoffech wneud apwyntiad neu ofyn cwestiwn, gallwch gysylltu drwy ebost: llais@ygcwmrhondda.cymru

# Blwyddyn 10

Roedd ein dysgwyr wedi mwynhau profiad gwaith gwerthfawr iawn yn ystod mis Chwefror, gan gael cyfle i gamu i fyd gwaith a datblygu ystod eang o sgiliau trosglwyddadwy. Trwy weithio ochr yn ochr â gweithwyr proffesiynol, maent wedi meithrin hyder, gwella eu sgiliau cyfathrebu, a dysgu am gyfrifoldeb, trefnu amser ac gweithio fel rhan o dîm. Mae'r profiad hefyd wedi agor eu llygaid i bosibiliadau gyrfaoedd newydd ac wedi rhoi dealltwriaeth ymarferol iddynt o'r hyn sy'n ofynnol mewn gwahanol rolau. Rydym yn falch iawn o'u brwdfrydedd a'r ffordd y maent wedi cynrychioli'r ysgol yn gadarnhaol ac nifer o gyflogwyr wedi cysylltu i'w canmol.

## Ffair Gyrfâu YGCR

Roedd y diwrnod yn llwyddiant aruthrol – cafodd pawb o Flwyddyn 7 i 13 gyfle i fynychu, gyda naws hyfryd drwy'r dydd. Roedd y dysgwyr wrth eu boddau yn ymgysylltu, yn holi cwestiynau ac yn siarad yn frwdfrydig â'r asiantaethau a'r sefydliadau amrywiol, gan gymryd camau cadarnhaol i berchnogi eu dyfodol

Diolch anferthol i bawb a wnaeth y diwrnod yn bosibl: ac roedd yn hyfryd gweld cynifer o gyn-ddisgyblion yn eu plith

# Blwyddyn 11

Gydag arholiadau allanol ar y gorwel, mae'n naturiol i'n dysgwyr deimlo'r straen. Rydyn ni eisoes wedi edrych ar sgiliau adolygu mewn sesiwn bugeiliol https://docs.google.com/presentation/d/1dnkiNkMeYIXjZphQCPny1dQYr8J9tKdU/edit?usp=sharing&ouid=104151140503423341654&rtpof=true&sd=true
Pe bai'ch plentyn yn poeni, mae'n bwysig trafod gyda'i athrawon, ond mae hefyd yn bwysig dechrau cael trefn ar bethau, tra'n gofal am ei hun a rheoli'r straen. Diolch i E2E am rhannu'r dolenni a chyngor sut all eich plentyn ymdopi gyda straen cyn ac ar ddiwrnod yr arholiad

**Dyma rai syniadau a all helpu i leihau lefelau straen:**

Gwrando ar gerddoriaeth

Gwneud rhyw fath o ymarfer corff

Mynd am dro a chysylltu â byd natur

Chwarae gêm fideo (ond cyfyngu ar yr amser, gall oriau basio'n gyflym)

Cael bath ymlaciol

Bwyta pryd iach

Sgwrs gyda ffrindiau

Gosod nodau realistig

Ymarfer gweithgareddau ymwybyddiaeth ofalgar

Cael digon o gwsg

Gwneud rhywbeth rydych chi'n ei fwynhau gyda theulu neu ffrindiau

**Bod yn garedig i chi eich hun a rhoi caniatâd i chi eich hun i gymryd seibiant.**

## Gwefannau defnyddiol

**DYSGYGCR**
https://sites.google.com/hwbcymru.net/support4parentsygcr/ysgol-school

**DAIONIYGCR**

https://sites.google.com/hwbcymru.net/daioniygcr/ysgol

**Carlam Cymru**: Casgliad o fideos sy'n cefnogi myfyrwyr gyda'u hadolygu yw Carlam Cymru.https://e-sgol.cymru/cy/carlam-cymru/

https://hwb.gov.wales/repository/discovery?sort=relevance&catalogs=4027db3f-d3b9-453b-9f41-e5b1ef34ab6c&strict=1&showBackButton=1&query=tgau&ratings=580591c2-3f0c-4e77-87a7-72fa8d307138

**Young Minds** – Exam Self-Care
https://www.youngminds.org.uk/young-person/coping-with-life/exam-stress/

**Student Minds** – Exam Stress
https://www.studentminds.org.uk/examstress.html

# Blwyddyn 12-13

Mae'r 6ed dosbarth wedi bod yn brysur iawn y tymor yma. Ym mis Ionawr cafodd criw Hwb Seren y cyfle i ymweld â phrifysgol Rhydychen am y dydd lle cawsant daith o'r brifysgol a'r ddinas a blas ar ddarlith. Aeth criw mwy ar daith i brifysgol Caergrawnt ar ddiwedd mis Chwefror gyda grwp o 6ed Ysgol Treorci er mwyn gweld prifysgol campws - cawson nhw ddiwrnod gwych yn siarad gyda myfyrwyr ac yn dysgu am yr holl adnoddau sydd yna. Yn arwain lan at yr etholiad, daeth Branwen o'r Senedd i mewn i siarad gyda'r 6ed am bwysigrwydd y Senedd a phleidleisio. Cawsom ymweliad hefyd gan cyn-ddisgybl Dione Rose sydd nawr yn gweithio I Brifysgol Met Caerdydd. Siaradodd hi gyda flwyddyn 12 am eu opsiynau ôl-18 a manteision mynd i'r brifysgol.

Roedd pawb yn brysur iawn ar ddiwedd mis Ionawr yn paratoi at y ffug arholiadau. Ar y 12fed o Fawrth fe drefnodd ein criw Twristiaeth daith i Ninja Warrior fel rhan o'u cwrs ac fe gafodd criw o Flwyddyn 12 amser llawn hwyl yna am y prynhawn!

Hoffwn ddiolch i bawb sydd hefyd wedi bod yn helpu gyda'r cynllun darllen a phawb oedd wedi bod yn rhan o redeg y ffair lyfrau dros yr wythnosau diwethaf hefyd. A llongyfarchiadau i aelodau Blwyddyn 13 sydd wedi derbyn amrywiaeth eang o gynigion o brifysgolion ar draws y DU. Maen nhw nawr yn gwneud eu penderfyniadau terfynol am ble i fynd i astudio ym mis Medi!

Llongyfarchiadau i'n swyddogion y 6ed a gafodd amser arbennig ym Miri Mawr Rhondda Cynon Taf yr wythnos ma!

Diolch I Menter Iaith Rhondda Cynon Taf am drefnu Miri Mawr sy'n gyfres o ddigwyddiadau am ddim sy'n cael eu cynnal drwy gydol y flwyddyn i blant cyn-ysgol a'u teuluoedd, gyda gweithgareddau hwyliog, adloniant a chyfle i archwilio diwylliant Cymru.

# FÊPIO

Ydych chi'n poeni bod eich plentyn yn fêpio...?
https://drive.google.com/file/d/1LM3LnRNwaEPaQSPSnARM1SX5ArQx2Lfe/view?usp=drive_link

PCynhaliodd PC Leigh Newman sesiwn bwerus ac addysgiadol gyda disgyblion Blwyddyn 11 ar berthnasoedd iachach a rheolaeth orfodol. Trwy drafodaethau agored ac enghreifftiau ymarferol, helpodd Leigh y disgyblion i ddeall y gwahanol ffyrdd y gall ymddygiad rheoli ymddangos mewn perthynas, a sut i adnabod arwyddion cynnar o ansefydlogrwydd neu niwed emosiynol. Anogodd y sesiwn fyfyrio dwfn, trafodaeth a hyder i siarad allan, gan roi'r wybodaeth a'r sgiliau i'r disgyblion wneud penderfyniadau diogel a chadarnhaol yn y dyfodol. Rydym yn ddiolchgar iawn i Leigh am gyfraniad mor werthfawr i iechyd a lles ein dysgwyr.

# Os ydych chi eisiau i ni wrando....mae'n rhaid i ni eich clywed

LLAIS@YGCWMRHONDDA.CYMRU

## Senedd

Cynhaliodd aelodau o'n Senedd gyfarfod hynod ddiddorol yn ddiweddar wrth gwrdd ag ymgeiswyr ar gyfer swydd yn yr Adran Gymraeg. Cawsant y cyfle i ofyn cwestiynau craff am eu profiad, eu syniadau ar gyfer datblygu'r adran, a'u gweledigaeth ar gyfer cefnogi disgyblion gan roi adborth i'r panel cyfweld. Roedd y disgyblion yn broffesiynol ac yn hyderus, gan chwarae rhan bwysig yn y broses recriwtio ac yn dangos aeddfedrwydd mawr wrth gynrychioli llais yr ysgol. Rydym yn falch iawn o'u cyfraniad a'u hymrwymiad i wneud gwahaniaeth.

## Llais y Dysgwyr

Hoffem eich gwahodd - ein dysg unrhyw adborth sydd gennych am boed hynny'n bwyntiau cadarnhaol am yr hyn rydym yn ei wneud yn dda neu awgrymiadau ar gyfer meysydd lle gallwn wella. Mae eich barn yn bwysig iawn i ni ac yn ein helpu i ddatblygu profiadau a darpariaeth sy'n diwallu eich anghenion yn well fyth.

https://forms.gle/irK7ktpLWpf9nGqw8

## MYP

### Llew Harris

Rydym yn falch iawn o longyfarch Llew ar gael ei ethol fel Aelod RCT o'r Senedd Ieuenctid . Mae'r etholiad hwn yn dyst i'w ymrwymiad i leisio barn pobl ifanc ac i'w angerdd dros wneud gwahaniaeth cadarnhaol yn ein cymuned. Trwy gamu i'r rôl hon, mae wedi dangos arweinyddiaeth, hyder a gweledigaeth, ac rydym yn edrych ymlaen at weld yr effaith ysbrydoledig y bydd yn ei chael wrth gynrychioli ein hysgol a'n hardal ar lefel genedlaethol. Rydym yn dymuno pob llwyddiant iddo yn y daith gyffrous hon.

# CYNHALIAETH

## LLAIS@YGCWMRHONDDA.CYMRU

### PANED A CHLONC

Shine
SCHOOLS INreach Emotional Wellbeing Service

Eye to Eye

YEPS

MEDIA ACADEMY CYMRU

Gwasanaeth Nyrsio Ysgolion Cwm Taf Morgannwg
School Nursing Service

## Llais rhieni/gofalwyr

Hoffem eich gwahodd - rhieni a gofalwyr i rannu unrhyw adborth sydd gennych am ein gwaith—boed hynny'n bwyntiau cadarnhaol am yr hyn rydym yn ei wneud yn dda neu awgrymiadau ar gyfer meysydd lle gallwn wella. Mae eich barn yn bwysig iawn i ni ac yn ein helpu i ddatblygu profiadau a darpariaeth sy'n diwallu anghenion ein disgyblion yn well fyth. Diolch o galon am eich cefnogaeth barhaus.

**https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdL-2bL2vS1S_jxcqXLuZrOGhyfxobt4PwoBShCBbC-vOBLvw/viewform?usp=sharing&ouid=104151140503423341654**

PE HOFFECH FANTEISIO AR Y GYNHALIAETH, CYSYLLTWCH Â

HELENGRIFFITH@YGCWMRHONDDA.CYMRU

NEU

ABBIEMORRIS@YGCWMRHONDDA.CYMRU