Tyfu Gyda’n Gilydd

Pecyn Adnoddau Gardd Ysgol

cadwch keep
gymru'n wales
daclus tidy

Pecynnau cymorth Tyfu Gyda'n Gilydd ar gyfer ysgolion

Yma yn Cadwch Gymru'n Daclus, rydym eisiau sicrhau bod prosiectau gardd ysgolion yn parhau i dyfu ymhell ar ôl y cyffro cychwynnol a bwrlwm y gweithgareddau i greu safle gardd newydd. Felly, rydym wedi rhoi'r canllaw defnyddiol hwn at ei gilydd, yn llawn cyngor, dolenni a fideos. Gobeithio y bydd o gymorth i chi fanteisio i'r eithaf ar eich gardd am flynyddoedd i ddod.

Cysylltiadau â'r cwricwlwm – Datganiadau o'r Hyn sy'n Bwysig

Gyda datblygiad y Cwricwlwm newydd i Gymru, rydym wedi nodi'r ffordd y gall ysgolion ymgorffori dysgu awyr agored i'w hamserlenni. Gall prosiectau tyfu bwyd gyd-fynd yn hawdd â chwe maes y cwricwlwm o ddysgu a phrofiad, fel a ganlyn:

- **Y Celfyddydau Mynegiannol** – ymarfer corff, creadigrwydd
- **Iechyd a llesiant** – iechyd corfforol a meddyliol, lles cymdeithasol, dylanwadau cymdeithasol cadarnhaol
- **Y Dyniaethau** – cynorthwyo dysgwyr i fod yn ddinasyddion moesegol, gwybodus; profiad o'r byd naturiol; annog ymchwilio ac archwilio
- **Iaith, llythrennedd a chyfathrebu** – ymestyn dealltwriaeth ieithyddol o'r byd naturiol. Defnyddiwch leoliadau awyr agored i sbarduno dychymyg llenyddol
- **Mathemateg a rhifedd** – cymhwyso mathemateg a rhifedd yn ymarferol e.e. gweithio allan faint o hadau i'w plannu mewn ardal benodol; meintioli ffenomena yn y byd ffisegol
- **Gwyddoniaeth a thechnoleg** – mae cymhwyso gwyddoniaeth yn ffisegol (bioleg yn arbennig), yn annog chwilfrydedd a chwilio am atebion i ddeall a rhagweld ffenomena.

Adnoddau garddio i ysgolion

Rydym wedi gwneud rhywfaint o chwilota ac wedi canfod adnoddau garddio gwych wedi eu dylunio'n arbennig ar gyfer ysgolion:

- Getting started – taflen ffeithiau ar dyfu gyda phlant ysgol a theuluoedd
- How to set up a school garden – blog sydd yn ysbrydoli gan addysgwr amgylcheddol sydd yn gweithio yn ysgolion Llundain
- Adnoddau Garddio Ysgolion yr RHS – Mae gan y Gymdeithas Arddwriaethol Frenhinol wefan yn llawn gwybodaeth ddefnyddiol yn arbennig i ysgolion
- Mwy o adnoddau i ysgolion – Mae Ymddiriedolaeth Edina wedi rhoi mwy o ddolenni defnyddiol ynghyd ar gyfer prosiectau ysgol
- Get your hands dirty – Canllaw gardd ysgol Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol

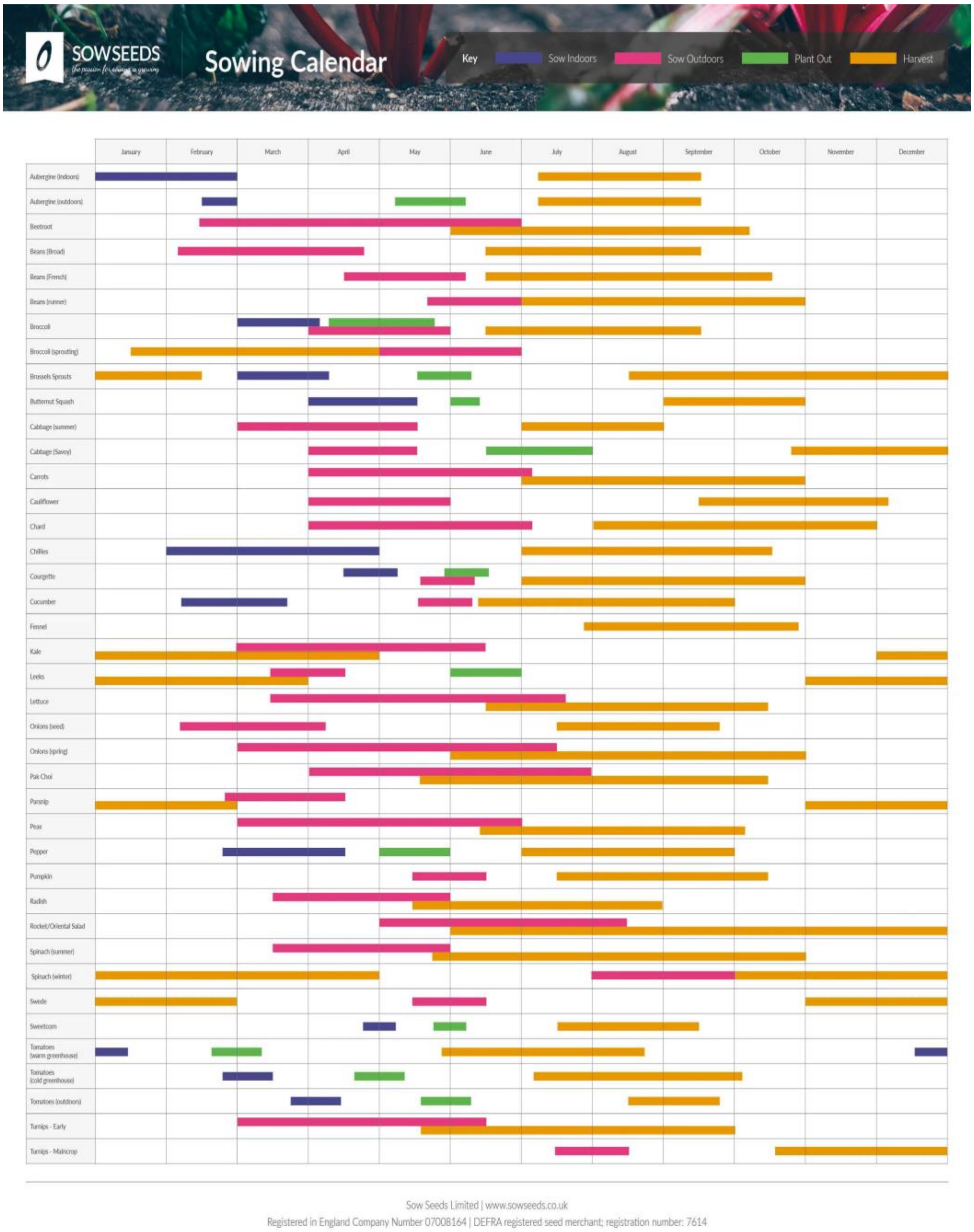
- [Lawrlwythiadau Am Ddim | Grow Your Own (growfruitandveg.co.uk)]
- [10 awgrym Jane Perrone ar gyfer tyfwyr newydd | Grow Your Own (growfruitandveg.co.uk)]

Siart tyfu tymhorol

Nid yw bob amser yn hawdd tyfu mewn ysgolion, gan fod cymaint o’r tymor tyfu yn ystod gwyliau’r haf, felly dyma galendr tyfu gwych i’ch helpu i gynllunio eich lleiniau i gyd-fynd â’r tymor.

Gall y siart isod a chanllaw garddio yn ystod y tymor yr RHS (ar y dudalen nesaf) eich helpu i fanteisio i’r eithaf ar eich gardd. Mae’n bwysig cynllunio beth gallwch ei blannu a’i gynaeafu yn ystod amser ysgol, ond mae hefyd yn dda canfod pa lysiau y mae’r plant yn hoffi eu bwyta er mwyn iddynt allu mwynhau cymaint o’r cynnyrch â phosibl.

> **Lawrlwytho’r siart**



Tyfu yn ystod y tymor

Mae'r RHS wedi rhoi Canllaw garddio yn ystod y tymor ysgol at ei gilydd – cynllun fesul mis o'r hyn i'w wneud yn eich gardd ysgol wedi ei ddylunio o amgylch y gwyliau. Cliciwch ar y dolenni isod am daflenni gwybodaeth penodol ar bob cnwd.

Tymor yr Hydref

	Medi	Hydref	Tachwedd	Rhagfyr
Hau/plannu	Letys (gaeaf), Nionod (setiau), Rhuddygl, Dail salad, Sbigoglys, Mefus (ymledwyr)	Ffa, Garlleg (ewinedd), Letys (gaeaf) Nionod (setiau), Pys Mefus (ymledwyr)	Ffa Coed / llwyni ffrwythau, Garlleg (ewinedd) Mafon (cansenni)	Coed / llwyni ffrwythau *Tu mewn:* Berwr, Microwyrddion, Mwstard
Cynaeafu	Moron, Ysgallddail, Ffa Ffrengig, Garlleg, Cennin, Letys, Nionod, Tatws (prif gnwd), Pwmpenni, Rhuddygl, Mafon, Sbigoglys, Gwrd, Tomatos	Ysgallddail, Ffa Ffrengig, Cennin, Letys, Garlleg, Tatws (prif gnwd), Pwmpenni, Mafon, Sbigoglys, Gwrd, Tomatos	Moron, Cennin, Letys, Sbigoglys	Ysgallddail, Cennin, Letys

Gaeaf / Tymor y gwanwyn

	Ionawr	Chwefror	Mawrth	Ebrill
Hau/plannu	*Y tu mewn:* Berwr, Microwyrddion, Mwstard, Persli,	Ffa Pys Rhuddygl	Ffa, Moron, Garlleg (ewinedd) Cennin, Letys Nionod (setiau), Pys, Tatws (cynnar) Rhuddygl, Sbigoglys, Tomatos	Moron, Ysgallddail, Ffa Ffrengig, Cennin, Letys, Pys, Tatws (prif gnwd), Pwmpenni, Rhuddygl, Dail salad , Sbigoglys Gwrd, Tomatos
Cynaeafu	Cennin Letys	Cennin Letys	Ysgallddail, Cennin, Dail salad	Cennin, Dail salad, Sbigoglys

Tymor yr Haf

	Mai	Mehefin	Gorffennaf	Awst
Hau/plannu	Rhuddygl, Ffa Ffrengig, letys, gwrd a phwmpenni, moron, tomatos.	Ffa dringo a Ffa Ffrengig, gwrd a phwmpenni, moron.	Letys, bresych crych a thrawsblaniadau cennin.	
Cynaeafu	Rhuddygl, ffa, moron, letys a salad arall, sbigoglys.	Rhuddygl, Ffa Ffrengig, ffa, pys, nionod, garlleg, moron, sbigoglys, tatws cynnar, letys a salad arall, mefus.	Rhuddygl, Ffa Ffrengig, ffa, pys, nionod, garlleg, moron, sbigoglys, tatws cynnar, letys a salad arall, tomatos, mefus.	

Syniadau ac awgrymiadau penodol

Compostio

Bydd gwneud eich compost eich hun nid yn unig yn arbed arian ond gall hefyd helpu i leihau eich gwastraff ysgol. Gallwch ychwanegu gwastraff o'r ardd (dail, toriadau gwair, chwyn, deunydd planhigion) a gwastraff ysgol hefyd (papur wedi ei rwygo, cardfwrdd wedi ei dorri, croen llysiau heb eu coginio o'r gegin).

Mae llawer o ganllawiau compostio defnyddiol ar-lein – Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol, Garden Organic, RHS.

A dyma drosolwg byr o'r hyn i'w gofio a pheidio ei wneud wrth gompostio:

Cofiwch

- ✓ Ychwanegu gwastraff o'ch gardd lysiau
- ✓ Ychwanegu papur wedi ei rwygo o'r ysgol
- ✓ Anelwch am 50-75% o wastraff 'brown' yn llawn carbon (papur, cardfwrdd, dail sych, brigau bach, toriadau gwrychoedd, gwellt)
- ✓ 25-50% o wastraff 'gwyrdd' yn llawn nitrogen (deunydd planhigion ffres, croen llysiau, chwyn, toriadau gwair)

Peidiwch

- × Ychwanegu gormod o'r un peth (e.e. gwair)
- × Ychwanegu bwyd wedi ei goginio
- × Ychwanegu chwyn bythol
- × Ychwanegu papur sgleiniog neu liw

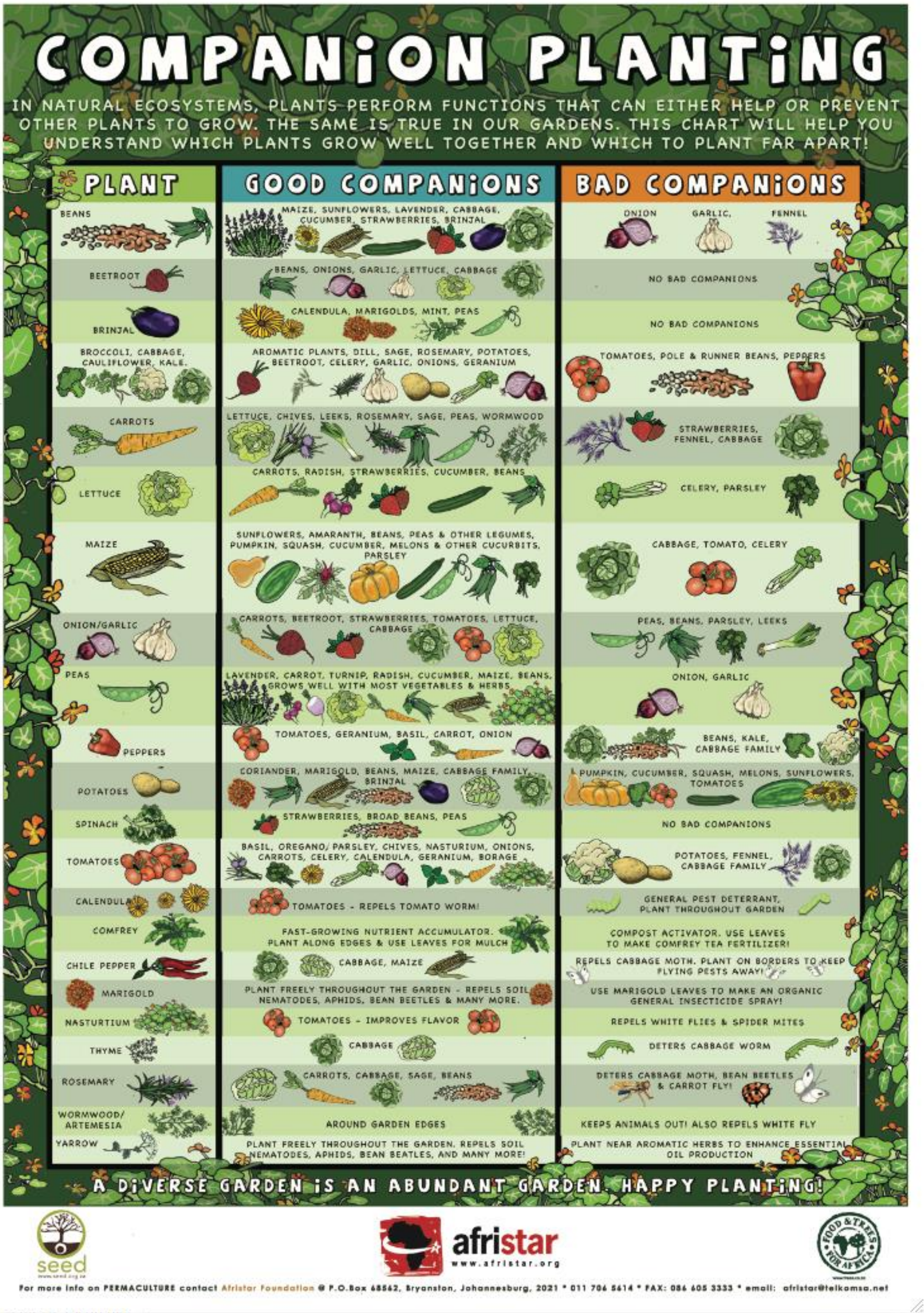
Cnydau Bythol

Mae planhigion sydd yn rhoi cynhaeaf o un flwyddyn i'r llall yn wych i'w cael mewn gerddi ysgol, fel perlysiau, llwyni a choed ffrwythau. Mae cnydau bythol yn wych am fod angen llai o gynnal a chadw arnynt ac mae ganddynt dymor cnydau hirach yn aml. Dyma rai dolenni ar gyfer mwy o wybodaeth am dyfu a gofalu am blanhigion bythol:

- Perennial Veg to Grow - BBC Gardeners World Magazine
- Herbs: growing / RHS Gardening

Plannu ar y Cyd

Er mwyn gwneud y gorau o'r gofod, lleihau'r angen i chwynnu ac atal plâu, gallwch blannu rhai cnydau gyda'i gilydd – mae mwy o wybodaeth am blannu ar y cyd ar gael yma.



Rheoli Plâu

Mae tyfu bwyd yn rhoi boddhad mawr, ond nid os yw'r holl wlithod yn ei gyrraedd gyntaf! Dyma rai awgrymiadau ar gyfer creu amgylchedd rheoli plâu integredig sydd o fudd i fioamrywiaeth yn ogystal â gwella eich cnydau.

- **Denu'r 'trychfilod' cywir** – rydym eisiau ysglyfaethwyr buddiol, fel brogaod, nadroedd defaid, adar a buchod coch cwta yn ein gerddi i helpu i reoli'r plâu. Mae darparu tai trychfilod a bwydwyr adar yn ffyrdd da o annog yr adar a'r pryfed cywir.
- **Drysu'r plâu** – mae blodau a pherlysiau ag arogl cryf yn dda i ddrysu ac atal plâu a gellir eu defnyddio fel rhan o blannu ar y cyd (uchod). Hefyd, gall tyfu pethau ar uchder gwahanol ei wneud yn fwy anodd i blâu ddod o hyd i'r planhigion y maent yn hoffi eu bwyta. Gallwch hefyd blannu planhigion 'aberthol' o amgylch eich cnydau i'r plâu eu bwyta er mwyn arbed eich llysiau.
- **Bwydo'r pridd** – mae pridd iach yn bwysig iawn i ddarparu amgylchedd cytbwys ar gyfer planhigion iach sydd yn gallu ymladd y plâu yn fwy llwyddiannus. Bydd gorchuddio'r ddaear â chompost yn helpu i gadw'r gwlybaniaeth a'r maeth i mewn i fwydo'r planhigion.
- **Creu rhwystrau** – plisg wyau, piben gopr, croen banana, croen oren...dyma rai pethau yn unig y mae pobl yn eu defnyddio i atal gwlithod a malwod rhag bwyta eu planhigion llysiau tyner. Gallai fod yn hwyl arbrofi i weld pa un sy'n gweithio orau.

Arbed Hadau

Gall arbed hadau o'r llysiau yr ydych yn eu tyfu arbed arian yn ogystal â chreu cnydau gwell y flwyddyn nesaf. Nid yw hadau pob llysieuyn yn hawdd i'w casglu fodd bynnag, ac nid yw rhai'n creu'r un planhigyn y tro nesaf. Felly, dyma restr o rai hadau hawdd i'w harbed o'ch potiau llysiau:

- <u>Letys</u> – nid yw planhigion letys yn croesbeillio, felly bydd pob planhigyn yn creu hadau fydd yn tyfu'r un amrywiad eto. I arbed hedyn, gadewch rai planhigion 'bollt' i greu blodau, ac yna hadau. Mae pennau hadau letys yn mynd yn bluog fel dant y llew pan fyddant yn barod i'w cynaeafu. Casglwch yr hadau a'u rhwbio i wahanu'r hadau – cadwch nhw mewn lle oer a sych i'w plannu eto.
- **Pys a ffa** – nodwch y planhigyn mwyaf cynhyrchiol a gadewch rai codau pys ar y planhigyn i sychu allan. Pan fyddant wedi troi'n frown ac yn sych, casglwch y codau a gwagiwch yr hadau sych allan. Gallwch wneud hyn gyda phys, ffa dringo, ffa Ffrengig a ffa. Argymhellir eich bod ond yn plannu un amrywiad o bob pysen/ffeuen er mwyn sicrhau hadau o'r ansawdd gorau.

Os hoffech wybod mwy, mae llawer o <u>adnoddau rhagorol ar-lein</u> ac awgrymiadau ynghylch sut i arbed hadau o'r amrywiadau mwyaf anodd.

Offer Gardd hanfodol

Mae cael yr offer iawn yn gwneud gwahaniaeth mawr. Os ydych wedi cael pecyn Datblygu Lleoedd Lleol ar Gyfer Natur oddi wrthym, byddwch wedi cael rhywfaint o offer i'ch rhoi ar ben y ffordd.

Dyma restr wirio gyflym o offer gardd 'hanfodol'

- Menig – meintiau plant ac oedolion
- Berfa

- Siswrn tocio – offeryn tocio rhagorol, peidiwch â'i ddefnyddio i docio canghennau sydd yn fwy trwchus na bys (nac i docio bys!)
- Ffyrch a rhawiau – gallwch gael 'border' gyda dolen fyrrach, sydd yn well ar gyfer plant iau
- Offer llaw – tryweli a ffyrch
- Can dŵr a rhosyn – mae'r rhosyn yn ddefnyddiol ar gyfer dyfrio hambyrddau hadau heb darfu arnynt yn ormodol
- Hof – offeryn gwych ar gyfer tynnu hadau rhwng eich llysiau
- Rhaca – ar gyfer lefelu eich pridd yn barod ar gyfer y tymor plannu

Fideos garddio defnyddiol

Dyma rai sianeli garddio YouTube da i helpu gyda dysgu gweledol:

- RHS Campaign for School Gardening - YouTube
- Huw Richards - YouTube
- Garden Ninja: Lee Burkhill - YouTube

Ymgyrchoedd gwych i gymryd rhan ynddynt

Mae rhai ymgyrchoedd a chynlluniau cenedlaethol rhagorol sydd yn ysbrydoli y gall ysgolion a phobl ifanc gymryd rhan ynddynt, dyma rai ohonynt:

- Peas Please |Food Foundation
- Eat Them To Defeat Them
- Caru Bwyd Casau Gwastraff
- 'Bwyd a Hwyl' Rhaglen Gwella'r Gwyliau Haf
- Children's Right2Food | Food Foundation
- Children's Food Campaign
- Increasing Vegetable Consumption | Food Foundation

Gwefannau gwybodaeth gyffredinol

Dyma rai gwefannau sydd â llawer o adnoddau a chymorth ychwanegol ar gyfer prosiectau tyfu bwyd:

- Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol – llawer o adnoddau ar gyfer garddio mewn ysgolion ac yn y gymuned
- Y Gymdeithas Arddwriaeth Frenhinol – Ymgyrch RHS ar gyfer Garddio mewn Ysgolion
- Eco-Sgolion Cymru – dolenni ac ysbrydoliaeth ar gyfer Eco-bwyllgorau
- Garden Organic – mae ganddynt adran benodol gydag adnoddau addysgol
- Cyngor Cymru ar gyfer Dysgu yn yr Awyr Agored – adnoddau dysgu yn yr awyr agored
- Big Bocs Bwyd – adnoddau tyfu a choginio
- Every Flower Counts – prosiect gwyddoniaeth dinasyddion yn monitro blodau gwyllt i gyfrifo eich Sgôr Neithdar Personol

Gobeithio bod y pecyn cymorth hwn yn ddefnyddiol, a'i fod yn annog staff a disgyblion i barhau i dyfu gyda'i gilydd.

33-35 Heol yr Eglwys Gadeiriol, Caerdydd, CF11 9HB | 33-35 Cathedral Rd, Cardiff, CF11 9HB
029 2025 6767 keepwalestidy.cymru info@keepwalestidy.cymru

Cadwch Gymru'n Daclus yn gwmni wedi ei gyfyngu trwy warant. Rhif Cwmni: 4011164 Rhif Elusen: 1082058 Rhif TAW: 850 3958 13
Keep Wales Tidy is a Company Limited by Guarantee. Company Registration Number: 4011164 Charity Registration Number: 1082058 VAT Registration Number: 850 3958 13