



Arbrawf Sebon, Dŵr a Phupur (10 munud)

Cysylltiadau â'r Cwricwlwm (CA1 a CA2):

Gwyddoniaeth: Gweithio'n wyddonol; Pethau byw a'u cynefinoedd

Saesneg: Darllen a Deall

ABGI: Thema Graidd 1 – Iechyd a Lles

Dylunio a thechnoleg: Coginio a Maethiad

Celf a dylunio: Peintio; cofnodi arsylwadau

Nodau Dysgu i Gyfnod Allweddol 2:

Bydd yr holl fyfyrwyr yn:

- deall bod haint yn gallu cael ei basio ymlaen drwy ddwylo budr.
- deall bod golchi'r dwylo'n gallu atal haint rhag lledaenu.

Bydd y mwyafrif o fyfyrwyr yn:

- deall pryd a sut i olchi'r dwylo.

Bydd rhai myfyrwyr yn:

- deall pam y dylem ni ddefnyddio sebon i olchi ein dwylo.

Asesiad Risg:

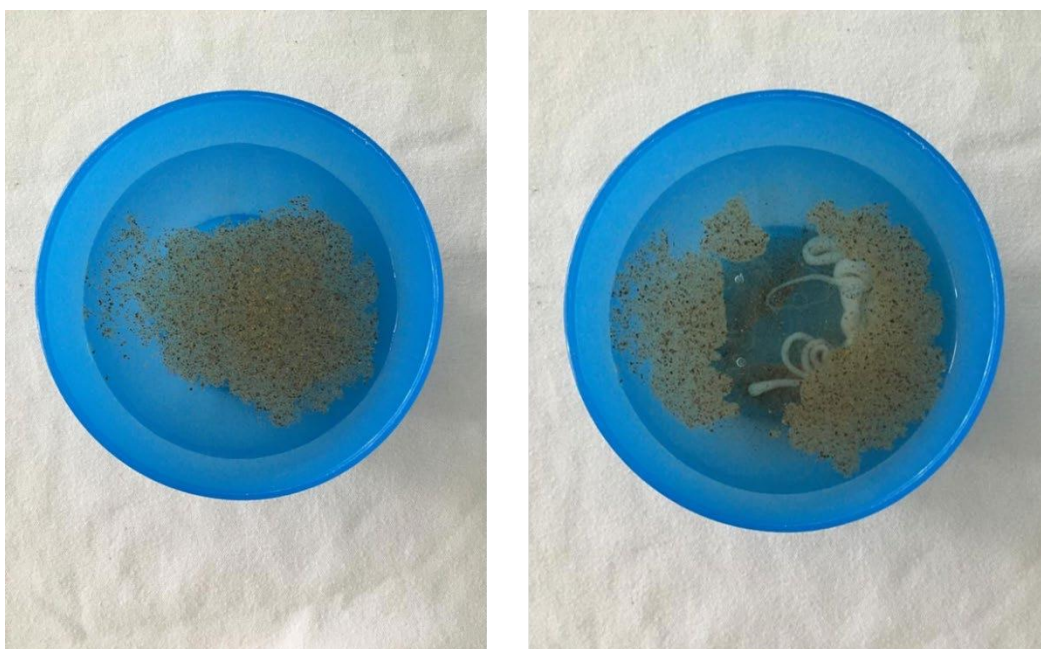
Os bydd achos o haint yn cychwyn, efallai y bydd angen i chi addasu'r gweithgaredd hwn i sicrhau bod pawb yn cadw pellter cymdeithasol neu feini prawf eraill yn unol â pholisi eich ysgol. Anfonwch e-bost at y tîm e-Bug yn e-Bug@phe.gov.uk os byddwch eisiau trafod syniadau neu addasiadau'r i'r gweithgaredd hwn sy'n angenrheidiol er mwyn dilyn y canllawiau yn eich lleoliad.



Mae'r gweithgaredd hwn yn addas i Gyfnodau Allweddol 1 a 2 a grwpiau cymunedol, ac mae'n cynnwys defnyddio dosbarthwr sebon llaw, pupur a dŵr i ddangos pam rydyn ni angen defnyddio sebon i olchi ein dwylo a pham nad yw dŵr ar ei ben ei hun mor effeithiol. Mae wedi ei amlinellu yn adran "[Dwylo Difrifol](#)" y pecyn gwersi CA1 a'r pecyn [Trechu'r Bygiau](#).

Cyn i chi gychwyn byddwch angen:

- Dysglau bach, a dŵr
- Pupur du wedi'i falu'n fân
- Dosbarthwr sebon llaw neu bowlen o sebon llaw
- Ffyn coctel (opsiynol) neu eich bys
- Tywel
- Beiro
- Llyfr nodiadau
- Camera (dewisol)



Defnyddiwch y camau nesaf i'ch tywys drwy'r gweithgaredd hwn:

- Paratowch y gweithgaredd drwy lenwi dysgl gyda dŵr a gwasgaru pupur dros wyneb y dŵr. Dylai'r pupur arnofio ar y top.
- Mae arwyneb y dŵr yn y dysglau'n cynrychioli eich dwylo.
- Mae'r pupur yn cynrychioli baw a microbau niweidiol rydych angen eu golchi i ffwrdd.
- Rhowch flaen ffon goctel (neu eich bys) i mewn i'r bowlen o ddŵr plaen ac yna i mewn i'r dŵr pupur. Esboniwch i'r grŵp bod hyn yn dangos pan fyddwn yn defnyddio dŵr ar ei ben ei hun i olchi ein dwylo, dim ond symud y microbau o gwmpas y mae e, nid yw'n eu tynnu i ffwrdd. Gallwch dynnu llun i gofnodi beth sydd wedi digwydd.
- Rhowch y ffon goctel (os ydych yn defnyddio un) i mewn i fowlen o sebon llaw ac yna i mewn i'r dŵr pupur. Opsiwn arall fyddai chwistrellu ychydig o sebon llaw i mewn i'r dŵr pupur yn syth o'r dosbarthwr. Yna gallwch dynnu llun i gefnogi beth sydd wedi digwydd.
- Bydd y "microbau" pupur yn symud tuag at ymylon y bowlen wrth i'r sebon daro wyneb y dŵr.
- Gyda'r cyfranogwyr, trafodwch beth ddigwyddodd gyda'r sebon ac heb y sebon, defnyddiwch y lluniau os ydych wedi tynnu rhai, i esbonio beth ddigwyddodd.

- Pan fyddwch yn rhoi eich bys sych i mewn i'r dŵr does dim byd llawer yn digwydd, rydych yn symud y baw (pupur) o amgylch eich dwylo (y bowlen).
- Esboniwch hyn: pan oedd y sebon ar eich bys, neu ar y ffon goctel a roesoch yn y dŵr pupur, dylai'r baw (y pupur) fod wedi symud tuag at ymylon y bowlen. Y rheswm am hyn yw bod y sebon yn tynnu'r olewau sydd ar eich dwylo ac mae'r olew'n gwrthio'r pupur tuag at ymyl y bowlen.
- Mae microbau'n hoffi glynu at yr olewau sydd ar eich dwylo, a dyna pam rydyn ni'n golchi ein dwylo gyda sebon. Heb sebon, dydy'r olewau ddim yn cael eu tynnu, ac mae'r microbau'n ei chael hi'n haws glynu!

Defnyddiwch y cwestiynau trafod i sicrhau bod y cyfranogwyr wedi deall y gweithgaredd pan ddaw i ben. Yna cwblhewch gynllun gweithredu (Trechu'r Bygiau).