



Gweithgareddau'n ymwneud â brechiadau (15 munud)

Cysylltiadau â'r Cwricwlwm (CA3):

Gwyddoniaeth: Gweithio'n wyddonol; Sgiliau ac ymchwiliadau arbrofol, Dadansoddiad a gwerthusiad

ABGI: Thema Graidd 1 – Iechyd a lles; Thema Graidd 3 – Byw yn y byd ehangach

Daearyddiaeth: Daearyddiaeth ddynol a ffisegol, Sgiliau a gwaith maes Daearyddol

Amcanion Dysgu:

Bydd yr holl fyfyrwyr yn:

- deall fod brechiadau'n helpu i atal amrywiaeth o heintiau bacteriol a firaol.
- deall nad oes brechiadau i bob haint.

Bydd y mwyafrif o fyfyrwyr yn:

- deall bod heintiau oedd yn gyffredin yn y gorffennol yn brin erbyn hyn oherwydd brechiadau.
- deall nad oes brechiadau i atal yr heintiau mwyaf cyffredin fel annwyd cyffredin neu ddolur gwddf.
- deall fod brechlynnau'n ficrobau marw neu'n ficrobau sydd wedi eu gwanhau.

Bydd rhai myfyrwyr yn:

- deall bod gostyngiad mewn cyfraddau brechu'n golygu y gallai heintiau prin ddod yn fwy cyffredin eto mewn rhai mannau.

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'n cadw at feini prawf eraill yn unol â pholisi eich ysgol. Anfonwch e-bost at y tîm e-Byg yn eBug@phe.gov.uk os ydych eisiau trafod syniadau neu addasiadau i'r gweithgaredd hwn sydd eu hangen er mwyn dilyn y canllawiau yn eich lleoliad chi.

Mae'r gweithgaredd hwn yn addas i grwpiau ysgol a grwpiau cymunedol a gallwch ei gael yn adran "3.2 Atal Heintiau: Brechlynnau" pecyn uwch CA3. Bydd y gweithgaredd hwn yn helpu cyfranogwyr i ddeall beth yw brechlynnau a sut y gallent helpu i atal lledaeniad heintiau i bobl eraill a chyfrannu at imiwnedd.

Defnyddiwch y cyflwyniad yng nghynllun gwrs CA3 i drafod:

- Pa frechlynnau / imiwnedd y mae'r cyfranogwyr wedi eu cael e.e. polio, MMR, twbercwlosis, neu unrhyw frechiadau ar gyfer gwyliau, ac a ydyn nhw'n gwybod at beth oedd y brechiadau hynny.
- Esboniwch fod imiwn yn golygu eich bod wedi'ch amddiffyn rhag effeithiau difrifol haint a bod 'imiwnedd' yn ffordd o gynyddu imiwnedd amddiffynnol y corff i glefydau bacteriol a firaol.
- Esboniwch fod brechlynnau'n faint bach a diddrwg o'r microb/clefyd sy'n dysgu ein cyrff sut i frwydro'r microb drwg pan, neu os, y bydd y clefyd yn ymosod arnom.
- Esboniwch sut mae brechlynnau'n gweithio gyda chymorth adran "3.1 Atal Haint: Amddiffyniadau Naturiol y Corff". Esboniwch fod gwrthgyrff yn pasio o'r fam i'r plentyn drwy'r brych yn y groth, a llaeth y fron ar ôl genedigaeth, gan helpu i amddiffyn babanod newydd-eni rhag clefydau.
- Atgoffwch y myfyrwyr fod gan bob microb orchudd allanol sy'n unigryw i'r microb, ond am fod rhai microbau'n newid eu gorchudd allanol mor gyflym mae'n anodd i wyddonwyr greu brechlynnau i'r heintiau hyn, neu fel brechlyn y fflw, rhaid gwneud un newydd bob blwyddyn.

Cyn i chi gychwyn byddwch angen:

- Y cefndir a'r cynlluniau gwers ar gyfer adran "3.2 Atal Heintiau: Brechlynnau" pecyn uwch CA3
- Taflenni dosbarthu myfyrwyr 1 i 5
- Taflenni gwaith myfyrwyr 2
- Taflenni ateb athrawon ar gyfer sefyllfaoedd 1 a 2 yn yr adran "3.2 Atal Heintiau: Brechiadau" o'r pecyn uwch CA3

Cliciwch yma i gyrchu'r adnoddau ar gyfer [CA3 ysgolion a grwpiau cymunedol](#)

Defnyddiwch y camau nesaf i'ch tywys wrth wneud y gweithgaredd hwn:

1. Y ffordd orau o wneud y gweithgaredd hwn yw gyda'r grŵp cyfan. Esboniwch i'r grŵp eu bod nhw'n mynd i ddynwared sut mae brechiadau'n atal pobl rhag mynd yn sâl.
2. I bawb yn y grŵp rhwch gerdyn coch (heintiedig), gwyn (imiwn), glas (yn gwella ond yn dal i fod yn heintus) a melyn (wedi cael brechiad) (TM1 – TM5).

Sefyllfa 1 (Yn dangos ymlediad haint ac imiwnedd)

1. Dewiswch berson yng nghanol y grŵp a gofynnwch iddyn nhw ddal eu cerdyn coch i fyny. Esboniwch eu bod nhw yn awr wedi eu heintio gan glefyd. Gofynnwch iddyn nhw gyffwrdd un person wrth eu hymyl. Mae'r ail berson yma yn awr wedi heintio ac yn gorfod dal cerdyn coch i fyny. Dyma ddiwedd diwrnod un. *Rydyn ni'n dweud diwrnod 1 am ei fod yn cymryd cymaint â hynny o amser i'r haint feithrin ac i symptomau cyntaf yr haint ddechrau dangos.*
2. Ar ôl ychydig eiliadau, dywedwch wrth y dosbarth ei bod hi'n ddiwrnod 2 yn awr. Dylai Cyfranogwr 1 ddal cerdyn glas i fyny h.y. mae hi/ef yn gwella ond yn dal i fod yn heintus. Dylai Cyfranogwr 2 ddal cerdyn coch yn awr. Gofynnwch i'r ddau fyfyrwr yma gyffwrdd rhywun gwahanol gerllaw. Mae'r ddau berson newydd yma wedi eu heintio yn awr ac mae'n rhaid iddyn nhw ddal cerdyn coch i fyny. Dyma ddiwedd diwrnod dau.
3. Ar ôl ychydig eiliadau, dywedwch wrth y dosbarth ei bod hi'n ddiwrnod 3.

- 
- a. Dylai Cyfranogwr 1 fod yn dal cerdyn gwyn yn awr h.y. mae ef/hi yn imiwn
Mae'r person yma'n unigolyn iach normal gyda system imiwnedd iach felly mae wedi gallu brwydro'r clefyd a datblygu imiwnedd.
 - b. Dylai Cyfranogwr 2 ddal cerdyn glas yn awr, h.y. mae'n gwella ond yn dal i fod yn heintus
 - c. Dylai Cyfranogwyr 3 a 4 ddal cardiau coch h.y. maen nhw wedi eu heintio yn awr
4. Ailadroddwch gamau 1 – 3 am hyd at 7 diwrnod a gofynnwch i'r cyfranogwyr lenwi adran Sefyllfa 1 eu taflenni gwaith.

Sefyllfa 2 (Dangosiad o ymlediad haint ac imiwnedd drwy frechiad)

1. Gwnewch yn siŵr bod gan bob cyfranogwr gyfres o gardiau (yr un fath â Sefyllfa 1). Esboniwch i'r grŵp bod y sefyllfa hon yn mynd i ddangos iddyn nhw beth sy'n digwydd yn ystod rhaglenni brechu. Bydd y broses yr un fath ond, y tro hwn, bydd rhai o'r grŵp wedi eu brechu (yn imiwn).
2. Esboniwch eich bod yn mynd i roi darn o bapur i bob un ohonynt a fydd naill ai'n dweud 'wedi brechu' neu 'yn agored i haint'. Ni ddylent ddangos eu papur i unrhyw un arall, ac ni ddylent ddal eu cerdyn 'wedi brechu' i fyny heblaw bod rhywun heintus yn eu cyffwrdd.

a. 25% wedi brechu: 75% yn agored i haint

Rhowch y papur gyda'r geiriau 'wedi brechu' arno i **25%** o'r cyfranogwyr, a'r papur gyda'r geiriau 'Agored i haint' arno i weddill y grŵp. Ailadroddwch gamau 1-4 yn Sefyllfa 1. Ond, pan fydd unigolyn sydd wedi cael brechiad yn cael eu cyffwrdd gan yr haint, maen nhw'n dal eu cerdyn melyn i fyny (wedi cael brechiad) ac ni fyddent yn trosglwyddo'r haint i unrhyw un arall.

b. 50% wedi brechu: 50% yn agored i haint

Fel uchod, ond rhowch y papur gyda'r geiriau 'wedi brechu' i **50%** o'r cyfranogwyr a'r papur gyda'r geiriau 'agored i haint' i weddill y grŵp.

c. 75% wedi brechu: 25% yn agored i haint

Fel uchod, ond rhowch y papur gyda'r geiriau 'wedi brechu' i **75%** o'r cyfranogwyr a'r papur gyda'r geiriau 'agored i haint' i weddill y grŵp.

Bydd y myfyrwyr yn gweld bod yr haint yn gostwng wrth i fwy o bobl gael brechiad. Efallai y byddai'n fuddiol ar y pwynt hwn i esbonio'r term 'imiwnedd torfol'. Mae Imiwnedd Torfol yn fath o imiwnedd sy'n digwydd pan fydd cyfran o'r boblogaeth (neu'r dorf) sydd wedi cael eu brechu'n darparu amddiffyniad i unigolion sydd heb gael eu brechu.

Ar ôl cwblhau'r gweithgaredd, defnyddiwch y sesiwn werthuso neu'r cwestiynau trafod i sicrhau bod y cyfranogwyr wedi deall.

Mae [Cynllun gwers ar gyfer CA4 / 5 ar frechlynnau](#) ar gael yma hefyd gyda gweithgareddau eraill.