

Gwers 5

Pysgod i fy rheulu

Amcanion

Fe fydd y wers yma yn galluogi'r plant i:

- wybod am rai o'r manteision iechyd sylfaenol o fwyta pysgod
- gwybod y dylai pawb fwyta rhagor o bysgod (o leiaf dau ddogyn yr wythnos – a dylai un fod yn olewog)
- creu hysbyseb i berswadio eu teuluoedd i fwyta rhagor o bysgod gan ddefnyddio'r wybodaeth y maen nhw wedi ei dysgu am bysgod a dyfeisiadau perswadio e.e. iaith bositif.

Adnoddau

- PowerPoint Oeddech chi'n gwybod?
- BGRh Mae pysgod yn wych
- taflen waith Fy hysbyseb pysgod
- taflen waith Geiriau hyfryd
- taflen waith Fy mrand pysgod
- taflen waith Bwyta rhagor o bysgod
- poster Bwytwch yn dda, bwytwch bysgod

Cyflwyniad

Defnyddiwch y **PowerPoint Oeddech chi'n gwybod?** i siarad gyda'r plant am bysgod a'u manteision i iechyd.

Holi'r plant:

- Pa bysgod mae eich teulu yn eu bwyta?
- Sut y gallwn berswadio pobl i fwyta rhagor o bysgod?
- Pa wybodaeth am bysgod fyddai yn gwneud i'ch teulu fwyta rhagor o bysgod?
- Beth sydd yn eich perswadio i wneud neu i fod eisiau pethau?
- Beth sy'n perswadio pobl yn eich teulu chi?
- Pa hysbysebion teledu, radio neu gylchgrawn ydych chi a'ch teulu yn eu hoffi? Pam?
- Ydy'r hysbysebion yma yn eich perswadio chi a'ch teulu i fod eisiau'r eitemau yma?

Gallwch ddefnyddio'r **BGRh Mae pysgod yn wych** i atgyfnerthu gwybodaeth y plant am bysgod.

Gweithgaredd

Esboniwch i'r plant y byddan nhw'n creu hysbyseb i berswadio pobl i fwyta rhagor o bysgod. Fel dosbarth, rhestrwch y negeseuon allweddol y byddech eisiau eu dweud wrth bobl (yn yr hysbyseb) am bysgod i'w hannog i fwyta rhagor.

Er enghraifft:

- Mae pysgod yn flasus
- Mae llawer o wahanol fathau o bysgod i'w blasu felly mae'n ddiddorol
- Dylem fwyta dau ddogyn o bysgod yr wythnos – a dylai un fod yn olewog
- Mae pysgod yn hawdd i'w coginio
- Mae llawer o wahanol ryseitiau pysgod i'w gwneud.

Gallwch ddarparu taflen waith Fy hysbyseb pysgod i'r plant i'w helpu i gynllunio eu hysbyseb. Efallai yr hoffech iddyn nhw lenwi'r daflen waith Geiriau hyfryd i'w helpu i ystyried a chasglu rhestr o eirfa bositif ar gyfer eu hysbyseb pysgod. Mewn grwpiau bach, gofynnwch i'r plant greu hysbyseb teledu neu radio i berswadio teuluoedd i fwyta rhagor o bysgod.

Sesiwn i gloi

Gadewch i'r plant ddangos eu hysbyseb i weddill y dosbarth. Gallwch recordio pob grŵp a dangos y rhain mewn gwasanaeth ysgol. Trafodwch pob hysbyseb gyda'r dosbarth.

- Pa rannau o'r hysbyseb oeddech chi'n eu hoffi?
- Pa negeseuon pysgod wnaethoch chi eu clywed?(iach, blasus, hawdd i'w gwneud)
- Pa rannau oedd yn gwneud i chi fod eisiau bwyta rhagor o bysgod?
- Ydych chi'n meddwl y byddai hysbysebion yn perswadio pobl eraill i fwyta rhagor o bysgod?

Estyniad

Heriwch y plant i ddylunio brand (e.e.logo a chynllun lliw) i gefnogi eu hysbyseb bwyta rhagor o bysgod. Efallai y byddwch yn dymuno dangos detholiad o eitemau gyda brand i helpu'r plant i ddeall beth ydy ystyr hyn e.e. brand dillad chwaraeon a sut mae'n ymddangos ar wahanol eitemau. Gallant ddefnyddio'r **daflen waith Fy mrand pysgod** i gofnodi eu gwaith.

Rhowch dasg i'r plant i ddylunio poster neu daflen i'w harddangos yng nghyntedd/derbynfaf'r ysgol i berswadio rhieni/gofalwyr a theuluoedd i fwyta rhagor o bysgod. Dylai'r plant ddefnyddio'r **daflen waith Bwyta rhagor o bysgod** i gofnodi eu gwaith.