



Cynllyn Gwers

Pwnc: Pysgod Amdani

Agwedd: Gweithgareddau arweinir gan yr Athro gyda arddangosfa coginio rhyngweithiol..

Bwriad: I wella gwybodaeth pysgod fel bwyd.

Canlyniad: Dylid y disgybl fedru):

1) Adnabod gwahanol rhywogaethau o bysgod.

2) Esbonio buddion iechyd pysgod.

3) Disgrifio'r gwahanol ffyrdd o goginio pysgod.

SS = Sgiliau Sylfaenol
C&A = Cwestiwn ac Ateb

Amser	Dull (sut)	Cynnwys (beth)	Asesiad	Adnoddau
10 mun	Cyflwyniad gan yr Athro	<i>Cyflwyniad:</i> Cyflwyno eich hun ac esbonio pam I chi yma. Braslun o fwriad a chanlyniadau'r wers. Y person cyntaf I godi braich I ateb y joc yn gywir fydd y gwirfoddolwr cogydd cyntaf nes mlaen yn y wers.... Pam bod y pysgodyn wedi cochi? <i>Am ei fod yn Eog!</i> <i>neu</i> Beth I chi'n galw pysgodyn sy'n ymddwyn yn amheus?	<i>Ffurfiannol</i> Asesu gwybodaeth blaenorol	

Swansea Bay Fisheries Local Action Group (SBFLAG)

A DELIVERY TEAM OF THE SWANSEA RURAL DEVELOPMENT PARTNERSHIP



		<p>Fishy! C&A I asesu gwybodaeth presennol o bysgod fel bwyd</p> <p>Fel dosbarth -sawl gwahanol fath o bysgod gallwch chi enwi? Sawl un o rhain I chi wedi bwyta? Sut oedden nhw'n blasu?</p>		
25 mun	Gweithgaredd rhyngweithiol a arweinir gan yr Athro	<p>Esboniwch bod gwahanol rhywogaethau o bysgod ar gael a bod y pysgod sydd yma heddi o Fae Abertawe.</p> <p>Codwch y pysgodyn cyntaf – dangoswch l'r dosbarth cyfan fel bod y disgyblion yn gallu gweld y marciau, esgyll (fins) a'r dannedd. Annog nhw I gyffwrth ac arolgu'r pysgodyn. Wrth neud hyn esboniwch o ble ddaw'r pysgodyn, ffeithiau diddordol am y pysgodyn a gofynnwch gwestiynau fel beth yw pwrpas yr esgyll ayyb.</p> <p>Son am gynaldwyaeth – y pwysigrwydd o bysgota'n gyfrifol er mwyn gofalu am yr amgylchedd a natur a sicrhau pysgod l'r dyfodol. Defnyddio mecryll fel engrafft - y ffordd cynaladwy yw ei ddal gyda llinell neu mewn rhwydi ar hyd yr afordir.</p> <p>Ail adrodd gyda gweddill y pysgod. Pan yn dangos y cranc a'r gorgymchiaid, rhowch gyfle iddynt flasgu cranc wedi'i goginio a rhai gorgymchiaid.</p> <p>Yn ystod hwn esboniwch fuddion iechyd pysgod gan gynnwys:</p>	<p><i>Ffuriannol Asesiad y disgyblion o'u gwybodaeth am bysgod a buddion iechyd pysgod</i></p>	<p>Amrywiaeth o bysgod ffres cyfan o Fae Abertawe.</p> <p>Diheintydd dwylo</p> <p>Cranc a gorgymchiaid wedi'u coginio Bowlenni</p> <p>Offer plastic a rolyn papur glas</p>

Swansea Bay Fisheries Local Action Group (SBFLAG)

A DELIVERY TEAM OF THE SWANSEA RURAL DEVELOPMENT PARTNERSHIP



		<ul style="list-style-type: none"> - Olew Omega (C: os rhywun wedi clywed amdano? Beth yw ei rhinweddau? Pam mae fe'n dda i ni?) - Fitamin B i greu gwaed, newid bwyd i egni - Fitamin A ar gyfer croen a llygaid iach - Fitamin D I helpu'r corff cael calsiwm o'r bwyd (dda I greu esgyrn) - Protin I adeiladu cyhyrau <p>Hefyd cyfeiriwch at iechyd a ffresni'r pysgodyn Dylai'r llygaid fod yn llachar a chlir a'r pysgodyn yn aroglu o'r mor – hwn yn arwydd bod y pysgod yn ffres.</p>		
		<p>SS Cyfathrebu – Disgyblion I gyfathrebu'r atebion yn ystod y sesiwn rhyngweithiol C&A</p> <p>SS Datrys problem – disgyblion i ddefnyddio eu gallu i ddatrys problemau trwy ddod o hyd i'r atebion cywir.</p>		
35 mun	Arddangosfa Goginio rhyngweithiol	<p>Pryd 3 – Darnau pysgod crensiog gyda dip pys a mintys a coesau ciwcymber</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gofyn am 3 gwirfoddolwr + ennillydd y joc ar ddechrau'r wers. Pawb I olchi dwylo a gwisgo ffedog a menyg. - Un disgybl I dorri'r 'cornflakes' yn fan a chymysgud gyda'r caws parmesan mewn desgl bas. - Un arall i rhoi blawd mewn bowlen a'r trydydd I dorri wyau mewn bowlen a'u cymysgu. 		Lleden neu bysgod gwyn arall Blawd Cornflakes Wyau Parmesan Pys

Swansea Bay Fisheries Local Action Group (SBFLAG)

A DELIVERY TEAM OF THE SWANSEA RURAL DEVELOPMENT PARTNERSHIP



		<ul style="list-style-type: none"> - Torri'r pysgod I ddarnau bach a rhoi l'r disgybl cyntaf I roi yn y blawd wedyn pasio l'r ail I rhoi yn yr wy a'r trydydd I roi yn y briwsion caws. - Ail adrodd y broses yma 4/5 gwaith. Disgyblion I dynnu'r ffedogau a dychwelyd l'w seddi. - Athro I gogino'r pysgod a gweini gyda'r dip pys a coesau ciwcymber. - Bydd y 4ydd disgybl wedi malu'r pys a chymysgu gyda'r mintys I greu'r dip <p>Pryd 4 – dip mecryll gyda choesau bara</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gofyn am 2 wirfoddolwr arall. Y ddau I olchi dwylo, gwisgo ffedog a menyg. - Un disgbl I dorri'r sibwns a gwasgu sudd lemwn - Disgybl arall I dynnu'r croen o'r mecryll mwg, roi mewn bowlen a'l falu'n fan. - Ychwanegu hufen sur, y sibwns, sudd lemwn, halen a phupur a'l droi'n dda. Gweini hwn fel dip gyda coesau bara. - Y dopsarth cyfan I flasau'r darnau pysgod gyda'r dip a choesau ciwcymber a'r dip mecryll gyda'r coesau bara. 		<p>Mintys ffres neu saws mint Halén a phupur Coesau Ciwcymber Mecryll mwg Hufen sur Sibwns Lemwn Coesau bara Suddwr Platiau Hob Bowlenni Offer Papur glas Ffedogau Menyg Masgiau gwyneb Sebon llaw Diheintydd a chwistrell gwrth facteria</p>
5 mun	C&A ar lafar arweiniwyd gan yr Athro	<p>Plenary/Asesiad llawn</p> <p><i>C: Sawl pysgodyn I chi wedi gweld heddiw?</i> <i>C: Gall unrhyw un enwi'r rhywogaethau I gyd?</i> <i>C: Sawl un I chi wedi blasu?</i> <i>C: Pa un oedd well gennyh? Pam?</i></p>	<i>Ffurfiannol</i>	<p>Asesu os gall y disgyblion gofio pob math o bysgod</p>

Swansea Bay Fisheries Local Action Group (SBFLAG)

A DELIVERY TEAM OF THE SWANSEA RURAL DEVELOPMENT PARTNERSHIP



		SS Cyfathrebu – Disgyblion I gyfathrebu eu atebion yn ystod C&A.		
--	--	---	--	--