Cam 4: Dylunio rysáit cynnyrch iach

Amcan dysgu

- Dylunio cynnyrch bwyd iach

Trosolwg o'r cam

Yn y cam hwn, mae plant yn meddwl am y tymhorau, bwyta'n iach a'r maetholion sydd wedi'u cynnwys ym mhob grŵp bwyd. Gan ddefnyddio'r dysgu a'r ysbrydoliaeth o lyfrau ryseitiau a'r rhyngrwyd, fe'u herir wedyn i ddylunio eu tarten neu ddiod brecwast eu hunain. Mae gan athrawon yr hyblygrwydd i ddatblygu naill ai diod brecwast neu gynnyrch tarten yn y cam hwn fel y gellir addasu'r prosiect yn unol â'r cyfleusterau a'r amser sydd ar gael.

Defnyddiau sydd eu hangen

- Mynediad i'r rhyngrwyd
- Llyfrau ryseitiau
- Ryseitiau sylfaenol tarten / diod brecwast

Nodiadau Cyflwyno

Sleid 2: Cyflwyniad	• Esboniwch, cyn y gallwn sefydlu ein busnes, fod angen i ni ddysgu o ble mae ein bwyd yn dod a sut i sicrhau ein bod yn dylunio cynnyrch bwyd a fydd yn helpu ein cwsmeriaid i gael diet iach, cytbwys.
Sleid 3: O ble mae ein bwyd yn dod?	• Arwain trafodaeth ynghylch a ble mae'r bwydydd â ddangosir ar y 'PowerPoint' yn dod a mynd i'r afael ag unrhyw gamdybiaethau. • Mae mafon yn tyfu ar lwyni drain trwchus, ac yn barod i'w bwyta rhwng Mai a Thachwedd. • Mae ieir yn dodwy wyau. • Mae gwenith yn tyfu mewn caeau mawr, agored. Mae'r hadau yn cael eu melino i flawd i wneud bwyd fel bara a grawnfwydydd. • Daw llaeth o fuchod godro. • Mae letys yn cael eu tyfu yn yr awyr agored yn bennaf ac yn tyfu'n gyflym pan fydd y tywydd yn gynnes. • Sefydlu y gallwn dyfu rhai ffrwythau a llysiau ein hunain.
Sleid 4: Tyfu cnydau o hadau	• Gofynnwch i'r plant feddwl am unrhyw ffrwythau neu lysiau y gellir eu tyfu o hadau yn y DU a thrafod pam na ellir tyfu pob ffrwyth a llysiau yma.
Sleid 5: Ffrwythau a llysiau Prydeinig	• Rhannwch y rhestr o ffrwythau a llysiau a gweld faint roedd y plant yn gallu eu henwi'n annibynnol. • Esboniwch na allwn dyfu rhywfaint o ffrwythau, er enghraifft cnau coco, yn y DU oherwydd bod rhai planhigion yn gofyn am amodau penodol nad oes gennym ni yn y DU er mwyn tyfu e.e. hinsawdd drofannol neu fath penodol o bridd.

© NFU 2018 – Cedwir pob hawl. Gellir atgynhyrchu'r adnoddau hyn at ddefnydd addysgol yn unig.

Sleid 6: Dylunio rysáit iach	• Rhannwch y bwriad dysgu a defnyddiwch y cwestiynau ar y "PowerPoint" i adolygu dysgu blaenorol y plant ar bwysigrwydd bwyta'n iach a chael diet cytbwys.
Sleid 7-16: Deiet iach a chytbwys	• Trafodwch ganllaw 'Eatwell' y Sefydliad Maeth Prydain a defnyddiwch y 'PowerPoint' i ddysgu am y gwahanol grwpiau bwyd sy'n rhannau pwysig o ddeiet iach, cytbwys.
Sleid 17: Llysiau Tymhorol	• Cyflwyno 'llysiau tymhorol' ac egluro fod gwahanol ffrwythau a llysiau yn tyfu ac y gellir eu cynaeafu ar wahanol adegau o'r flwyddyn. Wrth ddylunio ein ryseitiau, mae angen i ni ystyried pa lysiau fydd ar gael yn rhwydd yr adeg hon o'r flwyddyn. • Mae bwyta bwydydd pan fyddant yn eu tymor yn golygu y gallwn gefnogi ffermwyr a thyfwyr Prydain trwy brynu eu cynnyrch. • Os ydym am brynu bwyd nad yw yn ei dymor ym Mhrydain, mae'n rhaid ei fewnforio o wledydd eraill. Po bellaf y mae ein bwyd yn teithio, y mwyaf o effaith negyddol y mae'n ei gael ar yr amgylchedd.
Sleid 18: Cyflwyno'r dasg	• Mewn grwpiau busnes gallu cymysg, gofynnwch i'r plant daflu syniadau ar gyfer llenwadau iach y gallent eu hychwanegu at eu tartenni neu ddiodydd brecwast. • Rhowch rai syniadau iddyn nhw i ddechrau arni e.e. gallent wneud tarten pupur coch a thomato neu ddiod frecwast bisgedi gwenith, mefus ac almond. • Efallai yr hoffent ddefnyddio llyfrau ryseitiau neu'r rhyngrwyd i ymchwilio i ba flasau sy'n gweithio gyda'i gilydd neu gallent ddyfeisio cyfuniad blas hollol newydd. • Rhannwch y rysáit tarten / diod brecwast sylfaenol y bydd y plant yn ei haddasu. • Gofynnwch iddyn nhw feddwl pa ofynion maethol sy'n cael eu bodloni ac ystyried natur dymhorol wrth benderfynu ar eu cynhwysion. • Erbyn diwedd y wers, mae angen i bob grŵp fod wedi meddwl am hyd at 5 syniad llenwad y gallant eu defnyddio ar gyfer eu hymchwil marchnad yn y cam nesaf.

Dolenni i'r Cwricwlwm Cenedlaethol

Pwnc	**Testun**	**Amcan**
Dylunio a Thechnoleg	Dylunio	• Defnyddiwch ymchwil i ddatblygu meini prawf dylunio i lywio dyluniad cynhyrchion arloesol, apelgar sy'n addas at y diben, wedi'u hanelu at unigolion neu grŵp penodol
	Coginio a maeth	• Deall a chymhwyso egwyddorion diet iach ac amrywiol • Paratowch a choginiwch amrywiaeth o seigiau sawrus yn bennaf gan ddefnyddio ystod o dechnegau coginio • Deall y gair tymhorol, a gwybod ble a sut mae amrywiaeth o gynhwysion yn cael eu tyfu, eu magu, eu dal a'u prosesu

© NFU 2018 – Cedwir pob hawl. Gellir atgynhyrchu'r adnoddau hyn at ddefnydd addysgol yn unig.