



Cam 5: Dylunio rysâit iach

Bwriad dysgu

- Dylunio rysâit iach

Trosolwg o'r cam

Yn y cam hwn, mae plant yn meddwl am fwyta'n iach a'r maetholion sydd wedi'u cynnwys ym mhob grŵp bwyd. Gan ddefnyddio'r dysgu hwn, ac ysbrydoliaeth o lyfrau ryseitiau a'r rhynggrwyd, fe'u herir wedyn i ddylunio detholiad o ryseitiau y gallent eu cynhyrchu gyda'r llysiau y maent yn eu tyfu.

Deunyddiau sydd eu hangen

- Mynediad i'r rhynggrwyd
- Llyfrau ryseitiau
- Rysâit sylfaenol ar gyfer bara fflat a frittatas

Nodiadau cyflwyno

Sleid 2: Cyflwyniad	<ul style="list-style-type: none">• Defnyddiwch y cwestiynau ar y PowerPoint i adolygu dysgu blaenorol y plant ar bwysigrwydd bwyta'n iach a chael deiet cytbwys.
Sleid 3-12: Deiet iach a chytbwys	<ul style="list-style-type: none">• Trafodwch ganllaw Eatwell a defnyddiwch y PowerPoint i ddysgu am y gwahanol grwpiau bwyd sy'n rhannau pwysig o ddeiet iach, cytbwys.
Sleid 13-14: Cyflwyno'r dasg	<ul style="list-style-type: none">• Mewn grwpiau busnes gallu cymysg o ddim mwy na phump o blant, gofynnwch i'r plant dafu syniadau am seigiau amser cinio iach y gallent eu gwneud gan ddefnyddio eu cynnyrch (bod â llyfrau ryseitiau a'r rhynggrwyd ar gael i ysbrydoli).• Gofynnwch i'r grwpiau benderfynu ar 4-5 pryd bwyd amser cinio y gallent ei wneud. Er enghraifft, pe byddent yn tyfu tomatos a shibwns, gallent wneud bara fflat, quiche, cawl ac ati.• Cyflwyno'r cysyniad o 'Rhinwedd Gwerthu Unigryw' neu rywbeth y gallant ei gynnig i'w cwsmeriaid sy'n wahanol i'r gystadleuaeth neu angen cwsmer y gallant ei ddiwallu nad yw'n cael ei ddiwallu ar hyn o bryd.• Rhannwch y ryseitiau sylfaenol ar gyfer bara fflat a frittatas y gallai'r plant eu haddasu a'u trwytho â'u blasau a'u cynhwysion eu hunain.• Erbyn diwedd y sesiwn, mae angen i'r plant fod wedi gwneud penderfyniadau terfynol am gynhyrchion bwyd y maent am ofyn i'w cyfranogwyr ymchwil marchnad amdanynt.• Rhowch arweiniad i'r plant wrth wneud eu dewisiadau i sicrhau y bydd modd cyflawni eu syniadau ar gyfer eu hoedran a chyda'r adnoddau a'r amser sydd ar gael.

Cymhwyso dysgu

- Gallai'r plant ddefnyddio Adobe Spark Page (ap ar-lein am ddim) i greu gwefan rwsâit.
- Gallai'r disgyblion ychwanegu delweddau o'r bwyd maen nhw wedi'i dyfu ac ysgrifennu cyflwyniad i'r rwsâit a'i fanteision iechyd gan ddefnyddio'r wybodaeth maen nhw wedi ymchwilio iddi.

Dolenni i'r Cwricwlwm Cenedlaethol

Pwnc	Testun	Amcan
Dylunio a Thechnoleg	Dylunio	<ul style="list-style-type: none">• Defnyddiwch ymchwil a datblygu meini prawf dylunio i lywio dyluniad cynhyrchion arloesol, swyddogaethol, apelgar sy'n addas at y diben, wedi'u hanelu at unigolion neu grŵp penodol
	Coginio a maeth	<ul style="list-style-type: none">• Deall a chymhwyso egwyddorion deiet iach ac amrywiol• Paratowch a choginiwch amrywiaeth o seigiau sawrus yn bennaf gan ddefnyddio ystod o dechnegau coginio• Deall tymhorol, a gwybod ble a sut mae amrywiaeth o gynhwysion yn cael eu tyfu, eu magu, eu dal a'u prosesu
Cyfrifiadureg		<ul style="list-style-type: none">• Dewis, defnyddio a chyfuno amrywiaeth o feddalwedd (gan gynnwys gwasanaethau rhynggrwyd) ar ystod o ddyfeisiau digidol i ddylunio a chreu ystod o raglenni, systemau a chynnwys sy'n cyflawni nodau penodol, gan gynnwys casglu, dadansoddi, gwerthuso a chyflwyno data a gwybodaeth