Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

THE SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK

shrn.org.uk

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion

Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith: Taflen Wybodaeth i Rieni a Gofalwyr

2026



Rhwydwaith Ysgolion Cymru sy'n Hybu Iechyd a Lles
Welsh Network of Health and Well-being Promoting Schools

DECIPHer

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

hbsc HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN

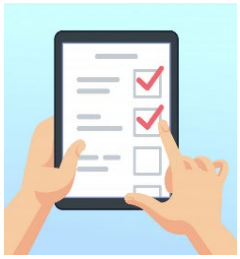
Llywodraeth Cymru
Welsh Government

CARDIFF UNIVERSITY
PRIFYSGOL CAERDYDD

Pwy ydym ni

Mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (y Rhwydwaith) yn bartneriaeth polisi-ymarfer-ymchwil a sefydlwyd yn 2013 rhwng **Llywodraeth Cymru**, **Iechyd Cyhoeddus Cymru**, a **Phrifysgol Caerdydd**. Nod y Rhwydwaith yw **gwella iechyd a lles plant a phobl ifanc yng Nghymru** trwy weithio gydag ysgolion i gynhyrchu a defnyddio tystiolaeth o ansawdd da i wella iechyd.

Beth ydym ni'n ei wneud?



Mae ysgol eich plentyn wedi cytuno i gymryd rhan yn **Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith mewn Ysgolion Cynradd** yn nhymor yr hydref. Mae'r arolwg yn cael ei reoli gan IPSOS, contractwr yr arolwg, ar ran Prifysgol Caerdydd, ac mae'n cael ei ateb ar-lein gyda chefnogaeth gan aelod o staff yr ysgol.

Bydd dysgwyr ym mlynyddoedd 3 i 6 yn cael eu gwahodd i gymryd rhan, a hynny yn wirfoddol. Mae'r atebion yn gyfrinachol ac yn anhysbys. Mae hyn yn golygu nad ydym ni'n casglu unrhyw wybodaeth adnabyddadwy ac, felly, ni allwn ddatgelu atebion unigolyn i neb.

Beth sy'n gysylltiedig?

Yn ystod y dosbarth, gofynnir i'ch plentyn gymryd rhan mewn arolwg ar-lein byr, a fydd yn cymryd tuag 20 munud ar gyfartaledd. Bydd yn gofyn cwestiynau cyffredinol amdanyn nhw, eu teimladau, beth yw eu barn nhw am yr ysgol, a chwestiynau ar ymddygiadau a all effeithio ar eu hiechyd a'u lles (e.e. gweithgarwch corfforol, cwsg, amser sgrin, ac ati).

Datblygwyd y cwestiynau mewn ymgynghoriad ag athrawon, rhieni a gofalwyr, a phlant ar draws ysgolion yng Nghymru. Bydd plant yn cael gwybod bod eu hatebion yn breifat ac na fydd gofyn iddynt roi eu henw.

Gall dysgwyr hepgor unrhyw gwestiwn nad ydynt am ei ateb neu roi'r gorau i gymryd rhan unrhyw bryd.

Ni fydd yr arolwg yn lleihau amser dysgu oherwydd bydd yn cael ei gwblhau yn lle gwasanaeth ysgol neu fel rhan o'r cwricwlwm trwy'r Maes Dysgu Iechyd a Lles.

Ar ddiwedd yr arolwg, bydd gwybodaeth am Childline ar gael.

Gweld yr Arolwg



Bydd ysgol eich plentyn wedi rhannu copi o gwestiynau'r arolwg gyda rhieni a gofalwyr trwy ei sianeli cyfathrebu arferol o leiaf bythefnos cyn cynnal yr arolwg, ochr yn ochr â'r daflen wybodaeth hon. Bydd hyn yn rhoi cyfle i chi fwrw golwg dros y cwestiynau a phenderfynu a ydych am i'ch plentyn gymryd rhan. Os nad ydych wedi cael copi o'r arolwg neu os nad ydych wedi gallu cael ato, cysylltwch ag athro neu ysgol eich plentyn yn uniongyrchol.

Pam mae'r ymchwil hon yn bwysig

Rydym yn gweithio gydag ysgolion ar draws Cymru i lywio a gwerthuso camau i wella iechyd a lles plant a phobl ifanc. Un ffordd rydym yn gwneud hyn yw trwy gynnal yr arolwg cenedlaethol hwn bob dwy flynedd.

Mae canfyddiadau anhysbys yn cael eu rhannu gydag ysgolion, awdurdodau lleol, Iechyd Cyhoeddus Cymru, a Llywodraeth Cymru i gefnogi gwneud penderfyniadau wedi'u llywio gan dystiolaeth.

Yn ogystal, mae ein rhwydwaith yn cynnal digwyddiadau ymchwil a gweminarau i staff ysgol, gan roi cyfleoedd i archwilio pynciau iechyd a lles ac i gynorthwyo â chynllunio camau ymarferol i wella iechyd a lles dysgwyr.

A oes rhaid i fy mhlentyn gymryd rhan?

Er bod ysgol eich plentyn wedi cytuno i gymryd rhan, mae **cymryd rhan yn gwbl wirfoddol** a'ch penderfyniad chi a'ch plentyn fydd p'un a ydynt yn dymuno cymryd rhan. Rydym yn eich annog chi i **siarad â'ch plentyn am yr arolwg**.

Os byddwch yn cytuno, bydd athro eich plentyn yn gwirio a yw eich plentyn yn hapus i gymryd rhan ar ddiwrnod yr arolwg. Os bydd yn dewis peidio â chymryd rhan, bydd yn cael gweithgareddau eraill i'w gwneud.

Os nad ydych am i'ch plentyn gymryd rhan yn yr arolwg, mae'n bwysig eich bod chi'n cysylltu ag ysgol eich plentyn o fewn pythefnos o gael y wybodaeth hon.

A all fy mhlentyn newid ei feddwl?

Gall. Gall eich plentyn roi'r gorau iddi unrhyw bryd wrth ateb yr arolwg a bydd yr athro'n atgoffa'r plant am hyn cyn bod yr arolwg yn dechrau. Fodd bynnag, ar ôl ateb yr arolwg, ni fydd ymatebion yn gallu cael eu tynnu'n ôl am eu bod yn gwbl ddienw ac ni ellir eu cysylltu â dysgwyr unigol.

Beth fydd yn digwydd i atebion fy mhlentyn?



Mae'r holl atebion yn gyfrinachol ac yn ddienw. Mae hyn yn golygu na fydd y tîm ymchwil yn gwybod pwy sy'n cymryd rhan yn yr arolwg. Nid ydym yn casglu unrhyw wybodaeth adnabyddadwy ac ni fyddwn yn gofyn am enw eich plentyn unrhyw bryd. Felly, nid ydym yn gallu rhannu atebion unigolyn gydag unrhyw un.

Mae'r holl ddata'n cael ei storio'n ddiogel, yn unol â'r Rheoliad Cyffredinol ar Ddiogelu Data a Deddf Diogelu Data 2018. Gallwch weld ein polisi diogelu data/hysbysiad preifatrwydd data yma.

Mae data anhysbys yr arolwg yn cael ei storio am gyfnod amhenodol at ddibenion ymchwil gan fod iddo werth parhaus wrth ddeall y newid mewn iechyd a lles gydag amser.

Bydd crynodebau anhysbys o'r data wedi'i grwpio'n cael eu cynnwys mewn adroddiadau i ysgolion, Iechyd Cyhoeddus Cymru, awdurdodau lleol, a Llywodraeth Cymru, ac fe'u cyhoeddir mewn erthyglau cyfnodolion gwyddonol.

A yw'r astudiaeth wedi derbyn cymeradwyaeth foesegol?

Ydy. Mae ein casgliad data yn dilyn ymagwedd briodol a thrylwyr at gydsyniad gwybodus a diogelu. Mae holl gylchoedd yr arolwg ymchwil yn cael eu hadolygu a'u cymeradwyo gan Bwyllgor Moeseg Prifysgol Caerdydd. Os oes gennych ymholiadau, gellir cysylltu â'r pwyllgor ar SOSSS-Research@cardiff.ac.uk.

Beth mae angen i mi ei wneud nawr?

Os ydych chi'n fodlon i'ch plentyn gymryd rhan, nid oes angen i chi wneud unrhyw beth pellach.

Os **nad ydych** eisiau i'ch plentyn gymryd rhan yn yr arolwg, cysylltwch â'ch ysgol **o fewn pythefnos o gael y wybodaeth hon**. Byddant yn gwneud trefniadau i sicrhau nad yw eich plentyn yn cymryd rhan.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau pellach am y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion, edrychwch ar ein gwefan neu cysylltwch â ni gan ddefnyddio'r wybodaeth isod.

Diolch am roi o'ch amser i ddarllen y wybodaeth hon ac am gefnogi ymchwil sy'n anelu at wella iechyd a lles plant yng Nghymru. Rydym yn ddiolchgar iawn i ddysgwyr, rhieni, gofalwyr ac ysgolion sy'n dewis cymryd rhan.

Cofion gorau

Tîm y Rhwydwaith

Y RHWYDWAITH YMCHWIL IECHYD MEWN YSGOLION

THE SCHOOL HEALTH RESEARCH NETWORK

Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)
sbarc|spark
Heol Maendy
Caerdydd
CF24 4HQ

shrn.org.uk

shrn@cardiff.ac.uk

The School Health Research Network

School Health Research Network

Cedwir pob hawl. I amddiffyn cyfrinachedd, modelau sy'n ymddangos ym mhob ffotograff.

Cyhoeddwyd gyntaf gan SHRN © 2026.