

“Mae Clwb Coginio yn galluogi unigolion ifanc i ddod yn fwy hunan- hyderus yn eu coginio, ac yn eu dysgu i fod yn fwy dibynadwy ar eu greddf. Mae hefyd yn rhoi iddynt ymdeimlad o gyflawniad personol gan wybod eu bod yn gwneud y pryd hwn eu hunain, a gall eraill ei fwynhau hefyd.”

Ffeithiau cyflym ar gyfer athrawon

Beth yw Clwb STEM?

Er eu bod yn cyd-fynd â'r cwricwlwm, nid ydynt yn cael eu cynllunio i fod am ysgrifennu, profion neu arholiadau. Gall gweithgareddau gynnwys arbrofion ymarferol, ymchwiliadau, trafod a myfyrio. Yn bennaf oll, dylent fod yn hwyl.

Maent yn gallu ysgogi a meithrin hyder mewn pobl ifanc sy'n cael trafferth gyda phynciau STEM, ac yn darparu ffordd ychwanegol ar gyfer plant sydd eisoes yn dangos dawn a gyda diddordeb mewn ymestyn eu dysgu.

Nod Clybiau STEM yw:

- cyfoethogi, gwella ac ymestyn y cwricwlwm yr ysgol uwchradd
- gwella cyrhaeddiad mewn, rhyngweithio â, a phrofiadau, pynciau STEM ymhlith disgyblion
- gwella cydweithio rhwng ysgolion a hefyd rhwng ysgolion a diwydiant
- annog disgyblion i barhau eu haddysg mewn STEM y tu hwnt i TGAU a lefel Diploma (neu gymhwyster cyfatebol).

Clwb Coginio Ysgol Uwchradd Eirias

Bae Colwyn

Cyflwyniad

Mae Ysgol Uwchradd Eirias yn ysgol uwchradd 11-18 gyda dros 1,500 o ddisgyblion yn nhref arfordirol Bae Colwyn, Gogledd Cymru.

Crynodeb byr

Clwb Coginio Ysgol Uwchradd Eirias yn darparu cyfleoedd i fyfyrwyr gymryd rhan mewn gweithgareddau coginio ar ôl ysgol, tra yn dysgu sgiliau ymarferol a chymdeithasol newydd, a datblygu eu dealltwriaeth o bwysigrwydd bwyta'n iach yr un pryd. Mae'r Clwb STEM ar ôl ysgol yn agored i fyfyrwyr o bob gallu ym mhob grŵp blwyddyn (7-13).



Cysylltiadau â'r Cwricwlwm

Mae llawer o agweddau ar weithgareddau yn y Clwb Coginio yn cael eu hadlewyrchu yn y Cwricwlwm Technoleg Bwyd a Gwyddoniaeth yn CA3 a CA4. Mae enghreifftiau o'r Cwricwlwm Cenedlaethol yng Nghymru (CA3) a Manylebau TGAU CBAC (CA4) yn ogystal:

- Technoleg CA3: Dylai'r astudiaeth o wneud bwyd gynnwys:
 - f. ystod eang o sgiliau ymarferol, technegau, offer a ryseitiau safonol, a sut i'w defnyddio i ddatblygu, cynllunio a choginio prydau bwyd a chynnyrch unigol neu luosog
 - g. sut i gynllunio a chynnal ystod eang o dasgau coginio ymarferol yn ddiogel ac yn hylan
 - h. modelau bwyta'n iach yn ymwneud â deiet cytbwys, anghenion maethol gwahanol grwpiau mewn cymdeithas a'r ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd a sut i gymryd y rhain i ystyriaeth wrth gynllunio, paratoi a choginio prydau bwyd a chynhyrchion
 - i. nodweddion ystod eang o gynhwysion, gan gynnwys eu priodweddau maethol, swyddogaethol a synhwyraidd.
- Gwyddoniaeth CA3: Pam mae angen cydrannau diet gytbwys ar gyfer iechyd da.
- CA4 (technoleg Bwyd TGAU): Bod yn ymwybodol o bwysigrwydd bwyta'n iach; dylai ymgeiswyr brofi offer, cyfarpar a chynhwysion; gwybod sut y gall defnyddiau / cydrannau crai yn cael eu torri eu siapio a'i ffurfio.
- CA4 (TGAU Gwyddoniaeth): Archwilio a thrafod data sydd ar gael, ee o chwiliadau TGCh a labeli bwyd, am y siwgr, braster a ychwanegion mewn bwydydd a'r goblygiadau, yn enwedig ar gyfer iechyd.

“Mae myfyrwyr o wledydd eraill megis Romania a Nepal wedi dangos i'r grŵp sut i baratoi prydau traddodiadol o'i gwlad gartref.”

Beth yw Llysgenhadon STEM?

Mae Llysgenhadon STEM yn wirfoddolwyr o bob oed ac o bob cefndir sy'n gweithio mewn swyddi sy'n gysylltiedig â STEM o brentisiaid i ddaeargwyr a ffisegwyr niwclear i swolegwyr.

A ydynt wedi derbyn unrhyw hyfforddiant i weithio mewn ysgolion?

Mae pob Llysgenhadon STEM yn cael eu cofrestru ac wedi cael eu gwirio gan y Swyddfa Cofnodion Troseddol, ac maent wedi derbyn cyflwyniad i weithio yn yr ystafell ddsbarth.

Beth maen nhw'n ei wneud?

Mae Llysgenhadon STEM yn darparu amrywiaeth eang o wasanaethau megis sgysiau gyrfaoedd, mentora, helpu gyda digwyddiadau ysgol neu glybiau a hwyluso ymweliadau â'r gweithle. Mae gweithgareddau yn y gorffennol wedi cynnwys: adeiladu rocedi, teithiau fferm, cyfweiliadau am swyddi ffug, dyrannu llygod mawr a sgwrsio cyflym!

Faint mae STEMNET yn ei gostio?

Dim byd o gwbl.

Swnio'n wych – sut y gallaf drefnu ymweliad gan Lysgennad STEM?

Yn syml, ewch i www.stemnet.org.uk i ddod o hyd i'ch cyswllt lleol.

Ysbrydoli pobl ifanc mewn gwyddoniaeth, technoleg, peirianeg a mathemateg (STEM)

Dod yn Llysgennad STEM:

Am ragor o wybodaeth ewch i: www.stemnet.org.uk

STEMNET

2il Lawr, Tŷ Weston
246 High Holborn
Llundain WC1V 7EX

T 020 3206 0450

E info@stemnet.org.uk



Manylion am weithgareddau Clwb



Mae'r Clwb Coginio yn rhoi cyfle i fyfyrwyr gyfarfod â'i gilydd ar ôl ysgol, a rhoi cynnig ar ryseitiai newydd bob tro, a chael cyfle i fynd a'r pryd adref i fwyta gyda'u teulu. Mae'r aelodaeth yn hyblyg, ac yn agored i bob disgybl yn yr ysgol o Flynnyddoedd 7 i 13. Mae myfyrwyr sy'n dymuno cymryd rhan mewn sesiwn arbennig yn mynd draw i weld yr arweinydd clwb Miss Owen (athrawes technoleg bwyd) i gofrestru a chasglu y rwsâit. Yna, maent yn dod ar cynhwysion angenrheidiol ar y diwrnod a choginio y pryd ar ôl ysgol. Mae enghreifftiau o ryseitiai coginio diweddar yn cynnwys stroganoff cyw iâr a chennin, cwscws llysiâu rhost, a myffins banana. Mae ryseitiai cael eu postio yn ddiweddarach ar y wefan yr ysgol ar gyfer y dyfodol.

Mae rhai o'r myfyrwyr sydd wedi cymryd rhan yn y Clwb Coginio dros gyfres o wythnosau wedi datblygu eu sgiliau i'r graddau eu bod yn awr yn cymryd yr awenau wrth ddewis y ryseitiai a dysgu eraill sut i goginio eu ffefryn teulu!

I ddatlu'r Flwyddyn Newydd Tsieineaidd, daeth myfyriwr cyfnewid o Hong Kong i ddangos iddynt sut i wneud twmplenni Tseiniaidd. Y gobaith yw y bydd mwy o ymwelwyr yn cael eu croesawu i'r Clwb yn ystod y flwyddyn ysgol nesaf, gan fod yr arweinydd clwb wedi gwneud cais am Llysgenhadon STEM sydd â phrofiad o'r diwydiant arlwyio i ddod i rannu ei harbenigedd gyda'r myfyrwyr yn ddiweddar.

Mae datblygiadau pellach yng ngwaith y Clwb wedi cynnwys myfyrwyr yn darparu bwyd ar gyfer llywodraethwyr yr ysgol a hefyd yn darparu lluniaeth ysgafn maethlon, ar gyfer DysGwrdd â gynhaliwyd yn Ysgol Uwchradd Eirias ym mis Mai 2013lle roedd nifer o athrawon o ysgolion lleol yn bresennol.

Mae'r ysgol yn rhoi pwyslais cryf ar werth maethlon y bwyd sydd ar gael yn y ffreutur ac mae ganddo SNAG gweithredol (Grŵp Gweithredu Maeth Ysgol) sy'n cynnwys cynrychiolwyr o fyfyrwyr o bob blwyddyn ysgol. Fel rhan o'r fenter hon, mae'r ysgol wedi cwblhau y deg cam o'r Cynllun Ysgolion Iach yn Sir Conwy ac mae bellach yn gweithio tuag at Wobr Ansawdd Cenedlaethol y Cynllun. Mae hyn wedi helpu i ganolbwyntio y Clwb Coginio ar ansawdd maethlon yr hyn y dylai myfyrwyr fod yn ei fwyta a sut y gellir cyflawni hyn mewn prydau yn y cartref, pecynnau cinio a byrbrydau yn yr ysgol.

Manteision ac effaith ar y myfyrwyr

Mae manteision ac effaith y Clwb yn amlwg ar unwaith, gyda myfyrwyr yn trefnu eu cofrestr eu hunain ar gyfer y sesiwn, casglu y rwsâit, sicrhau y cynhwysion angenrheidiol a dod â nhw i'r ysgol. Datblygwyd sgiliau eraill yn ystod y sesiynau clwb mewn paratoi bwyd a chyflwyno, hylendid a gwybodaeth am grwpiau bwyd a maeth ar gyfer cynnal diet cytbwys sy'n hanfodol i gyfrannu tuag at ffordd o fyw iach, a fydd gyda'r myfyrwyr ar gyfer bywyd.

O fis Medi 2013 mae set newydd o ganllawiau maeth yn cael eu cyflwyno ar draws Cymru er mwyn sicrhau fod bwyta'n iach yn digwydd mewn ysgolion. Gyda eu gwybodaeth a'u harbenigedd o'r Clwb Coginio, bydd myfyrwyr yn Ysgol Uwchradd Eirias ymhell ar eu ffordd i gyflawni'r gofynion hyn.

Yn y dyfodol, y gobaith yw y bydd y Clwb Coginio Ysgol Uwchradd Eirias yn parhau i fod yn gyfle poblogaidd i ddyysgu a datblygu sgiliau, i gyfarfod a dod i adnabod aelodau eraill o gymuned yr ysgol ac wrth gwrs i gael hwyl wrth wneud hynny!