CINIO YSGOL – AROLWG CIPLUN O BLANT A PHOBL IFANC YNG NGHYMRU

COMISIYNYDD PLANT CYMRU

MAWRTH 2024

Comisiynydd Plant Cymru
Children's Commissioner for Wales

Cinio Ysgol – Arolwg ciplun o blant a phobl ifanc yng Nghymru

Cyflwyniad

Yn ystod mis Mawrth 2024 buon ni’n gofyn i blant a phobl ifanc roi eu barn ar ginio ysgol trwy arolwg.

Roedd yr arolwg yn rhan o gyfres sy’n parhau o gwestiynau pynciol rydyn ni’n eu gofyn i blant a phobl ifanc bob mis, sef y Materion Misol, er mwyn clywed eu barn ar amrywiaeth o faterion. Rhannwyd hyn yn uniongyrchol â’r holl ysgolion oedd wedi ymuno â’n cynlluniau hawliau plant[1] ar gyfer ysgolion cynradd ac uwchradd.

Fel rhan o becyn yr arolwg, dangoswyd fideo i’r plant a’r bobl ifanc yn cyflwyno’r pwnc, a gofynnwyd iddyn nhw ystyried rhai cwestiynau am eu cinio ysgol, fel beth roedden nhw’n ei fwynhau am ginio ysgol a sut bydden nhw’n eu gwella. Fe wnaethon ni awgrymu yn yr amlinelliad o’r sesiwn, y dylai plant gael ychydig o funudau, ar ôl y fideo, i drafod eu barn gyda’i gilydd cyn ateb yr arolwg.

Roedd gan ysgolion ddau opsiwn wrth gwblhau’r arolwg; gallai plant a phobl ifanc naill ai wneud hynny’n annibynnol, neu gallai athro gwblhau’r arolwg ar ran y grŵp trwy ateb cyfres wahanol o gwestiynau i roi trosolwg o’r drafodaeth.

Atebodd 490 o blant a phobl ifanc rhwng 7 ac 18 oed yr arolwg yn unigol. Bu 1250 o blant eraill yn cymryd rhan mewn grwpiau, gydag athrawon a gweithwyr ieuenctid yn cyflwyno crynodeb o’u barn. Fe gawson ni ymatebion gan 19 o awdurdodau lleol.

Datblygwyd y cwestiynau yn fewnol, ar sail themâu oedd wedi dod i’r amlwg o ymarferiadau ymgysylltu blaenorol gyda phlant a phobl ifanc a gweithwyr proffesiynol.

---

[1]Nifer yr ysgolion sydd wedi ymuno â’n cynlluniau Llysgenhadon ar hyn o bryd:
Cynradd – 633
Uwchradd – 83

Cwestiynau i blant a phobl ifanc

Cwestiynau ymateb caeedig

Wyt ti'n cael cinio ysgol?
Ydw – 51%
Weithiau – 40%
Nac ydw – 9%

Yn dy ysgol di, oes yna ddewis da o fwyd iach i ginio?
Weithiau – 48%
Oes – 43%
Nac oes – 9%

Wyt ti'n llawn ar ôl cael cinio ysgol?
Weithiau – 41%
Nac ydw – 40%
Ydw – 19%

Wyt ti'n gallu cael rhagor o fwyd (ail ddogn) os wyt ti'n gofyn?
Nac ydw – 44%
Weithiau – 28%
Ydw – 16%
Ddim yn berthnasol i fi – 12%

Amser cinio, wyt ti bob amser yn gallu cael llysiau os wyt ti eisiau rhai?
Ydw – 76%
Nac ydw – 24%

Amser cinio, wyt ti bob amser yn gallu cael ffrwythau os wyt ti eisiau rhai?
Ydw – 78%
Nac ydw – 22%

Cwestiynau testun rhydd

O dan bob cwestiwn testun rhydd rydyn ni wedi cynnwys y tri ateb ar y brig a roddodd y plant.

Pam rwyt ti’n dewis cael cinio pecyn bob dydd?

Roedd yr atebion mwyaf cyffredin yn dod o dan y themâu canlynol:

- ddim yn hoffi cinio ysgol
- llenwi nhw mwy na chinio ysgol
- ffysi am fwyd
- hoffi bwyd eu rhieni yn fwy

Beth wyt ti’n meddwl yw’r peth gorau am ginio ysgol?

Roedd yr atebion mwyaf cyffredin yn dod o dan y themâu canlynol:

- eitemau bwyd penodol
- blas y bwyd
- gallu dewis beth maen nhw eisiau

Beth yw’r peth gwaethaf am ginio ysgol?

Roedd yr atebion mwyaf cyffredin yn dod o dan y themâu canlynol:

- eitemau bwyd penodol
- dognau bach/eisiau mwy o fwyd
- ddim yn hoffi safon y bwyd neu sut mae’n cael ei goginio neu ei gyflwyno

Pa un peth byddet ti’n newid i wneud cinio ysgol yn well?

Roedd yr atebion mwyaf cyffredin yn dod o dan y themâu canlynol:

- eisiau mwy o fwyd

- eisiau mwy o ddewis
- newidiadau cysylltiedig ag eitemau bwyd penodol

Oes yna unrhyw beth arall hoffet ti ddweud wrthyn ni am ginio ysgol?

Roedd yr atebion mwyaf cyffredin yn dod o dan y themâu canlynol:

- sylwadau am eitemau bwyd penodol
- sylwadau cadarnhaol am hoffi cinio ysgol
- eisiau mwy o amrywiaeth

Cwestiynau i athrawon/weithwyr ieuenctid

Cwestiynau ymateb caeedig

Faint o blant/bobl ifanc sy'n cael cinio ysgol yn ystod yr wythnos?
Y rhan fwyaf ohonyn nhw – 66%
Rhai ohonyn nhw – 24%
Pawb ohonyn nhw – 11%
Dim – 0%

Faint sy'n meddwl bod dewis da o fwyd iach i ginio?
Rhai ohonyn nhw – 53%
Y rhan fwyaf ohonyn nhw – 34%
Dim – 11%
Pawb ohonyn nhw – 3%

Faint sy'n teimlo'n llawn ar ôl cael cinio ysgol?
Rhai ohonyn nhw – 66%
Dim – 16%
Y rhan fwyaf ohonyn nhw – 16%
Pawb ohonyn nhw – 3%

***Dim ond os yw'n berthnasol* Faint sy'n teimlo eu bod yn gallu cael rhagor o fwyd (ail ddogn) os byddan nhw'n gofyn?**
Dim – 29%
Rhai ohonyn nhw – 29%
Y rhan fwyaf ohonyn nhw – 18%
Amherthnasol – 18%
Pawb ohonyn nhw – 6%

Faint sy'n teimlo eu bod nhw bob amser yn gallu cael llysiau amser cinio os ydyn nhw eisiau?
Rhai ohonyn nhw – 45%
Pawb ohonyn nhw – 21%
Y rhan fwyaf ohonyn nhw – 18%
Dim – 16%

Faint sy'n teimlo eu bod nhw bob amser yn gallu cael ffrwythau amser cinio os ydyn nhw eisiau?
Rhai ohonyn nhw – 42%
Pawb ohonyn nhw – 26%
Y rhan fwyaf ohonyn nhw – 24%
Dim – 8%

Cwestiynau testun rhydd

Pan ofynnwyd oedd ganddyn nhw unrhyw beth arall i'w ychwanegu ar sail eu trafodaethau gyda'r grŵp, roedd y sylwadau mwyaf cyffredin gan athrawon yn dod o dan y themâu canlynol:

- eisiau mwy o amrywiaeth
- eisiau dognau mwy
- plant yn teimlo bod pris bwyd yn uchel

Casgliad

Mae'n amlwg bod cinio ysgol yn cael ei weld fel rhan werthfawr iawn o'r diwrnod ysgol, ac rydyn ni'n gwybod bod llawer o blant yn dibynnu ar y pryd

yma fel prif ffynhonnell egni a maeth. Yn y cyd-destun cymdeithasol presennol, mae’n teimlo’n bwysicach nag erioed bod y prif bryd mae plant yn ei gael yn yr ysgol yn rhoi iddyn nhw’r egni a’r maeth mae arnyn nhw eu hangen i fedru tyfu, chwarae a dysgu. Roedd y farn hon yn glir mewn adroddiad diweddar a gyhoeddwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, Cyfleoedd i wella iechyd plant yng Nghymru: potensial bwyd ysgol.

Roedden ni’n falch o fedru rhannu barn plant a phobl ifanc trwy amrywiaeth o ddarnau yn y newyddion, gan gynnwys BBC Wales a Newsround.

Mewn ymateb i farn plant, dywedodd Llywodraeth Cymru y byddan nhw’n fuan yn adolygu’r canllawiau ar brydau ysgol. Dylai fod yn flaenoriaeth i Lywodraeth Cymru symud ymlaen gyda hyn a sicrhau eu bod yn parhau i wrando ar farn plant a phobl ifanc fel rhan o’u gwaith. Rydyn ni wedi rhannu barn plant gyda Llywodraeth Cymru a chynghorau ar draws Cymru.