



## Ysgol Pentreuchaf

### 151. Polisi Ysgol Iach

#### Nod

Mae Ysgol Pentreuchaf wedi ymrwymo i Gynllun Ysgol Iach ac yn parhau i hybu iechyd drwy bob agwedd o fywyd ysgol. Mae datblygu iechyd yn bwysig iawn yn yr ysgol hon a gweithiwn i ddatblygu'r agwedd fel bod pawb yn elwa. Bwriad y polisi hwn yw sefydlu strwythur ar gyfer ysgol iach.

#### Amcanion

Sicrhau bod yr agweddau a restrir – amser egwyl, pecynnau bwyd, datblygu ymddygiad bositif ar yr iard, datblygu goruchwyliaeth amser cinio a lechyd a Diogelwch yn cael sylw penodol.

#### Canllawiau

1. Amser Egwyl – Cynhelir amser egwyl rhwng 10.30 a.m. a 10.50 a.m. Goruchwylir yr amser yma gan staff yr ysgol. Annogir y plant i ddefnyddio'r toiledau yn ystod amser egwyl.
2. Byrbrydau amser egwyl – mae gennym Bolisi Diodydd Amser Chwarae sy'n datgan ein bod yn cyd-weithio gyda'r Gwasanaeth Deintydd Cymunedol i ostwng y nifer o blant sydd yn dioddef oddiwrth bydredd y dannedd. Ni chaniateir fferins na chreision yn yr ysgol a datblygir agweddau Ysgol Iach trwy osgoi diodydd sy'n cynnwys siwgr. (Gweler y Polisi am fwy o fanylion). Mae'r disgyblion Meithrin, Derbyn, B1 a B2 yn cael llefrith yn ddi-dâl bob bore, ac mae llefrith yn ddewisol i'r disgyblion hun. Mae siop ffrwythau yn yr ysgol ac mae rhyddid hefyd i'r plant ddod â ffrwythau gyda hwy i'r ysgol.
3. Amser Cinio – eto, staff yn goruchwyllo. Cennir cloch i blant y CS am 12.00 p.m., i blant CA2 am 12.30 p.m. Mae'r plant i gyd yn bwyta eu cinio yn y neuadd.
4. Pecynnau Bwyd – Mae nifer o blant yn dod â pheccyn bwyd i'r ysgol ac yn ei fwyta yn y neuadd. Maent yn eistedd ar wahan i blant cinio ysgol gan fod byrddau cinio ysgol wedi'i gosod yn barod. Y disgyblion i sicrhau fod cynnwys y pecynnau bwyd yn cynnwys bwydydd iach – ffrwythau, llysiau, bara, grawnfwyd, tatws, llefrith a chynnyrch llefrith, cig, pysgod, ffâ a.y.y.b. No chaniateir unrhyw fferins na siocled, ond mae'n amhosibl gwahardd bisgedi siocled, creision a.y.y.b. gan fod cinio ysgol yn cynnig cacennau gyda siocled arnynt, sglodion a.y.y.b.
5. Os yw'r tywydd yn anffafriol i'r plant fynd allan i chwarae, cânt wyllo fideo neu DVD addas, chwarae gêmiau bwrdd neu ar gyfrifiadur, wneud a lliwio lluniau a.y.y.b Ni cânt ddefnyddio siswrn nac unrhyw offer miniog.
6. Mae gan yr ysgol bolisi bendant sy'n delio gyda datblygu ymddygiad bositif.
7. Datblygu goruchwyliaeth amser cinio – mae gan y goruchwylir swydd ddisgrifiad ac mae'r ysgol wedi ymrwymo i ddatblygu'r staff a chynnig pob cymorth a chefnogaeth iddynt.
8. Iechyd a Diogelwch – mae nifer o aelodau wedi derbyn hyfforddiant Cymorth Cyntaf . Mae rhieni yn derbyn galwad ffôn am unrhyw anaf ddamweiniol a nodir ar ffurflen 'Damweiniau' ac unrhyw anaf arall yn ôl disgrisiwn y staff e.e. nid os yw'n grafiad i benglin ond byddwn yn cysylltu ym mhob achos o daro pen.. Disgwylir i'r staff adrodd ar unrhyw fater/agwedd iechyd a diogelwch i'r Pennaeth neu'r Dirprwy Bennaeth yn brydlon.
9. Mae gennym drac rhedeg wedi ei beintio ar yr iard a byddwn yn defnyddio pecyn Gwynedd i ddatblygu'r agwedd hon.

#### Casgliad

Ceisiwn sicrhau fod yr oll o'r uchod yn digwydd i ddatblygu corff a meddwl iach ym mhob plentyn ac aelod o staff.

#### Adolygir: Chwefror 2017

Arwyddwyd: \_\_\_\_\_, Cadeirydd y Llywodraethwyr

Dyddiad: \_\_\_\_\_