

# Teithio Llesol i'r Ysgol

## *'Llwybr at wella'*

[Fersiwn Derfynol 1.0]



Cynllun cenedlaethol ar gyfer gwella a baratowyd ar gyfer y  
Bwrdd Teithio Llesol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru a'r Grŵp  
Ymgynghorol Cenedlaethol ar Deithio i'r Ysgol

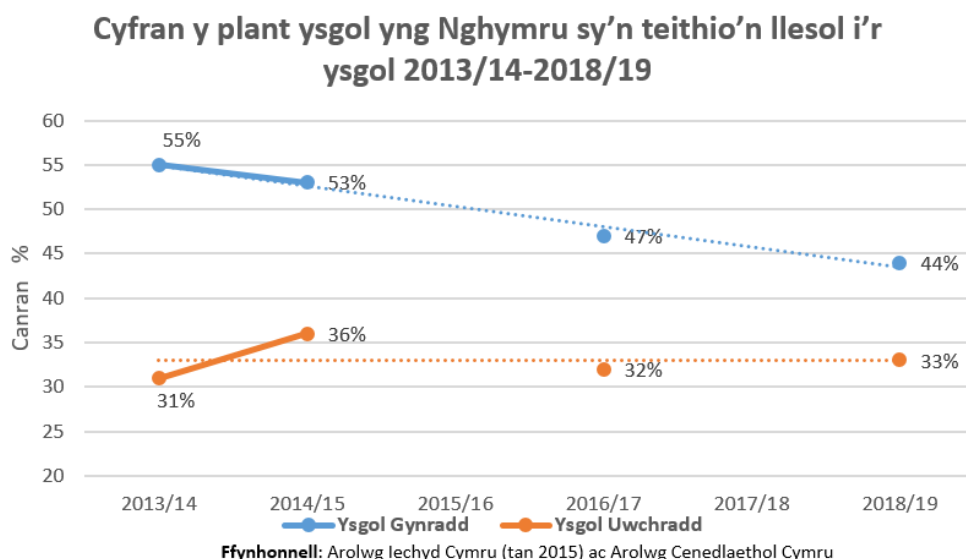
2021

## Pam mae Teithio Llesol i'r Ysgol yn Bwysig?

Mae teithio llesol i'r ysgol (AST) yn arwain at fanteision iechyd, cymdeithasol ac economaidd lluosog i unigolion a chymunedau. Bydd cynyddu teithio llesol i'r ysgol yn cynyddu gweithgarwch corfforol, yn gwella ansawdd aer ac yn cael effeithiau cadarnhaol ar newid yn yr hinsawdd. Hyd yma nid yw ein hymdrechion ar y cyd wedi bod yn llwyddiannus wrth godi lefelau AST ledled Cymru. Bydd cyflawni ein nodau ar y cyd yn gofyn am arallgyfeirio sylweddol a chynyddu ymdrechion ar lefelau lleol, rhanbarthol a chenedlaethol.

## Ble ydyn ni nawr?

Dros yr wyth mlynedd diwethaf, mae nifer y plant ysgol gynradd sy'n teithio i'r ysgol mewn modd llesol wedi gostwng yn raddol o 55% i 44%. Mae hyn yn cyfateb i amcangyfrif o 30,000 yn llai o blant yn teithio yn ôl ac ymlaen i'r ysgol mewn modd llesol. Ymhlith plant ysgol uwchradd, mae'r cyfraddau wedi aros yn ddigyfnewid i raddau helaeth. Fodd bynnag, fel y disgwyliad yn rhannol oherwydd gwledigrwydd, mae'r cyfraddau'n amrywio'n sylweddol ledled Cymru, o 47% ymhlith plant ysgolion uwchradd yng Nghaerdydd, i 17% yng Ngheredigion<sup>1</sup>.



Mae angen rhaglen waith a ddarperir ar raddfa a chyflymder digonol i atal dirywiad AST yng Nghymru ac yna cynyddu lefelau cynaliadwy ar gyfer yr hir dymor.

Mae angen newid sylweddol yn y ffordd yr ydym yn mynd ati i wella AST ar lefelau lleol, rhanbarthol a chenedlaethol, er mwyn cyflawni ein dyhead ar y cyd. Ail-lunio'r amgylchedd polisi, gan ailffocysu ymyriadau tuag at ddylanwadau hysbys AST.

## Beth yw'r dylanwadau allweddol ar deithio llesol i'r ysgol?

Daeth adolygiadau tystiolaeth ac ymchwil a gynhaliwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i'r casgliad bod AST yn ymddygiad cymhleth gyda sawl sbardun. Roedd y ffactorau a nodwyd yn gyffredinol yn disgyn i dri chategori: *amgylchedd ffisegol* (e.e. cysylltedd strydoedd, diogelwch traffig, pellter teithio); *nodweddion cymdeithasol* (e.e. cymorth i deuluoedd, cydlyniant

<sup>1</sup> Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN), 2019/20

cymdeithasol, cymorth ysgolion) a *nodweddion demograffig-gymdeithasol* (e.e. perchnogaeth car, nifer y plant, addysg y cartref). Awgrymodd y dystiolaeth hefyd mai *gallu cerdded, diogelwch traffig canfyddedig, diogelwch personol canfyddedig* (e.e. tebygolrwydd isel o fwlio neu anaf) a rhyngweithio cymdeithasol cadarnhaol yn y gymdogaeth oedd y ffactorau mwyaf cyson sy'n gysylltiedig ag ymddygiadau AST.

Comisiynodd Iechyd Cyhoeddus Cymru ddarn o ymchwil ansoddol fanwl gyda rhieni mewn cartrefi AST a chartrefi nad ydynt yn AST ledled Cymru (gwledig a threfol) er mwyn cael mwy o fewnwelediad i'r ffactorau sy'n dylanwadu ar deithio i'r ysgol. Cymerodd rhieni plant ysgol gynradd a oedd yn byw hyd at 1.5 milltir i ffwrdd o'r ysgol a phlant ysgol uwchradd a oedd yn byw hyd at dair milltir i ffwrdd o'r ysgol ran mewn grwpiau ffocws a chyfweliadau manwl unigol pellach i archwilio'n fanwl eu credoau, eu hagweddau, eu canfyddiadau a'u bwriad o ran a fydd eu plentyn neu blant yn ymgysylltu ag AST ai peidio.

**Tabl 1: Dylanwadau ar Deithio Llesol i'r Ysgol**

| Is-thema/categori                         | Dylanwadau Cadarnhaol   | Dylanwadau Negyddol   |
|---|---|---|
| <i>Ffactorau Amgylcheddol</i>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Tywydd Da</li> <li>Golau dydd</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Tywydd Gwael</li> <li>Llai o oriau golau dydd</li> <li></li> </ul>   |
| <i>Ffactorau demograffig-gymdeithasol</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Statws economaidd-gymdeithasol cymdogaeth</li> <li>Mwy nag un rhiant yn y cartref</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Perchnogaeth car</li> <li>Cartrefi addysg isel</li> <li>Cartrefi Incwm isel</li> </ul>                             |
| <i>Credoau am deithio mewn car</i>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Yn cyd-fynd â threfn rhieni</li> <li>Mae'r ysgol yn agos</li> <li>Anhawster parcio, traffig a thagfeydd</li> </ul>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Nid yw'n cyd-fynd â threfn waith rhieni</li> <li>Arfer</li> <li>Gyrru yn fwy cyfleus (rheoli amser)</li> </ul>     |
| <i>Ffactorau rhieni</i>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Gwella iechyd a lles</li> <li>Amser o ansawdd gyda'r plentyn</li> <li>Cymdeithasu â rhieni eraill</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Amser o ansawdd gyda'r plentyn yn y car</li> </ul>   |
| <i>Barn rhieni ar y plentyn</i>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ymddiried yng ngalluoedd y plentyn</li> <li>Yn datblygu annibyniaeth</li> <li>Mwynhad</li> <li>Buddion cymdeithasol/cyfoedion</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Pryderon am alluoedd y plentyn</li> <li>Profiad negyddol e.e. pellter, tir, ymddygiad gwrthgymdeithasol</li> </ul> |
| <i>Pryderon Rhieni - Diogelwch</i>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Llwybr heb fod yn rhy beryglus gyda thraffig</li> <li>Yn teimlo'n weddol ddiogel rhag dieithriaid</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Diogelwch traffig</li> <li>Perygl dieithriaid</li> <li>Bod yn amddiffynol</li> </ul>                               |
| <i>Ffactorau ysgol</i>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ysgol yn trafod y mater (e.e., dysgu am ôl troed carbon)</li> <li>Digon o le diogel i storio dillad, beiciau</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Diffyg lle diogel i storio beic/sgwter, dillad</li> </ul>  |

Canfyddiad allweddol a ddaeth i'r amlwg o'r ymchwil oedd mai rhieni a'u credoau a'u canfyddiadau yn aml oedd y sbardunau allweddol y tu ôl i p'un a oedd eu plant yn ymwneud

ag AST ai peidio. Roedd yn amlwg hefyd bod rhieni y mae eu plant yn teithio'n llesol a'r rhai nad ydynt yn gyffredinol yn nodi'r un rhwystrau neu bryderon, yn enwedig ynghylch diogelwch ac anhrefn yn y cartref yn y bore. Y gwahaniaeth oedd bod rhieni y mae eu plant yn teithio i'r ysgol mewn modd llesol yn llawer mwy ymwybodol o fanteision AST ac yn gallu cydbwysu'r rhain yn erbyn y rhwystrau/risgiau.

Mae'r ymchwiliad yn dangos y bydd cyfraddau cynyddol o deithio llesol i'r ysgol yn gofyn am ganolbwyntio ar rieni fel y brif gynulleidfa, yn enwedig ar gyfer plant ysgol gynradd a mynd i'r afael â risgiau a manteision gwirioneddol a chanfyddedig AST.

## Beth sydd angen ei newid a sut?

Er mwyn sicrhau newid ar lefel poblogaeth, bydd angen i ni gydweithio ar draws polisiau a sectorau gan ganolbwyntio ar gyd-ddealltwriaeth o'r newidiadau sydd eu hangen a'r ffordd orau o'u cyflawni.

Dylai ymdrech a ffocws symud i ffwrdd o ddulliau addysgol sydd wedi'u hanelu at unigolion ac ymyriadau strwythurol a ddatblygwyd ar eu pen eu hunain i becyn integredig o opsiynau a mesurau gan ddefnyddio dulliau arfer gorau wrth newid ymddygiad. Dylai hyn gysylltu â mentrau AST cenedlaethol presennol, agenda teithio llesol ehangach a chyfleoedd cyllido (e.e., Y Gronfa Teithio Llesol, Llywodraeth Cymru).

Mae ychydig o dan 1500 o ysgolion ledled Cymru a thua 470,000 o ddisgyblion, byddai cynyddu teithio llesol i'r ysgol 1% y flwyddyn yn golygu cynnydd yn nifer y plant sy'n teithio'n llesol i'r ysgol o 4700. Mae angen i'r camau a gymerwn allu sicrhau newid ar y raddfa honno, flwyddyn ar ôl blwyddyn a chynnal y newid.

Ni fydd y prif ddylanwadau yr un fath ym mhob cymuned. Y cam cyntaf yw deall ar lefel gymunedol beth yw'r dylanwadau allweddol ar gyfer y gymuned honno. Unwaith y bydd y rhain wedi'u nodi, mae angen i ni ganolbwyntio ein hymdrechion ar y cyd ar y camau gweithredu y dangoswyd eu bod yn gweithio yng Nghymru neu rywle arall a mabwysiadu'r rhain. Nid oes atebion hawdd i broblemau cymhleth a bydd angen ystod o gamau gweithredu ategol i gyflawni newid.

Er mwyn cyflawni gwelliannau parhaus yn AST, bydd gofyn am weithredu ar y cyd ar lefelau cenedlaethol, rhanbarthol a lleol, gan dynnu ar asedau amryw bartneriaid yng ngwir ysbryd cyfrifoldeb a rennir. Gall hyn olygu newidiadau sylweddol i'r ffyrdd y mae llawer ohonom ni a'n sefydliadau yn gweithio ond yn ei dro bydd yn darparu cyfleoedd newydd.

## Y Llwybr at Wella

Mae cyfres o amcanion strategol wedi cael eu nodi i gefnogi newid ynghyd â chynllun cyflawni manylach, sy'n cael ei gynnwys fel Tabl 2.

- **Datblygu a chytuno ar uchelgais datganedig a rennir a nodau polisi ar y cyd gyda thargedau heriol ond cyraeddadwy ar draws meysydd polisi o fewn y llywodraeth.**

I gydnabod y rôl allweddol y mae mwy o AST yn ei chwarae wrth gyflawni meysydd blaenoriaeth yn y *Rhaglen Lywodraethu*, mae'n bwysig bod cyd-ddealltwriaeth o'r prif ysgogwyr a'r meysydd

ar gyfer newid; cyd-ddealltwriaeth o sut y gellir cyflawni newid. Mae angen trosi hyn i ofynion penodol thargedau cyflawnadwy, drwy'r mecanweithiau atebolrwydd perthnasol, o fewn gwahanol rannau o'r system er mwyn cyflawni'r newid hwnnw.

- **Datblygu a gweithredu ymyriad cyfathrebu torfol wedi'i lywio gan ymddygiad gyda rhieni/gwarcheidwaid fel y brif gynulleidfa**

Mae angen trosi'r hyn a ddysgwyd o'r ymchwil a'r mewnwelediad a gasglwyd am y dylanwadau ar AST yn rhaglen o gyfathrebu torfol sy'n seiliedig ar ymddygiad sy'n ceisio dylanwadu'n gadarnhaol ar wybodaeth, credoau ac ymddygiadau. Rhieni dylai fod y gynulleidfa ar gyfer y rhaglen waith hon.

- **Canolbwyntio buddsoddiad cyfalaf ar newid amgylcheddol a strwythurol sy'n mynd i'r afael â'r rhwystrau allweddol i deithio llesol i'r ysgol gyda phwyslais ar ysgolion uwchradd a pharthau di-draffig Ysgolion.**

Mae sicrhau bod rhaglenni cyfalaf a seilwaith yn cael eu hintegreiddio â gwyddoniaeth ymddygiadol ac yn cael eu llywio ganddynt yn hollbwysig. Mae tair blaenoriaeth glir yn dod i'r amlwg. Dylai'r cyntaf alluogi disgyblion ysgol uwchradd, sydd mewn oedran lle gallant fod yn annibynnol symudol, i deithio i'r ysgol mewn modd llesol os ydynt yn byw o fewn tair milltir i'r ysgol. Dylai hyn ganolbwyntio ar lwybrau beicio diogel o gymunedau preswyl allweddol. Dylai'r ail flaenoriaeth ganolbwyntio ar leihau'r rhwystrau i feicio a cherdded drwy ddarparu storfa ddiogel ar gyfer dillad a beiciau yn yr ysgol. Dylai'r drydedd flaenoriaeth ganolbwyntio ar gefnogi parthau di-draffig o amgylch ysgolion i alluogi dewis iach ar sut i deithio.

- **Datblygu canllawiau cenedlaethol ar gyfer datblygu cynlluniau gwella teithio i'r ysgol yn y gymuned leol**

Dylai Cynlluniau Gwella AST gael eu datblygu ar lefel gymunedol nid ysgol. Er bod ysgolion yn bartneriaid pwysig yn y broses, nid oes ganddynt yr ysgogiadau angenrheidiol i ysgogi gweithredu ar draws cymuned ar gyfer newid. Mae angen cefnogi Awdurdodau Lleol a'uartneriaid i ddatblygu cynlluniau lefel gymunedol mewn partneriaeth â'r gymuned a fydd yn mynd i'r afael â'r prif bryderon a rhwystrau yn y gymuned honno.

- **Adeiladu diwylliant o werthuso a gwelliant parhaus ar gyfer AST yng Nghymru**

Hyd yma ychydig o'r camau a gymerwyd i hyrwyddo teithio llesol i'r ysgol sydd wedi cael eu gwerthuso'n briodol. Mae'n anodd gwybod felly pa bethau sy'n gwneud gwahaniaeth a pha rai nad ydynt yn cael yr effaith lawn a ragwelwyd. Mae peidio â chael gwybodaeth dda am yr hyn sy'n gweithio yn ei gwneud yn anodd gwella a lledaenu arfer gorau. Mae angen cryfhau'r broses o fonitro teithio llesol i'r ysgol yn rheolaidd a darparu gwybodaeth ar lefel a all lywio camau gweithredu e.e. ysgol, cymuned, ac awdurdod lleol. Yn ogystal, mae cryfhau sgiliau a gallu i werthuso ar draws y system a meithrin perthnasoedd rhwng canolfannau academiaidd a'r rhai sy'n cyflawni camau allweddol yn hanfodol. Yn olaf, mae angen rhannu gwybodaeth a thystiolaeth gyfredol yn well o'r hyn sy'n gweithio mewn modd sy'n hygyrch i'r rhai sydd angen gwneud penderfyniadau ac yn gweithredu.

Tabl 2: Teithio Llesol i'r Ysgol – Cynllun Cyflawni Gwelliant

| Rhif.  | Cam Gweithredu  | Amserlen<br>B (Tymor Byr 1 flynedd),<br>C (Tymor Canolig 2-3<br>blynedd), H (Hir Dymor<br>4-5 blynedd), P<br>(Parhaus) | Arweinydd a Phartneriaid<br>[rhanddeiliad wedi'i nodi mewn testun<br>trwm yn dynodi 'Arweinydd'] |
|--|---|--|--|
| <b>Datblygu a chytuno ar uchelgais datganedig a rennir a nodau polisi ar y cyd gyda thargedau heriol ond cyraeddadwy ar draws meysydd polisi o fewn y llywodraeth</b>  |   |  |  |
| 1  | Cytuno ar nodau a thargedau ar gyfer cyfraddau AST ar gyfer plant ysgolion cynradd ac uwchradd yn seiliedig ar ddichonoldeb AST   | B  | <b>Llywodraeth Cymru</b> , Iechyd Cyhoeddus Cymru, awdurdodau lleol                              |
| 2  | Datblygu a chytuno ar fframwaith a rennir i arwain camau gweithredu ar AST ar draws meysydd polisi  | B  | <b>Llywodraeth Cymru</b> , Iechyd Cyhoeddus Cymru, Trydydd Sector, Awdurdodau lleol              |
| 3  | Adolygu ac alinio rhaglenni a gweithgareddau presennol i gefnogi'r gwaith o gyflawni'r fframwaith y cytunwyd arno e.e. Cymru Iach ar Waith; Eco Ysgolion, Cynlluniau Ysgolion Iach - Rhwydwaith Cymru (WNHSS).                  | C  | <b>Llywodraeth Cymru</b> , Iechyd Cyhoeddus Cymru, Trydydd Sector, Awdurdodau lleol              |
| 4  | Cynnull grŵp <b>strategol</b> Teithio Llesol i'r Ysgol  | B  | <b>Llywodraeth Cymru</b>   |
| <b>Datblygu a gweithredu ymyriad cyfathrebu torfol wedi'i lywio gan ymddygiad gyda rhieni/gwarcheidwaid fel y brif gynulleidfa</b>   |   |  |  |
| 5  | Cynnal dadansoddiad ymddygiadol   | B  | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b>  |
| 6  | Datblygu manyleb ar gyfer caffael a rheoli proses i ddatblygu   | C  | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b> , Llywodraeth Cymru, Trydydd Sector                                |
| 7  | Gweithredu ymgyrch cyfathrebu torfol  | C  | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b>  |
| <b>Canolbwyntio buddsoddiad cyfalaf ar newid amgylcheddol a strwythurol sy'n mynd i'r afael â'r rhwystrau allweddol i deithio llesol i'r ysgol gyda phwyslais ar ysgolion uwchradd a pharthau di-draffig Ysgolion.</b> |   |  |  |
| 8  | Llunio canllawiau arfer gorau atodol sy'n canolbwyntio ar wella ceisiadau am grantiau cynlluniau teithio llesol (h.y. y Gronfa Teithio Llesol, Llwybrau Diogel mewn Cymunedau, Diogelwch ar y Ffyrdd) ar gyfer gwelliannau AST. | C  | <b>Llywodraeth Cymru</b> . Awdurdodau lleol, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Trydydd Sector              |
| 9  | Adolygu ac, os oes angen, cryfhau'r canllawiau ar Gymunedau Cynaliadwy ar gyfer Dysgu er mwyn cryfhau teithio llesol  | B  | <b>Llywodraeth Cymru</b> , Iechyd Cyhoeddus Cymru, Awdurdodau lleol                              |
| 10   | Datblygu canllawiau i awdurdodau lleol gynyddu ffocws ar deithio llesol i'r ysgol wrth gynllunio ar gyfer datblygiad preswyl newydd neu seilwaith cymunedol   | C  | <b>Llywodraeth Cymru</b> , Iechyd Cyhoeddus Cymru, Awdurdodau lleol                              |
| <b>Datblygu canllawiau cenedlaethol ar gyfer datblygu cynlluniau gwella teithio i'r ysgol yn y gymuned leol</b>  |   |  |  |
| 11   | Datblygu canllawiau ac offer i gefnogi asesiad o anghenion AST mewn ardal leol  | C  | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b> , Trydydd Sector, Awdurdodau lleol, Llywodraeth Cymru              |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| 12   | Recriwtio ardaloedd peilot i gefnogi'r gwaith o ddatblygu canllawiau ar ddatblygu cynlluniau gwella teithio i'r ysgol yn y gymuned leol | C | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b> , Awdurdodau Lleol, Llywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd |
| 13   | Datblygu <i>Pecyn Cymorth Beth sy'n Gweithio</i> o ymyriadau AST sy'n seiliedig ar dystiolaeth i gefnogi gweithredu lleol               | C | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b>   |
| <b>Adeiladu diwylliant o werthuso a gwelliant parhaus ar gyfer AST yng Nghymru</b> |   |   |   |
| 14   | Datblygu fframwaith gwerthuso safonol AST   | C | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b> , Trydydd Sector, Awdurdodau Lleol                    |
| 15   | Darparu <i>Arolwg Dwylo i Fyny Teithio i'r Ysgol</i> i'w gynnal yn flynyddol ar draws ysgolion cynradd yng Nghymru                      | B | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b> , Byrddau Iechyd, Awdurdodau Lleol, Trydydd Sector    |
| 16   | Datblygu rhaglen datblygu sgiliau a gallu ar gyfer gwerthuso teithio llesol   | C | <b>Iechyd Cyhoeddus Cymru</b> , Llywodraeth Cymru.                                  |

#### Is-adran Gwella Iechyd Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021

- John Bradley, Prif Ymarferydd Iechyd y Cyhoedd
- Julie Bishop, Cyfarwyddwr Gwella Iechyd
- Jonathan West, Pennaeth Newid Ymddygiad

Cadarnhawyd gan y Bwrdd Teithio Llesol ar 02/12/2021