

GOGLEDD AFFRICA AC ARABIA!

45 MUNUD-HAWR



- Defnyddio mapiau o'r byd, atlasau a globau i adnabod y Deyrnas Unedig, yn ogystal â'r gwledydd, cyfandiroedd a chefnforoedd sy'n cael eu hastudio yn y cyfnod allweddol yma.
- Defnyddio cyfeiriadau cwmpawd syml (Gogledd, De, Dwyrain a Gorllewin) ac iaith leoliadol a chyfeiriadol [er enghraifft, pell ac agos; chwith a dde], i ddisgrifio lleoliad nodweddion a llwybrau ar fap.
- Lleoli gwledydd y byd, gan ddefnyddio mapiau i ganolbwyntio ar Ewrop (gan gynnwys lleoliad Rwsia) a Gogledd a De America, gan ganolbwyntio ar eu rhanbarthau amgylcheddol, nodweddion allweddol ffisegol a dynol, gwledydd a dinasoedd mawr.
- Deall a chymhwyso egwyddorion diet iach ac amrywiol.

AMCAN DYSGU

- Cyflwyniad pwynt pwêr ar gyfer y wers
- Casgliad o foron o wahanol liwiau os ydych chi'n gallu dod o hyd i rai
- *10 – 13 o foron wedi eu paratoi (gweler isod)
- 200 ml (tua) o sudd moron
- Llwyau a pigau dannedd (toothpick)



ADNODDAU

1. Os yw'n berthnasol, ailadroddwch y wers flaenorol a phwyntiau daearyddol, gan ofyn i'r plant rannu rhywfaint o'r wybodaeth a ddysgwyd ganddynt a lleoli'r ardal ar fap o'r byd.
2. Ble chi'n meddwl mae hwn?
3. Beth wyt ti'n gwybod am Gogledd Affrica neu Arabia?
4. Gofynnwch i'r plant leoli Gogledd Affrica ac Arabia ar fap y byd. Defnyddiwch iaith lleoliadol sy'n disgrifio lleoliad y gwledydd gwahanol.
5. Gofynnwch i'r plant ddefnyddio atlas i enwi gwahanol foroedd yn yr ardal.
6. Trafodwch gyda'r plant am y math o fwyd mae Gogledd Affrica ac Arabia yn cael ei adnabod amdano:

Daeth llawer o ddiwylliannau gwahanol at ei gilydd i helpu i ffurfio treftadaeth fwyd gyfoethog Gogledd Affrica ac Arabia, gan gynnwys y 'Berbers' a'r 'Nomadic Bedouins'. Oherwydd bod yr ardal hon wedi'i defnyddio fel llwybrau masnach ar hyd y canrifoedd, mae gan fwyd yr ardal ddylanwadau amrywiol. Mae llawer o'r ryseitiau'n defnyddio pethau fel olewydd, olew olewydd, cwscws a llawer o brydau llysieuol.

Mae tagine yn ddysgl grochenwaith draddodiadol a ddefnyddir i goginio stiwiâu (a elwir yn tagines!). Mae'n cael ei goginio'n araf ac yn aml yn cael ei weini â chwscws, sydd fel pasta mân iawn. Mae'n ffordd wych o goginio llysiau'n araf, ac mae'r cyfan yn cael ei weini yn yr un pot y mae wedi'i goginio ynddo. Mae'r caead siâp côn nid yn unig yn edrych yn dda ond yn cadw'r lleithder rhag dianc ac yn caniatáu i'r stiwi fudferwi.

BRASLUN Y WERS

PARHAU

Mae moron yn llysiuyn allweddol mewn tagine ac maen nhw'n stiwiu'n dda iawn. Maent hefyd yn cael eu defnyddio'n amrwd ac wedi'u torri'n fatonau ar gyfer hwmws Dwyrain Canol.

Defnyddiwyd moron am y tro cyntaf ar gyfer meddygaeth yn Asia dros 3,000 o flynyddoedd yn ôl. Roedd y moron yma'n wahanol iawn i'r moron rydyn ni'n eu gweld nawr - roedden nhw'n borffor a melyn! Nid oedd tan 900 C.C. pan gafodd moron eu tyfu gyntaf ar gyfer bwyd yn Afghanistan. Credir bod y foronen oren wedi tarddu o'r Iseldiroedd o'r 16eg ganrif lle cafodd y mathau gwreiddiol o goch, porffor, du, melyn a gwyn eu croesrywio i oren llachar rydyn ni'n gyfarwydd â heddiw.

Gweithgaredd

* Wrth baratoi ar gyfer y wers, paratowch 3-4 moron yn fatonau, 3-4 moron yn rownd a 3-4 moron wedi'u gratio. Bydd angen sudd moron arnoch hefyd. Gadewch un foronen yn gyfan a heb ei phlicio

1. Siaradwch â'r plant am wahanol ffyrdd o baratoi llysiau. Dechreuwch y drafodaeth am y gwahanol ffyrdd mae tatws yn cael eu paratoi a sut gallwn ni eu bwyta. Gobeithio bydd y plant yn dod o hyd i awgrymiadau fel tatws rhost, wedi'u berwi, eu stwnshio, sglodion a chreision. Gofynnwch i'r plant ystyried os yw taten yn cyfrif fel 1 o'r 5 llysiau a ffrwythau sy'n cael eu argymell? Na! Mae tatws yn wych, yn enwedig pan mae'r croen dal ymlaen, ond os hoffech chi ychwanegu dogn llysiau arall i'r pryd, newid hawdd a gwych fyddai tatws melyn (wedi coginio yr un ffordd).
2. Dangoswch i'r plant y moron wedi gratio, yn gylchoedd, batonau a sudd gan rannu bod y cyfan yn dod o'r un llysiuyn. Gofynnwch i'r plant ydyn nhw'n gallu disgrifio'r gwahaniaethau rhwng y platiau unigol a'r hyn maen nhw'n meddwl sydd wedi digwydd i'r moron amrwd. Gofynnwch i'r plant ydyn nhw'n meddwl, er nad oes unrhyw gynhwysion eraill wedi'u hychwanegu, , fod blas y foronen yn wahanol oherwydd y ffordd mae wedi ei baratoi.
3. Gan ddefnyddio'r llwyau a'r pigau dannedd gofynnwch os yw'r plant eisiau trio'r gwahanol blatiau o foron a gweld a ydyn nhw'n blasu'r un peth? Beth yw'r gwahaniaethau? Tynnwch sylw at wead y foronen, sut mae'n teimlo yn eu ceg a pha un sydd orau ganddynt.
4. Gofynnwch i'r plant rannu'n grwpiau bach a dewis llysiuyn i ganolbwyntio arno. Crëwch ddiagram yn dangos gwahanol ffyrdd y gellid paratoi'r llysiuyn a ddewiswyd a'r ffyrdd y gellir ei goginio. Meddyliwch am ffyrdd y maent yn ei fwyta gartref neu ar gyfer cinio ysgol.

Llenwi'r wybodaeth o'r wers ar y map

O'r wybodaeth sydd wedi cael ei rannu yn y wers heddiw, cwblhewch y blwch ar fap y byd y plant sy'n berthnasol i Dde Affrica ac Arabia.

BRASLUN Y WERS

Mae hwmws yn hawdd iawn i'w wneud gyda gwygbys (chickpeas), tahini, sudd lemwn a garleg. Mae'n rysâit di-goginio syml gwych i'w wneud gyda phlant ac mae moron yn fwyd perffaith i'w fwyta gydag e.

<https://vegpower.org.uk/recipes/david-and-stephens-trio-of-hummus/>

Gall y plant ddylunio addurniadau eu hunan ar gyfer tagine.

GWEITHGAREDDAU PELLACH / GWAITH CARTREF



**GOGLEDD AFRICA
AC ARABIA**

AM FWY O ADNODDAU ADDYSG ARBENNIG EWCH I:

EAT THEM TO DEFEAT THEM.COM

© Veg Power CIC 2024

