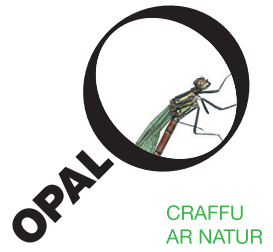


Llyfryn
Arolwg Dŵr
OPAL



I gael rhagor o wybodaeth ac i gyflwyno eich data:

www.opalexplorenature.org

Cyflwyniad

Mae dŵr croyw yn hanfodol i fywyd ar y Ddaear. Mae'n hanfodol i bobl ei yfed a thyfu bwyd ac mae dŵr glân yn bwysig iawn i iechyd pobl. Mae ansawdd dŵr hefyd yn bwysig i anifeiliaid a phlanhigion sy'n byw yn ein llynnoedd, ein pyllau a'n hafonydd ac o'u cwmpas. Yn anffodus, mae dyfroedd croyw o'r fath ym mhedwar ban byd wedi'u llygru gan gemegau o fyd diwydiant a ffermydd a chan wastraff a sbwriel ein bywydau bob dydd.



Y llygredd mwyaf cyffredin mewn llynnoedd a phyllau yw'r cynnydd yn y maetholion (fel nitrogen a ffosfforws) a welir yn y dŵr. Ewtroffeiddio yw'r gair a ddefnyddir i ddisgrifio hyn. Mae maetholion yn darparu bwyd i algâu, ac mae gormod ohonynt yn creu dyfroedd tywyll gwyrd yn lle dŵr croyw. Mae hyn yn creu llai o olau i'r planhigion sy'n tyfu ar y gwaelod a gall arwain at lefelau isel o ocsigen yn y dŵr, sy'n creu amgylchedd anodd i anifeiliaid allu byw ynddo.



Gallwn asesu pa mor iach yw llyn neu bwl trwy weld pa anifeiliaid a phlanhigion sy'n byw o'u cwmpas ac ynddynt. Bydd Arolwg Dŵr OPAL yn eich helpu i wneud hyn mewn llyn neu bwl sy'n agos i'ch cartref neu eich man gwaith chi. Trwy ddweud wrthym ni beth rydych chi wedi'i ddarganfod, byddwch yn cymryd rhan mewn arolwg unigryw i'n helpu ni i weld ble mae problemau o ran pa mor iach yw'r dŵr. Mae gwella'r amgylchedd dŵr yn hybu bioamrywiaeth ddyfrol (h.y. faint o blanhigion ac anifeiliaid sy'n byw yn y dŵr) ac yn cyfrannu at amgylchedd iach i ni i gyd. Felly ... diolch i chi!



Dewis llyn neu bwl

Gallwch ddewis unrhyw llyn neu bwl i gynnal yr arolwg. Gallech ddewis pwll yn eich gardd neu ysgol, llyn yn eich parc lleol, neu un arall. Os na wyddoch am un yn barod, edrychwch ar fap o'ch ardal leol i weld pa llyn neu bwl sydd gerllaw. Neu defnyddiwch Google Earth neu www.opalexplornature.org er mwyn dysgu sut i ddod o hyd i lynnoedd ar wefan y Freshwater Habitats Trust. Cofiwch nad yw'r ffaith bod llyn ar fap yn golygu bod gan y cyhoedd hawl i gael mynediad iddo. Cofiwch ofyn i berchennog y llyn neu'r Awdurdod Lleol yn gyntaf, cyn mynd i ymweld â'r lle.



Paratoi arolwg

Mae'r Arolwg Dŵr yn cynnwys tri gweithgaredd:

Gweithgaredd 1: Pa mor glir yw'r dŵr? (tudalen 7)

Gweithgaredd 2: A yw'r dŵr yn asid neu'n alcali? (tudalen 8)

Gweithgaredd 3: Pa mor iach yw'r pwll? (tudalennau 9-10)

Mae croeso i chi ddewis unrhyw un o'r gweithgareddau neu wneud y tri. Serch hynny, gall Gweithgaredd 3 aflonyddu gwaelod y pwll felly gwnewch 1 a 2 yn gyntaf.

Cyn i chi ddechrau ar y gweithgareddau, cofnodwch wybodaeth am y pwll neu'r llyn drwy ateb Cwestiynau **1-10** ar dudalennau 5-6.

Offer hanfodol i fynd gyda chi

- Pecyn Arolwg Chwilio am Bryfed OPAL sy'n cynnwys **Llyfryn** yr arolwg*, **Canllaw Adnabod Invertebratau Dŵr Croyw**, **OPALometer** (disg blastig wen, **stribedi pH** a **chwyddwydr** OPAL



- Rhwyd.** Gallwch ddefnyddio rhwyd debyg i'r un y byddwch yn ei defnyddio mewn pyllau ar greigiau ar y traeth neu glymu rhidyll plastig â thyllau mân o'r gegin wrth boly. Edrychwch ar dudalen 4 i gael syniadau ar sut i wneud rhwyd. Bydd dim ond rhidyll yn iawn i'w ddefnyddio mewn pwll gardd.
- Hambwrdd bas** i roi trefn ar eich anifeiliaid. Gallech ddefnyddio twb hufen iâ mawr, neu gallech wneud hambwrdd trwy osod darn o blastig neu bapur gwyn ar waelod hambwrdd pobi.
- Ar gyfer Gweithgaredd 1 byddwch angen **potel blastig wag glir** (2 litr), darn ceiniog ac ychydig o dâp gludig.



* Gallwch lawrlwytho mwy o dafenni cofnodi o wefan OPAL.



Eitemau defnyddiol ar gyfer yr awyr agored (os oes gennych chi nhw)

- Map neu ddyfais System Leoli Fyd-eang
- Ffôn symudol (i'w ddefnyddio mewn argyfwng)
- Camera



Pan welwch chi'r symbol hwn, cymerwch lun a'i lanlwytho i wefan OPAL

Yr amser gorau i gynnal yr arolwg hwn yw yn ystod y gwanwyn, yr haf neu'r hydref. Cofiwch fynd â phopeth adref gyda chi.



Gwaith maes diogel

Mae archwilio pyllau a llynnoedd yn llawer o hwyl. Ond, mae'n bwysig cadw'n ddiogel yn agos at ddŵr.

- Rhaid goruchwyllo plant ifanc drwy'r amser yn agos at ddŵr.
- Rhaid i blant sicrhau eu bod yn cael caniatâd eu rhieni cyn cymryd rhan yn arolwg hwn a gwneud yn siŵr eu bod wedi darllen y cyfarwyddiadau hyn.
- Peidiwch â gwneud yr arolwg hwn ar eich pen eich hun. Rhaid i blant fod yng nghwmni oedolyn. Dylai oedolyn ar ei ben ei hun fod yng nghwmni ffrind cyfrifol sy'n gallu helpu os bydd pethau'n mynd o le. Mae'n syniad da bod un ohonoch neu'r ddau ohonoch yn nofwyr cryf.
- Gofalwch eich bod yn gwybod beth i'w wneud mewn argyfwng ac y gallwch alw am gymorth os bydd angen.
- Dylai'r ddaear o gwmpas y llyn neu'r pwll fod yn gadarn, heb fod yn serth nac yn bargodi drosto.
- Dewiswch wneud y gweithgareddau mewn lle sy'n hawdd ac yn ddiogel i fynd at y dŵr. Cofiwch fod y tir o gwmpas pyllau a llynnoedd yn gallu bod yn llithrig.
- Os ydych chi'n gweld gwydr wedi torri, neu sbwriel gydag ochrau miniog, fel caniau neu fachau pysgota, yna chwiliwch am rywle arall i gynnal yr arolwg.
- Dylech roi gorchudd dros unrhyw friwiau agored cyn dechrau'r gweithgareddau ac ymolchi'ch dwylo'n dda ar ôl gorffen, yn enwedig cyn bwyta.
- Gwisgwch ddillad addas ar gyfer y tywydd ac esgidiau priodol.
- Peidiwch â cheisio cerdded ar lyn neu bwll sydd wedi rhewi.

Cofiwch fod unrhyw un sy'n cymryd rhan yn Arolwg Dŵr OPAL yn gwneud hynny'n llwyr ar ei fenter ei hun. Mae rhagor o wybodaeth am ddiogelwch ar gael gan RoSPA: www.rospa.com/leisuresafety/information/pond_dipping.htm



Gwneud rhwyd ar gyfer y pwll

Er mwyn dal infertebratau dyfrol, bydd angen rhwyd arnoch chi. Os nad oes gennych rwyd at y gwaith, gallwch ddefnyddio'r rhwyd rydych yn ei ddefnyddio i chwilota mewn pyllau creigiog ar y traeth efallai. Dylai'r rhwyd fod yn fân er mwyn dal y creaduriaid lleiaf posibl.

Fel arall, gallwch fynd ati i wneud rhwyd trwy glymu rhidyll plastig o'r gegin wrth bolyn hir. Gallwch ddefnyddio tâp gludiog neu glymau cebl i'w dal gyda'i gilydd. Os ydych yn archwilio pwll yn yr ardd, bydd rhidyll i'r dim i wneud y gwaith fel rheol.



Os ydych chi'n mynd i fwy nag un pwll neu lyn, dylech osgoi lledaenu clefydau neu blanhigion anfrodorol trwy lanhau'r holl offer rhwng y gwahanol safleoedd. Dylech olchi'r offer mewn diheintydd gwan, a'i olchi eto dan y tap a'i adael i sychu.

Byddwch yn ofalus wrth drafod yr anifeiliaid gan wneud yn siŵr eich bod yn eu rhoi yn ôl yn yr union le y daethoch o hyd iddynt yn y pwll. Peidiwch â'u gadael yn llygad yr haul, oherwydd fe fyddan nhw'n mynd yn rhy boeth.



Mae'r arolwg yn dechrau yma

Cyn i chi ddechrau: **Disgrifiwch y pwll**

1. Dyddiad heddiw _____

2. Amser dechrau _____

3. Pwy sy'n gwneud yr Arolwg Dŵr gyda chi heddiw?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ysgol gynradd | <input type="checkbox"/> Ysgol uwchradd |
| <input type="checkbox"/> Grŵp ieuencid | <input type="checkbox"/> Grŵp gwirfoddol o oedolion |
| <input type="checkbox"/> Ffrindiau a theulu | <input type="checkbox"/> Coleg / Prifysgol |
| <input type="checkbox"/> Arall | |

4. Oeddech chi erioed wedi chwilota mewn pyllau cyn gwneud arolwg OPAL?

oeddwn

nac oeddwn

5. Sut fyddech chi'n disgrifio'r tywydd heddiw?



6. Beth yw enw'r pwll? _____

7. Cofnodwch leoliad eich safle (cod post / cyfeirnod grid OS / darlenniad GPS).

Mae rhagor o gymorth ar gael ar wefan OPAL os ydych chi'n ansicr am yr union leoliad.



8. Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio'r ardal sydd o gwmpas y llyn neu'r pwll?

- | | |
|---------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Trefol | <input type="checkbox"/> Tir fferm |
| <input type="checkbox"/> Gardd | <input type="checkbox"/> Glaswellt |
| <input type="checkbox"/> Parc | <input type="checkbox"/> Coedwig neu fforest |
| <input type="checkbox"/> Ysgol | <input type="checkbox"/> Gweundir neu rostir |

9. Beth sydd o gwmpas ymyl y pwll yn bennaf?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Concrid / cerrig palmant | <input type="checkbox"/> Porfa wedi'i thorri |
| <input type="checkbox"/> Gwair / uchel | <input type="checkbox"/> Coed |
| <input type="checkbox"/> Daear foel | |

10. Ydych chi'n gallu gweld unrhyw un o'r arwyddion canlynol o lygredd?



Simneiau diwydiannol



Sbwriel yn y pwll



Pibelli gollwng



Ewyn ar wyneb y dŵr



Ffordd fawr llai nag 20 metr i ffwrdd



Blŵm algaidd



Gweithgaredd 1: Pa mor glir yw'r dŵr?

Profwch pa mor glir yw'r dŵr trwy ddefnyddio'r disg Opalometer.



- a** Defnyddiwch dâp gludiog i lynu ceiniog ar gefn y ddisg. Rholiwch y cyfan i fyny a'i wthio i mewn i'r botel 2 litr drwy'r gwddf.
- b** Llenwch y botel gyda dŵr o'r pwll i tua uchder dalen o bapur A4. Dylai'r ddisg fod ar waelod y botel yn wynebu ar i fyny.
- c** Arhoswch am eiliad neu ddwy, wedyn edrychwch i mewn i wddf y botel a chyfri sawl logo OPAL ydych chi'n gallu eu gweld.

11. Sawl logo OPAL oeddech chi'n gallu eu gweld wrth edrych i mewn i'r botel?

12. Os oedd rhywfaint o liw ar y dŵr, pa liw oedd e?

Os 'arall', disgrifiwch y lliw: _____





Gweithgaredd 2: A yw'r dŵr yn asid, alcali neu'n alcali?

Profwch a yw'r dŵr yn asid, alcali neu'n niwtral drwy ddefnyddio un o'r stribedi pH sydd yn eich pecyn.

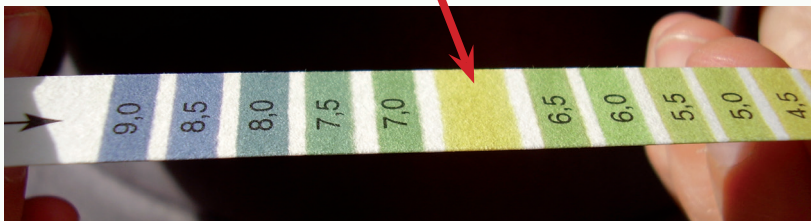
Daliwch y stribed wrth y saeth a rhowch y stribed i gyd yn y dŵr am 3 eiliad.

Tynnwch y stribed o'r dŵr i weld pa liw sydd ar y parth dangosydd (y canol heb ysgrifen) sy'n cyfateb i'r raddfa liw. Darllenwch y gwerth pH sy'n cyfateb i'r lliw.



Mae'n cymryd tua 2 funud i'r stribed pH ddatblygu i'w liw terfynol, felly peidiwch â'i ddarllen yn syth.

Parth dangosydd



Alcali
pH 8-9

Niwtral
pH 7

Asid
pH 4-6

13. Ar ôl rhoi'r stribed yn y dŵr, beth oedd y pH?

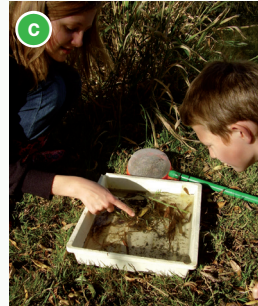
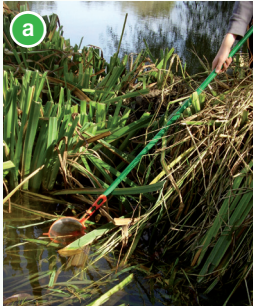
- 4.0
- 4.5
- 5.0
- 5.5
- 6.0
- 6.5
- 7.0
- 7.5
- 8.0
- 8.5
- 9.0



Gweithgaredd 3: Pa mor iach yw'r pwll?

Mesurwch iechyd y pwll trwy ddefnyddio infertebratau dŵr croyw.

Chwiliwch am anifeiliaid sy'n sglefrio o gwmpas ar y wyneb. Efallai na allwch eu dal yn eich rhwyd, felly edrychwch i weld beth sydd ar gael i ddechrau. Ychwanegwch ychydig o ddŵr y pwll i'ch hambwrdd fel ei fod yn barod ar gyfer yr anifeiliaid y byddwch chi'n eu dal.



- a** Ysgubwch y pwll yn egnïol o gwmpas y planhigion ac yn y cynefinoedd eraill am tua 15-20 eiliad. Bydd angen i chi aflonyddu'r planhigion gyda'ch rhwyd, ond peidiwch â niweidio'r planhigion. Ceisiwch osgoi aflonyddu gormod ar waelod y pwll neu efallai y cewch lawer o laid yn eich rhwyd.
- b** Ar ôl ysgubo'r rhwyd drwy'r pwll bob tro, golchwch y rhwyd yn nŵr y pwll i gael gwared ar unrhyw laid a throi cynnwys eich rhwyd allan ar yr hambwrdd. Dylech gael gwared ar unrhyw ddarnau mawr o blanhigion, ond cofiwch edrych yn ofalus rhag ofn bod anifeiliaid bach yn cuddio ynddynt. Ysgubwch eich rhwyd eto mewn gwahanol fannau a chynefinoedd o gwmpas y pwll.
- c** Rhowch lonydd i'r hambwrdd am funud neu ddwy. Bydd hi'n llawer haws adnabod yr anifeiliaid pan fyddwch yn eu gweld yn symud. Defnyddiwch y **Canllaw Adnabod Infertebratau Dŵr Croyw** i'ch helpu i adnabod yr anifeiliaid yn eich hambwrdd.

Os ydych chi'n mynd i fwy nag un pwll neu llyn, dylech osgoi lledaenu clefydau neu blanhigion anffodrol trwy lanhau'r holl offer rhwng y gwahanol safleoedd. Dylech olchi'r offer mewn diheintydd gwan, a'i olchi eto dan y tap a'i adael i sychu.



14. Cofnodwch y gwahanol fathau o anifeiliaid rydych chi wedi dod ar eu traws. Defnyddiwch y canlyniadau i gyfrifo sgôr iechyd y pwll.

Math o anifail y pwll	✓	Mynegai ansawdd	Sgôr
Larfâu Pryf Pric mewn Câs		Sgôr o 10 os daethoch chi o hyd i rai	
Larfâu Gwas y Neidr		Sgôr o 10 os daethoch chi o hyd i rai	
Larfâu Pryf y Wernen		Sgôr o 10 os daethoch chi o hyd i rai	
Larfâu Mursen		Sgôr o 10 os daethoch chi o hyd i rai	
Larfâu Pryf Pric heb Gâs		Sgôr o 10 os daethoch chi o hyd i rai	
Larfâu Gwybedyn Mai / Cleren Fai		Sgôr o 5 os daethoch chi o hyd i rai	
Chwilen Ddŵr a/neu Iarfâu		Sgôr o 5 os daethoch chi o hyd i rai	
Lleuen y Dŵr		Sgôr o 5 os daethoch chi o hyd i rai	
Rhiain y Dŵr		Sgôr o 5 os daethoch chi o hyd i rai	
Berdysyn Dŵr Croyw		Sgôr o 5 os daethoch chi o hyd i rai	
Malwod Dŵr		Sgôr o 1 os daethoch chi o hyd i rai	
Gwrachen Ludw		Sgôr o 1 os daethoch chi o hyd i rai	
Anifeiliaid tebyg i bryfed genwair		Sgôr o 1 os daethoch chi o hyd i rai	
Cyfanswm sgôr iechyd y pwll =			

Beth mae eich canlyniadau yn ei olygu

31 neu fwy
Mae'r llyn neu'r pwll hwn yn iach iawn

Sgôr o 6-30
Mae'r llyn neu'r pwll hwn yn weddol iach

Sgôr o 0-5
Gellid gwella'r llyn neu'r pwll hwn

Enghraifft: Pe baech chi wedi gweld Iarfâu Gwas y Neidr, Pryf y Wernen, chwilog llawn dwf a malwod dŵr.

Larfâu Gwas y Neidr	✓		10
Larfâu Pryf y Wernen	✓		10
Chwilog Dŵr	✓		5
Malwod Dŵr	✓		1
Cyfanswm y sgôr =			26

Sgôr y pwll yw **26** ac mae'r pwll felly'n weddol iach.



Anfonwch eich canlyniadau atom

Lanlwythwch eich canlyniadau ar wefan OPAL yn

www.opalexplornature.org neu anfonwch y tafenni cofnodi i:

Freeport RSCH-CKYJ-HYYC, OPAL, Centre for Environmental Policy, Imperial College London, Llundain, SW7 2AZ



Beth mae eich canlyniadau'n ei olygu?

Mae Gweithgareddau Arolwg Dŵr OPAL yn rhoi gwybodaeth i ni am iechyd llynnoedd a phyllau. Efallai eich bod chi wedi casglu gwybodaeth am lyn neu bwll na chafodd ei archwilio erioed o'r blaen. Trwy ddod â'r wybodaeth hon i gyd at ei gilydd gallwn weld pa byllau a llynnoedd sydd mewn cyflwr da a pha rai sydd angen eu gwella.

Mae Gweithgaredd 1 yn mesur pa mor glir yw'r dŵr. Mae nifer fawr o 'OPAL' yn golygu bod mwy o olau'n gallu treiddio drwy'r dŵr ac mae hyn yn bwysig i blanhigion sy'n darparu cynefinoedd ar gyfer anifeiliaid. Mae nifer fach yn golygu mai prin yw'r golau sy'n treiddio drwy'r pwll ac mae hyn yn effeithio ar ble mae'r planhigion yn gallu tyfu. Gall hyn fod oherwydd y pridd sy'n cael ei olchi i'r pwll o'r ymylon, neu am fod mawn yn staenio'r dŵr, tonnau'n aflonyddu ar y llaid ar waelod y pwll (yn enwedig mewn llynnoedd bas) neu am fod llawer o algâu yn y dŵr.

Yng Ngweithgaredd 2, mae pH y dŵr yn mesur pa mor asidig neu alcalinaidd yw'r pwll. Os yw'r rhif yn llai na 7, mae'r pwll ar yr ochr asidig. Os yw'n fwy na 7, yna mae'n tueddu i fod yn alcalinaidd.

Natur dŵr glaw yw ei fod ychydig yn asidig (pH o tua 5.6) am ei fod wedi amsugno carbon deuocsid, ond mae hyn yn newid wrth i'r glaw deithio drwy'r pridd i mewn i lynnoedd, pyllau ac afonydd. Gan fod pH yn rheoli llawer o brosesau'r llyn, a hefyd yn effeithio ar allu anifeiliaid a phlanhigion i fyw yn y dŵr, mae'n elfen bwysig iawn. Gall pyllau a llynnoedd asidig fod yn gynefinoedd bywyd gwyllt arbennig o dda heb fod angen unrhyw warchodaeth arbennig yn aml.

Mae Gweithgaredd 3 yn defnyddio anifeiliaid rydych chi wedi dod o hyd iddynt i gyfrif Sgôr Iechyd Pwll. Bydd sgôr uchel (dros 31) yn golygu bod y pwll yn iach iawn. Os yw'r sgôr yn llai na hyn, hwyrach y bydd ffyrdd o geisio ei wella. Ewch i wefan OPAL i ganfod ffyrdd posibl o wella iechyd pwll.

Ewch i wefan OPAL www.opalexplornature.org i ddysgu rhagor am yr hyn y mae eich canlyniadau yn ei olygu ac i'w cymharu ag eraill.



Ffeil ffeithiau am infertebratau

SGÔR
10
IECHYD Y PWLL

Pryf Pric

Mae'r Pryf Pric yn perthyn yn agos i'r gwyfyn a'r pili pala, ac mae'r pryfed llawn dwf ehedog yn edrych fel gwyfynod tenau, gydag adenydd blewog. Mae tua 200 o wahanol fathau ohonynt yn y DU. Mae'r larfâu tanddwr yn haws i'w canfod na'r pryfed llawn dwf ehedog, sy'n dod allan yn y nos yn aml. **Mae presenoldeb Pryf Pric yn arwydd o bwll o ansawdd da yn aml.**



Larfa prif pric mewn câs

SGÔR
10
IECHYD Y PWLL

Gwas y Neidr

Mae Gwas y Neidr yn cytrefu'n fuan mewn pyllau newydd ac yn hoff iawn o wneud eu cynefin mewn pyllau sy'n mynd yn sych ymhen rhai blynnyddoedd. Mae larfâu Gwas y Neidr yn ysglyfaethu'n farus ar anifeiliaid bach. **Mae presenoldeb gwas y neidr yn arwydd o byllau o ansawdd da yn aml.**



Dragonfly larva

SGÔR
10
IECHYD Y PWLL

Y Fursen

Mae mursennod yn perthyn i Was y Neidr ac mae'r pwll yn gynefin pwysig iddyn nhw hefyd. Mae'r Fursen yn cytrefu'n fuan mewn pyllau newydd. Mae gan y rhai llawn dwf gorff hir a thenau ac maen nhw'n cau eu hadenydd dros eu corff wrth orffwyso. Maen nhw'n dodwy wyau ar goesynnau porfeydd hir, a phlanhigion ar y tir sy'n llusgo dros y dŵr ac ar ddail cwmp - peidiwch â thynnu'r rhain o'r dŵr os ydych am annog mursennod i gytrefu. **Bydd mursennod yn bresennol bron bob amser mewn pwll o ansawdd da.**



Larfa Mursen

SGÔR
10
IECHYD Y PWLL

Pryf y Wernen

Mae larfâu Pryf y Wernen yn rheibio llawr y pwll ac yn hapus mewn amgylchedd o silt, sy'n gyforiog o lystyfiant. Mae Pryf y Wernen yn ei lawn dwf yn dod allan o'r pyllau, yr afonydd a'r llynnoedd yn y gwanwyn ac ar ddechrau'r haf. Maen nhw'n hawdd eu gweld gan eu bod yn hedfan yn y dydd ac mae ganddyn nhw adenydd amlwg gyda gwythiennau du. Dim ond tri math o Bryf y Wernen sydd yn y DU, a'r un mwyaf cyffredin, Pryf y Wernen y Llaidd (*Sialis lutaria*), yw'r un y byddwch yn ei weld fel rheol mewn pwll. **Mae presenoldeb Pryf y Wernen yn arwydd o bwll o ansawdd da yn aml.**



Larfa prif y wernen



SGÔR
5
IECHYD Y PWLL

Gwybedyn Mai / Cleren Fai

Gwelir tua 10 rhywogaeth o'r rhain o gwmpas pyllau, ond y mwyaf cyffredin o bell ffordd yw'r Gleren Fai Felynwyrd. Mae'r Gleren Fai Felynwyrd yn cytrefu'n fuan mewn pwll newydd, gan gynnwys ym mhwl yr ardd. Mae'r larfâu tanddwr i fod yn deor yn bryfed llawn dwf ehedog yn y gwanwyn, gydag ail genhedlaeth yn dilyn yn yr haf. **Gan fod rhai mathau o Glêr Mai yn gallu dioddef llygredd, fe'u gwelir mewn pyllau o ansawdd da yn ogystal â phyllau nad yw eu hansawdd cystal.**



Larfa Gwybedyn Mai

SGÔR
5
IECHYD Y PWLL

Chwilod Dŵr

Chwilod Dŵr yw un o'r grwpiau mwyaf amrywiol o anifeiliaid a welir mewn dŵr croyw. Ym Mhrydain, ceir oddeutu 300 o rywogaethau gwahanol. Mae llawer o Chwilod Dŵr yn gallu hedfan yn dda. Maen nhw'n cytrefu'n fuan mewn pyllau newydd, ac yn symud o bwl i bwl ac i ddyfroedd eraill yn ystod y flwyddyn. **Dylech weld sawl math o Chwilod Dŵr mewn pwll bywyd gywllt o ansawdd da.**



Chwilen y Dŵr

SGÔR
5
IECHYD Y PWLL

Llau Dŵr

Er bod llawer o anifeiliaid bach yn cael eu galw'n lleuen/llau neu'n drychfilod, yn ôl y diffiniad, 'llau' yw pryfed sydd â gêr-rannau llym sy'n cael eu defnyddio i fwyta. Mae yna Lau Dŵr o bob math: Cychwr y Dŵr, Mesurydd y Dŵr, Cricsyn y Dŵr, Sgorpion y Dŵr (nid yw'n sgorpion go iawn ac mae'n ddiagon diniwed) a Phryf Brigyn y Dŵr (nid yw hwn yn Bryf Brigyn chwaith!). Mae'r rhan fwyaf ohonynt yn ysglyfaethu ar anifeiliaid bach, ond mae'r Cychwr Dŵr Bach hefyd yn hidlo gronynnau mân o'r llaid, a dyna pam y gwelwch chi nhw'n aml mewn pyllau lleidiog. **Nid yw Lleuen y Dŵr ar ei phen ei hun yn arwydd o bwl o ansawdd da, ond fe welwch chi nhw ym mhob pwll o ansawdd da.**



Lleuen y Dŵr

SGÔR
5
IECHYD Y PWLL

Berdysyn Dŵr Croyw

Yn y rhan fwyaf o byllau, fe welwch chi berdysyn Americanaidd bach a gyflwynwyd i'r gwledydd hyn. Ei enw yw *Crangonyx pseudogracilis*. Yn wahanol i rai rhywogaethau eraill a gyflwynwyd, ymddengys nad yw hwn wedi gwneud llawer o ddrwg ym Mhrydain. Nid yw'r berdysyn yn gallu hedfan felly gall gymryd cryn amser iddo gyrraedd pwll, oni bai fod pobl wedi mynd ati i'w ychwanegu at y pwll. **Gall y Berdysyn Dŵr Croyw fyw mewn pyllau o ansawdd da a gwael.**



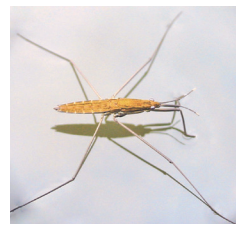
Berdysyn Dŵr Croyw



SGÔR
5
IECHYD Y PWLL

Rhain y Dŵr

Llau ysglyfaethus yw Rhain y Dŵr, sy'n trywanu anifeiliaid bach o dan arwyneb y dŵr. Maen nhw hefyd yn bwyta pryfed sy'n syrthio ar wyneb y dŵr ac yn cael eu dal yno. Mae'r rhywogaethau cyffredin i gyd yn gallu hedfan yn dda ac felly'n gallu symud o bwl i bwl yn hawdd. **Fe welwch chi nhw mewn pyllau o ansawdd da a drwg gwael**



Rhain y Dŵr

SGÔR
1
IECHYD Y PWLL

Gwrachen Ludw

Mae'r Wrachen Ludw'n perthyn i'r Pryf Ludw cyffredin a gewch yn yr ardd, ac fe welwch y Wrachen Ludw'n byw mewn dail sy'n pydru ar waelod pwll yn aml. **Gall y Wrachen Ludw fyw mewn dyfroedd sy'n gyfuriog o faetholion a/neu amodau prin o ocsigen. Os mai nhw yw'r unig anifeiliaid sy'n byw yn y dŵr, mae'n debygol nad oes llawer o ocsigen yn y dŵr.**



Gwrachen Ludw

SGÔR
1
IECHYD Y PWLL

Malwod Dŵr

Mae tua 40 o wahanol fathau o Falwod Dŵr ym Mhrydain. Maen nhw'n amrywio o ran eu maint llawn dwf o'r Falwen Nawtilws fechan (tua 2 neu 3 mm ar draws) i Falwen Fawr y Pwll sy'n tyfu i hyd at 4 cm. Mae Malwod Dŵr cyffredin yn symud o le i le fel wyau ac yn cael eu cario gan adar neu amffibiaid neu wrth i bobl roi planhigion yn eu pyllau. Maen nhw'n pori ar yr algâu toreithiog sy'n tyfu oherwydd bod gormod o faetholion yn y pwll. **Mae malwod yn ffynnu mewn pyllau llygredig, ond fe welwch chi nhw hefyd mewn pyllau o ansawdd da.**



Malwod y Dŵr

SGÔR
1
IECHYD Y PWLL

Anifeiliaid tebyg i bryfed genwair

Mae'r grŵp hwn yn cynnwys pob math o fwydod, larfâu pryfed, gelenod, llyngyr lledog a chreaduriaid eraill tebyg i bryfed genwair. Efallai y bydd yn dipyn o syndod i rywun sylweddoli bod mwy o wahanol fathau o'r creaduriaid hyn yn byw mewn dŵr croyw - yn enwedig larfâu pryfed - nag yr un math arall o anifail. **Fe welwch chi nhw mewn pyllau o ansawdd da a gwael.**



Larfa Gwybedyn:
Anifail tebyg i bryf genwair



Rhagor o wybodaeth

Freshwater Habitats Trust: www.freshwaterhabitats.org.uk

British Dragonfly Society: www.british-dragonflies.org.uk

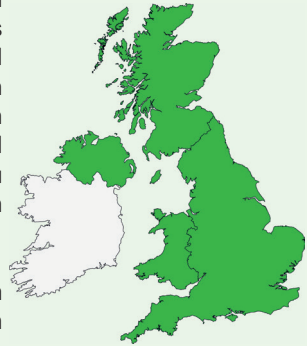
Buglife: www.buglife.org.uk

Amphibian and Reptile Conservation: www.arc-trust.org

iSpot: www.ispotnature.org



Mae'r gweithgaredd hwn yn un o gyfres o arolygon natur a ddatblygwyd gan raglen Open Air Laboratories (OPAL) i'ch helpu i ddod i adnabod eich amgylchedd lleol a chasglu data gwyddonol pwysig ar yr un pryd. Yn sgil arian gan y Gronfa Loteri Fawr, mae ein rhwydwaith o brifysgolion, amgueddfeydd a sefydliadau bywyd gwyllt blaenllaw wedi bod yn datblygu gweithgareddau gwyddonol i ddinasyddion ers 2007 ac mae ein hadnoddau ar gael i bawb ledled y DU.



Os ydych chi wedi mwynhau'r arolwg hwn, beth am roi cynnig ar un arall? Fe welwch bopeth sydd ei angen arnoch yn www.opalexplornature.org/surveys

Hefyd, gallwch weld beth mae eich data wedi ei ddatgelu hyd yn hyn a chanfod llawer o ddulliau pellach o astudio'r amgylchedd ar ein gwefan: www.opalexplornature.org



www.facebook.com/opalexplornature



@OPALnature



Imperial College
London



ARIENIR GAN Y LOTERI
LOTTERY FUNDED

Datblygwyd y pecyn hwn gan: Neil Rose¹, Simon Turner¹, Tom Davidson¹, Jeremy Biggs², Vicky Kindemba³, Lucy Carter⁴, Simon Norman⁵, Ruth Welters⁶, Linda Davies⁷. Fotograffau gan: Cyril Bennett, Steve Cham, Niels Sloth (Biopix), Simon Pawley (FBA), Jeremy Biggs, Roberto Scherini (www.linea.it), Robert Zralski (www.insects.pl), Alexander Grau a David Kohler (<http://heteropterologie.de>), Malcolm Storey (www.bioimages.org.uk), Simon Turner, Morten DD Hansen, Neil Rose, Roger Key, Brian Jones, Tim Apps, Michael R Clapp (nwnature.net), Suzanne McGowan, MC Fischer, iStockphoto. Golygwyd gan: Roger Fradera⁷, Laura Gosling⁷, Poppy Lakeman Fraser⁷, Kate Martin⁷ a David Slawson⁷. ¹University College London. ²Freshwater Habitats Trust. ³Buglife. ⁴Natural History Museum. ⁵Cyngor Astudiaethau Maes. ⁶LWEC, ⁷Imperial College London. © OPAL 2015. Cedwir pob hawl.