

Newydd
ar gyfer
2021/22

Datgloi Cerddoriaeth

Rhifyn y Deyrnas Unedig gyfan

v3.0 Medi 2021



MUSIC
MARK

CEFNOGI
CYSYLLTU
DYLANWADU

Tabl Cynnwys

Rhagair	4
Nodyn am yr eirfa	5
Cyfarwyddyd a chyfyngiadau	5
Cyngor i'r pedair gwlad	5
Datgloi Cerddoriaeth i arweinwyr ysgol.....	6
Cerddoriaeth yn y cwricwlwm	6
Hyfforddiant offerynnol a lleisiol yn yr ystafell ddosbarth.....	7
Tiwtoriaid cerddoriaeth peripatetig (sy'n ymweld).....	7
Ensembles a chorau	7
Cerddoriaeth o amgylch yr ysgol	7
Cerddoriaeth fel rhan o osod gofod yn allanol.....	8
Asesu a lliniaru risg	8
Os nad yw creu cerddoriaeth wir yn ddiogel.....	8
Gwybodaeth bellach	8
I athrawon a darparwyr	9
Sut mae Covid-19 yn lledaenu	9
Gofod ac awyru.....	10
Camau lliniaru eraill	10
Cerddoriaeth yn y dosbarth.....	10
Gwersi offerynnol a lleisiol peripatetig mewn ysgolion a cholegau	11
Gweithgareddau ensembles a chorau fel gweithgarwch y tu allan i'r ysgol	11
Perfformiadau mewn lleoliadau proffesiynol.....	11
Canu	12
Offerynnau ac offer.....	14
Atodiad A: Templed o Asesiad Risg Atodol Covid-19.....	18
Sut i ddefnyddio'r templed hwn o asesiad risg	18
Disgrifiad o'r gweithgaredd	19
Mesurau rheoli presennol	19
Sgôr risg gychwynnol	20
Mesurau rheoli ychwanegol	20
Sgôr risg weddilliol	21
Cofiwch:.....	21
Atodiad B: Cod ymarfer a argymhellir	22
Cyfeiriadau dethol	23
Diolchiadau.....	24

Mae rôl hanfodol cerddoriaeth a'r celfyddydau yn ehangach wrth gynnal iechyd meddwl, ymgysylltiad cymdeithasol, a dysgu i blant yn cael ei gydnabod yn fyd-eang, ar sail data gwyddonol o safon uchel. Mae'r rôl hon yn bwysicach yn awr, yn ystod argyfwng byd-eang, nag erioed, o ystyried yr heriau eang y mae plant a'u teuluoedd yn eu hwynebu. Ond mae'n hanfodol i weithgareddau gael eu hyrwyddo mewn ffordd ddiogel. Mae'r cyfarwyddyd a gyhoeddir yma yn rhoi argymhellion clir ac felly mae'n cael ei groesawu yn fawr.

Dr Daisy Fancourt, Coleg Prifysgol Llundain

Rhagair

Tyfodd *Datgloi Cerddoriaeth* o gymorth Music Mark i Ganolfannau Addysg Cerddoriaeth yn Lloegr ar gychwyn argyfwng Covid-19. Mae wedi'i gyfieithu i'r Gymraeg a chyhoeddwyd fersiwn leol gan y gwasanaeth cerddoriaeth yng Ngogledd Iwerddon. Yn yr Alban, caiff cyfarwyddyd ei ddarparu gan Benaethiaid Gwasanaethau Addysgu Offerynnol (HITS) a Grŵp Partneriaeth Addysg Cerddoriaeth (MEPG). Yn ddiweddar, mae atodiadau Cymru a Lloegr wedi crynhoi newidiadau i'r cyfarwyddyd yn y gwledydd hynny.

Mae'r ymchwil yn parhau. Ar adeg llunio'r cyfarwyddyd hwn, nid yw 'astudiaeth Colorado' wedi cyflwyno adroddiad terfynol. Yn ddiweddar mae 'ymchwil Costello', ac astudiaeth PERFORM yn fwy priodol, wedi rhyddhau rhagargraffiad o'i hail gam: bu'r astudiaeth hon yn hynod ddylanwadol yn Lloegr, yn rhannol am ei bod wedi'i chomisiynu ar y cyd gan yr Adran dros Ddiwylliant, y Cyfryngau a Chwaraeon ac Iechyd Cyhoeddus Lloegr. Mae astudiaethau eraill (llai ar y cyfan) sydd o ddiddordeb i'n sector yn cael eu cyhoeddi'n achlysurol ond mae'r rhan fwyaf o ymchwil glinigol ac epidemolegol yn awr ar lefel sy'n llawer llai tebygol o ddylanwadu ar liniaru risg ym maes addysg cerddoriaeth.

Fy nisgwylid yw y bydd *Datgloi Cerddoriaeth* yn y tymor canolig yn ddogfen i gyfeirio ati a fy ngobaith yw y bydd yn parhau i fod yn ddefnyddiol i bawb yn sector addysg cerddoriaeth. Fodd bynnag, ni allaf ond cynghori, ac mae hyn yn tystio i ymagwedd ac ymrwymiad difrifol pawb sy'n gweithio i helpu plant i greu a dysgu cerddoriaeth, nad yw Music Mark hyd yma yn ymwybodol o'r un achos o heintio (heb sôn am frigiad o achosion) sydd wedi'u cysylltu'n ôl yn bendant i weithgarwch cerddorol.

Gary Griffiths (ar ran Music Mark)
Westcliff-on-Sea
Awst 2021

Nodyn am yr eirfa

Rwy'n gwahaniaethu rhwng **athro**, sy'n addysgu **disgyblion** mewn ysgol, a **thiwtor**, sy'n addysgu offerynnau cerddorol, llais neu ddisgyblaeth gysylltiedig i **fyfyrwyr**, gan gynnwys pan maent yn gweithio mewn ysgol ar sail beripatetig. Caiff y gair **ysgol** ei ddefnyddio waeth beth yw'r cyfnod neu'r statws, ar gyfer ysgolion a gynhelir, academi ac annibynnol, ysgolion prif ffrwd ac arbennig, a darpariaeth amgen.

Mae **gweithgarwch y tu allan i'r ysgol** yn cyfeirio at weithgarwch, nid lleoliad. Mae llawer o ganolfannau cerddoriaeth yn seiliedig mewn ysgolion ac mae llawer o ensembles sir neu fro yn ymarfer mewn neuaddau ysgol ond mae'r rhain yn dal i fod yn weithgareddau y tu allan i'r ysgol.

Yn *Datgloi Cerddoriaeth*, mae **masg** yn golygu unrhyw orchudd wyneb cyffredin, ffabrig neu heb ei wehyddu, sy'n mynd dros y geg a'r trwyn, ond pwysleisir *nad* yw'n cynnwys feisorau plastig.

Caiff **cyfarwyddyd** ei ddarparu gan lywodraethau cenedlaethol a bydd yn cynnwys cymysgedd o fesurau statudol a chynghorol. **Canllaw** sy'n cynnig **cyngor** yw *Music Unlocked*.

Cyfarwyddyd a chyfyngiadau

Wrth i awdurdodau ac adrannau addysg ddiweddarau eu cyfarwyddyd, nid ydynt bob amser yn nodi'n glir pryd daw cyfyngiadau i ben. Bydd y ddogfen gyfarwyddyd gyfredol bob amser yn amlinellu'r holl gyfyngiadau sy'n berthnasol. **Nid oes yn rhaid i chi barhau i ddilyn cyfyngiad blaenorol os nad oes sôn amdano mwyach**, oni bai ei fod yn angenrheidiol er mwyn lliniaru risg yn amgylchiadau penodol eich ysgol chi. Bydd rhoi'r gorau i gyfyngiad neu lacio cyfyngiad, hyd yn oed os yw hyn yn ymateb i'r cyfarwyddyd, fel arfer yn golygu bod gofyn i chi ddiweddarau eich asesiadau risg.

Er y gallai ymddangos bod nifer o ddogfennau cyfarwyddyd yn berthnasol i'ch gweithgarwch, peidiwch â cheisio datrys y gwahaniaethau rhyngddynt, am y bydd hyn yn aml yn amhosibl. Dewiswch pa gyfarwyddyd sydd agosaf o ran ysbryd a bwriad i'ch gweithgarwch chi (nid o anghenraid yr un mwyaf goddefol!) a dilynwch y cyfarwyddyd hwnnw er mwyn osgoi dryswch.

Dylech bob amser gyfeirio at y ddogfen gyfarwyddyd ddiweddaraf ar wefan yr adran addysg berthnasol a pheidiwch â dibynnu ar fersiynau sydd wedi'u lawrlwytho, eu hanfon mewn e-bost neu wedi'u hargraffu, gan fod y rhain yn dyddio'n gyflym.

Cyngor i'r pedair gwlad

Bydd Music Mark yn parhau i gyhoeddi atodiadau **Cymru a Lloegr** ar [wefan Datgloi Cerddoriaeth](#) cyhyd â bod angen.

Gall cydweithwyr yn **yr Alban** droi at [Grŵp Partneriaeth Addysg Cerddoriaeth](#) a Phenathiaid Gwasanaethau Addysgu Offerynnol i gael cyngor.

Mae [gwasanaeth cerddoriaeth](#) Awdurdod Addysg **Gogledd Iwerddon** yn cyhoeddi ei gyngor ei hun.

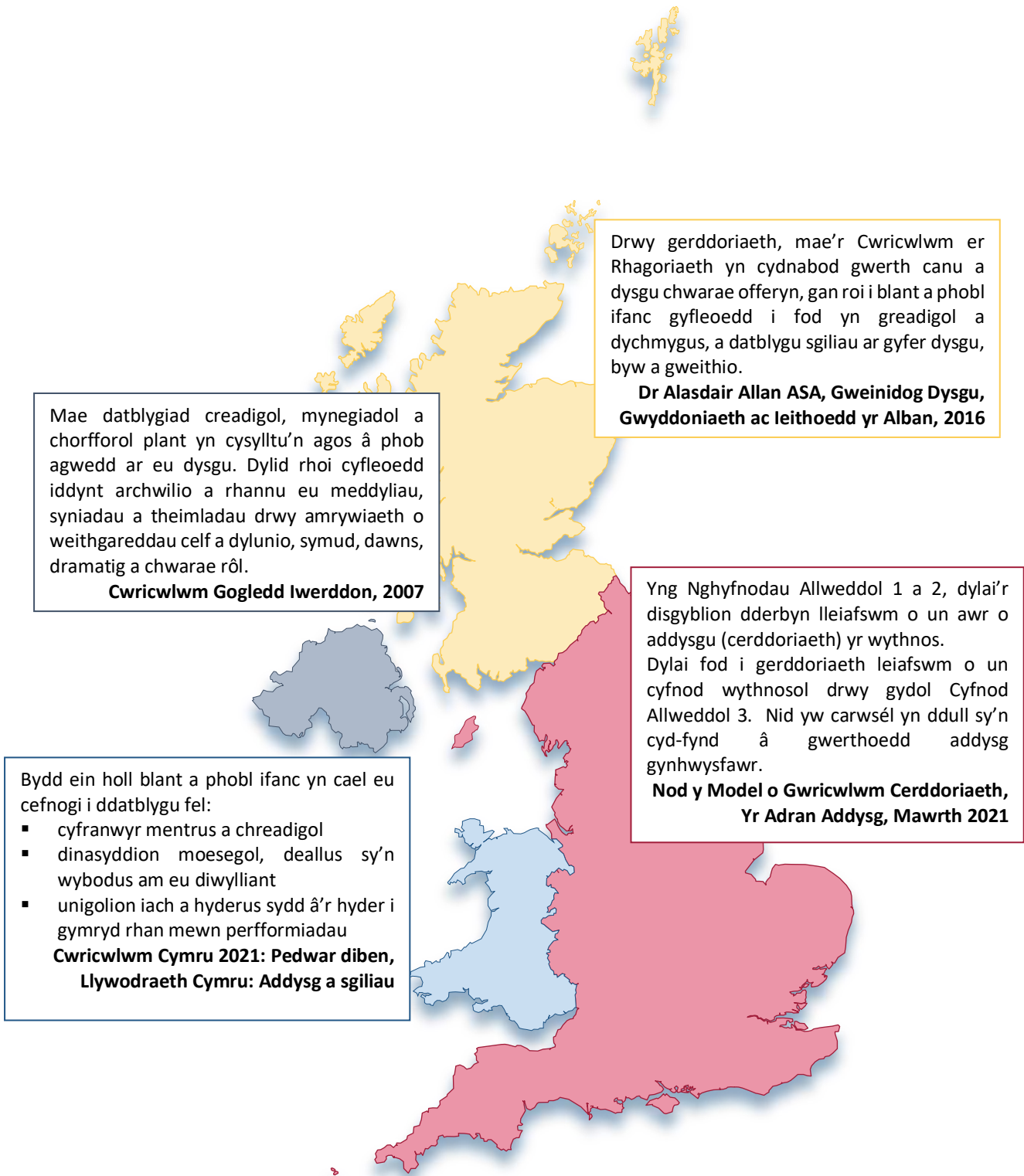
Mae'n bwysig bod yn ymwybodol o gyfyngiadau lleol, am y gallai dulliau lliniaru fod yn ddibynnol ar ddata ac amrywiolion sy'n gyffredin mewn ardal benodol, yn arbennig yn achos Gweithgarwch y Tu Allan i'r Ysgol.

Datgloi Cerddoriaeth i arweinwyr ysgol

Penaethiaid, Uwch Dimau Rheoli, Llywodraethwyr a Swyddogion Iechyd a Diogelwch

Mae cerddoriaeth yn rhan greiddiol o gwricwla cenedlaethol ym mhob rhan o'r Deyrnas Unedig. Er bod cyfarwyddyd (yn enwedig mewn perthynas â chanu) wedi amrywio rhwng y pedair gwlad, mae plant wedi parhau i gymryd rhan mewn gwersi cerddoriaeth mewn ysgolion ac mewn gweithgarwch cerddorol allgyrsiol drwy gydol llawer o gyfnod pandemig Covid-19.

Cerddoriaeth yn y cwricwlwm



Hyfforddiant offerynnol a lleisiol yn yr ystafell ddosbarth

Ym mhob un o bedair gwlad a thiriogaethau dibynnol y Deyrnas Unedig, gall a dylai cerddoriaeth gael ei haddysgu fel rhan o'r cwricwlwm a (chydag ambell eithriad lleol yn weddill), gall gwaith offerynnol a lleisiol i'r dosbarth cyfan ailgychwyn yn awr. Caiff cyngor penodol ei roi yn adran *Athrawon a Darparwyr* y ddogfen hon ond yn gyffredinol, mae'r ystyriaethau ar gyfer offerynnau sydd ddim yn cael eu chwythu yr un peth ag i offer sy'n cael eu defnyddio ar gyfer unrhyw bwnc. Mae offerynnau chwyth (offerynnau "gwlyb"), er nad ydynt wedi'u creu yr un peth, yn dal i gyflwyno peryglon y mae modd eu rheoli, a chaiff y rheiny eu rheoli drwy gymysgedd o gadw pellter, awyru a hylendid dwylo. Yn achos canu, rydym hefyd yn cynghori cyfyngu ar hyd sesiynau a pheidio â gorbwysleisio'r ynganu.

Tiwtoriaid cerddoriaeth peripatetig (sy'n ymweld)

Gall ysgolion ym mhob rhan o'r Deyrnas Unedig groesawu tiwtoriaid cerddoriaeth arbenigol i'r ysgol. Gall tiwtoriaid ymweld â sawl safle mewn un diwrnod, heb gyfyngiadau. Os yw'r tiwtoriaid yn cael eu cyflogi¹ gan yr ysgol, rhaid i'r polisïau profi a brechu ddilyn yr hyn sydd yn ei le ar gyfer athrawon a staff ategol rheolaidd yr ysgol. Os yw'r tiwtoriaid yn hunangyflogedig neu'n cael eu trefnu drwy drydydd parti megis Canolfan Addysg Cerddoriaeth, gall yr ysgol ddefnyddio ei pholisi ymwelwyr.

Mae *Datgloi Cerddoriaeth* yn cynnwys [cod ymarfer a argymhellir ar gyfer tiwtoriaid cerddoriaeth peripatetig](#) wrth iddynt ymweld ag ysgolion.

Y brif ystyriaeth o hyd ar gyfer gwersi peripatetig fydd yr ystafell addysgu. Efallai na fydd ystafell ymarfer sy'n addas i wersi piano, ffidil neu ddrymiau wedi'u hawyru'n ddigonol ar gyfer canu neu offerynnau chwyth. Bydd yn rhaid asesu hyn fesul ystafell gan roi camau lliniaru yn eu lle pan fo angen.

Ensembles a chorau

Mae maint yr ystafell ac effeithiolrwydd yr awyru yn parhau i fod yn allweddol i reoli heintiadau. Nid oes yn rhaid i grwpiau llinynnol, ensembles gitâr ac chwaraewyr offerynnau taro gadw pellter; bydd yr angen i fandiau roc gadw pellter yn dibynnu ar faint o leiswyr sydd. Yn achos ensembles chwythbrennau a phres, doeth yw gadael mwy o ofod na'r arfer. Po leiaf effeithiol yw'r awyru, a'r hiraf yw'r sesiwn, y mwyaf o bellter y dylid ei ganiatáu.

Cerddoriaeth o amgylch yr ysgol

Caniateir gwersi unigol ac fesul grŵp bach heb gyfyngiadau ar offerynnau na chanu. Mae'r niferoedd wedi gostwng yn y 18 mis diwethaf, yn rhannol am nad yw'r disgyblion wedi'u disodli wrth iddynt symud ymlaen ar gyfnodau pontio. Bydd eich tiwtoriaid peripatetig yn gwerthfawrogi eich cymorth i hyrwyddo'r arfer o ddysgu cerddoriaeth. Gall arddangosiadau a sesiynau rhannu (e.e. mewn gwasanaethau) gael eu cynnal yn awr.

Bydd perfformiadau'n dal i fod yn destun rhai cyfyngiadau, yn bennaf mewn perthynas â'r nifer yn y gynulleidfa. Rhaid dilyn cyfarwyddyd lleol, a rhaid cael gweithdrefnau yn eu lle i reoli'r nifer sy'n bresennol ac osgoi cymysgu y tu hwnt i unrhyw gyfyngiadau ar ymgynnull sydd mewn grym. Mae'n bwysig cymryd camau i osgoi sefyllfaoedd lle mae'r gynulleidfa a'r perfformwyr yn cymysgu, gan gynnwys darparu toiledau ar wahân.

¹ Maent yn debygol o fod yn weithwyr yn ôl cyfraith cyflogaeth yn hytrach na chyflogeion llawn, o leiaf yng Nghymru a Lloegr. I gael mwy o wybodaeth, gweler y canllaw i statws cyflogaeth a gyhoeddir ar y cyd gan Undeb y Cerddorion a Music Mark.

Cerddoriaeth fel rhan o osod gofod yn allanol

Cyfarwyddyd gwahanol sydd fel arfer yn berthnasol i ddarparwyr trydydd parti (e.e. Gweithgarwch y Tu Allan i'r Ysgol), felly efallai na fyddant yn bwriadu dilyn yr un gweithdrefnau â chi ar gyfer cerddoriaeth yn yr ysgol. Bydd trafodaethau cynnar ynglŷn â sut mae'r sawl sy'n llogi'r gofod yn rheoli eu gweithgarwch a'u camau i reoli heintiadau yn helpu i gynnig sicrwydd i chi ac iddynt hwythau, a bydd hefyd yn gyfle i sicrhau eu bod yn deall ac yn dilyn y gweithdrefnau cyffredinol sydd yn eu lle ar gyfer eich safle a'ch adeiladau.

Os mai grŵp o oedolion yw'r sawl sy'n llogi'r gofod, mwy na thebyg y byddant yn dilyn y cyngor ar dudalen we Making Music, sy'n cwmpasu'r pedair gwlad: <https://www.makingmusic.org.uk/resource/can-group-get-back-in-person>

Asesu a lliniaru risg

Mae gweddill y cyhoeddiad hwn yn rhoi cyngor manwl ar greu cerddoriaeth yn ddiogel mewn ysgolion. Mae wedi'i anelu at athrawon sydd â chyfrifoldeb am y pwnc yn eich ysgol ac at sefydliadau fel Canolfannau Addysg Cerddoriaeth, Sefydliadau Cerddoriaeth Ieuenticid Cenedlaethol a darparwyr preifat. Mae'n cynnwys templed asesiad risg a all helpu wrth gynllunio camau lliniaru ar gyfer Covid-19 ac mae wedi'i lunio i weithredu ar y cyd ag asesiadau risg eraill ar gyfer gweithgareddau a gofodau.

Gall ysgolion Music Mark ddefnyddio templedi asesiad risg manylach ar dudalen Datgloi Cerddoriaeth y wefan a chysylltu â Music Mark yn uniongyrchol i ofyn am gyngor penodol.

Gobeithiwn fod yr wybodaeth hon yn galluogi eich staff cerddoriaeth a phartneriaid i gynnig sicrwydd i chi bod eu dulliau addysgu a chreu cerddoriaeth yn ddiogel.

Os nad yw creu cerddoriaeth wir yn ddiogel

Bydd dilyn y cyngor yn *Datgloi Cerddoriaeth* a chyfarwyddyd sydd mewn grym yn lleol bron bob amser yn galluogi i weithgareddau cerddorol gael eu cynnal a hyd yn oed os nad yw rhai ffurfiau ar gerddoriaeth (e.e. canu) yn cael eu caniatáu, ni fydd eraill (megis offerynnau taro) yn creu mwy o risg nag unrhyw weithgareddau eraill yn yr ystafell ddisbarth. Sut bynnag, gall gwrando'n weithredol, gwerthfawrogi cerddoriaeth, theori cerddoriaeth a sgiliau clywedol (hyfforddi'r glust) barhau i ddarparu addysg cerddoriaeth werthfawr ond dylai cyfleoedd ymarferol i greu cerddoriaeth gael eu hailgyflwyno ar y cyfle cyntaf posibl.

Gwybodaeth bellach

<https://www.musicmark.org.uk/resources/music-unlocked-guidance-for-schools-and-music-providers/>

Cyngor ategol i'r ddogfen hon, gan gynnwys atodiadau Cymru a Lloegr.

www.CanDoMusic.org.uk

Enghreifftiau ymarferol o weithgareddau ac adnoddau i greu cerddoriaeth mewn ffordd sy'n ddiogel o ran Covid.

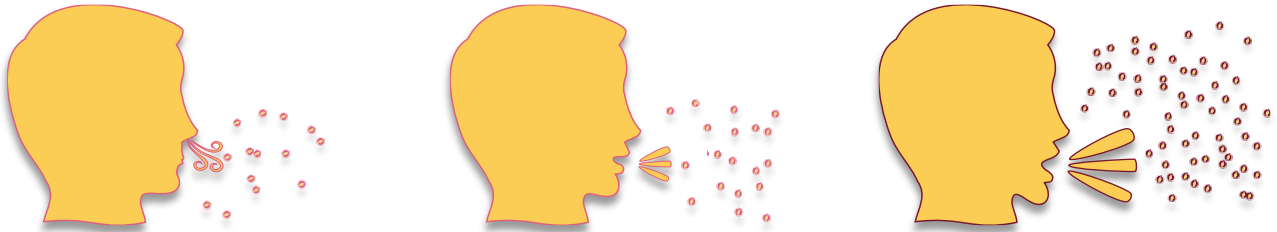
<https://www.musicmark.org.uk/getplaying/>

Cartref ymgyrch Music Mark i annog plant a theuluoedd i ddychwelyd at ddysgu cerddoriaeth yn ei holl ffurfiau.

I athrawon a darparwyr

Sut mae Covid-19 yn lledaenu

Caiff Covid-19 ei drosglwyddo gan ddefnynnau dŵr halogedig sy'n cael eu hanadlu allan. Mae cyfaint y defnynnau dŵr yn cynyddu pan rydym yn lleisio (siarad, ebychu neu ganu) ac yn cynyddu'n gymesur wrth i lefel y sain gynyddu.



Mae defnynnau dŵr llai (rhai sydd â diamedr yn llai na 5μ) yn cael eu dal yng ngherrynt yr aer ac yn dod yn aerosolau; mae defnynnau mwy, sydd dros 10μ yn disgyn o dan effaith disgyrchiant o fewn 2m (ac felly'r cyfarwyddyd ar gadw pellter). Gall defnynnau sydd rhwng 5μ a 10μ ymddwyn fel aerosolau am ychydig cyn iddynt ddod o dan effaith disgyrchiant.

Mae dau lwybr heintio (fectorau) i'w hystyried:

- Trosglwyddo drwy'r aer (aerosol)
- Trosglwyddo drwy gyffwrdd arwyneb (ffomid)

Mewn rhai amgylchiadau, yn arbennig yn y blynyddoedd cynnar ac AAAAA, mae trosglwyddo'n uniongyrchol rhwng y naill berson a'r llall yn berygl ond mae'r heintio'n dal i ddigwydd drwy ddefnynnau dŵr.

Rhaid i'r asesiad risg felly roi ystyriaeth i'r risgiau trosglwyddo hyn a rheoli'r risgiau hynny sy'n bresennol.



Mewn dosbarth sy'n cynnwys achos o Covid heb ei ddarganfod, mae'r risg i bawb yn y dosbarth hwnnw yn bodoli yn eu cysylltiad drwy gydol yr wythnos ysgol gyfan, yn fwy nag yn ystod gweithgarwch penodol. Mae *unrhyw* weithgarwch sy'n cynyddu cyfraddau anadlu neu lefelau sain yn y dosbarth, gan gynnwys gwaith trafod mewn parau, waeth beth yw'r pwnc, yn cynyddu'r risg o drosglwyddo.

Gofod ac awyru

Y ddau brif gam lliniaru yn erbyn trosglwyddo Covid-19 o hyd fydd sicrhau digon o le i'r gweithgarwch ac awyru'r gofod yn dda, a pho fwyaf o aerosolau a gaiff eu creu gan unrhyw weithgarwch, y pwysicaf yw'r ddau gam yma. Mae caniatáu mwy o le rhwng cyfranogwyr yn caniatáu i ddefnyddio mwy o faint ddisgyn yn ddiogel i'r llawr ond, yn hanfodol, mae hefyd yn caniatáu i aerosolau ledaenu a gwanhau yn yr aer yn yr ystafell cyn i berson arall ei anadlu. Os oes rheolau cadw pellter llym yn eu lle, nid oes modd llacio'r rhain ar sail nenfwd uwch.

Mae newid yr aer yn yr ystafell yn rheolaidd yn disodli hen aer a allai fod wedi'i halogi, ag aer ffres o'r tu allan (mae'r perygl o gymryd halogyddion i mewn gydag aer ffres yn isel iawn). Bydd ysgolion a adeiladwyd cyn rhaglen Adeiladu Ysgolion i'r Dyfodol fel arfer yn cael eu hawyru gan ffenestri a drysau. Bydd ysgolion Adeiladu Ysgolion i'r Dyfodol a rhai diweddarach mwy na thebyg yn cynnwys systemau awyru mecanyddol. Yn ddelfrydol, dylai hyn gymryd aer cwbl ffres i mewn ond os oes unrhyw elfen o ailgylchredeg aer, yr unig safon dderbyniol yw hidlo HEPA, gan newid yr hidlyddion yn ôl manyleb y gwneuthurwr. Os na allwch wirio hyn, diffoddwch y gwyntyllau ac agorwch ffenestri a drysau.

Os nad oes system fecanyddol yn ei lle, nid oes ffordd ymarferol i'r rhan fwyaf o bobl fesur cyfraddau awyru'n gywir ond mae ein papur [Ventilation of Teaching Spaces](#) yn darparu cyngor ymarferol. Lle y bo'n bosibl, mae cynnal gweithgarwch yn yr awyr agored yn lleihau'r risg o drosglwyddo aerosol yn sylweddol.

Camau lliniaru eraill

Mae'r camau canlynol yn effeithiol i leihau'r risg o drosglwyddo:

- Cyfyngu ar nifer y cyfranogwyr;
- Paratoi gofodau ymarfer cyn i gyfranogwyr gyrraedd;
- Paratoi ensembles i ganiatáu mwy o le rhwng chwaraewyr/desgiau;
- Un yn chwarae wrth bob stand;
- Rheoli amserau cyrraedd a gadael ac egwyliau er mwyn cyfyngu ar bobl yn cymysgu;
- Darparu copïau o gerddoriaeth² i unigolion i leihau'r arfer o ddarnau'n cael eu pasio o amgylch o law i law;
- Sesiynau byrrach rhwng egwyliau awyru;
- Cadw lefel y sain yn isel wrth chwarae offerynnau chwythu neu ganu;
- Peidio â mynnu lefelau theatr gerdd o ynganu wrth ganu;
- Arweinydd y grŵp i ddefnyddio microffon i osgoi gorfod gweiddi i gael eu clywed;
- Glanhau'r lleoliad a'r offer i lefel uwch;
- Golchi dwylo'n aml a defnyddio gel llaw firwsleiddiol.

Mae'n annhebygol y byddwch byth yn defnyddio'r holl fesurau hyn ar gyfer gweithgaredd. Bydd y cymysgedd o gamau lliniaru'n dibynnu ar amgylchiadau pob gweithgaredd. Gallai hefyd newid dros amser, yn dibynnu ar lefelau heintiadau yn yr ardal leol a'r canfyddiad o'r risg sylfaenol.

Cerddoriaeth yn y dosbarth

Mae'r cyfyngiadau naill ai wedi'u codi neu'n cael eu llacio ym mhob un o'r pedair gwlad a rhaid i gyfarwyddyd lleol (lle y bo'n dal i fodoli) barhau i gael ei ddilyn. Mae Music Mark yn sylwi nad yw adrannau lechyd Cyhoeddus Lleol a swyddogion lechyd a Diogelwch bob amser yn gyfarwydd â'r cyfarwyddyd diweddaraf ar addysg ac, mewn perthynas â chanu'n benodol, byddant yn aml yn dyfynnu cyfarwyddyd y celfyddydau

² Mae Trwydded Cerddoriaeth Argraffedig Ysgolion a Thrwydded Cerddoriaeth Argraffedig Gwasanaeth Cerddoriaeth yn caniatáu i'r rhan fwyaf o gerddoriaeth gael ei llungopio'n gyfreithlon, cyhyd â bod yr ysgol neu'r gwasanaeth cerddoriaeth yn meddu ar gopi gwreiddiol.

perfformio. Mae hyn wedi'i anelu at grwpiau proffesiynol a grwpiau amatur i oedolion: nid yw'n berthnasol i gerddoriaeth y cwricwlwm oni bai bod cyfarwyddyd ysgolion lleol yn dweud hynny'n benodol.

Mae ensembles a chorau ysgol, lle maent wedi'u darparu i ddisgyblion yn yr ysgol lle y cânt eu cynnal yn unig, yn dod o dan yr un cyfarwyddyd â cherddoriaeth yn yr ystafell ddosbarth. Unwaith eto, lle mae unrhyw gyfyngiadau penodol yn parhau, maent yn cael eu llacio yn gyffredinol.

Mae'r cyfarwyddyd ar gyfer cerddoriaeth yn yr ystafell ddosbarth (neu yn yr ysgol) yn berthnasol yn yr un ffordd, p'un a yw'r sesiynau hynny'n cael eu harwain gan athro dosbarth neu gan ddarparwr allanol, megis tiwtor preifat neu diwtor Canolfan Addysg Cerddoriaeth.

Gwersi offerynnol a lleisiol peripatetig mewn ysgolion a cholegau

Gall gwersi offerynnol a lleisiol gael eu cynnal yn y ffordd arferol. Y mae dal i fod angen ystyried pa mor addas yw'r gofod addysgu. Efallai y bydd rhai ystafelloedd yn addas i wersi unigol yn unig; gallai eraill fod yn addas yn unig i offerynnau sydd ddim yn cael eu chwythu. Efallai y bydd ystafelloedd heb awyru uniongyrchol yn dal i gael eu hystyried yn anaddas neu gallai fod angen egwylliau aml gyda gwyntyll yn chwythu aer ffres i mewn o ffenestr agored gerllaw.

Mewn rhai amgylchiadau, efallai y byddai sgrin godi dryloyw yn dal i fod yn fuddiol (e.e. ar gyfer gwersi pres mewn ystafell fach). Symudwch hi i'r naill ochr pan fydd yr ystafell yn cael ei hawyru.

Nid yw tiwtoriaid peripatetig (sy'n ymweld) wedi'u cyfyngu i ymweld â nifer benodol o safleoedd yn ystod y diwrnod neu'r wythnos. Serch hynny, gallant gael eu hannog i wisgo masg mewn gofodau cyffredin, caeedig, megis coridorau (yn arbennig yn y cyfnodau rhwng gwersi), rhag iddynt ddod â haint i mewn o ysgol arall. Gallai hefyd fod yn ddoeth iddynt gadw pellter oddi wrth staff a disgyblion yr ysgol am yr un rheswm.

Gweithgareddau ensembles a chorau fel gweithgarwch y tu allan i'r ysgol

Os yw ensemble neu gôr yn cynnwys cyfranogwyr o fwy nag un ysgol, e.e. mewn canolfan gerddoriaeth, caiff hyn ei ystyried yn weithgarwch y tu allan i'r ysgol, hyd yn oed oes yw'r gweithgarwch yn cael ei gynnal mewn adeilad ysgol. Rhaid glynu wrth reolau a chyfarwyddyd lleol ar ymgynnull, ond byddwch yn ymwybodol ei bod yn bosibl nad yw gweithgarwch i blant yn destun i'r un rheolau â digwyddiadau cymdeithasol.

Mae llai o bwyslais bellach ar gadw pellter mewn gweithgarwch i blant. Os yw'n bosibl cadw rhywfaint o bellter, rhowch flaenoriaeth i offerynnau chwythu a chantorion dros offerynnau sydd ddim yn cael eu chwythu.

Gall arweinyddion a chyfeilyddion barhau i gadw pellter oddi wrth yr ensemble, am eu bod yn debygol o ddod i gyswllt â nifer fawr o fyfyrwyr dros amser. Fodd bynnag, gall ein hargymhelliad blaenorol o 3m neu fwy gael ei lacio. Os nad yw cadw pellter yn bosibl neu'n ymarferol, gallai sgrin godi dryloyw gael ei defnyddio.

Perfformiadau mewn lleoliadau proffesiynol

Mae'r cyfarwyddyd ar gyfer gweithgarwch i blant ar wahân i'r cyfarwyddyd ar gyfer gweithgarwch creu cerddoriaeth i oedolion neu'n broffesiynol. Efallai y bydd theatrau neu neuaddau cyngerdd yn ceisio gosod cyfyngiadau amhriodol ar weithgarwch i blant, am y byddant yn aml yn fwy cyfarwydd â'r cyfarwyddyd ar gyfer y celfyddydau perfformio. Mae hyn yn golygu ei bod yn arbennig o bwysig cynnal asesiadau risg cadarn a thrafod gyda'r lleoliadau ar gam cynnar.

Hyd yn oed yn absenoldeb datganiad clir yn y cyfarwyddyd – ac er y cyfeiriadau at gyfarwyddyd y celfyddydau perfformio yn y cyfarwyddyd i ysgolion a gweithgarwch y tu allan i'r ysgol – mae Music Mark yn hyderus wrth

gynghori'r sector y gall eu ensembles a'u corau berfformio yn unol â'r un cyfarwyddyd â phe baent yn ymarfer, waeth beth yw'r lleoliad.

Mae perfformio mewn lleoliadau proffesiynol ar y cyfan yn codi'r baich o reoli'r gynulleidfa o ddwylo'r hyrwyddwr.

Canu

Rhoddwyd sylw gwael i ganu yn y wasg yn ystod pandemig Covid-19, yn bennaf ar sail llond dwrn o gyngherddau corawl y cyfeiriwyd yn aml atynt ac a fu'n ddigwyddiadau lle heintiwyd llawer. Cynhaliwyd pob un o'r rhain yn gynnar iawn yn y pandemig, cyn bod profi torfol ar gael a chyn bod cadw pellter cymdeithasol a gwisgo masg yn ofynnol. Ar adeg llunio'r adroddiad hwn, y mae cyfyngiadau ar ganu mewn ysgolion yn dal i fod yn eu lle mewn rhannau o'r Deyrnas Unedig a rhaid dilyn y rhain tra eu bod yn dal mewn grym.

Fodd bynnag, lle y cynhaliwyd sesiynau canu gan gymryd camau lliniaru, y mae wedi'i ddangos ei bod yn bosibl rheoli'r risgiau. Y sefyllfa o hyd yw bod y prif astudiaethau (gan gynnwys Colorado, a ganolbwyntia'i'n benodol ar addysg) wedi mesur cynhyrchiant aerosolau ymhlith cantorion sy'n oedolion, cantorion proffesiynol i raddau helaeth, a myfyrwyr canu ar lefel Addysg Uwch yn unig. Fodd bynnag, mae cyd-destun gweithgarwch canu i blant yn wahanol iawn:

- Mae ysgyfaint plant yn llai a'u cyhyredd yn llai datblygedig nag oedolion, felly maent yn symud llai o aer;
- Yn gorfforol, ni all plant ganu am gymaint o amser;
- Pan nad yw plant yn canu, maent yn dal i fod yn eu dosbarth neu swigen ac yn dal i fod yn agored i aerosolau eu gilydd, o gymharu ag oedolion a fydd yn gwasgaru yn gyffredinol.

Mae'r holl bwyntiau hyn yn parhau i fod yn wir i ryw raddau ar draws addysg statudol ac i mewn i'r chweched dosbarth. Fodd bynnag, bydd gofyn i athrawon uwchradd roi ystyriaeth i ddatblygiad corfforol eu disgyblion.

Gofodau i ganu

Mae canu yn yr awyr agored yn lleihau'r risg i lefelau isel iawn, ond mae'n ddibynnol ar y tywydd. Bydd gan rai ysgolion ystafelloedd a gofodau sydd ddim yn addas i ganu fel grŵp, naill ai am eu bod yn rhy fach i gynnwys dosbarth neu gôr yn gyfforddus neu am nad oes modd sicrhau awyru, er ei bod yn debygol y bydd yr ystafelloedd hyn yn y lleiafrif. Prin iawn, os oes o gwbl, fydd yr ysgolion a fydd heb unrhyw ofodau i grwpiau ganu ynddynt, er y gallai fod yn anodd dod o hyd i amser i ddefnyddio neuaddau ysgol a champfeydd.

Rheoli'r canu o ran cynhyrchu aerosolau

Ers y fersiwn gyntaf o ddogfen *Datgloi Cerddoriaeth*, rydym wedi argymhell yr un mesurau rheoli ar gyfer canu. Nid oes unrhyw ymchwil na chyfarwyddyd a gyhoeddwyd ers hynny, na'r *Suggested Principles for Safer Singing*³, wedi arwain at newid yn ein hargymhellion. Rydym yn hyderus na fydd gwers ganu wedi'i rheoli'n dda sy'n dilyn yr argymhellion hyn yn creu unrhyw risg uwch (ac mwy na thebyg llai) na llawer o bynciau eraill.

1. **Trefnwch y sesiynau canu cyn egwyl** os yw'n bosibl, fel y gall yr ystafell wag gael ei hawyru'n syth wedyn.
2. **Cyfyngwch ar hyd y sesiynau canu i 40 munud neu lai.** Am ffraciwn o'r amser yma y bydd y plant yn canu go iawn, er bod yr amser yn cael ei ddefnyddio mewn ffordd benodol, gwerthfawr a cherddorol.
3. **Awyrwch yr ystafell** mor dda ag y gallwch yn ystod y sesiwn. Os oes ffenestri uwch, mae agor y rhain yn darparu aer glân heb wneud yr ystafell yn anghyfforddus o oer.
4. **Trefnwch y plant fel eu bod oll yn wynebu'r un cyfeiriad** fel nad oes neb yn canu'n uniongyrchol tuag at wyneb rhywun arall. Gallai fod yn beth da gosod y rhesi i mewn ac allan am yn ail, ar ffurf bwrdd gwyddbwyll.
5. **Cadwch y deinamig (lefel y sain) yn isel**, yn gyffredinol heb fod yn fwy na *mezzo piano* (cymharol feddal). Canolbwyntiwch ar greu sain hardd, yn hytrach na lefel uchel o sain.

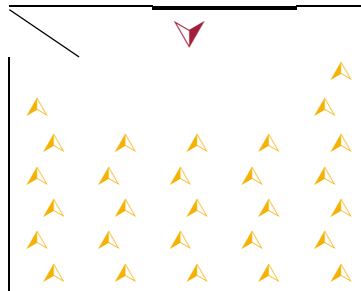
³ Iechyd Cyhoeddus Lloegr 20^{fed} Tachwedd 2020, diddymwyd 19^{eg} Gorffennaf 2021.

6. **Peidiwch â mynnu cael lefelau theatr gerdd o ynganu.** Mae pwysleisio cytseiniaid yn creu defnyddiau dŵr ychwanegol yn amrywio o'r gweladwy i faint aerosolau (llai na 5μ) ac yn cynyddu'r risg o drosglwyddo.
7. **Tafluniwch eiriau a'r gerddoriaeth** ar fwrdd gwyn os yw'n bosibl. Os oes yn rhaid i chi ddsbarthu copïau, gofynnwch i'r plant roi eu henwau arnynt a'u cadw ar gyfer sesiynau'r dyfodol. Gall pob ysgol wladol yn Lloegr wneud copïau o'r rhan fwyaf o'r gerddoriaeth o dan Drwydded Cerddoriaeth Argraffedig Ysgolion, sy'n cael ei hariannu gan yr Adran Addysg.
8. **Awyrwch yr ystafell wag ar ôl y sesiwn** am chwarter awr dda. Mae hyn yn arbennig o bwysig os ydych yn canu mewn gofod sy'n cael ei rannu (fel neuadd ysgol) a bod grŵp arall am ei ddefnyddio ar eich ôl.

Cadw pellter

Mae dwy fantais i gadw pellter wrth ganu: yn gyntaf, mae'n caniatáu i aer gymysgu, gan wanhau unrhyw aerosolau halogedig; ac yn ail mae'n caniatáu i ddefnyddiau dŵr mwy o faint ddisgyn i'r llawr yn hytrach na disgyn ar rywun arall. Os nad yw'n bosibl cadw pellter (ac y gallai symud o amgylch yr ysgol i ofod mwy o faint sy'n cael ei rannu, fel neuadd ysgol, arwain at beryglon ychwanegol), gwnewch beth fedrwrch chi.

Cofiwch fod yr oedolyn/oedolion yn yr ystafell yn fwy tebygol o gael Covid-19 ac mewn mwy o risg os ydynt yn cael eu heintio, felly dylai oedolion yn sicr gadw pellter o 2m o leiaf, a mwy yn ddefnyddol. Gallai hyn olygu gadael mwy o le yn union o flaen yr oedolyn sy'n arwain y canu, er enghraifft:



Canu fel rhan o weithgareddau eraill

Os ydych yn canu un gân mewn gwrs, er enghraifft cân tablau llusci, ewch ati i wneud hynny. Cadwch lefel y sain yn isel a pheidiwch â phoeri'r geiriau. Os oes rhywfaint o drafodaeth fel dosbarth yn ystod y wers, mae'n debygol y bydd hynny'n creu mwy o aerosolau nag un gân fer wedi'u chanu'n dawel.

Mae canu'r gofrestr yn iawn ond byddem yn argymhell peidio â chanu wrth symud o amgylch (e.e. caneuon tacluso), gan y gall plant fynd heibio i'w gilydd yn agos neu ganu yn wynebaw ei gilydd.

Yng ngwanwyn 2021, cyhoeddodd Music Mark bapur a oedd yn cynnwys amlinelliad o asesiad risg. Mae'n dal i fod ar gael [fan yma](#).

Offerynnau ac offer

Mae'r cyngor fan yma yn tybio eich bod yn defnyddio offerynnau safonol i fyfyrwyr a'r ystafell ddosbarth. Os ydych yn ddigon ffodus i fod yn meddu ar offerynnau hŷn a/neu fwy datblygedig, byddwch yn ymwybodol y gallant fod wedi'u gwneud o ddeunyddiau sy'n adweithio'n wael i gynnyrch glanhau modern, felly profwch y cynnyrch ar ddarn anamlwg o'r arwyneb yn gyntaf neu holwch am gyngor penodol.

Mae sawl cynnyrch arbenigol ar gael ar gyfer glanhau offerynnau cerdd. Nid yw rhai o'r rhain yn effeithiol yn erbyn firysau, ac felly ni fyddant yn ddefnyddiol.

Offerynnau ac offer electronig

Dylai nobiau, botymau, llithryddion ac ati ar offer electronig, mwyhawyr sain, desgiau cymysgu ac ati gael eu sychu â chlytiau diheintio. Peidiwch â defnyddio chwistrellau na chlytiau wedi'u gwlychu, rhag i hylif fynd i mewn i'r offer: gall gwaddodion atal y rheolyddion rhag gweithio'n iawn, hyd yn oed os nad ydynt yn achosi anawsterau trydanol. Gall gitarau electronig gael eu glanhau yn unol â'r cyngor uchod.

Mae manau fel y botwm hafan ar iPads a'r rhwyll ar ficroffonau yn benodol o wael am ddal microbau. Gan fod atal yn well na chywiro, bydd defnyddio sgrin bop ar ficroffonau yn lleihau halogi. Dylech bob amser dynnu plwg yr offer o'r cyflenwad trydan cyn eu glanhau.

Rhannu

Yn ddelfrydol, ni ddylai offer chwythu gael eu rhannu, ond lle nad oes modd osgoi hynny, bydd defnyddio ceg offeryn (*mouthpiece*) unigol yn helpu i leihau'r risg. Ni ddylai brwyn (*reeds*) byth gael eu rhannu, gan gynnwys yn achos offerynnau arbenigol fel sacsoffon bariton, clarinét A, a'r cor anglais, sydd fel arfer yn cael eu benthyg oddi wrth y gwasanaeth cerddoriaeth neu'r ensemble.

Gall offerynnau cerdd eraill gael eu rhannu, gan lanhau'n rhesymol rhwng defnyddwyr a pharhau i sicrhau hylendid dwylo da. Dylai pianos, drymiau ac offerynnau taro mawr, sy'n debygol o gael eu rhannu'n helaeth, gael eu glanhau'n briodol rhwng defnyddwyr.

Mae modd lleihau'r risg os oes gan y defnyddwyr rai eitemau eu hunain: er enghraifft, gallai fod gan chwaraewyr gitâr drydan a gitâr fas eu hofferynnau a'u lidiâu eu hunain (hyd yn oed os ydynt yn rhannu amp) a gall drymwyr ddefnyddio eu ffyn eu hunain.

Troli offerynnau taro

Mae troli offerynnau taro mewn ysgol gynradd yn cyflwyno'r un math o risgiau ag offer chwaraeon neu offer labordy. Mae hylendid dwylo da felly yn bwysig a gallai fod yn ddoeth glanhau rywfaint arnynt cyn ac ar ôl eu defnyddio. Pe caiff cyfyngiadau lleol eu cyflwyno mewn ymateb i frigiad o achosion, efallai y bydd ysgolion yn dymuno dyrannu un neu ddau offeryn taro i bob disgybl neu ofyn i'r disgyblion ddod ag offerynnau taro wedi'u 'canfod' o'r cartref.

Glanhau

Mae pob offeryn yn cyflwyno risg o drosglwyddo drwy gyffwrdd. Mae hyn yn debyg i'r risg o drosglwyddo ar ddolen drws, canllaw ac ati o amgylch yr ysgol. Dylai offerynnau sy'n cael eu defnyddio gan un person yn unig gael eu glanhau fel arfer ond â mwy o ofal. Os yw offerynnau'n cael eu defnyddio gan fwy nag un person (e.e. offerynnau taro yn y dosbarth), neu'n cael eu cymryd i mewn a'u haildyrannu (e.e. ar ddiwedd rhaglen i'r dosbarth cyfan neu gyfnod llogi), bydd gofyn eu glanhau'n ofalus iawn.

Mae'r cyngor hwn wedi'i ysgrifennu gan ystyried offerynnau arferol i fyfyrwyr ac ysgolion. Nid yw wedi'i lunio ar gyfer offerynnau hynafol neu o ansawdd uwch. Nid yw rhai prosesau wedi'u llunio i gael eu haddysgu i ddisgyblion nac i'w cynnal ganddynt. Ni fydd pob un yn ymarferol na hyd yn oed yn ddymunol bob tro y caiff offeryn ei chwarae.

Credir bod gronynnau firws COVID-19 yn goroesi am ddau i bum diwrnod ar arwynebau caled⁴. Mae clytiau a/neu chwistrellau diheintio yn effeithiol ond cofiwch fod y rhan fwyaf o offerynnau'n cynnwys sawl math o ddeunydd. Bydd rhai mathau o gynnyrch diheintio yn niweidio'r padiau ar chwythbrennau a gorffeniadau farnais neu lathrydd.

Mae dŵr sebon, cynnes yr un mor effeithiol â chlytiau diheintio. Gall offerynnau neu rannau o offerynnau sydd wedi'u gwneud yn llwyr o blastig gael eu suddo'n llwyr. Mae hyn yn wir hefyd yn achos offerynnau pres, ond tynnwch y falfiau allan yn gyntaf ([fideo YouTube fan yma](#)) a'u gosod i'r naill ochr. Gall recorderau plastig gael eu rhoi ar rac uchaf peiriant golchi llestri, hyd yn oed.

Peidiwch â suddo na socio chwythbrennau sydd â chymalau corc neu fysellau am y gall hyn niweidio'r padiau: mae hyn yn cynnwys cymalau pen ffliwt, gan y bydd yn niweidio corc y pen.

Ar ôl chwarae, dylai chwythbrennau yn y man lleiaf gael eu sychu y tu mewn a'r tu allan gan ddefnyddio swabiau neu bethau i'w tynnu drwyddo er mwyn cyfyngu ar dwf microbau. Nid yw sychu offerynnau pres, a rhai bach hyd yn oed, yn ymarferol, ond mae'n eithriadol o bwysig glanhau ceg yr offeryn (*mouthpiece*) gan ddefnyddio brwsh ceg offeryn o faint priodol, er mwyn sicrhau bod unrhyw faw a gweddillion yn cael eu gwaredu.

Gall allweddellau pianos ac electronig plastig gael eu diheintio â chlytiau diheintio (tynnwch blygiau offer electronig o'r cyflenwad trydan yn gyntaf). Peidiwch â'u chwistrellu am y gall gwaddodion niweidio mecanwaith yr allweddau. Syniad da fyddai sychu'r allweddau wedyn. Bydd allweddau ifori'n cael eu niweidio gan y rhan fwyaf o gynnyrch diheintio. Glanhewch nhw â chadach wedi'i roi mewn dŵr sebon a'i wasgu; gadewch yr allweddau am hanner munud ac wedyn eu sychu â chadach sych.

Dylai dolenni, strapiau a ffyn offerynnau taro gael eu glanhau yn yr un modd.

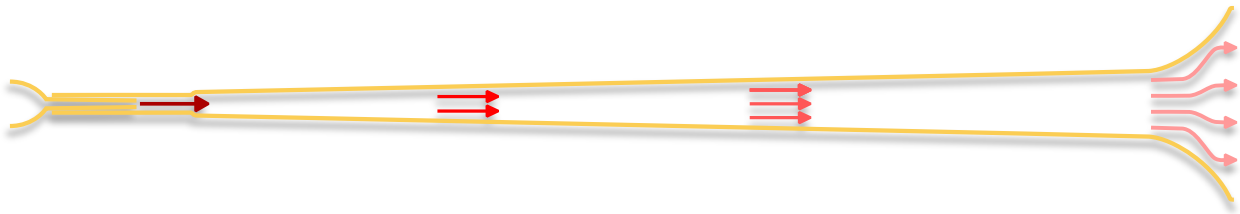
Yn achos offerynnau pren, dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwyr neu brofwch eich cynnyrch glanhau ar ddarn anamlwg o'r arwyneb yn gyntaf. Glanhewch y prif fannau cyffwrdd, gan gynnwys gwddf a byseddfwrdd gitâr, ffidil, soddgrwth ac ati. Efallai y byddwch yn dymuno glanhau man gorffwys yr ên ar ffidil neu fiola ond mwy na thebyg nad yw'n angenrheidiol (ni chredir bod chwys pur yn cario firysau). Dylai pen gwaelod bwa unrhyw offerynnau llinynnol â bwa hefyd gael ei lanhau.

Ar ôl pum diwrnod o beidio â'u chwarae neu'u defnyddio, bydd glanhau unrhyw offer neu gesys yn y ffordd arferol yn ddigonol.

Ystyriaethau arbennig: offerynnau chwyth

Mae pob offeryn sy'n cael ei chwythu â'r geg yn lledaenu defnyddiau dŵr, mawr a bach, i'r amgylchedd. Caiff aer gwlyb, o ysgyfaint y chwaraewr, ei wthio i mewn i'r offeryn o dan bwysedd ac mae hyn yn dadleoli'r aer sydd eisoes yn yr offeryn. Mae'r rhan fwyaf o chwythbrennau ac offerynnau pres yn fwy yn y gloch nag yng ngheg yr offeryn, felly mae'r aer yn arafu drwy'r offeryn, yn unol ag effaith Venturi.

⁴ Mae gan aloion copr-sinc (h.y. pres) nodweddion firwsleiddiol da a gallant ladd COVID-19 mewn pedair awr ond gallai lacrau amharu ar y broses hon. Sut bynnag, mae offerynnau myfyrwyr yn aml wedi'u gwneud o aloion eraill am resymau cost a phwysau, a gallai'r rhain fod yn llai effeithiol na phres. Mae angen i fetel arian fod mewn amgylchedd gwlyb er mwyn i'w nodweddion gwrthficrobaidd weithio, felly mae dal angen glanhau corff ac allweddau offerynnau sydd wedi'u harianblatio.



Mae arwynebedd cloch trymped, er enghraifft, tua 120 gwaith arwynebedd y bibell arweiniol, a 250 gwaith hynny yn achos trombôn, felly mae'r aer sy'n gadael yr offeryn yn wan iawn (fel y mae nifer o bobl wedi dangos ar-lein) ond mae defnynnau dŵr yn y ffrwd aer yn creu'r un peryglon o ran aerosolau a ffomid.

Nid cyflymder cerrynt yr aer yn gadael yr offeryn yw'r broblem: mae'r aerosolau'n cael eu codi a'u gwasgaru gan symudiad yr aer yn yr ystafell. Po uchaf a hiraf y caiff yr offeryn ei chwarae, a'r mwyaf o gyfranogwyr sydd, y mwyaf o ddefnynnau dŵr sy'n cael eu cynhyrchu a'r mwyaf yw'r risg o drosglwyddo'r firws.

Gorchuddion clychau

Yn ôl ymchwil Colorado, mae gorchuddion clychau'n effeithiol ar leihau'r aerosolau sy'n cael eu cynhyrchu, yn arbennig yn achos offerynnau pres. Mae'n yn gam rhad i'w gymryd a gallant gael eu gwneud gartref. Mae'r rhai gorau wedi'u gwneud o ddeunydd sydd â chyfraddiad MERV o 12 neu uwch.

Dŵr yn yr offeryn

Mae dŵr yn cyddwyso ym mhob offeryn chwyth (a dŵr wedi'i gyddwyso o anadl y chwaraewyr, nid poer, yw'r rhan fwyaf o'r dŵr mewn offerynnau). P'un a yw'n differu o'r gloch neu'n cael ei wagio o allwedd ddŵr, yn hytrach na gadael y dŵr yma ar lawr dylid ei gasglu gan ddefnyddio wad o bapur newydd, padiau cŵn bach neu botyn bach. Os ydych yn defnyddio potyn bach, gallech ychwanegu mymryn o hylif golchi llestri. Dylai pob chwaraewr waredu ei ddŵr ei hun.

Gall dŵr yn rhan uchaf yr offeryn redeg yn ôl i geg y chwaraewr, felly anogwch y chwaraewyr i beidio â dal yr offerynnau'n rhy uchel (fel sydd i'w weld weithiau mewn unawdau jazz). Dylai crwcyntau sacsoffon a basŵn gael eu glanhau'n ofalus ac aml iawn, gan fod ceg yr offeryn yn is na rhan uchaf y crwcynt.

Cegau offerynnau a brwyn

Yn ddelfrydol, ni ddylai ceg offeryn (*mouthpiece*) gael ei rhannu o gwbl. Os oes angen rhannu, wedyn bydd angen ei glanhau'n dda iawn rhwng chwaraewyr. Gall cegau offerynnau pres a rhannau plastig caled ar gegau clarinét neu sacsoffon gael eu glanhau mewn powlen o ddŵr a hylif golchi llestri. Peidiwch byth â suddo ceg fflwt (na phiccolo) mewn dŵr, am y bydd hyn yn effeithio ar gorcyn y pen a bydd yr offeryn yn chwarae allan o diwn.

Nid oes modd glanhau brwyn yn ddigonol, ac ni ddylid byth eu rhannu.

Recorderau, pibau ac ocarinâu

Nid oes angen llawer mwy o anadl i chwarae'r offerynnau hyn nag sydd angen i anadlu allan yn arferol. Yn yr ystafell ddosbarth mewn ysgol gynradd, mae'r amser 'chwythu' yn debygol o fod yn go fach. Gellid ystyried hyn wrth gynllunio camau lliniaru. Gall offerynnau plastig gael eu suddo mewn dŵr sebon i'w glanhau, a gall recorderau plastig gael eu rhoi ar rac uchaf peiriant golchi llestri, hyd yn oed.

Ffliwtiau

Er eu bod yn creu symudiad aer yn syth o flaen y chwaraewr ac i'r dde, yn ôl astudiaeth Colorado, nid ydynt yn creu llawer mwy o aerosolau nag offerynnau sydd ddim yn cael eu chwythu (mwy na thebyg am nad oes arwyneb dirgrymol gwlyb a fyddai'n chwalu'r defnynnau dŵr). Os ydych yn caniatáu pellter ychwanegol, cofiwch fod fflwtiau (ynghyd â phicolos a phibau) yn creu ffrydiau aer o flaen y chwaraewr ac i'r dde.

Pob chwythbren

Yn ogystal ag aer sy'n dod allan o'r pen, mae chwythbrennau yn gollwng aer, ac felly defnynnau dŵr, drwy dyllau'r bysedd, gan halogi dwylo'r chwaraewyr. Mae sicrhau hylendid dwylo da yn lliniaru hyn.

Ystyriaethau arbennig: offerynnau sydd ddim yn cael eu chwythu

Bydd chwaraewyr yn creu lefelau 'gorffwys' o aerosolau a defnynnau dŵr mwy o faint drwy anadlu a siarad. Bydd defnynnau mwy o faint yn disgyn ar offerynnau ac yn cael eu trosglwyddo i ddwylo'r chwaraewyr, felly trosglwyddo drwy gyffwrdd arwynebau yw'r brif risg fan yma, yn arbennig yn achos offerynnau sy'n cael eu defnyddio gan nifer o bobl, megis pianos ac offer taro mawr. Bydd sicrhau hylendid dwylo da yn lleihau'r risg.

Fel a nodwyd yn yr adran ar rannu offerynnau, bydd sicrhau bod y chwaraewyr yn defnyddio eu heitemau llai eu hunain, megis lidiau a ffyn, yn helpu i liniaru'r risg.

Atodiad A: Templed o Aseiad Risg Atodol Covid-19

Canllawiau a thempled

Sut i ddefnyddio'r templed hwn o aseiad risg

Mae'r templed hwn o aseiad risg wedi'i lunio ar gyfer unrhyw un sydd â chyfrifoldeb am greu cerddoriaeth mewn lleoliadau addysg. Mae'n awgrymu mesurau rheoli ac yn eich annog i feddwl am amgylchiadau lleol penodol. Noder nad ei fwriad yw cwmpasu'r holl risgiau sy'n gysylltiedig ag unrhyw weithgaredd: mae'n edrych ar fesurau ychwanegol i leihau trosglwyddo Covid-19 yn unig. Mae aseidiadau risg presennol yn dal i fod yn berthnasol.

Nid yw hon yn ddogfen gyflawn: rhaid i ddefnyddwyr addasu'r cynnwys i gyd-fynd ag amgylchiadau lleol a chydymffurfio â systemau rheoli diogelwch sefydliadau unigol. Mae cyfrifoldeb cyfreithiol am unrhyw weithgarwch yn perthyn i'r person neu'r sefydliad cyfrifol.

Aseu'r risgiau

Cofiwch fod aseu risg yn ymwneud â deall a rheoli peryglon, ac nad oes byth disgwyl iddo waredu pob posibilrwydd o niwed.

Y dull safonol yw nodi **risgiau y mae'n rhesymol y gellir eu rhagweld**. Rydym yn gwybod mai canlyniad eithafol yr haint hon yw marwolaeth neu niwed hirdymor i ieuchyd ond mae'r ddau'n ganlyniadau anarferol ymysg plant ac oedolion iau. Y risg y mae'n rhesymol y gellir ei rhagweld fan yma yw trosglwyddo firws Covid-19.

Os yw'r gweithgaredd yn digwydd mewn lleoliad ieuchyd neu ei fod yn hysbys bod gan gyfranogwyr anawsterau ieuchyd sylfaenol (anadlol yn arbennig), bydd angen i chi ystyried hyn ar lefel y gweithgarwch neu ar lefel unigol.

Dylai'r mesurau rheoli fod yn **rhesymol a chymesur**. Cofiwch y gallai fod mai'r person sy'n wynebu'r risg fwyaf yw'r oedolyn sy'n arwain y gweithgarwch: nid yw hyn yn ymwneud â'r plant yn unig. Gan fod cyfraddau marwolaeth yn cynyddu gydag oedran, gallai fod yn rhesymol a chymesur bod mwy neu lai o fesurau rheoli yn eu lle yn dibynnu ar eu hoedran ac yn bendant yn dibynnu ar eu ieuchyd yn gyffredinol.

Efallai na fydd angen i chi ateb pob ysgogiad a roddir fan yma; yn yr un modd, efallai y bydd ffactorau eraill i'w hystyried yn eich amgylchiadau unigryw chi, felly addaswch y tablau yn unol â hynny.

Mesurau rheoli

Gall llawer o'r mesurau rheoli fod yn rhad iawn i'w rhoi yn eu lle, os nad am ddim, felly ystyriwch fesurau ar sail ymddygiad neu weithdrefnau (System Waith Ddiogel) cyn nodi offer. Serch hynny, cofiwch gost amser staff, ac a fydd pobl yn defnyddio'r mesurau'n gyson yn y tymor hir.

Galluogi ac annog

Proses gadarnhaol yw aseu risg, sy'n galluogi i weithgarwch ddigwydd. Mae Music Mark a'i aelodau eisiau i blant allu greu cerddoriaeth. Peidio â chreu cerddoriaeth o gwbl yw'r peth mwyaf diogel, ond nid oes neb yn dymuno hynny, ac ni fyddai hynny hyd yn oed yn sicrhau na fydd neb yn dal y firws. Mae Music Mark yn gobeithio y bydd y ddogfen hon yn helpu addysgwyr cerddoriaeth i gyflwyno'r achos dros chwarae offerynnau cerdd a chanu mewn addysg, waeth beth yw ymagwedd y lleoliad at risg a'r amgylchiadau lleol.

Asesiad Risg Atodol Covid-19

Perchennog:	
Ymgynghoreion:	
Fersiwn:	
Dyddiad asesu:	Dyddiad adolygu (dim mwy nag 1 flwyddyn):

Disgrifiad o'r gweithgaredd

- Beth yw'r gweithgaredd?
- Pwy sy'n ei arwain a phwy sy'n cynorthwyo? Ystyriwch bob aelod o staff ac oedolyn sy'n bresennol.
- Pwy sy'n gyfrifol am yr oedolion? A ydynt yn gyflogeion, o asiantaeth trydydd parti neu wirfoddolwyr?
- I bwy mae'r gweithgaredd? Amcangyfrif o nifer y cyfranogwyr; ystod oedran; ystyriaethau eraill, e.e. AAAA
- Ble caiff ei gynnal? Rhowch syniad o faint y gofod a'r trefniadau awyru.
- Pa offer ac adnoddau sy'n cael eu defnyddio?

Cyfeiriadau at asesiadau risg cysylltiedig

Os oes asesiad risg eisoes yn bodoli ar gyfer y gweithgarwch hwn, cyfeiriwch ato fan yma.

Mesurau rheoli presennol

Dyma'r pethau rydych chi eisoes yn eu gwneud, neu sy'n rhan greiddiol o'r gweithgaredd, sy'n lleihau'r risgiau. Digon o le ac awyru yw'r pethau cyntaf i'w hystyried; i gael rhagor o awgrymiadau, gweler [Camau lliniaru eraill](#) uchod.

	Perygl	Risg i bwy?	Mesur(au) rheoli	Pwy sy'n gyfrifol?
1	Trosglwyddo drwy'r aer		Lle a chadw pellter	
2	Trosglwyddo drwy'r aer		Pa reolaeth sydd dros awyru? Y peth gorau yw awyru drwy'r gofod yn ysgafn. Ni ddylid defnyddio gwyntyllau sy'n ailgylchredeg hen aer.	
3	Trosglwyddo drwy'r aer		Efallai y bydd angen byrhau neu rannu gwersi ar gyfer chwaraewyr hŷn, mwy datblygedig, mewn ystafelloedd bach heb lawer o awyru.	
4	Trosglwyddo drwy'r aer			
5	Trosglwyddo ar arwyneb		Sut mae'r arfer o fyfyrwyr yn cyffwrdd ag offer (offerynnau, standiau, copïau...) y cael ei leihau neu'i waredu?	
6	Trosglwyddo ar arwyneb			
7	Trosglwyddo o berson i berson		A yw hyn yn risg yn eich cyd-destun chi? Mae'n fwyaf tebygol mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar ac AAAA lle mae angen darparu gofal personol.	
8				

Sgôr risg gychwynnol

Pa mor debygol yw'r gweithgaredd o arwain at niwed go iawn (1-5)?	
Pa mor ddifrifol fyddai'r canlyniadau (1-5)?	
Sgôr risg (tebygolrwydd x difrifoldeb)	

Tebygolrwydd	llai	5					
	mwy	4					
		3					
		2					
		1					
			1	2	3	4	5
		gwell		gwaeth			
		Difrifoldeb					

Mesurau rheoli ychwanegol

Mesurau newydd yw'r rhain sy'n cael eu nodi er mwyn lleihau sgôr y risg. Os yw sgôr y risg gychwynnol yn wyrdd, nid oes angen rhoi mesurau ychwanegol yn eu lle. Fel arfer, bydd yn haws (ac yn gwbl dderbyniol) lleihau'r tebygolrwydd o niwed yn hytrach na'r difrifoldeb.

Nid oes angen rhoi mesurau rheoli ychwanegol yn eu lle ar gyfer pob perygl a nodir. Rhowch flaenoriaeth i'r peryglon rydych wedi'u nodi a sicrhewch fod mesurau rheoli'n rhesymol a chymesur.

	Perygl	Risg i bwy?	Mesur(au) rheoli	Pwy sy'n gyfrifol?
1	Trosglwyddo drwy'r aer		A oes angen defnyddio sgrin blecsiglas neu sgrin godi dryloyw? Os oes, rhaid ei rhoi i'r naill ochr i'r ystafell yn ystod egwyliau awyru a rhaid ei glanhau'n rheolaidd.	
2	Trosglwyddo ar arwyneb		Bydd glanhau arwynebau cyffwrdd a chwarae yn dibynnu ar yr offeryn – gweler <i>Datgloi Cerddoriaeth</i> . Cofiwch fod pianos a drymiau yn offerynnau sy'n cael eu rhannu. Os yw'n berthnasol, nodwch sut bydd risgiau mewn perthynas â brwyn ac awyru allweddau dŵr yn cael eu lliniaru.	
3	Trosglwyddo drwy'r aer ac arwyneb		Sut mae rheoli'r cyfnewid rhwng gwersi? Bylchau o 5 munud fel nad yw grwpiau'n cwrdd â'i gilydd? Neu a yw'r gofod yn ddigon mawr fel nad oes angen poeni?	
4	Trosglwyddo drwy'r aer ac arwyneb		A yw'n briodol mabwysiadu neu addasu'r Cod Ymarfer a awgrymir ar gyfer staff sy'n ymweld?	
5	Trosglwyddo drwy'r aer ac arwyneb			
6	Trosglwyddo o berson i berson			

Sgôr risg weddilliol

Pa mor debygol yw'r gweithgaredd o arwain at niwed go iawn (1-5)?	
Pa mor ddifrifol fyddai'r canlyniadau (1-5)?	
Sgôr risg (tebygolrwydd x difrifoldeb)	

Tebygolrwydd	mwy	5					
		4					
		3					
		2					
	llai	1					
		1	2	3	4	5	
		gwell		gwaeth			
		Difrifoldeb					

Sgôr risg:	1-6	Gwyrdd	Monitwrch i sicrhau bod y mesurau rheoli'n cael eu gweithredu'n gyson a bod y sgôr yn parhau'n ddilys.
	8-12	Oren	Ceisiwch nodi mesurau rheoli ychwanegol i leihau'r risg. Sicrhewch fod y mesurau rheoli'n cael eu gweithredu'n gyson a cheisiwch wella erbyn yr adolygiad nesaf.
	15-25	Coch	Rhowch y gorau i'r gweithgarwch hwn hyd nes bod modd rhoi mesurau rheoli ychwanegol yn eu lle i reoli'r risg.

Dyddiad cyfathrebu i staff/gwirfoddolwyr: _____

Llofnod: _____ **Dyddiad:** _____

Enw: _____ **Swydd:** _____

Cofiwch:

- Mae hon yn ddogfen gyfreithiol: mae'n rhaid i chi wneud (neu sicrhau bod pobl sy'n gweithio i chi yn gwneud) yr hyn a ddwedwch ynddi.
- Rhaid i asesiadau risg gael eu hadolygu o leiaf yn flynyddol neu pan fydd digwyddiad yn codi, h.y. yn yr achos hwn, os bydd rhywun yn mynd yn sâl ar ôl cymryd rhan yn y gweithgaredd.
- At ddiben Iechyd a Diogelwch, os nad ydych wedi'i gofnodi, nid ydych wedi'i wneud.

Atodiad B: Cod ymarfer a argymhellir

i diwtoriaid cerddoriaeth peripatetig (sy'n ymweld) mewn ysgolion

1. Peidiwch â mynd i'r ysgol os ydych yn amau eich bod chi (neu unrhyw un sy'n byw gyda chi) yn dechrau dangos symptomau Coronavirus: dilynwch y gweithdrefnau hunanynysu.
2. Cadwch lygad ar wefan, dolenni newyddion, dyddiadur a chylchlythyrau'r ysgol er mwyn rhagweld unrhyw beth a allai darfu ar eich rhaglen addysgu. Gallai arbed taith a risg diangen i chi.
3. Cofrestrwch yn nerbynfaf'r ysgol wrth gyrraedd a diheintiwch eich dwylo'n drylwyr ar unwaith cyn mynd i mewn i'r ystafell addysgu.
4. Gofynnwch am asesiadau risg yr ysgol ar gyfer COVID-19 ac ar gyfer creu cerddoriaeth; holwch am unrhyw beth nad ydych yn ei ddeall a dilynwch y mesurau rheoli a nodwyd.
5. Darganfyddwch beth yw gweithdrefnau rheoli haint yr ysgol; dilynwch nhw a defnyddiwch unrhyw beth y mae'r ysgol yn barod i'w ddarparu er eich diogelwch.
6. Darganfyddwch, cyn bod angen i chi wybod, beth i'w wneud os byddwch chi neu ddisgyblion yn mynd yn sâl.
7. Os ydych yn meddwl bod plentyn yn dangos symptomau Coronafeirws, stopiwch y wers a mynegwch eich pryderon wrth yr ysgol ar unwaith.
8. Addysgwch y tu allan os yw'n ymarferol a bod y tywydd yn caniatáu hynny.
9. Cadwch bellter cymdeithasol oddi wrth staff a disgyblion yr ysgol gymaint ag sy'n rhesymol bosibl (ond peidiwch â defnyddio eich cesys offerynnau i orfodi hyn mewn coridorau cull!). Hyd yn oed os nad yw'n ofynnol, efallai y dymunwch ystyried gwisgo masg wrth symud o amgylch yr ysgol.
10. Os gallwch reoli sut mae pethau wedi'u gosod a'r awyru yn yr ystafell addysgu, trefnwch yr ystafell fel bod yr aer yn llifo oddi wrthyhych chi a'r disgybl(ion) ond nid ar draul ystyriaethau diogelu neu iechyd a diogelwch eraill: e.e. peidiwch â symud dodrefn neu offer trwm.
11. Os nad yw'r ystafell addysgu'n caniatáu cadw pellter digonol, esboniwch hyn wrth yr ysgol. Os nad oes dewis rhesymol arall yn cael ei gynnig, mewn ffordd foesgar gwrthodwch addysgu'r sesiwn honno er eich budd chi a'r disgyblion. Os oes gennych reolwr neu debyg, trafodwch y mater gyda hwy ar unwaith.
12. Efallai y byddwch yn ystyried gwisgo masg tra eich bod yn addysgu (wrth gwrs, bydd angen i athrawon canu, chwythbrennau ac offerynnau pres dynnu eu masg hwy er mwyn dangos).
13. Dylech osgoi cyffwrdd ag offerynnau'r disgyblion, yn arbennig cegau offerynnau. Cariwch fenig tafladwy a diheintydd dwylo gyda chi rhag ofn y bydd yn gwbl angenrheidiol i chi gyffwrdd â cheg offeryn, e.e. i osod brwynen.
14. Peidiwch byth â chwarae ar geg offeryn disgybl, na gadael iddynt hwy chwarae ar eich un chi.
15. Glynwch wrth yr amserlen a gytunwyd mor agos ag y gallwch yn rhesymol, ond dylech ddeall os oes yn rhaid iddi newid ar fyr rybudd.
16. Golchwch eich dwylo'n drylwyr cyn gadael yr ysgol, a gorau oll os mai'r dyna'r peth olaf a wnewch cyn llofnodi i adael.

Cyfeiriadau dethol

Ymchwil Prifysgol Colorado a gomisiynwyd gan y National Federation of State High School Associations (NFHS), College Band Directors National Association (CBDNA) a mwy na 125 o sefydliadau'r celfyddydau perfformio ("astudiaeth Colorado")

<https://www.nfhs.org/articles/unprecedented-international-coalition-led-by-performing-arts-organizations-to-commission-covid-19-study/>

Prifysgol Bryste, Prosiect ymchwil PERFORM (Particulate Respiratory Matter to Inform Guidance for the Safe Distancing of Performers in a COVID-19 Pandemic) ("ymchwil Costello")

<https://medicalxpress.com/news/2020-07-covid-stage.html>

<https://www.aerosol-cdt.ac.uk/covid-19/> (tudalen gysylltiedig sydd â dolenni i nifer o erthyglau)

Papur Ymchwil Cymdeithas Arweinyddion Corawl Prydain (ABCD) ar Effaith COVID 19 ar Weithgarwch Corawl gan yr Athro Martin Ashley, (Mehefin 2020)

https://www.abcd.org.uk/news/2020/06/abcd_publishes_research_paper_on_the_impact_of_COVID19

Chorus America, 'Singing and Reopening Safely in the Time of the Coronavirus', (Mai 2020)

<https://www.chorusamerica.org/resource/top-resource/singing-reopening-safely-time-coronavirus>

Chorus America, wedi'i gyflwyno mewn partneriaeth â'r National Association of Teachers of Singing (NATS) Gweminar YouTube, 'Singing: What we can do', (Ffrydiwyd 26 May 2020)

<https://www.youtube.com/watch?v=lhXpCQlpE3M>

Kähler a Hain, 'Singing in choirs and making music with wind instruments – Is that safe during the SARS-CoV-2 pandemic?' (2020)

https://www.unibw.de/lrt7-en/making_music_during_the_sars-cov-2_pandemic.pdf

Brass Bands England, 'Investigation into the Release of Respiratory Aerosols by Brass Instruments and Mitigation Measures with Respect to Covid-19' (Awst 2020)

<https://www.bbe.org.uk/news/04082020-1628/brass-bands-england-releases-laboratory-research-results>

<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.07.31.20165837v1> (papur llawn)

Pbone.co.uk, 'Coronavirus; keeping your Instruments clean', (Mawrth 2020)

<https://blog.pbone.co.uk/top-tips-for-taking-care-of-your-instruments>

Mae Warwick Music yn rhannu cyngor ar hylendid ac yn cynnig cegau offerynnau ychwanegol am ddim

National Federation of State High Schools Associations, 'Covid-19 Instrument Cleaning Guidelines' (2020)

<https://www.nfhs.org/articles/covid-19-instrument-cleaning-guidelines/>

Music Industries Association, 'Musical Instrument Hygiene' (Mai 2020)

<https://www.mia.org.uk/2020/05/getting-ready-to-re-open-our-music-shops-musical-instrument-hygiene2/>

ScienceAlert.com, 'How long does coronavirus live on surfaces?'

<https://www.sciencealert.com/how-long-does-coronavirus-last-on-surfaces>

Diolchiadau

Mae Music Mark yn eithriadol o ddiolchgar i'r holl benaethiaid, athrawon dosbarth a thiwtoriaid cerddoriaeth sydd wedi adolygu, fel cymheiriaid, ddrafftiau o'r canllaw hwn yn ei amryw rifynnau.

Hoffai Music Mark hefyd ddiolch i'r canlynol:

- Cydweithwyr o blith aelodau Music Mark a gyfrannodd at baratoi'r canllaw hwn a'r deunyddiau ategol
- Ein Cynrychiolwyr Rhanbarthol ac Aelodau'r Bwrdd
- Gary Griffiths
- Dr Gregory Place o LMC Swydd Nottingham
- Stephen Wick o'r Academi Gerdd Frenhinol ac Ysgol Purcell



The UK Association for Music Education – Music Mark
PO Box 800
WINCHESTER
SO23 3RY

info@musicmark.org.uk
www.musicmark.org.uk

www.CanDoMusic.org