Canllaw Chwilota'r Glannau Creigiog - Nodiadau Ychwanegol

<u>Cragen foch felen</u> Rwyt ti'n gallu adnabod y gragen foch felen ymhlith yr holl falwod eraill ar lan y môr oherwydd y rhych arbennig ar hyd ymyl y gragen. Mae'n gadael i'r dŵr ddod i mewn er mwyn anadlu wrth fwydo (tyllu i mewn i'w hysglyfaeth). Cigysyddion - bwyta cregyn llong, brennig a chregyn glas. Mae lliw eu cragen yn amrywio. Cregyn mwy trwchus i'w hamddiffyn ar lannau agored. Alli di weld ei hwyau hefyd?	<u>Sbwng oren</u> Mae i'w weld o dan gerrig mawr, o dan wymon ac mewn llefydd llaith fel bargodion a holltiadau. Mae'n hidlwr bwyd. Efallai y gweli di sbyngau eraill hefyd – mae yna rai o bob lliw a llun. Maen nhw'n grŵp llwyddiannus o anifeiliaid sy'n hen iawn (cyn y dinosoriaid!). Grŵp arall o anifeiliaid sy'n gallu edrych yn debyg i sbyngau yw'r chwistrellau môr.	<u>Gwichiad</u> Lliwiau amrywiol. Brown, gwyrdd, weithiau melyn llachar neu oren (cuddliw yw hwn – dalia ddarn o wymon i fyny ac edrych trwyddo – mae'n edrych yn felyn oddi tano). Mae gan wichiaid eraill ar y lan bigynnau pigfain, nid rhai gwastad. Galli di ddod o hyd i wichiaid garw (wedi eu gorchuddio â llinellau rhigolog) a gwichiaid bach ymhlith cregyn llong. Mae gwichiaid yn gallu selio'u hunain yn eu cregyn trwy gau'r 'drws', sef caead hirgrwn.	<u>Gwymon danheddog</u> Mae hwn i'w weld ar y lan waelodol, felly rhaid i'r llanw fod allan yn eithaf pell er mwyn i ti ei weld. Efallai y gweli di wymon coch yno hefyd (mewn bargodion mae yna un fel llinyn o selsig). Tu hwnt i'r gwymon danheddog mae yna fôr-wiail (pan fydd y llanw'n isel iawn). Uwchben gwymon danheddog mae yna wymon brown eraill fel gwymon codog mân a gwymon rhychog.	<u>Tiwblyngyren ddrumiog</u> Maen nhw'n galw'r rhain yn 'llyngyr tiwb past dannedd'! Lle da i ddod o hyd iddyn nhw yw dan y creigiau/cerrig mawr. Maen nhw hefyd i'w gweld ar gregyn. Mae'r mwydyn sy'n byw tu mewn yn hidlwr bwyd sy'n gwthio'i deimlyddion allan o'r twll i ddal ei fwyd (plancton gan fwyaf, a darnau bach sy'n nofio heibio).
<u>Llyfrothen benddu</u> Os wyt ti'n lwcus, galli di weld un o dan garreg fawr, mewn pwll trai neu mewn hollt dwfn, llaith (weithiau rwyt ti'n gallu gweld eu llygaid yn sgleinio!). Mae'n fath o lyfrothen. Mae yna rai eraill hefyd ond mae ganddyn nhw deimlyddion ar eu pennau! (e.e. llyfrothen Montagu yn y pyllau trai ar y lan uchaf sy'n bwydo ar goesau cregyn llong). Gall gnoi!	<u>Bara lawr</u> Galli di ei fwyta wedi ei goginio – ond nid yw'n syniad da bwyta'r gwymon hwn ar y traeth! Haenen wastad - brown neu borffor-goch - sy'n gorwedd ar ben creigiau, fel arfer mae llawer ohono yn yr un lle. Os nad oes bara lawr, wyt ti'n gallu gweld gwymon coch arall?	<u>Corgimwch</u> Maen nhw i'w gweld mewn pyllau trai a phyllau tywod (er, mae yna fwy o ferdys yn y rhain). Bydd yn ofalus! Paid â'u cadw mewn bwcedi am ormod o amser neu byddan nhw'n cynhesu gormod, a bydd unrhyw grancod a physgod yn y bwced yn eu bwyta!	<u>Cranc meudwy</u> Mae ei gorff yn feddal ac o siâp perffaith i ffitio tu mewn i gregyn troellog. Galli di wylio cranc meudwy yn symud o gragen i gragen os wyt ti'n rhoi digon o ddewis o gartrefi posibl mewn pwll iddo, ac yna'n gwylio'n amyneddgar ac yn dawel.	<u>Seren frau</u> Mae'n perthyn i'r seren fôr. Os wyt ti'n lwcus, fe allet ti ddod o hyd i un mewn holltiad ac o dan gerrig. Fel mae'r enw'n awgrymu, mae'n hawdd iawn eu torri! Paid â'u trafod os yn bosibl. Maen nhw'n gallu tyfu eu coesau a'u breichiau yn ôl fel pob seren fôr. Nid oes llygaid ganddynt ond maen nhw'n gallu synhwyro cemegau yn y dŵr.

Top môr porffor Mae yna dop môr llwyd hefyd ac mae ychydig yn fwy pwyntiog (ac nid oes streipiau porffor arno). Chwilia amdano yn y gwymon ac mewn pyllau. Mae'r gregynem (*mother of pearl)* tu mewn yn gyffredin i bob top môr.	Lleuen fôr Mae'n perthyn i fochyn y coed. Galli di ei gweld o dan gerrig mawr ac mewn llefydd llaith (bargodion, holltiadau efallai). Fel rhai o'r brennig, mae'r rhain yn bwydo ar wymon calchaidd (caled) mewn pyllau trai. Weithiau mae llau môr yn cael eu galw'n Gregyn Crysau Haearn gan fod 8 plât o gragen yn cloi at ei gilydd ar draws eu cefn.	Gwymon cwrel Galli di ei weld mewn pyllau trai ble mae'n gallu ffurfio 'tywarch'. Mae'n aml ar ymyl y pwll a phan fydd allan o'r dŵr mae'n troi'n wyn. Po fwyaf o olau sy'n cyrraedd y pwll, y mwyaf gwelw fydd y gwymon. Mae'n wymon sydd â rhannau calchaidd i'w strwythur ac mae hyn yn gwneud iddo deimlo'n galed.	Letysen fôr Galli di ei bwyta (ond rhaid ei golchi yn gyntaf!). Mae yna wymon gwyrdd, mwy llinynnog, sy'n perthyn iddi hefyd (ond nid yw'n cael ei fwyta fel arfer) ac mae'n cael ei weld yn aml ble mae'r dŵr croyw yn dod i mewn i safle (nid yw'n arbennig o hoff o ddŵr croyw, ond mae'n gallu goroesi yno er nad yw gwymon eraill yn gallu goroesi yno).	Anemone gleiniog Paid â'i brocio yn rhy galed! Edrych ar y cylch glas llachar tu mewn i'r teimlyddion. Yn y rhannau glas hyn mae yna gelloedd pigo i syfrdanu eu hysglyfaeth (peidiwch â phoeni, mae'r croen ar ein bysedd yn ddigon trwchus felly dydyn nhw ddim yn ein pigo ni). Anemone gleiniog tebyg, ond llai cyffredin, sydd i'w weld mewn mannau cysgodol, yw'r anemone mefus sydd â cholofn smotiog.
Brenigen Malwen â greddf i fynd adref! Mae'n pori ar wymon ifanc pan fydd y llanw i mewn ac yn mynd yn ôl i'r un man, sef y 'graith' gartref, pan fydd y llanw ar drai. Gall fyw hyd at 20 mlwydd oed. Wyt ti'n gallu gweld ei llwybr bwydo? (Mae'n ei wneud gyda'i 'thafod' sy'n crafu'r graig wrth iddi fwydo ar yr haenau tenau o wymon). Yr enw ar ei thafod yw Ysgrafell neu Radwla, a dyma strwythur biolegol cryfaf y byd. Rhaid iddo oroesi'r crafu cyson heb dreulio.	Llyngyren y dail gwyrdd Ysglyfaethwr gweddol gyffredin ar lannau creigiog sy'n bwydo ar anifeiliaid sydd wedi marw neu eu hanafu, fel cregyn llong a chregyn glas. Fel arfer mae'n byw mewn holltiadau, dan gerrig, ymhlith gludafaelion gwymon mawr ac ymhlith cregyn glas a chregyn llong.	Anemone nadreddog Chwilia yn y pyllau traeth ar y lan waelodol neu ganol – maen nhw mewn dŵr fel arfer. Bydd yn ddewr a theimlo'r teimlyddion gludiog! Mae'r rhai ag ymylon gwyrdd a phinc yn wyrdd am fod celloedd planhigion bach yn byw tu mewn i'w teimlyddion. Mae hon yn berthynas symbiotaidd. Mae'r planhigion (algâu) yn cael eu diogelu, a'r anemone yn cael 'egni'. Ei bŵer haul mewnol! Ceir math brown hefyd ond nid oes ganddo algâu symbiotaidd.	Cranc porslen Mae dod o hyd i granc gwahanol yn gallu ychwanegu amrywiaeth. Mae'r rhain i'w gweld yn aml dan gerrig mawr (edrych ar wyneb y graig). Mae gan grancod grafangau pinsio o faint gwahanol – mae un yn gwasgu a'r llall yn torri (fel cario eich cyllell a fforc eich hun). Gall ddiosg crafanc neu goes i dynnu sylw ysglyfaethwr sy'n ymosod a bydd yn tyfu nôl!	Cranc gwyrdd Bydd digon o'r rhain i'w gweld pan fydd plant o gwmpas! Paid â'u cadw mewn bwced yn rhy hir a phaid â gwastraffu dy amser yn ceisio dod o hyd i'r un mwyaf neu'r nifer fwyaf! Mae gan grancod gwrywaidd fflapiau cul, pwyntiog oddi tano ac mae gan fenywod rhai llydan, mwy crwn (er mwyn cario wyau). Alli di weld y ddau fath? Defnyddia dy fawd a dy fys canol i ddal ochrau'r gragen rhag ofn i ti gael dy binsio! Wrth ddal y top a'r gwaelod, gall y crafangau gyrraedd dy fys gwaelod.

Dros 100 o bwyntiau: rwyt yn chwilotwr glan môr swyddogol …..gwych – gwaith maths i'r chwilotwyr ifainc!

Dros 140 o bwyntiau: rwyt yn arbenigwr ar chwilota glan môr!

Datblygwyd y canllaw hwn gan **ACA Sir Benfro Forol**
www.PembrokeshireMarineSAC.org.uk

Mae'n ddiogel trafod yr holl fywyd môr sy'n cael sylw yma oni nodir yn wahanol. Os nad wyt yn gwybod beth ydyw, mae'n well peidio â chyffwrdd ag ef!

Rhagor o wybodaeth:

- Collins Guide to the Seashore, The FSC Rocky shore name trail.
- MarLIN (The Marine Life Information Network) ar-lein.