Sylweddau Sinistr
Gweithgareddau Dilynol ar gyfer Athrawon

Mae'r gweithgareddau dilynol ar gyfer Sylweddau Sinitr yn rhoi cyfleoedd i'r disgyblion gyflawni canlyniadau dysgu Cyfnod Allweddol 2 Isaf o'r Fframwaith ABCh i bobl ifanc rhwng 7 a 19 yng Nghymru a'r Fframwaith Llythrennedd a Rhifedd Cenedlaethol 2013. Nid yw'r gweithgareddau isod yn ddilynol ond yn hytrach yn ddewislen i athrawon.

TASG Gweithgaredd dilynol	Fframwaith Llythrennedd a Rhifedd	Cysylltiadau gyda'r Fframwaith ABCh i bobl ifanc rhwng 7 a 19 yng Nghymru	
		Sgiliau	**Ystod**
1. Gweithgaredd rhagarweiniol	Ll(Ll) s Ll(Ll)c&th Ll (D)d&d Ll (D)y&d	• Gwahaniaethu rhwng ffeithiau, cred a barn	• Deall effeithiau niweidiol tybaco, alcohol a sylweddau cyfreithlon ac anghyfreithlon arnynt hwy eu hunain ac ar bobl eraill.
2. Gweithgaredd graddio diemwntau	Ll(Ll) s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th Ll (D)d&d Ll (D)y&d	• Nodi cysylltiadau rhwng achos ac effaith • Gwrando'n astud, cwestiynu ac ymateb i eraill.	• Cymryd cyfrifoldeb cynyddol am gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac iach.
3. Chwarae rôl mewn cylch	Ll(Ll) s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th	• Gwrthsefyll pwysau cyfoedion ac ymddygiad na chroesewir • Mynegi eu teimladau a'u barn yn hyderus drwy ystod o ddulliau priodol	• Teimlo'n bositif am eu hunain ac yn sensitif at deimladau pobl eraill • Deall bod gan weithredoedd personol ganlyniadau
4. Ysgrifennu cerdd Sylweddau Sinistr	Ll(Ll) s Ll(Ll)g	• Mynegi eu	• Teimlo'n bositif am eu hunain ac

	Ll(Ll)c&th	teimladau a'u barn yn hyderus drwy ystod o ddulliau priodol	yn sensitif at deimladau pobl eraill
5. Poster Pŵer Disgybl	Ll(Ll) s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th	• Mynegi eu teimladau a'u barn yn hyderus drwy ystod o ddulliau priodol	• Deall effeithiau niweidiol tybaco, alcohol a sylweddau cyfreithlon ac anghyfreithlon arnynt hwy eu hunain ac ar bobl eraill.
6. Ysgrifennu stori (Sylweddau) Sinistr		• Mynegi eu teimladau a'u barn yn hyderus drwy ystod o ddulliau priodol	• Deall effeithiau niweidiol tybaco, alcohol a sylweddau cyfreithlon ac anghyfreithlon arnynt hwy eu hunain ac ar bobl eraill.

1. ***Gweithgaredd Rhagarweiniol***

Rhannwch y dosbarth yn grwpiau. Gofynnwch i'r disgyblion i lenwi'r taflenni gwaith mewn dull carwsél ac adrodd yn ôl ar eu hatebion i'r dosbarth i atgyfnerthu'r dysgu a 'chysylltu' gyda'r wers flaenorol. Gallwch brintio copïau o'r 'bocs siarad' (chatterbox) / gêm dweud ffortiwn (Adnodd 1b)a gall y disgyblion eu hadeiladu â chymorth. Gall y rhain hybu trafodaeth am y dysgu blaenorol yn y wers Sylweddau Sinistr. Gall y disgyblion hefyd gynllunio eu gêm dweud ffortiwn eu hunain er mwyn cyflwyno negeseuon allweddol am Sylweddau Sinistr o'r wers. I atgyfnerthu'r gwaith a wnaed yn ystod gwers y swyddog heddlu, defnyddiwch y taflenni gwaith (Adnodd 1a). Holwch y disgyblion :

- Faint wyddoch chi am ysmygu?
- Faint wyddoch chi am alcohol?
- Faint wyddoch chi am doddyddion?

2. ***Gweithgaredd Graddio Diemwntau***

a). Fel y trafodwyd yn y wers Sylweddau Sinistr, mae yn erbyn y Gyfraith i ysmygu mewn ceir gyda phlant dan 18 oed yn bresennol. Gofynnwch i'r plant weithio mewn grwpiau bychan i dasgu syniadau ynglŷn â pham eu bod yn meddwl fod y gyfraith wedi newid. Gofynnwch i bob grŵp rannu un syniad gyda gweddill y dosbarth.

b). Gofynnwch i'r plant weithio mewn parau i wneud y gweithgaredd graddio diemwntau gan ddefnyddio'r cardiau (2.a) a'r daflen (2.b) isod. Mae dwy set o gardiau wedi eu darparu ar gyfer gwahanol oedrannau neu wahanol lefelau llythrennedd. Gofynnwch i'r plant ddarllen pob un o'r datganiadau ynglŷn â pham ei bod yn erbyn y Gyfraith i ysmygu mewn ceir gyda phlant o dan 18 yn bresennol a phenderfynu pa rai yw'r mwyaf a'r lleiaf pwysig. Dylent osod y cardiau ar y daflen graddio diemwntau yn nhrefn pwysigrwydd. Diben yr ymarferiad hwn yw hybu trafodaeth am bwysigrwydd cymharol ystod o ffactorau. Mae siâp y diemwnt yn annog canolbwyntio at yr un ffactor bwysicaf, yna'r ddwy nesaf, y tair nesaf ac yn y blaen nes cyrraedd y ffactor lleiaf pwysig.

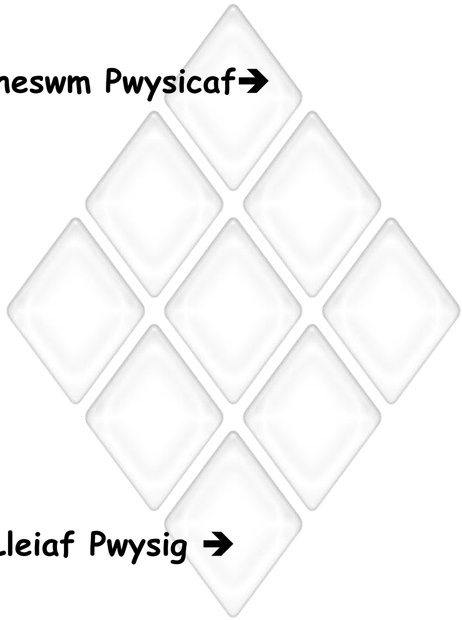
DATGANIADAU SYML AR GYFER EU DOSBARTHU

Mae plant dan 18 yn ddiogel rhag ysmygu goddefol.	Ni fydd plant gydag asthma yn mynd yn sâl.	Mae babanod heb eu geni yn ddiogel rhag mwg.
Ni fydd gwallt a dillad yn drewi.	Nid yw'ch ysgyfaint yn llenwi a thar.	Gall pob aelod o'r teulu anadlu aer glân.
Ni fydd plant yn gorfod anadlu nwyon cas.	Mae taith yn y car yn bleserus.	Mae plant yn dysgu nad yw ysmygu yn dda i chi.

DATGANIADAU MWY CYMHLETH AR GYFER EU DOSBARTHU

Gall plant dan 18 fynd allan heb boeni am ysmygu goddefol.	Nid oes yn rhaid i blant sydd ag asthma neu broblemau anadlu eraill boeni am ysmygu goddefol mwyach.	Gall menywod beichiog deithio a theimlo bod eu babanod heb eu geni yn ddiogel rhag mwg.
Mae gwahardd ysmygu mewn car yn golygu na fydd gwallt na dillad pobl yn drewi.	Ni fydd eich ysgyfaint yn llenwi â thar a Sylweddau Sinistr eraill.	Bydd pawb yn y teulu yn anadlu aer di-fwg.
Ni fydd plant yn gorfod anadlu	Bydd taith yn y car yn bleserus i'r teulu	Drwy wahardd ysmygu mewn ceir,

nwyon peryglus.	i gyd.	mae pawb yn gwybod nad yw ysmygu yn dda i chi.



c) Diweddglo - a oedd unrhyw rai o'r syniadau gwreiddiol a gafwyd yn y sesiwn tasgu syniadau i'w gweld ar y cardiau?
Cwblhewch yr ymarferiad fel dosbarth i drafod eu rhesymu.

- Wedi i'r plant orffen y dasg, gofynnwch i bâr rannu eu dewis uchaf gyda'r dosbarth gan roi rhesymau am eu dewis.
- Pwy arall sydd â hwnnw fel eu dewis cyntaf? A oedd yr un rhesymau ganddynt?
- Parhewch hyd nes y bydd dewis cyntaf pawb wedi ei drafod.
- Gofynnwch i bâr arall beth oedd eu dewis olaf a gofyn am resymau.
- Pwy arall sydd â hwnnw fel eu dewis olaf? A oedd yr un rhesymau ganddynt?
- Parhewch hyd nes y bydd dewis olaf pawb wedi ei drafod.
- A oes yna resymau gan y plant nad sydd ar y cardiau?

3. **Chwarae Rôl mewn Cylch** - I wneud y gweithgaredd hwn byddwch angen ystafell sy'n ddigon mawr i'r plant eistedd mewn cylch heb unrhyw fyrddau na chadeiriau

a) Rhannwch y dosbarth yn ei hanner, gydag un hanner i chwarae rôl y ***perswadwyr*** a'r hanner arall rôl y rhai sy'n ***gwrthsefyll***. Rhannwch y perswadwyr a'r rhai sy'n gwrthsefyll yn grwpiau o bedwar. Gofynnwch i'r perswadwyr feddwl am syniadau ynglŷn â sut i berswadio eraill i yfed alcohol neu ysmygu sigarét. *Bydd yr athro/athrawes yn dewis pa sylwedd i ganolbwyntio arno yn dibynnu ar y dosbarth a'r cyd-destun.* Gofynnwch i'r rhai sy'n gwrthsefyll i feddwl am syniadau ynglŷn â sut i wrthsefyll pan fydd ffrindiau yn ceisio eu

cael i yfed alcohol neu ysmygu sigarét. Dylai'r plant drafod eu syniadau ac efallai greu map meddwl o'u meddyliau.

b) Ail-grwpiwch y plant fel bod gan bob grŵp 2 berswadiwr a 2 sy'n gwrthsefyll. Gofynnwch i'r plant chwarae rôl sefyllfa pan fo dau blentyn yn ceisio perswadio dau blentyn arall i yfed neu ysmygu.
Mae hyn yn rhoi'r sail ar gyfer strwythur naratif, h.y. cymeriadau, lleoliad, plot, ayyb. Unwaith y bydd y plant wedi penderfynu ar eu sefyllfa dylent chwarae rôl o'r hyn sy'n digwydd. Yn y chwarae rôl dylent gyrraedd datrysiad er mwyn gorffen y naratif. Caniatewch 10-15 ar gyfer y cam hwn. Gofynnwch i grŵp o 4 wirfoddoli i berfformio eu chwarae rôl i weddill y dosbarth.

c) Diweddglo - Yn dilyn y sesiwn chwarae rôl gofynnwch i'r plant lunio grŵp newydd o bedwar a rhestru gyda'i gilydd gymaint o ffyrdd o ddweud 'na' ag y gallent gofio o'r chwarae rôl. Ffordd dda i wneud hyn yw rhoi rhif i'r plant, h.y. os oes 28 o blant yn y dosbarth rhifwch hwy o 1 i 7 a gofynnwch i bob rhif un eistedd gyda'i gilydd, pob rhif dau i eistedd gyda'i gilydd ac yn y blaen. Fel hyn bydd y plant yn cael y cyfle i weithio gydag eraill yn y dosbarth a deall bod hon yn ffordd ar hap o grwpio sydd yn deg. Mae hefyd yn syniad da gofyn iddynt enwebu un plentyn i wneud y cofnodi ar ran y grŵp. Yna bydd pob grŵp yn rhannu eu rhestr gyda gweddill y dosbarth. Gofynnwch i bob plentyn ddewis pa strategaeth y byddent fwyaf cyfforddus yn ei defnyddio os byddent yn cael cynnig alcohol neu sigarét Gofynnwch iddynt dynnu llun ohonynt eu hunain gyda swigen siarad yn dweud **'NA'** gan roi eu rheswm.

4. **Cerdd Sinistr -** Atgoffwch y dosbarth am y gerdd Sylweddau Sinistr ar ddiwedd gwers y Swyddog Heddlu Cymunedol Ysgolion. Darllenwch y gerdd (gan ddefnyddio adnodd 4) a thrafodwch y prif negeseuon. Rhannwch y disgyblion yn barau o dri neu bedwar. Trafodwch y geiriau allweddol o'r wers - Sylweddau, Tybaco, Alcohol a Thoddyddion. Gall y disgyblion daflu syniadau cyn ysgrifennu eu cerdd eu hunain. Fel arall, gellir ysgrifennu un gerdd fel dosbarth cyfan, gan ddefnyddio adborth o bob grŵp.5.
5. **Poster Pŵer Disgybl -** Gan ddefnyddio Adnodd 5, gofynnwch i'r disgyblion ddewis Alcohol, Tybaco neu doddyddion fel thema. Gofynnwch iddynt gynllunio poster yn amlinellu peryglon y sylwedd dan sylw. Gellir arddangos y poster yn yr ysgol, ar wefan yr ysgol, cylchlythyr rhieni, neu / a'i rannu ar-lein trwy drydar ar @Schoolbeat. Fel arall gellwch anfon copi i'ch Swyddog Heddlu Cymunedol Ysgol a fyddai wrth ei fod yn ei weld.

6. **Stori Sinistr** - gan ail greu steil y stori Sylweddau Sinistr, gofynnwch i'r disgyblion ysgrifennu eu stori Sylweddau Sinistr eu hunain. Rhannwch gyda rhieni a'r gymuned ysgol ehangach i ledaenu neges Sylweddau Sinistr ymhellach. Rhannwch ar-lein a thrydar ar @Schoolbeat.