Meddwl am Yfed
Gweithgareddau Dilynol ar gyfer Athrawon

Mae'r gweithgareddau dilynol ar gyfer Meddwl am Yfed yn rhoi cyfleoedd i'r disgyblion gyflawni canlyniadau dysgu Cyfnod Allweddol 3 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.

Meddwl am Yfed Gweithgaredd dilynol	Fframwaith Llythrennedd a Rhifedd	Cysylltiadau gyda'r Fframwaith ABCh i bobl ifanc rhwng 7 a 19 yng Nghymru	
		Sgiliau	**Ystod**
1. Gweithgareddau Rhagarweiniol Pam fod pobl yn yfed?	Ll(Ll)s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th	• Defnyddio peth gwybodaeth flaenorol i esbonio'r cysylltiadau rhwng achos ac effaith	• Sut i ddefnyddio alcohol yn gyfrifol a pheryglon yfed sbri
2. Herio Stereoteipiau	Ll(Ll)s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th Ll(Y)ydd	• Cyfathrebu teimladau a barn bersonol yn hyderus drwy ystod o wahanol ddulliau	• Sut i adnabod a herio mynegiant o ragfarn, hiliaeth a stereoteipio
3. Canlyniadau a Risgiau	Ll(Ll)s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th	• Defnyddio peth gwybodaeth flaenorol i esbonio'r cysylltiadau rhwng achos ac effaith • Ystyried safbwyntiau pobl eraill er mwyn llywio barn a gwneud penderfyniadau a dewisiadau cytbwys yn effeithiol	• Sut i ddefnyddio alcohol yn gyfrifol a pheryglon yfed sbri
4. Bingo Dynol	Ll(Ll)s Ll(Ll)g Ll(Ll)c&th	• Ystyried safbwyntiau pobl eraill er mwyn llywio barn a gwneud penderfyniadau a dewisiadau cytbwys yn effeithiol	• Sut i ddefnyddio alcohol yn gyfrifol a pheryglon yfed sbri
5. DVD Meddwl am Yfed	Ll(Ll)s Ll(Ll)g	• Mynegi barn yn glir a chyfiawnhau safbwynt	• Deall sut i ddefnyddio

	Ll(Ll)c&th	personol.	alcohol yn gyfrifol a pheryglon yfed sbri

1. <u>Gweithgaredd Pam fod pobl yn yfed?</u> Fel dosbarth, byrddio syniadau ynglŷn â'r rhesymau pam fod pobl ifanc yn yfed alcohol? Rhannwch y dosbarth yn grwpiau a rhowch adnoddau diemwnt naw (1) iddynt. Gofynnwch i bob grŵp drafod y rhesymau pam fod pobl ifanc yn yfed alcohol a chytuno ar drefn dylanwad pob ffactor gan roi'r mwyaf dylanwadol ar frig y diemwnt gyda'r lleiaf dylanwadol ar y gwaelod. Gellir ailadrodd yr ymarferiad hwn drwy gyfuno grwpiau i annog rhagor o drafod. Yn olaf gellir ei lenwi fel ymarferiad dosbarth cyfan gan ddefnyddio PowerPoint.

2. <u>Gweithgaredd Herio Stereoteipiau</u> – Rhowch naill ai ddarn o bapur plaen neu daflen amlinelliad corff (2) i bob person / pâr / grŵp a gofynnwch iddynt wneud braslun o berson sy'n ddibynnol ar alcohol. Gorffennwch y braslun drwy ddarlunio dillad, yn dangos oed a rhyw y person. Gofynnwch i'r dosbarth nodi gyda swigod siarad y risgiau, problemau a'r canlyniadau y gallai person dibynnol ar alcohol eu profi. Rhaid i bob grŵp ddod â'u llun i'r blaen ac esbonio beth maent wedi ei ddarlunio a pham eu bod wedi darlunio'r cymeriad yn y modd yma. Trafodwch gyda'r dosbarth pa broblemau y gallai person dibynnol ar alcohol eu cael. A ydynt wedi stereoteipio? Dangoswch ddetholiad o luniau wedi'u lamineiddio o bobl i'r dosbarth gael eu gweld a gofynnwch; pa rai maent hwy'n feddwl sy'n ddibynnol ar alcohol? Lluniau o bobl gyffredin ydynt i gyd. Nid oes yr un ohonynt yn bobl y gwyddir sy'n ddibynnol ar alcohol. Athro/athrawes i ysgogi'r drafodaeth.

3. <u>Gweithgaredd Canlyniadau a Risgiau</u> – rhannwch y dosbarth yn grwpiau o bedwar a rhowch un o'r taflenni gwaith ffotograffau (3a) sy'n dangos golygfa yn ymwneud ag alcohol i bob grŵp. Gofynnwch i bob grŵp ystyried y cwestiynau canlynol mewn perthynas â'u ffotograff: (3b)

    i. Beth ydych chi'n feddwl ddigwyddodd yn union cyn i'r llun gael ei dynnu?
    ii. Beth sy'n digwydd yn y llun?
    iii. Beth ydych chi'n feddwl fydd yn digwydd nesaf?
    iv. Beth ydych chi'n feddwl yw'r risgiau yn y sefyllfa hon?
    v. Beth ydych chi'n feddwl yw canlyniadau'r sefyllfa hon?
    vi. Beth allai pobl ifanc ei wneud i leihau'r peryglon a'r canlyniadau ar yr achlysur hwn?

    Gofynnwch i bob grŵp roi adborth i'r dosbarth ar gyfer trafodaeth gan ddefnyddio'r ffotograffau yn yr adnodd PowerPoint a ddarperir. (3c)

4. <u>Gweithgaredd Bingo Dynol</u> – Gweithgaredd dosbarth, cyflwynwch y gweithgaredd Bingo Dynol. Rhoddir dalen (4) i bob plentyn ac maent yn mynd o amgylch y dosbarth i ddod o hyd i rywun all ateb y cwestiwn. Dim ond unwaith y gall pob plentyn arwyddo ffurflen. Pan fydd y ddalen wedi'i llenwi mae'r plentyn yn eistedd lawr. Fel ymarferiad adborth dosbarth gall yr athro/athrawes gywiro unrhyw gamsyniadau. Gellir gwneud yr ymarferiad hwn ar ddechrau neu ar ddiwedd gwers, neu ar y dechrau ac ar y diwedd i asesu'r dysgu.

5. <u>DVD</u> – Mae gwers y swyddog yn cynnwys dau glip o'r DVD dwyieithog am ddim 'Meddwl am Yfed' sydd wedi ei rhoi am ddim i ysgolion uwchradd gan y BBC. Gellir atgyfnerthu'r gwaith gwreiddiol hwn drwy ddefnyddio'r clipiau eraill sydd i'w gweld ar y DVD, sef:

- Sefyllfa 2 - Rhyfel
- Sefyllfa 4 – Alcohol ar Brawf
- Sefyllfaoedd 5 a 6 – Parti Luke a Parti Zoe