

Rygbi Tag



Beth am chwarae?

- Trefnwch y plant yn ddau dîm o bump mewn 'gardd' fawr sydd wedi'i rhannu'n ddwy gan linell hanner, ac sydd â llinell gais ar bob pen
- Bydd tri aelod o bob fîm yn chwarae yn erbyn ei gilydd, a bydd pob fîm yn penodi hyfforddwr a dyfarnwr
- Bydd y tîmau'n taflu ceiniog i'r awyr i benderfynu pa dîm fydd yn dechrau gyda phas rhydd o'r llinell hanner. Bydd y fîm sy'n ymosod (y fîm â'r meddiant) yn anfon ac yn derbyn y bêl o'r naill i'r llall gan symud tuag at ei linell gais
- Caiff cais ei sgorio pan fydd chwaraewr â dau dag yn aros ar ei draed ac yn gosod y bêl i lawr dros y llinell gais. Os bydd chwaraewr ag un tag yn croesi'r llinell gais, bydd y fîm yn dod yn ôl 5m o'r llinell gais a bydd y plant yn parhau i gyfrif tagiau
- Ar ôl i un fîm sgorio, bydd y fîm arall yn aildechrau'r gêm gyda phas rhydd o'r llinell hanner. Bydd angen i'r plant benderfynu sawl pwynt gaiff eu rhoi am sgorio cais
- Er mwyn adennill y meddiant rhaid i'r fîm sy'n amddiffyn 'daclo' y gwrthwynebwy'r trwy dynnu tag oddi ar wrthwynebydd sy'n dal y bêl. Rhaid i'r chwaraewr sydd wedi'i dagio basio'r bêl ar unwaith (cyn cymryd tri cham)
- Rhaid i'r taclwr ddal y tag uwch ei ben a rhoi'r tag yn ôl i'w berchennog cyn parhau â'r chwarae
- Ar ôl i chwe chwaraewr gael eu tagio caiff y bêl ei 'throi drosodd' a'i rhoi i'r fîm a fu'n amddiffyn
- Bydd angen i'r plant benderfynu ar ffordd deg o newid chwaraewr o un rôl i'r llall
- Nid oes hawl taro neu basio'r bêl ymlaen. Rhoddir pas rhydd i'r gwrthwynebwy'r os bydd y fîm sydd â'r meddiant yn taro neu'n pasio'r bêl ymlaen. Rhaid i'r fîm sy'n amddiffyn aros o leiaf 5m i fwrdd wrth y chwaraewr sy'n cymryd y pas rhydd
- Nid oes hawl gan y plant daro yn erbyn ei gilydd. Rhoddir pas rhydd i'r gwrthwynebwy'r am droseddau megis cicio, rhoi hwp llaw neu flocio'r weithred o dagio





Geiriau allweddol

Ystywthder, cadw cydbwysedd, rheolaeth, sgiliau cydsymud, ymwybyddiaeth ofodol, cyflymder

Gwaith fïm, strategaethau a thactegau i fod yn fwy cyfrwys na'r gwrthwynebwyr

Cywirdeb, dal, pasio, ochrgamu, marcio, ymosod – dod o hyd i wagle, amddiffyn – lleihau'r gwagle/opsiynau

Traed chwim, dwylo chwim, meddwl yn chwim

Adnoddau

Marcwyr dros dro, conau, amrywiaeth o beli (gan gynnwys peli â chlychau), beltiau tag ac ati.

Diogelwch a threfn

Sicrhewch:

- fod yr arwyneb yn ddiogel ac yn rhydd o rwystrau
- bod digon o le gwag rhwng y 'gerddi'
- bod parthau ar gael ar gyfer plant sy'n defnyddio cadair olwyn neu fframiau fel y bo'n briodol
- bod y plant yn deall sut i dagio a gosod y tag yn ôl yn ddiogel
- na chaiff unrhyw dagiau eu gollwng ar y llawr

Cyfleoedd i:

- ddatblygu ystywthder, cydbwysedd a sgiliau cydsymud
- datblygu ymwybyddiaeth ofodol
- arddangos eu gwybodaeth, eu sgiliau a'u dealltwriaeth ar draws ystod o weithgareddau gyda rheolaeth a chywirdeb cyson
- disgrifio sut y maent yn teimlo wrth wneud gwahanol weithgareddau, a dangos rhywfaint o ddealltwriaeth o bwysigrwydd gweithgarwch corfforol i iechyd, ffirwydd a lles

Cwestiynau

- Pa mor deg roeddech chi'n chwarae, ac a oeddech chi'n dilyn y rheolau?
- Beth fyddwch chi'n ei fwynhau fwyaf – ymosod neu amddiffyn, a pham?
- Pa mor dda roedd eich fïm wedi cyfathrebu â'i gilydd pan oeddech chi'n ymosod/ amddiffyn?
- Beth fyddwch chi'n ceisio ei wella ar gyfer y tro nesaf?
- Pa sgiliau y byddwch chi'n eu hymarfer i fod yn fwy llwyddiannus y tro nesaf?
- Yn eich barn chi, pa mor hir y bydd yn ei gymryd i chi ddod yn fwy llwyddiannus?
- Beth wnaethoch chi i sicrhau eich bod yn cadw'r sgôr yn gywir?

Newidiadau i'r gweithgaredd

Newidiwch y canlynol:

Lle

- maint yr ardd – bydd yn anos ymosod ac yn haws amddiffyn mewn ardal lai o faint, a bydd y gwrthwyneb yn wir am ardal fwy o faint

Tasg

- y rheolau mewn perthynas â meddiant, e.e. rhaid symud y bêl o gwmpas y bol cyn ei thafllu, neu rhaid eistedd i lawer ar ôl tafllu'r bêl, rhaid pasio cyn pen tair eiliad, rhaid rhedeg allan i ymyl yr ardd ac yn ôl ar ôl ceisio tacllo

- y dull o sgorio ceisiau ac ati

Offer

- yr offer a ddefnyddir – defnyddio amrywiaeth o wahanol beli

Pobl

- nifer y plant sy'n chwarae, e.e. chwarae tri yn erbyn un er mwyn ymarfer pasio heb fod dan bwysau, neu chwarae â dau dîm o chwech er mwyn cynyddu'r pwysau
- y dull o newid rolau o fewn timau ac ati.

