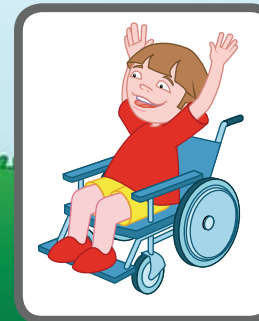
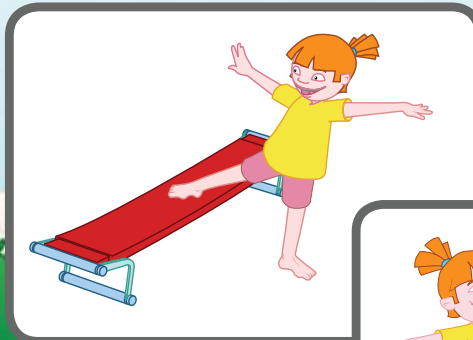


# Wrth iddynt wneud cynnydd

## Siapiau Siapus

### Beth am 'Chwarae i Ddysgu'?

- Anogwch y plant i archwilio'r canlynol:
- Cyflawni gweithrediadau cydbwysu a ysbrydolir gan y cardiau adnoddau
  - Cyflawni gweithrediadau cydbwysu ar gyfarpar isel, gan gynnwys gweithrediadau lle mae'r corff ar y cyfarpar yn gyfan gwbl neu lle mae'r corff ar y cyfarpar yn rhannol
  - Cysylltu gweithrediadau cydbwysu â gweithrediadau eraill, e.e. teithio a neidio
  - Creu cyfres fer o weithrediadau a gysylltir â'i gilydd ar y llawr. Ychwanegu cyfarpar bach/isel
  - Cyflwyno newidiadau o ran cyfeiriad yn eu gwaith ar ddilyniannau
  - Gwyllo plentyn arall a'i helpu i wella



### Adnoddau

- Marcwyr dros dro gan gynnwys rhai ar gyfer y dwylo a'r traed/marciau sialc
- Bagiau ffa
- Rhaffau
- Cylchoedd
- Matiau a byrddau ystwythder isel, estyll, ac ati
- Cardiau Adnoddau (rhifau, llythrennau, rhannau'r corff, lluniau)

### Cwestiynau

- Beth allwch chi ei wneud i'ch helpu i fod mor llongydd ag sy'n bosibl wrth i chi gadw cydbwysedd?
- Pa siâp rydych chi'n bwriadu rhoi cynnig arno y tro nesaf?
- Sut gwnaethoch chi gadw cydbwysedd ar y burdd ystwythder?
- Beth mae'n rhaid i chi ei wneud â'ch traed a bysedd eich traed os nad gdynt yn cyffwrdd â'r llawr?
- Ble arall gallech chi edrych wrth gyflawni'r weithred gydbwysu honno?
- Beth roeddech chi'n ei hoffi am weithrediadau cydbwysu eich partner? Sut gallai eich partner eu gwella? Siapiau llongydd, cryf, clir, bysedd y traed wedi'u hymestyn, ac ati
- Beth wnaethoch chi ei ddysgu o wyllo plant eraill?

### Geiriau allweddol

- Rheolaeth, sgiliau cydsymud, cydbwysedd, ymwybyddiaeth o'r corff
- Rhannau mawr y corff, rhannau bach y corff
- Cryf, llongydd, rhewi
- Mawr, bach, tal, llydan, cul, tenau, wedi cyrlio, wyneb i waered
- Cath Flin, Siâp Syth, Siâp Seren, Cadw Cydbwysedd ar un Droed
- Cerdedd, camau enfawr, camau bach iawn, cropian, milwyr yn cropian, llwynogod, rhedeg, neidio, rhoio, hercian, martsio, stampio
- Ymlaen, yn ôl, i'r ochr, uchel, isel, araf, cyflym
- Dros, o amgylch, y tu ôl i, y tu blaen i, wrth ochr, yn agos at, oddi wrth, tuag at, stopio, mynd, rhewi

### Cyfleoedd i:

- ddatblygu sgiliau cydsymud a rheolaeth gynyddol
- defnyddio cydbwysedd a llongyddwch yn eu gweithgareddau gymnasteg
- gwella'r hyn a wnânt, drwy wyllo a helpu eraill
- adnabod a defnyddio gwahanol ddarnau o offer

### Diogelwch a threfn

#### Sicrhewch:

- bod yr arwyneb yn lân ac yn rhydd o rwystrau
- bod y plant yn gweithio mewn 'gerddi' – dau ym mhob 'gardd'

# A allwch chi weld y plentyn?

- Yn datblygu sgiliau cydsymud a rheolaeth gynyddol?
- Yn defnyddio cydbwysedd a llonyddwch yn ei weithgareddau gymnasteg?
- Yn gwella'r hyn a wna, drwy wyllo a helpu eraill?
- Yn adnabod ac yn defnyddio gwahanol ddarnau o offer?

weithiau

gan amlaf

## Anogwch y plentyn i:

- gynnwys newidiadau o ran cyfeiriad a lefel yn ei ddilyniant
- creu dilyniannau hwy
- cynnwys ystod eang o gyfarpar bach yn ei waith ar ddilyniannau
- gweithio gyda phartner i berfformio dilyniant 'dilyn yr arweinydd'

## Anogwch y plentyn i:

- ymarfer gweithrediadau cydbwysu sylfaenol, gan ddefnyddio'r Cardiau Sgiliau Technegol
- cyflawni mwy o weithrediadau cydbwysu gan ddefnyddio rhannau mawr y corff
- cyflawni gweithrediadau cydbwysu ar fat
- edrych ar ffotograffau i'w helpu i adnabod agweddau y gellid eu gwella

## Cyfleoedd campus

- Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Lles ac Amrywiaeth Ddiwylliannol: Datblygiad personol – datblygu ymwybyddiaeth o'r hyn maen nhw'n ei wneud yn dda, a deall sut gallan nhw wella eu dysgu a defnyddio adborth i wella eu gwaith
- Sgiliau Iaith, Llythrennedd a Chyfathrebu: Llafaredd – siarad yn hyderus gan fynegi eu hunain yn eglur drwy ddewis geiriau'n furiadol