

Wrth iddynt ddefnyddio eu sgiliau

O Un Pen i'r Llall

Cerdyn gweithgareddau



Sport Wales
Chwaraeon Cymru



LOTTERY FUNDED
ARIENNIR GAN Y LOTERI

© Hawlfraint (Cyngor Chwaraeon Cymru) 2012. Cedwir pob hawl.

Wrth iddynt ddefnyddio eu sgiliau

O Un Pen i'r Llaw

Cerdyn gweithgareddau



Beth am chwarae?

- Trefnwch y plant yn ddau dîm o bump mewn un 'gardd' sydd wedi'i rhannu'n ddau barth
- Bydd un fîm yn ymosod a'r fîm arall yn amddiffyn
- Bydd pedwar plentyn yn chwarae yn erbyn dau ym mhob parth. Bydd dau amddiffynnwr yn aros ym mhob parth a cheir un swyddog o bob fîm. Bydd angen penderfynu ar ffordd deg o newid pwy sy'n chwarae rôl y swyddog
- Bydd y fîm sy'n ymosod yn dechrau ar ei linell derfyn, ac yn anfon ac yn derbyn y bêl rhwng aelodau'r fîm cyn symud i'r parth nesaf, gan sgorio ar/wrth y llinell derfyn ar y pen arall. Dim ond o'r tu mewn i'r hanner ar gyfer ymosod y gellir sgorio goliau
- Bydd yr amddiffynnwr yn ceisio rhyng-gipio'r bêl, ac os bydd yr amddiffynnwr yn ennill y meddiant byddant yn troi'n ymosodwyr ac yn anfon ac yn derbyn y bêl rhyngddynt i geisio sgorio. Bydd aelodau'r fîm a fu'n ymosod yn troi'n amddiffynnwr, a rhaid iddynt drefnu eu hunain yn ddiogel ac yn gyflym fel bod dau amddiffynnwr ym mhob parth
- Ar ôl i un fîm sgorio gôl, bydd y fîm arall yn aildechrau'r gêm o'r llinell derfyn
- Dylid newid yr amddiffynnwr a'r ymosodwyr drosodd
- Bydd angen i'r plant greu eu rheolau eu hunain ynghylch yr hyn y gall chwaraewyr ei wneud pan fydd y bêl yn eu meddiant, ac am ba hyd y gallant gael y meddiant. Beth fydd yn digwydd os aiff y bêl allan o'r 'ardd'/dros yr ystlys? Bydd angen i'r plant benderfynu ar y rheolau ar gyfer symud i'r parth nesaf, er enghraifft rhaid i bawb gyffwrdd â'r bêl cyn y gall y fîm symud i'r parth nesaf, neu dylid pasio'r bêl bump o weithiau cyn symud i'r parth nesaf, a phenderfynu a ellir symud y chwarae yn ôl i'r parth blaenorol ac ati.



WELSH FOOTBALL TRUST
YMDRODDOLAETH BEL-DROED CYMRU

