

Neidio Dros Jade

Adnoddau

- Marcwyr dros dro, marcwyr traed
- Ffyn mesur, tapiau mesur, sialc

Cwestiynau

- Sawl gwaith gallwch chi neidio dros smotyn heb lanio arno?
- Beth arall allan ni neidio drosto'n ddiogel?
- Sut rydych chi'n teimlo ar ôl bod yn neidio am dipyn?

Diogelwch a threfn

Sicrhewch:

- bod yr arwyneb yn lân ac yn rhydd o rwystrau
- bod yr arwyneb neidio'n gallu esmwytho'r glanio, e.e. trwy ddefnyddio matiau gymnasteg neu borfa
- bod y plant yn plygu eu pengliniau wrth lanio gan lanio fel pe baent yn gwneud 'naid broga'

Beth am 'Chwarae i Ddysgu'?

- Darparwch ystod o farcwyr iard chwarae a marcwyr/offer bach i'r plant neidio drostynt mewn amrywiaeth o ffyrdd (h.y. rhaffau, pyllau dychmygol, dwylo/traed/smotiau ruber)
- Anogwch y plant i ddangos amrywiaeth o siapiau yn yr awyr
- Ychwanegwch farcwyr traed cyn ac ar ôl y marcwyr eraill i ysgogi'r plant i neidio'n bell trwy neidio fel broga
- Defnyddiwch farcwyr dros dro fel dail lili, neu defnyddiwch raffau fel pyllau, teganau meddal fel clwydi, ac ati



Cyfleoedd i:

- feithrin rheolaeth gynyddol ar symudiadau mawr y corff
- neidio a glanio'n ddiogel

Geiriau allweddol

- Rheolaeth, sgiliau cydsymud, cydbwysedd
- Neidio a glanio
- Neidio fel broga

A allwch chi weld y plentyn?

- Yn meithrin rheolaeth gynyddol ar symudiadau mawr y corff?
- Yn neidio ac yn glanio'n ddiogel?

gan amlaf

weithiau

Anogwch y plentyn i:

- ddewis beth allai neidio drosto
- neidio i fyny ac i lawr yn yr unfan
- neidio dros gam bach iawn neu gam enfawr: Sawl naid sydd eu hangen arno i neidio dros gam enfawr?
- ymarfer neidio gan ddefnyddio'r Cardiau Sgiliau Technegol

Defnyddiwch gerddi, rapiau, rhigymau a chaneuon â symudiadau i annog y plant i neidio/ymarfer neidio

Anogwch y plentyn i:

- osod targed ar gyfer nifer y dail lili y gall neidio drostynt, neu nifer y pyllau y gall neidio i mewn iddynt
- amcangyfrif nifer y dail lili y gall neidio drostynt tra bod plentyn arall yn ysgrifennu ei enw, ac ati
- cyfuno dail lili a phyllau, ac ati

Defnyddiwch gerddi, rapiau, rhigymau a chaneuon â symudiadau er mwyn neidio i rythm

Cyfleoedd campus

- Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Lles ac Amrywiaeth Ddiwylliannol: Lles – deall, adnabod a disgrifio'r newidiadau sy'n digwydd i'w cyrff wrth iddynt wneud ymarfer corff
- Datblygiad Mathemategol: Amcangyfrif maint mesur; mesur gan ddefnyddio mesurau safonol ac ansafonol a dechrau deall y cysyniadau o 'lai' a 'mwy'