

Tennis Tag i Dimau



Beth am chwarae?

- Trefnwch y plant yn ddau dîm o ddau
 - Defnyddiwch farcwyr neu linellau i greu gardd a gaiff ei rhannu gan rwystr neu fwllch 'gwaharddedig'
 - Trefnwch fod dau blentyn (un o bob fîm) yn chwarae yn erbyn ei gilydd i ddechrau gyda'r ddau blentyn arall yn cadw'r sgôr
 - Y fîm cyntaf i sgorio deg pwynt fydd yn ennill
 - Gosodwch res o ddeg côn ar hyd ochr y cwrt i helpu'r plant i gadw'r sgôr (gofynnwch i'r plant droi un côn drosodd pan fydd un fîm wedi ennill pwynt)
- Bydd angen stopio ar ddiwedd pob pwynt a chytuno ar y sgôr cyn y pwynt nesaf
 - Ar ôl bob pedwar pwynt caiff y ddau blentyn eu 'tagio' wrth i'w cydchwaraewyr gymryd eu lle, a bydd y chwarae'n parhau. Bydd y sgôr yn cario ymlaen yn ddi-dor
 - Wedi i un fîm gyrraedd deg pwynt dylai'r plant ysgwyd llaw a'u gwrthwynebwy
 - Bydd angen i'r plant benderfynu sut i newid y tîmau drosodd er mwyn chwarae yn erbyn cynifer o dimau ag sy'n bosibl



Tennis Tag i Dimau



Geiriau allweddol

Rheolaeth, cadw cydbwysedd, sgiliau cydsymud, ymwybyddiaeth ofodol

Serfio, taro, folio, bownsio

Pwynt penderfynu, rali, pwyntiau, i mewn, allan, yr ochr dde, yr ochr chwith, fy ochr/hanner i, eich ochr/hanner chi, rhoi'r bêl mewn gwagle, onglau

Traed chwim, meddwl yn chwim, 'yn barod', 'yn effro', 'yn ymwybodol'

Adnoddau

Marcwyr dros dro, amrywiaeth o wahanol beli, gan gynnwys ffit-beli a batiau/racedi, ti batio, rhwydi isel, sialc

Diogelwch a threfn

Sicrhewch:

- fod yr arwyneb yn ddiogel ac yn rhydd o rwystrau
- bod digon o le gwag rhwng y 'gerddi'

Cyfleoedd i:

- wella sgiliau cydsymud rhwng y dwylo a'r llygaid
- datblygu strategaethau a thactegau i fod yn fwy cyfrwys na'r gwrthwynebwyr
- adnabod yr hyn sy'n gwneud sgil, syniad neu weithred yn llwyddiannus, a mynegi barn syml am eu perfformiad eu hunain a pherfformiad plant eraill, a defnyddio'r wybodaeth hon i gynllunio sut i wella
- cydweithio ag eraill a pharchu confensiynau chwarae teg

Cwestiynau

- Pam mae'n bwysig cadw'r sgôr yn gywir?
- Sut roeddech chi'n cofio o ba ochr i serfio?
- Pa sgiliau y mae angen i chi allu eu gwneud yn dda er mwyn cymryd rhan yn y gweithgaredd hwn?
- Beth fyddwch chi'n ei ymarfer er mwyn eich helpu i wella?
- Pam mae'n bwysig cael traed chwim er mwyn gwneud y gweithgaredd hwn?
- Beth hoffech chi ei wneud yn well y tro nesaf?
- Sut gallwch chi ennill pwyntiau yn y gêm hon?
- Ble yw'r lle gorau i roi'r bêl?

Newidiadau i'r gweithgaredd

Newidiwch y canlynol:

Lle

- maint y parthau – crëwch barthau mwy o faint, llai o faint neu o faint anghyfartal, rhai hir a thenau, rhai byr a llydan ac ati

Tasg

- y rheolau – sawl gwaith y mae'r bêl yn cael bownsio (yn enwedig ar gyfer plant sy'n cael anhawster cerdded neu blant sy'n defnyddio cadair olwyn), y dulliau o serfio, beth mae'n rhaid ei wneud ar ôl chwarae'r bêl – rhedeg allan o gwmpas côn, eistedd i lawr ac ati

Offer

- maint a chyflymder y peli a ddefnyddir, cyflwyno racedi, codi'r rhwydi'n uwch neu ledu'r bylchau

Pobl

- nifer y chwaraewyr ar bob ochr i'r rhwyd/bwlch, uno dau gwrnt â'i gilydd fel bod dau dîm o ddau yn chwarae yn erbyn ei gilydd gyda dyfarnwr a/neu hyfforddwr

