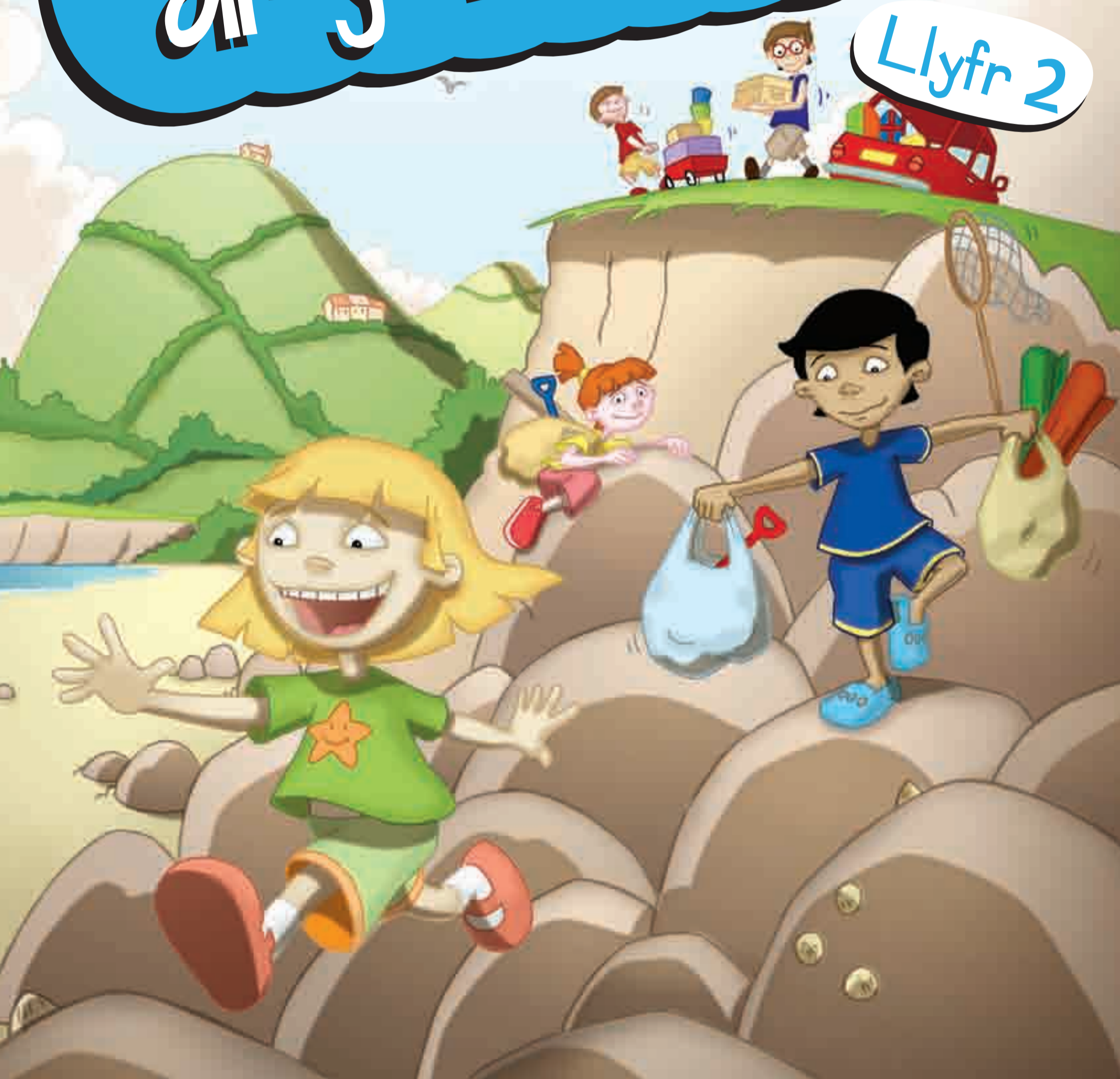


# Y Parti ar y Traeth

Llyfr 2



sports council wales  
cyngor chwaraeon cymru

Ariennir gan  
Lywodraeth Cynulliad Cymru  
Funded by  
Welsh Assembly Government



Play to  
Learn  
Chwarae  
i Ddysgu



chwarae • dysgu • tyfu  
play • learn • grow

Her  
Iechyd  
Cymru



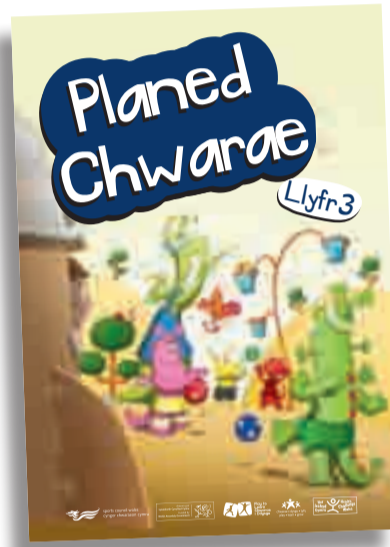
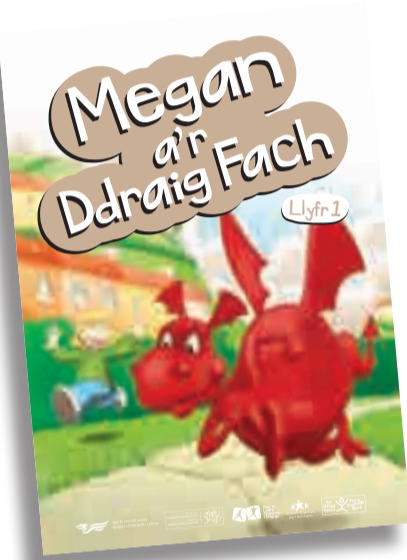
Health  
Challenge  
Wales



Play to  
Learn  
Chwarae  
i Ddysgu

Mae'r llyfr hwn yn rhan o'r adnodd 'Chwarae i Ddysgu' sydd wedi'i ysgrifennu i hybu gwaith cyflwyno Datblygiad Corfforol a Symud Creadigol yn y Cyfnod Sylfaen.

Nod y gyfres o lyfrau yw cymell plant i wneud gweithgareddau corfforol a dod yn fwy medrus. Tynnir sylw at ystod o sgiliau corfforol trwy'r straeon drwyddi draw er mwyn sicrhau dilyniant a pharhad.



Mae Llyfr 2 – Y Parti ar y Traeth yn datblygu'r sgiliau canlynol:

Symud

Rhedeg, Neidio a Glanio, Hercian, Neidio (pellter), Llamu, Sgipio

Rheoli'r Corff

Cadw cydbwysedd (ar un droed), Tynnu Gwrthrych, Ochrgamu

Trafod a Thrin

Rholio dan Ysgwydd, Taflu dan Ysgwydd, Cicio Pêl, Bounsio Pêl

Unwaith y byddwch chi wedi darllen y llyfr hwn, rydym yn gobeithio y byddwch chi'n helpu plant i archwilio symudiadau posibl mewn straeon eraill.

Diolchiadau

Ysgrifennwyd gan:

Jan Gadd

Sheila Meadows

Nia Richards a Sharne Watkins (Ysgol Addysg Caerdydd, UWIC)

ar y cyd â Chyngor Chwaraeon Cymru

Rheolwyd y prosiect a gwnaethpwyd y gwaith cyfarwyddo creadigol, dylunio a chynhyrchu gan:

Brand/68, [www.brand68.com](http://www.brand68.com). Darluniau gan Simon Bradbury

Cyfieithwyd gan:

Cyfaith, ar y cyd â Nia Richards (Ysgol Addysg Caerdydd, UWIC)

© Hawlfraint (Llywodraeth Cynulliad Cymru) 2009. Cedwir pob hawl.

Ni ellir atgynhyrchu unrhyw rannau o'r adnodd hwn, ac ni ellir eu storio mewn system adfer na'u trosglwyddo ar unrhyw ffurf neu mewn unrhyw fodd - boed yn electronig neu'n beiriannol, wedi'u llungopio, eu recordio neu fel arall - heb gael caniatâd ysgrifenedig o flaen llaw gan Lywodraeth Cynulliad Cymru.



sports council wales  
cyngor chwaraeon cymru



# Y Parti ar y Traeth

Llyfr 2



Roedd Tom yn edrych ymlaen yn eiddgar at gael mynd i'r traeth. Roedd Dad wedi addo'r parti pen-blwydd gorau erioed iddo!





Beth fyddai ei angen arnynt? Beth ddylen nhw fynd gyda nhw? Aethon nhw ati i bacio tywelion, pêl fawr, mat ac eli haul, heb anghofio bwcedi a rhofiau a rhwydi i ddal crancod. Fe bacion nhw bicnic hefyd (roedd yn rhaid cael picnic) ac, wrth gwrs, anghofion nhw ddim mo'r gacen pen-blwydd.

Roedd Aamir a Jade yn ei chael hi'n anodd cadw cydbwysedd wrth iddyn nhw ddringo dros greigiau mawr, â'u bagiau trwm yn eu tynnu i bob cyfeiriad. Llamodd Megan yn hawdd o un graig i'r llall, ond roedd yn rhaid i Tom a Dad dynnu'r cart y ffordd hir o amgylch y creigiau.



Neidiodd y plant i lawr o'r creigiau i'r tywod.  
"Gwyliwch fi'n sgipio!" gwaeddodd Aamir.  
Camu, hercian, camu, hercian, camu, hercian...  
"Rwyf ti'n dda," meddai Jade, "ond all di  
sgipio a throi o gwmpas?"



Daeth Megan o hyd i fan hyfryd ar bwys  
pwll glan môr mawr.

“Allwn ni fynd i lawr i’r môr?” gofynnodd  
Tom yn daer.

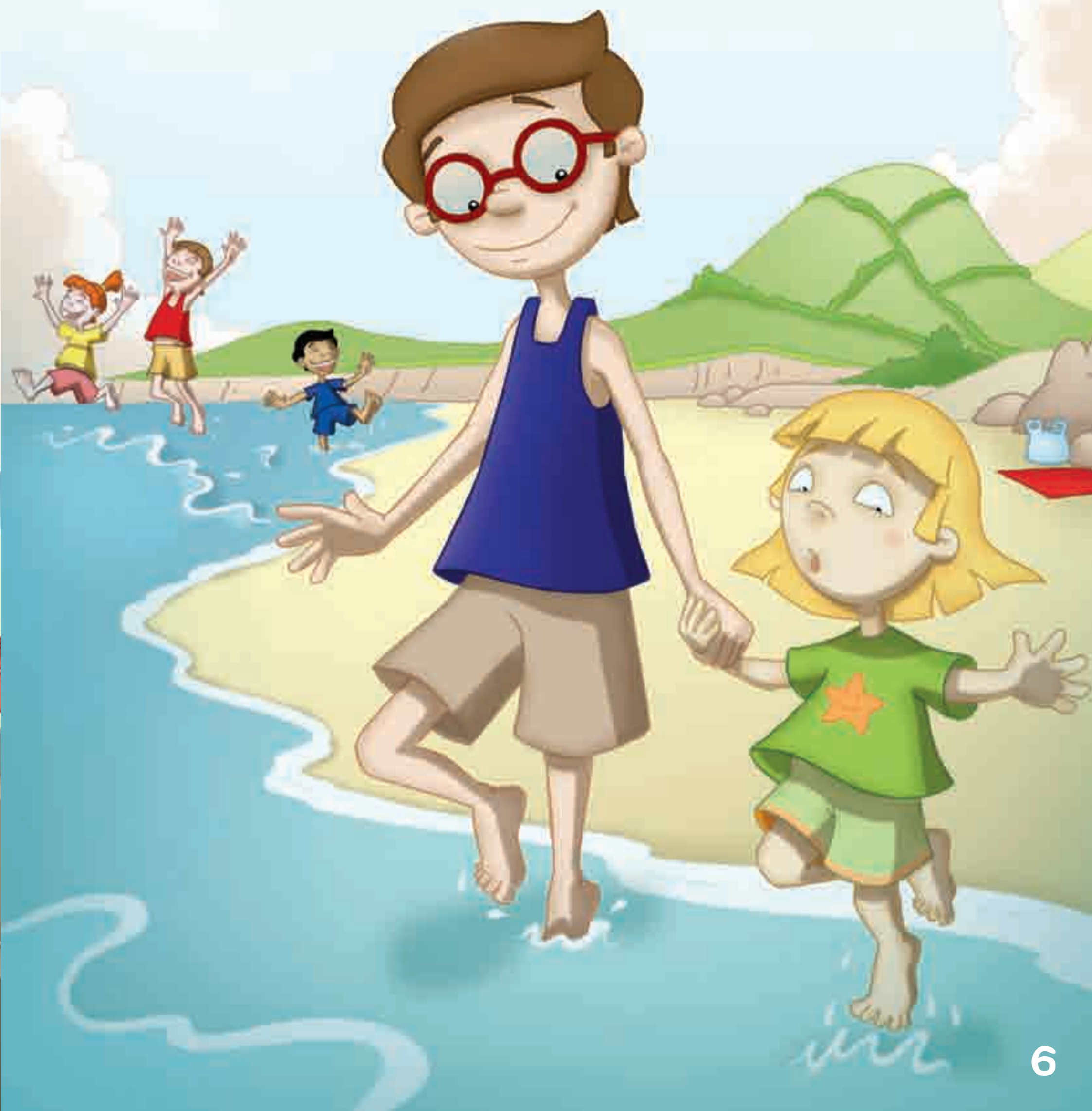
“Dim eto. Mae angen i ti roi eli haul ar dy  
groen,” meddai Dad.

Rhubiodd Tom yr eli dros ei gorff i gyd a rhedodd  
i lawr y traeth. Allai e ddim aros rhagor.





Rhedodd Tom i mewn i'r môr a neidiodd dros un o'r tonnau. Chwarddodd Aamir a Jade nerth eu pennau wrth iddyn nhw ymuno yn y neidio a'r llamu. Arhosodd Dad gyda Megan. "Mae'r dŵr yn rhy oer," swniodd wrth iddyn nhw hercian a sgipio a phadlo.



“Beth am dorri twll anferth a chodi castell mawr!” awgrymodd Aamir.

Cloddiodd a thyllodd y plant gan greu pentwr o dywod. Dechreuodd castell tywod anferth ffurfio a helpodd pawb ei gilydd i lanw'r ffos.



Yn sydyn, gwibiodd cranc o'r creigiau.  
Gwyliodd y plant mewn syndod wrth iddo  
sgrialu i'r ochr yn gyflym gan ddal ei  
grafangau yn uchel dros ei ben.

“Pam fod crancod yn cerdded i'r ochr?”  
gofynnodd Megan wrth iddi geisio  
copio'r cranc.



Aeth Dad ati i baratoi'r picnic.

“Mae'r holl neidio a chloddio wedi codi chwant bwyd arna' i,” meddai Tom gan stopio'n stond â'i wynt yn ei ddwrn.

Bwyfodd y plant bob farnaid o'r bwyd a chanu 'Pen-blwydd Hapus' i Tom wrth iddo chwythu'r canhwyllau ar ei gacen pen-blwydd a'i thorri.



Cyn gynted ag yr oedd y picnic wedi'i bacio i ffwrdd, roedd Tom yn ôl ar ei draed ac ar dân i chwarae.

“Allwn ni chwarae ‘Gêmau Olympaidd’ y traeth?” ymbiliodd. “R’yn ni bob amser yn chwarae ‘Gêmau Olympaidd’ y traeth.”

“Iawn, ond gwell chwarae gêm dawel i ddechrau nes bod eich cinio wedi setlo,” meddai Dad.



Llenwodd Tom y buchedi er mwyn cael chwarae 'Bwrw'r Buced'.

“Mae'n rhaid i ni **daflu** tair carreg gron i mewn i un buced,” meddai.

Tynnodd Dad linell yn y tywod er mwyn i bawb gael **taflu** o'r un man, ac anelodd y plant yn ofalus. Chwarddodd Megan am ben Tom. Roedd yn edrych yn ddoniol â'i dafod allan. Roedd Tom yn canolbwyntio mor galed!



“Mae’n amser i chwarae ‘Neidio Dros Jade’ nawr,” meddai Tom.

Jade oedd y talaf ohonyn nhw, felly gorweddodd i lawr yn y tywod a gwnaeth Dad linell wrth ei thraed a llinell arall wrth ei phen er mwyn i bawb geisio **neidio** o un llinell i’r llall. Dywedodd Tom ac Aamir y byddai’n fwy teg pe bai Megan yn cael dwy naid, a gyda hynny, gwnaeth Megan ddwy naid anferth a glaniodd ymhell y tu hwnt i farc unrhyw un arall.



“Iawn, ‘Bowlio Traeth’ amdani nawr!” meddai Tom.  
Roedd wrth ei fodd yn chwarae pob un o’r  
gêmau. Cydiodd Aamir yn y bêl glan môr a  
**bownsio** a bownsio a bownsio’r bêl. Gosododd  
Tom y bwcedi yn eu lle a thynnodd Dad y llinell.





Cydiodd Tom yn y bêl yn barod, gan bwysu a mesur sut i'w rhoio. Roedd y gwynt yn rhy gryf a chwythodd y bêl fel ei bod yn rhoio ac yn bounsio i ffwrdd.

“Ar ei hôl hi!” sgrechiodd Tom wrth iddyn nhw redeg, ochrgamu a gwau eu ffordd ar draws y traeth.



Tro Jade oedd hi nesaf, ond digwyddodd yr un peth eto.

“Dyw hyn yn dda i ddim,” ochneidiodd Tom.  
“Beth am geisio **cicio’r bêl yn lle?**”

Ciciodd Aamir y bêl mor galed ag y gallai, ond chwythodd y gwynt y bêl eto.

“Does dim pwynt chwarae’r gêm ’ma heddi!” cwynodd Aamir.



“Peidiwch â phoeni,” dywedodd Dad. “Rwy’n credu ei bod hi’n bryd i Tom gael ei anrheg pen-blwydd.”

“Diolch, Dad,” meddai Tom wrth iddo agor ei anrheg yn awyddus. Barcud coch, hardd oedd e!

“Dewch i ni geisio ei hedfan!” gwaeddodd Tom, a thaflodd y barcud i fyny i’r awyr yn falch.

“Rhed a thynna, a rho bluc i’r llinyn,” gwaeddodd Dad.

Dawnsiodd y barcud, a gwibiodd yn yr awel, gan greu patrymau yn yr awyr.



Dechreuodd y gwynt godi ac roedd Tom a'r barcud yn brwydro yn ei erbyn. Troellodd a disgynnodd y barcud a disgynnodd a throellodd wrth i Tom dynnu'r llinyn yn dynn.

Yn sydyn, rhoddodd y barcud blwc a SNAP! Torrodd y llinyn gan ryddhau'r barcud i'r awyr.



Hedfanodd y barcud yn rhydd i fyny i'r awyr, gan ostwng a dawnsio a chwyrlio a hyrddio, yn gynt ac yn gynt. Roedd y plant yn teimlo'n benysgafn wrth wyllo'r barcud, ond gwenodd Megan i'w hun wrth i symudiad y barcud ei hatgoffa o'r ddraig fach.

Wrth i'r barcud hedfan allan o'u golwg, meddyliodd y plant tybed i ble y byddai'n mynd ac a fyddai'n dod yn ôl byth.

