



## Cyflwyniad

**Ni ddylai'r agweddau isod (rhyngweithiadau, gofodau a phrofiadau) gael eu gweld fel meysydd annibynnol i'w hystyried. Yn hytrach, dylid eu hystyried gyda'i gilydd i greu amgylchedd dysgu effeithiol i blant.**

Dylai ymarferwyr fod yn effro i gyfleoedd lleol ystyrion a pherthnasol i ategu dealltwriaeth y plant o ddiogelwch dŵr wrth iddynt godi yn eu profiadau chwarae neu eu profiadau o fywyd go iawn.

Gellid defnyddio'r awgrymiadau isod, o ran rhyngweithiadau, gofodau a phrofiadau, pan fydd y cyfleoedd yn codi, ac nid ydynt yn rhestr gynhwysfawr. Gallent hefyd ategu dealltwriaeth a defnydd plant o ddulliau risg-budd yn fwy cyffredinol.

Pan na fydd cyfleoedd yn codi'n naturiol, dylai ymarferwyr gynllunio'n fwriadol i ategu ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o'r agweddau a awgrymir isod, neu drwy ddefnyddio adnoddau a ddatblygwyd gan ymarferwyr eraill, gan gymryd i ystyriaeth y negeseuon allweddol ac anghenion a diddordebau penodol y plant.

O gofio'r ystod eang o gyfnodau datblygiadol ymysg plant ar draws y lefel gynnar, dylai ymarferwyr ddefnyddio'u barn broffesiynol ynghylch sut y dylid cyflwyno profiadau a chefnogaeth.

## Amcanion Dysgu

**Lles:** Byddwch yn ymwybodol o unrhyw ddigwyddiadau neu farwolaethau diweddar yn yr ardal leol yn gysylltiedig â dŵr.

Efallai yr hoffai ymarferwyr gyfeirio at adnoddau Cam Cynnydd 2 o ran gwahaniaethu. Mae'r gweithgareddau isod yn hyblyg ac efallai yr hoffai ymarferwyr eu diwygio i gyd-fynd â'r dull cyflwyno. Gellir tynnu gweithgareddau a'u defnyddio fel gwaith cartref neu weithgareddau estyn. Mae'r holl weithgareddau yn canolbwyntio ar y Cod Diogelwch Dŵr pedwar-cam.

**Offer angenrheidiol:**

Strwythur y wers

## Cysylltiadau â'r Cwricwlwm i Gymru:

### Iechyd a Lles

**Mae'r ffordd rydym yn gwneud penderfyniadau yn effeithio ar ansawdd ein bywydau ni a bywydau eraill.**

- Rwy'n gallu gwneud penderfyniadau yn seiliedig ar yr hyn rwy'n ei hoffi ac nad wyf yn ei hoffi
- Rwyf wedi datblygu ymwybyddiaeth y gall fy mhenderfyniadau effeithio arnaf i ac ar bobl eraill
- Mae gen i ddealltwriaeth y gall pethau fod yn ddiogel neu'n anniogel.

### Mae datblygu iechyd a lles y corff yn arwain at fuddiannau gydol oes

- Mae gen i'r hyder a'r cymhelliant i symud mewn gwahanol ffordd ac rwy'n dechrau datblygu rheolaeth dros symudiadau echddygol bras a symudiadau echddygol manwl mewn gwahanol amgylcheddau, gan symud yn ddiogel mewn ymateb i gyfarwyddiadau
- Rwy'n dechrau adnabod rhai o'r ymddygiadau, amodau a sefyllfaoedd sy'n effeithio ar fy iechyd corfforol a'm lles ac rwy'n dechrau gwybod sut i ymateb a chael help.



**Mae'r ffordd rydym yn ymwneud â dylanwadau cymdeithasol yn siapio pwy ydyn ni, ac yn effeithio ar ein hiechyd a'n lles.**

- Rwy'n gallu dangos gofal a pharch at eraill.

**Mae cydberthnasau iach yn hanfodol ar gyfer ein lles**

- Rwy'n dechrau cydnabod ymddygiad diogel ac anniogel mewn perthnasoedd.

**Y Dyniaethau**

**Mae ein byd naturiol yn amrywiol a deinamig, wedi'i ddylanwadu gan brosesau a gweithredoedd dynol**

- Rwy'n dechrau adnabod yr effeithiau rwyf yn eu cael ar y byd naturiol
- Mae gen i brofiad uniongyrchol o'r byd naturiol ac rwy'n dechrau adnabod lleoedd sy'n gyfarwydd i mi.

**Rhyngweithiadau**

**Negeseuon allweddol**

**Stopiwch a Meddylwch** – Dŵr, Aros yn ddiogel, Oer, Cynnes, Crynu

**Arhoswch gyda'ch gilydd** – Arhoswch yn agos at oedolyn/rhiant/gwarcheidwad

**Arnofiwch** – Arnofio, Ymlaciwch/peidiwch â chynhyrfu

**Ffoniwch 999 mewn argyfwng** – Help

- Gall dŵr fod yn oer iawn, a all fod yn beryglus Mae'n anodd gwybod pa mor ddwfn yw'r dŵr
- Weithiau mae arwyddion wrth ymyl dŵr sy'n dweud wrthon ni am beryglon – maen nhw yno i'n cadw ni'n ddiogel
- Mae gan rai traethau faneri i ddweud wrthon ni am sut i gadw'n ddiogel yn y dŵr Peidiwch byth â mynd yn agos at y dŵr heb oedolyn i'ch helpu
- Os gwelwch chi rywun mewn trafferthion yn y dŵr, mae angen i chi neu oedolyn ffonio 999

**Lleoliad**

Profiadau dysgu dan do neu yn yr awyr agored sy'n hybu dysgu a meddwl am bwnc diogelwch dŵr.

**Profiadau**

Ystod o weithgareddau ac adnoddau yr awgrymir y gellid eu defnyddio ar gyfer cynllunio ymatebol a bwriadol.

**Ban geirfa**

- |           |              |          |   |
|-----------|--------------|----------|---|
| • Dŵr     | • Llyn       | • Help   | • Trafferth (mewn perthynas â dŵr: perygl / peryglon) |
| • Chwarae | • Pwll       | • Diogel |   |
| • Fun     | • Camlas     | • Dwfn   |   |
| • Traeth  | • Bag traeth | • Perygl |   |
| • Afon    | • Stop       |          |   |



<b>Awgrymiadau ar gyfer profiad i'w weld/arwain ynghylch dŵr/diogelwch dŵr:</b> Trafod natur dŵr, h.y. sut mae pethau'n arnofio ac yn suddo, ac yn ymwneud â'ch diogelwch chi'ch hun a diogelwch pobl eraill.	<b>Awgrymiadau ar gyfer adnoddau a dolenni</b>
<b>Llyfr/Cân</b>	Quack Quack – Take two steps back - <b>Cân/Llyfr Ymddiriedolaeth y Camlesi a'r Afonydd</b> – ( <i>I ddysgu Stopiwch a Meddylwch</i> )
<b>Taflen waith</b>	RNLI – <b>Taflen waith Is this safe/Spot the Dangers</b> ( <i>I ddysgu Stopiwch a Meddylwch</i> )
<b>Twba llafar</b>	Mae twba siarad yn focs llawn amrywiaeth o eitemau am bwnc penodol. Mae'r plant yn tynnu pob eitem un ar y tro a'u harchwilio'n llawn, ac yn cael amser i ymchwilio a thrafod pob un. <b>Awgrymiadau ar gyfer eitemau:</b> cregyn, potel ddŵr, esgidiau glaw, jar o dywod, pêl draeth, het, eli haul, bwced a rhaw.
<b>Trafodaeth – Teganau chwythu i fyny</b>	<b>Defnyddio teganau chwythu i fyny yn ddiogel</b> – beth sy'n addas ar gyfer y pwll ac ar gyfer y môr? (Sut i'w defnyddio'n ddiogel – sylwch: mae teganau chwythu i fyny ar gyfer pyllau nofio yn unig a bob amser dan oruchwyliaeth ac ni ddylid byth fynd â nhw i'r traeth.)
<b>Mapio'r meddwl</b>	<b>Beth mae'r plant yn ei wybod yn barod am bwnc diogelwch dŵr a beth maen nhw eisiau ei ddysgu?</b> Ysgogiadau: Pa weithgareddau rydych chi'n hoffi eu gwneud yn y dŵr? Ble gallwch chi ddod o hyd i ddŵr? Pa anifeiliaid sy'n byw yn y dŵr? Beth gallech chi ei ddarganfod o dan y dŵr? Cysylltiad â 'Stopiwch a Meddylwch'. Er enghraifft: Pwy sy'n mynd i'r dŵr? Pa anifeiliaid sy'n mynd i'r dŵr? Beth yw'r peryglon? Beth gallech chi ei ddarganfod o dan y dŵr?
<b>Profiadau awyr agored</b>	<b>Ewch â'r plant am dro i'ch parc/traeth/gardd/pwll nofio lleol.</b> Defnyddiwch hyn fel cyfle i ymgysylltu â'r amgylchedd a thrafod pam mae'n bwysig aros gyda'ch gilydd ac aros yn agos pan fyddwch chi allan, yn enwedig pan fyddwch yn agos at ddŵr. Gellir cymharu hyn â phwysigrwydd aros gyda'ch gilydd a dal dwylo pan fyddwch yn agos at y ffordd, neu mewn maes parcio prysur, er enghraifft



## Gofodau

Yr hyn y gallech chi ei sefydlu

Space (adapting the learning environment to create experiences that connect to water safety and related topics)	Awgrymiadau ar gyfer adnoddau a dolenni
<b>Bag traeth: cornel adnoddau a gweithgareddau sy'n gysylltiedig â dŵr</b>	<p>Gellir defnyddio bag traeth i hybu sgysiau am ddiogelwch dŵr a'r amgylcheddau lle gallech ddod ar draws dŵr. Gallwch ddefnyddio'r eitemau, fesul un, i ganolbwyntio ar beth yw'r eitem, beth mae'n ei wneud, a sut y gellid ei ddefnyddio. Gall trafodaeth ysgogi'r plant i ofyn cwestiynau ychwanegol y gellir ymchwilio iddynt gyda'i gilydd. Anogwch y plant i adnabod a rhannu'r hyn maen nhw wedi'i ddysgu.</p> <p>Mae'r awgrymiadau ar gyfer eitemau yn cynnwys y rhai a welir yn aml ar y traeth, ac eitemau y byddech chi'n dod â nhw i'r traeth: het, potel ddŵr, eli haul, esgidiau glaw, siwmpwr, bwced a rhaw.</p>
<b>Gorsaf neu fwrdd dŵr</b>	<p>Ychwanegwch ddeunyddiau chwarae dŵr sy'n ategu dealltwriaeth o arnofio a suddo.</p> <p>Defnyddiwch ddoliau i ddangos ymdrochi diogel yn y bath.</p>
<b>Llecyn Llyfrau/Llyfrgell</b>	<p>Straeon am ymweliadau â phobl sy'n ein helpu, yn benodol o amgylch dŵr. Llyfrau ffeithiol am ddŵr a diogelwch dŵr.</p>
<b>Llecyn gwisgo i fyny</b>	<p>Eitemau sy'n gysylltiedig â: Swyddogion Heddlu, Swyddogion Tân, Gwylwyr y Glannau, Achubwyr Bywyd ac eitemau eraill sy'n gysylltiedig â phobl sy'n ein helpu.</p>
<b>Cornel celf a chrefft</b>	<p>Poster/ffotograffau o dirweddau gyda dŵr i ysbrydoli gwaith celf y plant. Mynediad at baent a chyfryngau eraill mewn ystod o arlliwiau o liwiau priodol.</p>
<b>Arddangosiadau</b>	<p>Byrddau arddangos sy'n cynnwys geiriau allweddol a'r Cod Diogelwch Dŵr. Arddangosfa gyda'r canlynol: Cod Diogelwch Dŵr neu'r adran 'Stopiwch a Meddylwch', lluniau o offer diogelwch dŵr, e.e. siacedi achub, bwiau, cregyn, baneri traeth, eli haul, esgidiau glaw.</p> <p>Dadansoddwch iaith y Cod Diogelwch Dŵr – defnyddiwch god darluniadol.</p>