Amser Cylch
Cyfnod Sylfaen/ Cyfnod Allweddol 2

Meini Prawf Llwyddiant:
Bydd y disgyblion yn:

- gwybod enwau rhannau o'r corff er mwyn gwahaniaethu rhwng gwryw a benyw.
- medru gwahaniaethu rhwng cyffyrddiad priodol a chyffyrddiad amhriodol.

Adnoddau - Mat llawr, labeli rhannau o'r corff, goleuadau traffic, labeli goleuadau traffic - coch, oren a gwyrdd (ar gael yn Adran 14 o'r pecyn Tyfu i Fyny)

Cam 1 - Gêm Agoriadol

Gem agoriadol, enwi rhannau o'r corff – Rhoi enw rhannau o'r corff i bob plentyn h.y. "llaw", "troed", "pen", "bol". Eglurwch iddynt, pan fyddwch chi'n galw un o'r geiriau yma mae angen i bawb sydd efo'r un gair i godi a symud i gadair wag. Pan fyddwch yn galw "Y Corff" mae angen i bawb symud ac eistedd mewn sedd wahanol. Chwaraewch y gêm nes bod pawb wedi cael cyfle i symud o amgylch y cylch.

Cam 2 - Y Rownd

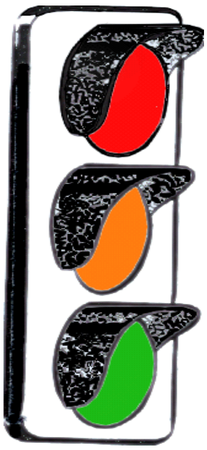
- ❑ Gosod y mat llawr yng nghanol y cylch
- ❑ Gosod cardiau labeli rhannau'r corff ar eu pen i lawr. Un neu ddau gerdyn ar gyfer pob disgybl (hyn yn ddibynnol ar faint y dosbarth) - gofynnwch i'r disgyblion godi un neu ddau o'r cardiau
- ❑ Gofynnwch i'r disgyblion yn eu tro ddarllen beth sydd ar eu cardiau. Cynnal trafodaeth ynglŷn â'r labeli, ydi'r labeli yn berthnasol i'r ferch? I'r bachgen? Neu i'r ddau?
- ❑ Cynnal trafodaeth ynglŷn â rhannau preifat - ydym yn gwisgo dillad am y rhannau yma yn gyhoeddus e.e. pan yn nofio efo'r ysgol ac ati.
- ❑ Gofynnwch i'r plant godi efo'i gilydd a gosod y labeli ar y mat unai ar y bachgen neu'r ferch.

Cam 3 - Y Fforwm Agored

Gosodwch y gwisgoedd nofio ar y cymeriadau. Eglurwch fod y rhannau sydd yn cael ei gorchuddio yn rhannau preifat a dyna pam ydym yn gwisgo gwisg nofio pan fyddan yn mynd i'r pwll nofio. Eglurwch na ddylid cyffwrdd neb yn y rhannau yma ac ni ddylai neb ein cyffwrdd ni yn y fan yma chwaith (oni bai eich bod angen help efo mynd i'r toiled, babi angen newid clwt, mynd at y meddyg pan yn sâl a.y.b.)

Cynnal trafodaeth ynglŷn â chyffwrdd priodol ac amhriodol. Trafod bod rhai pobl ddim yn hoffi rhywun gyffwrdd eu traed neu eu gwallt a bod rhai pobl yn hoffi hyn, mae pawb yn wahanol a.y.b. Nid yw plant yn hoffi cael eu gwthio wrth chwarae na thynnu gwallt a.y.b. Trafodwch beth sydd yn dderbyniol wrth chwarae ar y buarth neu wrth chwarae pêl droed, help llaw wrth groesi ffordd, dim gafael mewn llaw dieithryn a.y.b.

Gweithgaredd golau traffic - rhowch gerdyn coch, oren a gwyrdd i bob plentyn ac eglurwch ystyr bob cerdyn wrth ddefnyddio'r model golau traffic.



Stop - Nid oes **neb** i fy nghyffwrdd i yma

Gofal – Mae'n iawn i **rhai** pobl fy nghyffwrdd i yma

Iawn – Mae'n iawn i **rywun** fy nghyffwrdd i yma

Gofynnwch i'r disgyblion godi gyda'i gilydd a gosod y cerdyn gwyrdd ar y cymeriadau (Mae'n iawn i rywun fy nghyffwrdd i yma). Gwnewch yr un fath efo'r cerdyn oren (Mae'n iawn i rhai pobl fy nghyffwrdd i yma) a'r cerdyn coch (Nid oes neb i fy nghyffwrdd i yma).

Cynnal trafodaeth ynglŷn â ble mae'r plant wedi gosod y cardiau. Cadarnhewch y neges – os yw rhywun yn eich cyffwrdd mewn ffordd nad ydych yn ei hoffi mae'n bwysig eich bod yn dweud wrthynt am stopio a dweud wrth oedolyn y maent yn ymddiried ynddynt. Os nad ydych yn hoffi cyffyrddiad mae gennych hawl i wneud yn siŵr ei fod yn stopio.

Cam 4 - Dathlu Llwyddiant

Pawb yn y cylch i sefyll - troi i'r plentyn ar y chwith ac ysgwyd llaw a dweud "diolch am fod yn ffrind i mi" yna troi i'r dde a gwneud yr un peth.

Cam 5 - Gêm i Gloi

Chwaraewch gêm 'Mae Seimon yn Dweud' - cyffwrdd eich traed, Seimon yn dweud cyffwrdd eich ysgwyddau a.y.b.