

Bitw Bach

Gweithgareddau dysgu gartref ar gyfer plant 3-7 oed.

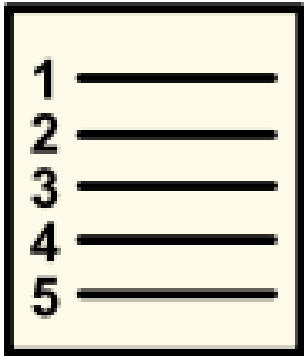
Mae'r gweithgareddau yn y pecyn yma yn ffordd ddifyr o archwilio hawliau plant gartref.

Cafodd y gweithgareddau eu creu gyda help athrawon ledled Cymru, ac maen nhw wedi cael eu haddasu ar gyfer dysgu gartref.

Mae'r gweithgareddau'n cychwyn gyda rhestr o offer angenrheidiol a chyfarwyddiadau cam wrth gam i chi eu dilyn.

Ar ddiwedd pob gweithgaredd gall eich plentyn dynnu llun i ddangos yr hawl rydych chi wedi bod yn ei thrafod, felly does dim angen i chi boeni am argraffu'r cardiau symbolau. Gallwch chi rannu eich lluniau gyda ni ar twitter @complantcymru

Gweithgaredd Un: Eisiau ac Angen



Byddwch chi angen:

[Poster](#)

[Pecyn Symbolau](#) (Erthygl 2)

Papur

Pinnau ysgrifennu

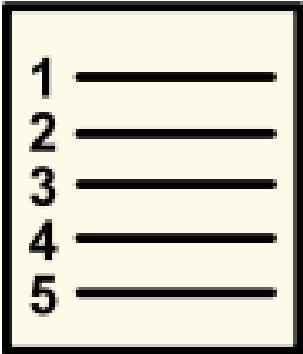
[“Mae Gennym Hawliau” – cân hawliau](#)

Sut mae gwneud hyn:

1. Dechreuwch y gweithgaredd trwy esbonio “Mae gan bob plentyn hawliau plant. Hawliau plant yw rhestr o’r pethau sydd eu hangen ar blant i dyfu i fyny’n hapus yn iach ac yn ddiogel.”
Gallwch chi ddefnyddio ein poster neu arwyddion gweledol i helpu i esbonio hyn.
2. Gwrandewch ar “Mae Gennym Hawliau” – gallech chi ddawnsio hefyd neu chwarae offeryn cerdd.
3. Gweithiwch gyda’ch gilydd i greu amlinelliad o gorff.
4. Gofynnwch i’ch plentyn feddwl am y pethau maen nhw ANGEN i dyfu i fyny’n hapus, yn iach ac yn ddiogel. Gofynnwch iddyn nhw ysgrifennu neu dynnu llun eu hatebion TU MEWN i’r corff.
5. Gofynnwch i’ch plentyn feddwl am y pethau maen nhw EISIAU. Gofynnwch iddyn nhw ysgrifennu neu dynnu llun eu hatebion O AMGYLCH y corff. Os bydd angen cymorth ar eich plentyn yn ystod y gweithgaredd yma, gallech chi ddefnyddio lluniau neu gynnig awgrymiadau i’w cefnogi nhw i feddwl.
6. Yn olaf, gofynnwch i’ch plentyn feddwl am un person sy’n helpu nhw i dyfu i fyny’n hapus, yn iach ac yn ddiogel. Ysgrifennwch enw’r person yna ar frig y darn o bapur.
7. Gorffennwch y gweithgaredd trwy rannu Erthygl 2 o’r pecyn symbolau gyda’ch plentyn.

Esboniwch fod gan bob plentyn yr hawliau yma, beth bynnag yw eu sefyllfa. Gofynnwch i’ch plentyn eich helpu i dynnu llun eich cerdyn symbolau eich hun.

Gweithgaredd Dau: Emosiynau



Byddwch chi angen:

Papur a phinnau ysgrifennu

Llun o'ch plentyn/plant ac aelodau o'ch teulu

[Cardiau Symbolau](#) (Erthygl 3 ac Erthygl 12)

Sut mae gwneud hyn:

1. Dechreuwch y gweithgaredd trwy esbonio “Heddiw rydyn ni’n mynd i feddwl am ystyr bod yn hapus. Rydyn ni’n mynd i greu wal emosiynau i bawb ohonon ni ei ddefnyddio pan fyddwn ni gartref.”
2. Tynnwch lun wyneb yn dangos emosiwn NEU dangoswch luniau gwahanol o wynebau sydd â gwahanol emosiynau (gallech chi ddefnyddio'r cymeriadau o'r ffilm “Inside Out”).

Gofynnwch y cwestiynau yma:

“Pa emosiwn yw hwn?”

“Beth sy’n gwneud i chi deimlo’n [emosiwn]?” e.e. os yr emosiwn yw teimlo’n hapus, atebion posib yw: chwarae, bod gyda ffrindiau/gyda’r teulu, chwarae gydag anifail anwes ac ati.

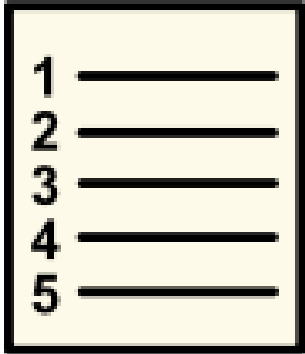
“Beth rydych chi’n ei wneud wrth deimlo’n [hapus]? e.e. os yr emosiwn yw teimlo’n hapus, atebion posib yw: gwenu, chwerthin, neidio i fyny ac i lawr

3. Cyflwynwch y syniad o wal emosiynau.

“Mae’r emosiwn rydyn ni’n teimlo yn newid llawer o weithiau yn ystod y dydd, ac mae hynny’n normal. Weithiau falle bod rhannu’n teimladau gyda rhywun yn ddigon hawdd, ond dro arall falle bod e ddim yn hawdd. Mae’n gallu bod yn anodd iawn i bobl eraill wybod sut rydyn ni’n teimlo. Maen nhw’n gallu dyfalu, ond weithiau falle byddan nhw ddim yn iawn. Os gallwn ni ddweud wrth bobl eraill sut rydyn ni’n teimlo mae’n golygu ei fod yn haws iddyn nhw helpu ni. Rydyn ni’n mynd i greu wal galw heibio i’n helpu i sylwi ar ein teimladau. Bydd hynny hefyd yn helpu fi i wybod sut rydych chi’n teimlo a sut galla i helpu.”

4. Gweithiwch gyda'ch gilydd i benderfynu ar y gwahanol emosiynau rydych chi'n gallu eu teimlo mewn diwrnod, a rhowch y gair a llun o bob emosiwn ar y wal.
5. Esboniwch y byddwch chi'n symud eich ffotograff, bob bore, i'r emosiwn rydych chi'n ei deimlo. Cymerwch amser i drafod eich teimladau ar ôl i bawb "alw heibio".
6. Gorffennwch y gweithgaredd trwy rannu Erthygl 3: mae rhaid i oedolion wneud beth sydd orau i fi ac Erthygl 12: mae gen i hawl i wrandawriad ac i gael fy nghymryd o ddifri, o'r pecyn symbolau. Gweithiwch gyda'ch gilydd i lunio'ch fersiwn eich hun o'r cerdyn i'w ychwanegu at eich casgliad.

Gweithgaredd Tri: Rwy'n hoffi chwarae



Byddwch chi angen:

Pecyn symbolau (Erthygl 31)

Paper a phin ysgrifennu

Sut mae gwneud hyn:

1. Gofynnwch i'ch plentyn gau eu llygaid a meddwl am eu hoff beth i'w chwarae.
2. Gofynnwch i'ch plentyn esbonio'r gêm/gweithgaredd wrthydd chi, gwrandewch a gofynnwch gwestiynau am eu hoff beth i'w chwarae.

“Sut wyt ti'n teimlo wrth chwarae _____?”

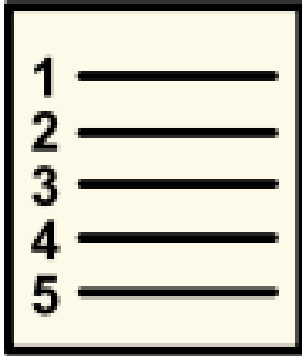
“Beth yw'r peth gorau am y gêm?”

3. Chwaraewch y gêm gyda'ch gilydd.
4. Ar ôl i chi orffen chwarae, dangoswch y cerdyn symbolau ar gyfer Erthygl 31 i'ch plentyn. Gweithiwch gyda'ch gilydd i greu eich fersiwn eich hun o'r cerdyn i'w ychwanegu at eich casgliad.

Gweithgaredd ychwanegol:

Gofynnwch i'ch plentyn ysgrifennu neu dynnu llun am eu hoff beth i chwarae.

Gweithgaredd Pedwar: Pethau sy'n ein cadw'n iach.



Byddwch chi angen:

Pecyn symbolau (Erthygl 24)

Bwyd tegan

Papur a phin ysgrifennu

Jwg mesur, cynwysyddion gwahanol faint a chwpan plastig

Sut mae gwneud hyn:

1. Dechreuwch y gweithgaredd trwy esbonio "heddiw byddwn ni'n meddwl am y pethau rydyn ni eu hangen i gadw'n iach." Gofynnwch y cwestiynau yma i'ch plentyn:

"Beth yw ystyr bod yn iach?"

"Sut mae cadw'n iach?"

Cefnogwch eu hatebion â'ch syniadau eich hun.

2. Dewiswch un o'r gweithgareddau canlynol:

Gweithgaredd Un: Paratowch ginio iach

Gofynnwch i'ch plentyn baratoi cinio iach ar gyfer eu hoff degan, gallen nhw ddefnyddio bwyd tegan neu dynnu llun cinio iach. Siaradwch am eu dewisiadau a chefnogi eu hatebion â'ch syniadau eich hun.

Neu

Gofynnwch i'ch plentyn eich helpu i baratoi cinio iach, siaradwch am y bwyd rydych chi'n ei goginio a thrafod pam mae'n iach.

Gweithgaredd Dau: Dŵr

Esboniwch wrth eich plentyn fod angen i bawb yfed dŵr i fod yn iach a sicrhau bod eich corff yn gweithio'n iawn.

Gofynnwch iddyn nhw ddyfalu faint o ddŵr sydd ei angen ar blant bob dydd (gallen nhw ateb mewn 'cwpanau' neu trwy ddangos â'u dwylo).

Esboniwch wrth eich plentyn fod angen iddyn nhw yfed 1 litr o ddŵr i gadw'n iach.

Gweithiwch gyda'ch gilydd i benderfynu pa gynhwysydd yn eich cartref sy'n dal litr, gan ddefnyddio jwg mesur.

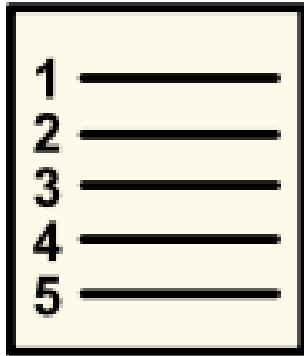
Gweithgaredd Tri: Bod yn Egnïol

Trafodwch pam mae bod yn egnïol yn bwysig.

Dewiswch weithgaredd i'w wneud gyda'ch gilydd, fel dawnsio, dilyn sesiwn ymarfer corff ar-lein neu ddyfeisio eich gêm eich hun (fel cwrs rhwystrau).

3. Gorffennwch y gweithgaredd trwy ddangos cerdyn symbolau Erthygl 24 i'ch plentyn, a gweithiwch gyda'ch gilydd i greu eich fersiwn eich hun ar gyfer eich casgliad.

Gweithgaredd Pump: Chwarae Rôl



Byddwch chi angen:

Cerdyn symbolau (Erthygl 6)

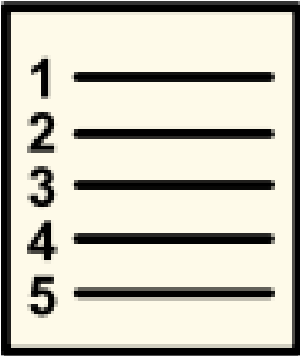
Papur a phinnau ysgrifennu

Gwrthrychau o'r tŷ ar gyfer chwarae rôl

Sut mae gwneud hyn:

1. Dechreuwch trwy siarad â'ch plentyn am y bobl sy'n eich helpu i gadw'n iach. Efallai byddwch chi am sôn am: ymwelwyr iechyd, meddygon, nyrsys, deintyddion.
2. Ar ôl i chi siarad am y gwahanol bobl sy'n helpu, dewiswch un ohonyn nhw a chreu ardal chwarae rôl i chi a'ch plant ei mwynhau. Does dim rhaid iddi fod yn fawr, gallai fod mor syml ag arwydd "deintydd" neu "ystafell aros" uwchben cadair. Gadewch i'ch plentyn arwain y ffordd gyda'r chwarae rôl, efallai byddwch chi am eu cefnogi trwy eu hatgoffa am wrthrychau defnyddiol yn y tŷ "mae gen ti stethosgôp rywle, wyt ti'n gallu ffeindio fe?".
3. Gorffennwch y gweithgaredd trwy ddangos cerdyn symbolau Erthygl 6 i'ch plentyn. Gweithiwch gyda'ch gilydd i greu eich fersiwn eich hun o'r cerdyn symbolau i'w ychwanegu at eich casgliad.

Gweithgaredd Chwech: Y Tri Mochyn Bach



Byddwch chi angen:

Cardiau symbolau (Erthygl 27)

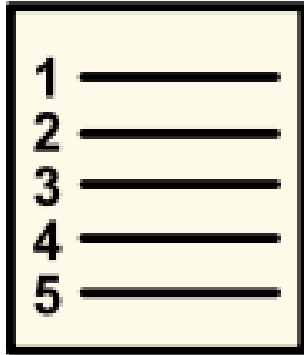
Papur a phinnau ysgrifennu

Cysgodfannau: cynfasau, papur neu ddeunydd i'w ailgylchu o'r tŷ (blychau grawnfwyd ac ati)

Sut mae gwneud hyn:

1. Gwahoddwch eich plentyn i eistedd yn gyfforddus i glywed stori'r Tri Mochyn Bach. Gofynnwch iddyn nhw eich helpu i adrodd y stori – gallwch chi actio'r gwahanol gymeriadau a rhoi eu lleisiau eu hunain iddyn nhw.
2. Ar ôl y stori, gofynnwch i'ch plentyn “beth oedd ei angen ar y Moch Bach i deimlo'n ddiogel?” a thrafodwch eu hatebion.
3. Gofynnwch i'ch plentyn adeiladu tŷ ar gyfer y Tri Mochyn Bach – gallai fod yn guddfan o gynfasau, yn llun papur a phin neu'n fodel 3D o ddeunyddiau i'w hailgylchu.
4. Ar ôl creu'r tŷ, gofynnwch i'ch plentyn feddwl am y pethau fyddai'n eu helpu nhw i deimlo'n ddiogel yn eu cuddfan. Gwahoddwch nhw i rannu eu hatebion. Gallech chi ofyn i'ch plentyn ysgrifennu'r atebion neu dynnu llun ohonyn nhw.
5. Gorffennwch y gweithgaredd trwy roi'r cuddfan i gadw. Dangoswch y cerdyn symbolau ar gyfer Erthygl 27 i'ch plentyn a gweithiwch gyda'ch gilydd i greu eich fersiwn eich hun o'r cerdyn i'w ychwanegu at eich casgliad.

Gweithgaredd Saith: Pobl sy'n ein helpu ni



Byddwch chi angen:

Cerdyn symbolau (Erthygl 19)

Papur a phinnau ysgrifennu

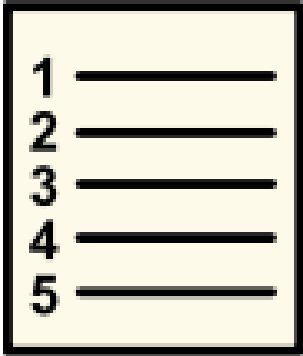
Sut mae gwneud hyn:

1. Esboniwch wrth eich plentyn y byddwch chi'n siarad am fod yn ddiogel yn y gweithgaredd yma. "Mae gan blant oedolion yn eu bywydau a ddylai wneud yn siŵr bod plant yn cael eu cadw'n saff."
2. Gofynnwch i'ch plentyn feddwl am berson sy'n helpu i'w cadw nhw'n ddiogel, a rhowch amser i'ch plentyn feddwl a rhannu ateb. Efallai byddwch chi am ofyn cwestiynau sy'n cynnwys awgrymiadau: "pwy sy'n dy gadw di'n ddiogel gartre?" "pwy sy'n dy gadw di'n ddiogel yn dy gymuned?"
3. Gweithiwch gyda'ch gilydd i dynnu llun person sy'n helpu i gadw eich plentyn yn ddiogel, ac ysgrifennwch enw'r person yna ar y llun.
4. Gorffennwch y gweithgaredd trwy ddangos y cerdyn symbolau ar gyfer Erthygl 19 i'ch plentyn, a gweithio gyda'ch gilydd i greu eich fersiwn eich hun o'r cerdyn symbolau i'w ychwanegu at eich casgliad.

GWEITHGAREDD YCHWANEGOL:

Gallech chi weithio gyda'ch gilydd i greu map o'ch cymuned leol (gallech chi ddefnyddio map ar-lein i'ch helpu). Parwch y bobl sy'n helpu eich plentyn i gadw'n ddiogel gyda'r adeilad perthnasol/lle maen nhw'n byw. Er enghraifft: swyddog heddlu yn eich gorsaf leol.

Gweithgaredd Wyth: Erthygl 29



Byddwch chi angen:

Cardiau symbolau (Erthygl 29)

Papur a phinnau ysgrifennu

Sut mae gwneud hyn:

1. Dechreuwch y gweithgaredd trwy ofyn i bawb yn eich cartref gau eu llygaid a meddwl am y cwestiwn rydych chi'n mynd i'w ofyn iddyn nhw.
"Rydw i eisiau i chi feddwl am un peth rydych chi'n ei wneud yn dda iawn."
2. Gofynnwch i bawb rannu eu hateb yn uchel. Cymerwch amser i wrando ar ateb pob unigolyn ac ychwanegu pethau eraill rydych chi'n meddwl mae'r person yna'n eu gwneud yn dda iawn.
3. Gofynnwch i'ch plentyn eich helpu i greu llun sy'n dangos atebion pawb.
4. Gorffennwch y gweithgaredd trwy ddangos cerdyn symbolau Erthygl 29 i'ch plentyn, a gweithio gyda'ch gilydd i greu eich fersiwn eich hun ar gyfer eich casgliad. Edrychwch yn ôl dros eich casgliad o hawliau a gofynnwch i'r plant ydyn nhw'n gallu cofio beth wnaethoch chi ar gyfer pob hawl.

Peidiwch ag anghofio rhannu eich gwaith gyda ni ar twitter. Cofiwch drydar @complantcymru