

Fi yw Fi

Cynllun Gwers
CA2/CA3



Comisiynydd
Plant Cymru
Children's
Commissioner
for Wales

Cynnwys

Cyflwyniad	t.3
Canllawiau i athrawon	t.4
Cysylltiadau â'r cwricwlwm	t.5
Terminoleg	t.7
Modelau Rôl	t.8
Cynllun Gwers: Sesiwn Un	t.9
Cynllun Gwers: Sesiwn Dau	t.13

Atodiad:

Atodiad 1: Eich Cenhadaeth	t.17
Atodiad 2: Syniadau 'Fi yw Fi'	t.18
Atodiad 3: Cefnogaeth	t.19



Cyflwyniad gan Sally Holland, Comisiynydd Plant Cymru

Yn ôl yn 2016, cyhoeddais fy adroddiad [Stori Sam](#), a oedd yn dadansoddi profiadau bwlio dros 2,000 o blant a phobl ifanc yng Nghymru. Dywedodd plant a phobl ifanc wrtha i eu bod nhw'n ystyried 'bod yn wahanol' fel mater allweddol pan ddaw at fwlio. Mae hyn yn cynnwys materion fel ethnigrwydd, tlodi, anabledd, ac ystrydebu ar sail rhywedd. Gall hefyd olygu pethau eraill, fel ymddangosiad corfforol neu hoff weithgareddau. Ers hynny, rydw i wedi gwneud llawer o waith yn mynd i'r afael â bwlio, ac unwaith eto y llynedd clywais gan blant fod hyn yn flaenoriaeth bwysig ar gyfer fy ngwaith. Ymatebodd Llywodraeth Cymru yn gadarnhaol i'r argymhellion yn Stori Sam, gan gyhoeddi canllawiau statudol gwrth-fwlio i ysgolion yn 2019 — [Hawliau, Parch, Cydraddoldeb](#).



Diben yr adnodd hwn [a'r fideos cysylltiedig](#) yw tynnu'r negatifrwydd oddi wrth 'bod yn wahanol', ac yn hytrach, cydnabod a dathlu hunaniaethau gwahanol plant a phobl ifanc yng Nghymru. Y bwriad yw y bydd yr adnodd yn cynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth ynghylch hawliau plant yn y maes hwn, gan gynnwys hawliau i hunaniaeth, peidio â dioddef gwahaniaethu, iaith, crefydd a chefnogaeth i blant ag anableddau. Mae hefyd yn cefnogi sawl agwedd ar y cwricwlwm newydd yng Nghymru. Gofynnwn ni i grwpiau o bobl ifanc yng Nghymru siarad am eu profiadau ar gamera, er mwyn tynnu sylw at bethau tebyg rhwng pobl ifanc ynghyd â herio ystrydebau cyffredin.

Wrth gwrs, nid yw'r fideos hyn yn cyfleu pob hunaniaeth wahanol sydd gan bobl ifanc. Mae'n bwysig nodi hefyd nad ydyn ni fel bodau dynol yn un-dimensiwn, a bydd gan bob un ohonon ni sawl math o hunaniaeth, er enghraifft bachgen, disgybl TGAU, pêl-droediwr, ffan K-pop, gofalwr ifanc, Cymro a Mwslim. Bydd gwahanol hunaniaethau yn bwysicach i ni ar adegau gwahanol yn ein bywydau ac mewn amgylchiadau cymdeithasol amrywiol. Dyna pam mae'r cynllun gwersi yn yr adnodd hwn yn rhoi amser a gofod i ddisgyblion ystyried eu hunaniaethau eu hunain a chreu eu cynrychioliad eu hunain o'r rhain, ym mha bynnag gyfrwng yr hoffen nhw. Rwy'n gobeithio drwy wneud hynny y gallwn ni gyfleu gwir amrywiaeth Cymru a hunaniaethau'r bobl ifanc sy'n rhan ohoni.

Seiliwyd yr adnodd hwn ar syniadau'r Panel Ymgynghorol Pobl Ifanc, gan gynnwys pwysigrwydd cydnabod profiadau pobl leol 'go iawn', a'r cyfle i gael cymaint o drafodaeth am hunaniaeth â phosib. Roedd eu syniadau, ynghyd ag arweiniad gan aelodau o fy Mhanel Cyngori o oedolion, yn amhrisiadwy wrth greu'r adnodd. Hoffwn ddiolch hefyd i'r grwpiau canlynol am eu hamser ac am rannu eu profiadau yn y fideos sydd wedi'u cysylltu â'r adnodd hwn: Gofalwyr Ifanc Barnardo's a Mixtup.

Canllawiau i athrawon

- Mae'r gwersi wedi'u cynllunio i gynnwys llawer o drafod a myfyrio. Roedd aelodau ein Panel Ymgynghorol Pobl Ifanc yn teimlo y dylai'r gwersi gael eu 'hwyluso' yn hytrach na'u 'harwain' er mwyn sicrhau hyn.
- Mae'r ddwy wers yn cloi gyda chyfle i sôn unwaith eto am y llefydd y gall plant a phobl ifanc fynd i gael cefnogaeth os ydyn nhw'n pryderu nad ydyn nhw'n cael eu trin yn deg. Mae'n bosib y byddwch chi'n dymuno addasu hwn os oes grwpiau, llefydd neu bobl benodol yn eich ysgol neu gymuned lle gall plant fynd i gael cefnogaeth.
- Gellir cynnal y gwersi mewn ffordd sy'n parchu mesurau cadw pellter cymdeithasol, os yw hynny'n ofynnol yn eich lleoliad chi.
- Rydyn ni wedi mynd ati'n bwrpasol i beidio â rhoi gormod o arweiniad ar sut i gwblhau'r Dasg Arbennig/Hawliau y tymor hwn er mwyn iddo alluogi plant a phobl ifanc i archwilio eu hunaniaethau a'u creadigrwydd yn y ffordd sydd fwyaf addas iddyn nhw.
- Erthygl 2 yw'r hawl sydd dan sylw yn y cynlluniau gwersi (yr hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu). Serch hynny, gallech ddefnyddio ein [poster](#) neu'n [pecyn symbolau](#) er mwyn gweld pa hawliau eraill sy'n cysylltu â gwahanol grwpiau o bobl ifanc. Er enghraifft:
 - Erthygl 8 — yr hawl i hunaniaeth (enw, cenedlaetholdeb a chydberthnasau teuluol)
 - Erthygl 14 — mae gan blant yr hawl i arfer eu crefydd eu hunain
 - Erthygl 20 — mae gennych hawl i dderbyn gofal iawn os na allwch chi fyw gyda'ch teulu eich hun
 - Erthygl 23 — mae gan blant ag anableddau hawl i ofal a chefnogaeth arbenigol
 - Erthygl 30 — mae gan blant hawl i'w hiaith eu hunain ac i ddilyn ffordd eu teulu o fyw
- Mewn trafodaethau yn y dosbarth, mae'n bwysig ei gwneud yn glir pa iaith sy'n dderbyniol i'w defnyddio a beth sy'n annerbyniol. Rydyn ni wedi cynnwys taflen derminoleg fel rhan o'r adnodd a all fod o gymorth i chi.
- Gallwch chi ddod o hyd i'r fideos cysylltiedig [yma](#).

Cysylltiadau â'r cwricwlwm

Isod mae cysylltiadau â'r cwricwlwm newydd i Gymru. Nid yw'r rhestr hon yn gynhwysfawr, ac mae'n bosib y bydd cysylltiadau ychwanegol at y cwricwlwm y gallech eu hystyried.

[Datganiadau o'r hyn sy'n bwysig Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Llesiant:](#)

- Mae'r ffordd rydym yn prosesu ein profiadau ac yn ymateb iddyn nhw yn effeithio ar ein hiechyd meddwl a'n lles emosiynol.
- Mae'r ffordd rydym yn ymwneud â dylanwadau cymdeithasol yn siapio pwy ydyn ni, ac yn effeithio ar ein hiechyd a'n lles.

[Datganiadau o'r hyn sy'n bwysig Maes Dysgu a Phrofiad y Dyniaethau:](#)

- Mae digwyddiadau a phrofiadau dynol yn gymhleth, a chânt eu hystyried, eu dehongli a'u cynrychioli mewn ffyrdd gwahanol
- Mae cymdeithasau dynol yn gymhleth ac yn amrywiol, ac maen nhw'n cael eu llywio gan weithredoedd a chredoau pobl.
- Mae dinasyddion gwybodus, hunanymwybodol yn mynd i'r afael â'r heriau a'r cyfleoedd sy'n wynebu dynoliaeth, ac yn gallu cymryd camau ystyrlon ac egwyddorol.

[Datganiadau o'r hyn sy'n bwysig Maes Dysgu a Phrofiad Celfyddydau Mynegiannol:](#)

- Mae archwilio'r celfyddydau mynegiannol yn hanfodol er mwyn dyfnhau sgiliau a gwybodaeth gelfyddydol, ac mae'n galluogi dysgwyr i ddod yn unigolion chwilfrydig a chreadigol.
- Mae ymateb a myfyrio, fel artist ac fel cynulleidfa, yn rhan hanfodol o ddysgu yn y celfyddydau mynegiannol.
- Mae creu yn cyfuno sgiliau a gwybodaeth, gan wneud defnydd o'r synhwyrau, ysbrydoliaeth a'r dychymyg

[Y Fframwaith Llythrennedd:](#)

- **Gwrando**
 - Gwrando i ddeall
 - Gwrando fel rhan o sgwrs ar y cyd
- **Siarad**
 - Diben
 - Sgwrs ar y cyd
 - Cwestiynu

[Y Pedwar Diben:](#)

- **Dysgwyr uchelgeisiol a galluog, sydd:**
 - yn gallu cyfathrebu'n effeithiol mewn gwahanol ffurfiau a lleoliadau, drwy'r Gymraeg a'r Saesneg
 - yn gallu egluro'r syniadau a chysyniadau y maen nhw'n dysgu amdany'n nhw
 - yn defnyddio technolegau digidol yn greadigol i rannu gwybodaeth, dod o hyd iddi a'i dadansoddi
- **Cyfranogwyr mentrus a chreadigol, sydd:**
 - yn cysylltu ac yn cymhwyso eu gwybodaeth a'u sgiliau i greu syniadau a chynnyrch
 - yn mynegi syniadau ac emosiynau drwy wahanol gyfryngau
- **Dinasyddion egwyddorol a gwybodus, sydd:**
 - yn trafod materion cyfoes ar sail eu gwybodaeth a'u gwerthoedd
 - yn deall ac yn arfer eu cyfrifoldebau a'u hawliau dynol a democrataidd
 - yn deall ac yn ystyried effaith eu gweithredoedd wrth ddewis a gweithredu
 - yn wybodus am eu diwylliant, eu cymuned, eu cymdeithas a'r byd heddiw ac yn y gorffennol
 - yn parchu anghenion a hawliau pobl eraill, fel aelod o gymdeithas amrywiol
- **Unigolion iach a hyderus sydd:**
 - yn meithrin eu lles meddyliol ac emosiynol drwy ddatblygu hyder, cadernid ac empathi
 - yn gwybod sut i ddod o hyd i'r wybodaeth a'r cymorth sydd eu hangen i gadw'n ddiogel ac iach a'r hyder sydd ei angen i gymryd rhan mewn perfformiadau yn ffurfio cydberthnasau cadarnhaol wedi'u seilio ar ymddiriedaeth a pharch at ei gilydd

Terminoleg

Term	Diffiniad	Diffiniwyd gan...
Erthygl 2	Mae gan bob plentyn yr hawliau hyn waeth beth yw'r sefyllfa. Dylid trin pob plentyn yn deg. (yr hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu)	Comisiynydd Plant Cymru Cliciwch yma y weld testun llawn Confensiwn y Cenedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn
Stereoteip	Syniad penodol sydd gan bobl am y ffordd mae rhywun neu rywbeth, yn enwedig syniad sy'n anghywir.	Geiriadur Caergrawnt
Gwahaniaethu	Trin person neu grŵp penodol yn wahanol, yn enwedig mewn ffordd waeth na'r ffordd rydych chi'n trin pobl eraill, oherwydd lliw eu croen, eu rhywedd, eu rhywioldeb ac ati.	Geiriadur Caergrawnt
Arfer anwahaniaethol	Yr arfer o drin pobl, cwmnïau, gwledydd ac ati yn yr un ffordd ag eraill er mwyn bod yn deg.	Geiriadur Caergrawnt
Hunaniaeth	Pwy yw person, neu rinweddau unigolyn neu grŵp sy'n eu gwneud nhw'n wahanol i eraill.	Geiriadur Caergrawnt
Cyffredinoli	Dweud neu ysgrifennu bod rhywbeth yn wir <i>o hyd</i> , pan mae ond yn wir <i>weithiau</i> .	Geiriadur Caergrawnt
Gofalwr Ifanc	Gofalwr ifanc yw rhywun o dan 18 oed sy'n helpu i ofalu am rywun yn eu teulu, neu ffrind, sy'n sâl, yn anabl, sydd â chyflwr iechyd meddwl neu sy'n camddefnyddio cyffuriau neu alcohol.	Carers Trust
Anghenion Dysgu Ychwanegol	Mae hyn yn cyfeirio at blant a phobl ifanc sydd ag anghenion dysgu, corfforol neu synhwyradd sy'n peri i ddysgu fod yn anoddach iddynt nag i'r rhan fwyaf o blant sydd yr un oedran.	Dewis Cymru

Modelau Rôl

Cafodd y Panel Ymgynghorol Pobl Ifanc syniad o gynnwys modelau rôl mewn trafodaethau am hunaniaeth - pobl sydd wedi brwydo yn erbyn gwahaniaethu neu sydd wedi sefyll dros achos penodol. Dyma rai o'r bobl maen nhw'n eu hystyried fel modelau rôl:

Emily Wilding Davison

Swffragét anhygoel oedd Emily Wilding Davison a gymerodd ran yn y frwydr i ennill yr hawl i bleidleisio i fenywod yn ystod y 1910au. Tynnodd lawer o sylw at yr ymgyrch pan gamodd hi o flaen ceffyl y brenin ar y cae ras ym 1913.

Fe'i lladdwyd yn y weithred hon wrth frwydro dros yr hyn roedd hi'n credu ynddo. Mae llawer o anghytuno ynghylch a oedd hi'n bwriadu lladd ei hun, neu ai ceisio rhoi bathodyn hawliau menywod ar geffyl y brenin oedd hi, ond waeth beth oedd ei chymhelliant, llwyddodd yr hyn wnaeth hi i dynnu sylw at yr ymgyrch a oedd yn cael ei hanwybyddu fel arall. Rhoddodd hi bopeth, fel fy mod i a channoedd o fenywod eraill yn gallu pleidleisio yn y dyfodol.

Protestiodd Emily, aeth hi ar ymryd, a brwydrodd gyda'i holl nerth i helpu i ennill y bleidlais i fenywod, ac fe gafodd hi fedal o ddewrder am ei gweithredoedd hyd yn oed. Rwy'n ei hystyried hi'n arwres ac yn fodel rôl, oherwydd yr angerdd roedd hi'n ei deimlo dros ei hachos, a'r graddau yr aeth hi iddyn nhw i helpu i sicrhau'r bleidlais. Alla i ond gobeithio y bydd gen i'r un angerdd am fy nghredoau i, ac rwy'n gobeithio gwneud cyfiawnder â hi drwy barhau â'r frwydr dros gydraddoldeb. — Anna



Peter Norman

I fi, modelau rôl yw pobl sy'n sefyll i fyny dros eraill, pobl sy'n credu'n gryf yn eu moesau er gwaethaf unrhyw feirniadaeth maent yn eu derbyn. Oherwydd hyn, un o'n fodelau rôl yw Peter Norman, athletwr a chymrodd rhan yng Ngemau Olympaidd Dinas Mecsico yn 1968 — moment eiconig lle safai Athletwyr Du o UDA o'r enw John Carlos a Tommie Smith yn droednoeth ac yn gwneud saliwt hawliau dynol er mwyn cydnabod tlodi Du a balchder Du. Safodd Peter Norman, yr athletwr gwyn o Awstralia ar y podiwm, ochr yn ochr gyda nhw wrth wisgo'r un bathodyn hawliau dynol â nhw. Ar ôl y digwyddiad hwn, cafodd Peter Norman ei ddirmygu yn Awstralia, ac er taw ef oedd y rhedwr gyflymaf yn y wlad, ni chafodd ei ganiatáu i gystadlu yn y Gemau Olympaidd eto a wynebodd ef feirniadaeth gan y bobl. Er hyn, honnodd ef ei fod e'n falch i gefnogi'r gymdeithas Du, arhosodd yn ffrindiau da gyda Carlos a Smith trwy gydol ei fywyd, a gwnaeth e chwarae rhan mewn mudiadau eraill dros hawliau dynol. - Saiba



Cynllun Gwers (Sesiwn Un) — 50 munud

Nodau

- Cyflwyno Erthygl 2 (yr hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu)
- Cyflwyno a dysgu am hunaniaethau gwahanol pobl ifanc gan ddefnyddio'r fideos.

Canlyniad Dysgu	CA2	CA3	Nodiadau
<p>Cyflwyno Erthygl 2 (yr hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu) Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn</p>	<p>Dechreuwch y wers drwy egluro y byddwch chi'n edrych ar hunaniaethau plant yn ystod y ddwy sesiwn.</p> <p>Gellir cynnal y wers hon fel gwaith unigol neu grŵp.</p> <p>Gofynnwch y cwestiynau agored hyn i'r dosbarth:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beth mae 'hunaniaeth' yn ei olygu? • A yw pob plentyn yng Nghymru'n cael eu trin yn deg? <p>Eglurwch o dan Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, bod gan bob plentyn yr hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu, hynny yw, dylai pob plentyn gael eu trin yn deg.</p> <p>(10 munud)</p>	<p>Dechreuwch y wers drwy egluro y byddwch chi'n edrych ar hunaniaethau pobl ifanc yn ystod y ddwy sesiwn.</p> <p>Gellir cynnal y wers hon fel gwaith unigol neu grŵp.</p> <p>Gofynnwch i bob disgybl/grŵp bach feddwl am ddiffiniad ar gyfer 'arfer anwahaniaethol'. Gallen nhw greu rhestr o enghreifftiau o arfer wahaniaethol neu bobl sy'n adnabyddus am frwydro yn erbyn gwahaniaethu (ewch i Modelau Rôl ar t.8 i weld enghreifftiau).</p> <p>Casglwch adborth gan y dosbarth i weld pa mor agos ydyn nhw i bob diffiniad.</p> <p>Eglurwch fod gan bob plentyn a pherson ifanc hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu yn ôl Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn.</p> <p>(10 munud)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mae Geiriadur Caergrawnt yn diffinio 'arfer anwahaniaethol' fel: <i>'Yr arfer o drin pobl... yn yr un ffordd ag eraill er mwyn bod yn deg.'</i> • Mae Geiriadur Caergrawnt yn diffinio 'hunaniaeth' fel: <i>'Pwy yw person, neu rinweddau unigolyn neu grŵp sy'n eu gwneud nhw'n wahanol i eraill.'</i> • Mae Comisiynydd Plant Cymru yn crynhoi Erthygl 2 fel: <i>'Mae gan bob plentyn yr hawliau hyn waeth beth yw'r sefyllfa. Dylid trin pob plentyn yn deg.'</i> • Mae'n bosib y bydd disgyblion CA3 yn ei chael hi'n haws meddwl am ddiffiniad i 'wahaniaethu' yn gyntaf, ac yna ystyried 'arfer anwahaniaethol'.

<p>Cyflwynwch hunaniaethau gwahanol grwpiau o bobl ifanc yng Nghymru</p>	<p>Eglurwch wrth y dosbarth y byddwch chi'n gwylio fideos o blant sydd, fel nhw, yn byw yng Nghymru, yn siarad am eu hunaniaethau.</p> <p>Gallech ddewis un, neu sawl un, o'r fideos 'Fi yw Fi' i'w gwylio fel dosbarth. NEU gallech rannu'r disgyblion i grwpiau llai a rhoi fideo gwahanol i bob grŵp i'w wyllo ar ddyfais.</p> <p>Cyn chwarae'r fideo, gofynnwch i'r disgyblion ddangos faint maen nhw'n credu eu bod yn ei wybod am y grŵp o blant gan ddal nifer o fysedd (0 = 'Dw i ddim yn gwybod dim byd' 10 = 'Dwi'n gwybod llawer iawn')</p> <p>Gofynnwch iddyn nhw gofio pa rif ddangoson nhw.</p> <p>Yna, gofynnwch i'r disgyblion ysgrifennu un cwestiwn sydd ganddyn nhw am y grŵp ar ddarn o bapur neu bapur gludiog. Dywedwch wrthyn nhw y byddwch chi'n casglu'r cwestiynau. Dylech ddarllen drwy'r cwestiynau wrth i'r fideo chwarae.</p> <p>(15 munud)</p>	<p>Eglurwch y byddwch chi'n gwylio fideos o bobl ifanc sydd hefyd yn byw yng Nghymru, yn siarad am eu hunaniaethau.</p> <p>Gallech ddewis un, neu sawl un, o'r fideos 'Fi yw Fi' i'w gwylio fel dosbarth. NEU gallech rannu'r disgyblion i grwpiau llai a rhoi fideo gwahanol i bob grŵp i'w wyllo ar ddyfais.</p> <p>Cyn chwarae'r fideo, gofynnwch i'r disgyblion ddangos faint maen nhw'n credu eu bod yn ei wybod am y grŵp o bobl ifanc gan ddal nifer o fysedd (0 = 'Dw i ddim yn gwybod dim byd' 10 = 'Dwi'n gwybod llawer iawn')</p> <p>Gofynnwch iddyn nhw gofio pa rif ddangoson nhw.</p> <p>Yna, gofynnwch i'r disgyblion ysgrifennu un cwestiwn sydd ganddyn nhw am y grŵp ar ddarn o bapur neu bapur gludiog. Dywedwch wrthyn nhw y byddwch chi'n casglu'r cwestiynau. Dylech ddarllen drwy'r cwestiynau wrth i'r fideo chwarae.</p> <p>(15 munud)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gweithgaredd ychwanegol: Gallech ofyn i'r disgyblion ysgrifennu am adeg pan wnaeth rhywun frwydro yn erbyn gwahaniaethu, er enghraifft mewn darn o ysgrifennu creadigol neu erthygl newyddion am rywun sy'n enwog am wneud hynny (lewch i Modelau Rôl ar t.8 i weld enghreifftiau).
--	--	--	--

<p>Myfyriwch ynghylch profiadau eraill</p> <p>Myfyriwch ynghylch canfyddiadau cyn ac ar ôl gwyllo'r fideos</p>	<p>Ar ôl gwyllo'r fideos, dewiswch ddetholiad priodol o gwestiynau a ofynnwyd, a darllenwch nhw'n uchel.</p> <p>Gofynnwch i'r dosbarth p'un a gawson nhw'r ateb yn y fideos, a chynhaliwch drafodaeth agored.</p> <p>NEU</p> <p>Gofynnwch i'r dosbarth drafod y cwestiynau canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enwch un peth ddysgoch chi wrth wyllo'r fideo? • A yw'r plant yn y fideo yn cael eu trin yn deg/yr un peth â phob plentyn arall? <p>Bwydwch yn ôl i weddill y dosbarth.</p> <p>Ar ôl trafod, gofynnwch i'r disgyblion ddangos unwaith eto faint maen nhw'n credu eu bod yn ei wybod am y grŵp o blant gan ddal nifer o fysedd (0 = 'Dw i ddim yn gwybod dim byd' 10 = 'Dwi'n gwybod llawer iawn')</p> <p>Oes rhywbeth wedi newid?</p> <p>(20 munud)</p>	<p>Ar ôl gwyllo'r fideos, dewiswch ddetholiad priodol o gwestiynau a ofynnwyd, a darllenwch nhw'n uchel.</p> <p>Gofynnwch i'r dosbarth p'un a gawson nhw'r ateb yn y fideos, a chynhaliwch drafodaeth agored.</p> <p>NEU</p> <p>Gofynnwch i'r dosbarth drafod y cwestiynau canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beth sydd gan y bobl ifanc yn gyffredin gyda'i gilydd? • Beth sydd gan y bobl ifanc yn gyffredin gyda chi, neu bobl ifanc eraill? • A yw'r bobl ifanc yn y fideos yn cael eu hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu? <p>Bwydwch yn ôl i weddill y dosbarth.</p> <p>Ar ôl trafod, gofynnwch i'r disgyblion ddangos unwaith eto faint maen nhw'n credu eu bod yn ei wybod am y grŵp o bobl ifanc gan ddal nifer o fysedd (0 = 'Dw i ddim yn gwybod dim byd' 10 = 'Dwi'n gwybod llawer iawn')</p> <p>Oes rhywbeth wedi newid?</p> <p>(20 munud)</p>	<p>Er mwyn gwneud y gweithgaredd hwn, gallech chi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gynnal trafodaeth ddosbarth agored • Gofyn i ddisgyblion drafod mewn grwpiau bach/parau cyn bwydo'n ôl i weddill y dosbarth.
--	--	--	--

<p>Mae'r disgyblion yn cydnabod pwysigrwydd cefnogaeth a ble i fynd os oes arnynt ei hangen</p>	<p>Atgoffwch y disgyblion am eu hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu (Erthygl 2). Dylech atgoffa'r disgyblion hefyd mai dim ond un rhan o'u hunaniaeth mae'r plant yn y fideos yn ei thrafod, ac y dylai pawb osgoi ystrydebu a chyffredinoli am grwpiau o bobl.</p> <p>Gallwch gloi'r wers drwy weld a all y dosbarth feddwl am ddeg awgrym o lefydd y gall plant fynd os ydyn nhw'n pryderu am rywbeth ar ôl sesiwn neu'n teimlo eu bod nhw'n cael eu trin yn annheg.</p> <p>(5 munud)</p>	<p>Atgoffwch y disgyblion am eu hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu (Erthygl 2). Dylech atgoffa'r disgyblion hefyd mai dim ond un rhan o'u hunaniaethau mae'r plant yn y fideos yn ei thrafod, ac y dylai pawb osgoi ystrydebu a chyffredinoli am grwpiau o bobl.</p> <p>Gallwch gloi'r wers drwy weld a all y dosbarth feddwl am ddeg awgrym o lefydd y gall pobl ifanc fynd iddyn nhw os ydyn nhw'n pryderu am rywbeth ar ôl sesiwn neu'n teimlo eu bod nhw'n cael eu trin yn annheg.</p> <p>(5 munud)</p>	<p>Llefydd y gall pobl ifanc fynd iddynt i gael cefnogaeth os ydyn nhw'n pryderu am rywbeth yn y sesiwn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comisiynydd Plant Cymru 01792 765600 • Childline 0800 1111 • MEIC 080 880 23456 • Cefnogaeth fugeiliol yn yr ysgol
---	--	---	--

Cynllun Gwers: Sesiwn Dau — 50 munud

Nodau

- Myfyrio ar y sesiwn ddiwethaf
- Canolbwyntio ar ein hunaniaethau ein hunain
- Creu ymateb i'r fideos fel rhan o'r dasg

Canlyniad Dysgu	CA2	CA3	Nodiadau
Myfyrio ar y sesiwn ddiwethaf	<p>Gofynnwch i'r disgyblion atgoffa'r dosbarth pa hawl wnaethoch chi ganolbwyntio arni yn y sesiwn ddiwethaf.</p> <p>Gofynnwch i'r disgyblion atgoffa'r dosbarth pa grŵp(iau) o blant edrychoch chi arnyn nhw yn y sesiwn ddiwethaf.</p> <p>Eglurwch y bydd y dosbarth yn meddwl am eu hunaniaethau eu hunain yn y sesiwn heddiw.</p> <p>(5 munud)</p>	<p>Gofynnwch i'r disgyblion atgoffa'r dosbarth pa hawl wnaethoch chi ganolbwyntio arni yn y sesiwn ddiwethaf.</p> <p>Gofynnwch i'r disgyblion atgoffa'r dosbarth pa grŵp(iau) o bobl ifanc edrychoch chi arnyn nhw yn y sesiwn ddiwethaf.</p> <p>Eglurwch y bydd y dosbarth yn meddwl am eu hunaniaethau eu hunain yn y sesiwn heddiw.</p> <p>(5 munud)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Erthygl 2 yw'r erthygl dan sylw (yr hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu).
Bydd y disgyblion yn ystyried eu hunaniaethau eu hunain	<p>Rhowch blât papur i bob disgybl, a dywedwch wrthyn nhw eu bod nhw am greu fersiwn plât papur o'u hunain.</p> <p>Atgoffwch y disgyblion nad dim ond <i>un</i> agwedd sydd gan bobl i'w hunaniaeth — mae llawer o bethau sy'n eu gwneud nhw'n 'nhw'.</p> <p>Ar y blaen, gofynnwch iddyn nhw arlunio eu hwyneb eu hunain.</p>	<p>Dosbarthwch ddarn o bapur A4 i bob disgybl, a dywedwch wrthyn nhw eich bod chi am greu 'Cwpwrdd Hunaniaeth'.</p> <p>Atgoffwch y disgyblion nad dim ond <i>un</i> agwedd sydd gan bobl i'w hunaniaeth — mae llawer o bethau sy'n eu gwneud nhw'n 'nhw'.</p> <p>Gofynnwch i'r disgyblion blygu dau ymyl y papur i'r canol, i greu 'drysau' ar gyfer eu cwpwrdd.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gall y gweithgaredd hwn fod yn anodd i rai disgyblion, ac felly dylech ddechrau'r gweithgaredd gan egluro y gall disgyblion un ai gadw eu cwpwrdd/wyneb hunaniaeth, neu ei adael ar eich desg i gael ei ddinistrio ar ddiwedd y wers. • Gall fod yn ddefnyddiol cael neges i atgoffa'r

	<p>Ar y cefn, bydd angen iddyn nhw arlunio neu ysgrifennu'r pethau sy'n eu gwneud nhw pwy ydyn nhw.</p> <p>Dywedwch wrth y disgyblion y gallan nhw weithio fel unigolion, a does dim rhaid iddyn nhw rannu beth maen nhw'n ei ysgrifennu.</p> <p>Gallai athrawon hwyluso hyn gan ofyn rhai cwestiynau arweiniol fel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beth yw eich diddordebau? • O ble ydych chi'n dod? • Beth ydych chi'n dda am ei wneud? • Beth yw eich hoff bethau? <p>(10 munud)</p>	<p>Dywedwch wrth y disgyblion y gallan nhw weithio fel unigolion, a does dim rhaid iddyn nhw rannu beth maen nhw'n ei ysgrifennu.</p> <p>Rhowch y cyfarwyddiadau canlynol iddyn nhw:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ar flaen y 'drysau': ysgrifennwch beth mae rhywun yn ei weld amdanoch chi os byddan nhw'n cerdded heibio i chi ar y stryd. • Ar ochr fewnol y 'drysau': ysgrifennwch beth allai rhywun ddysgu amdanoch chi pe baen nhw'n siarad gyda chi. • Y tu mewn i'r cwpwrdd (tudalen gefn): Ysgrifennwch beth fyddai neb ond rhywun sy'n eich adnabod chi'n dda iawn yn ei wybod. <p>(10 munud)</p>	<p>disgyblion beth i'w ysgrifennu/arlunio ar bob rhan o'r cwpwrdd ar fwrdd gwyn/sgrin.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Efallai y byddwch chi am greu cwpwrdd hunaniaeth neu blât papur ymlaen llaw, i'w ddefnyddio fel enghraifft.
<p>Gall disgyblion fyfyrion ynghylch y pethau sy'n debyg ac yn wahanol rhwng pobl</p> <p>Gall disgyblion fyfyrion ynghylch y</p>	<p>Gwahoddwch y plant i ystyried sut roedd y dasg iddyn nhw, drwy ofyn y cwestiynau canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ydych chi'n meddwl y bydd eich person plât papur chi yr un peth ag un 	<p>Gwahoddwch y bobl ifanc i ystyried sut roedd y dasg iddyn nhw, drwy ofyn y cwestiynau canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ydych chi'n meddwl y bydd eich cwpwrdd hunaniaeth yr un 	<ul style="list-style-type: none"> • Gallech ofyn i'r disgyblion i 'Feddwl-Paru-Rhannu' gyda'r cwestiynau yma. <ul style="list-style-type: none"> ○ Meddwl am y cwestiynau'n unigol

<p>canfyddiadau rydyn ni'n eu gwneud am bobl eraill, a chanfyddiadau pobl eraill ohonon ni</p>	<p>rhywun arall yn y dosbarth? Beth am weddill y byd?</p> <ul style="list-style-type: none"> Fyddech chi bob amser yn gallu gwybod beth yw hunaniaeth person, drwy ddim ond edrych arnyn nhw? <p>Defnyddiwch y trafodaethau hyn fel cyfle i atgoffa disgyblion am dermau allweddol a drafodwyd yn y sesiynau yma, fel 'cydraddoldeb' ac 'ystrydebu'.</p> <p>(10 munud)</p>	<p>peth ag un rhywun arall yn y dosbarth? Beth am weddill y byd?</p> <ul style="list-style-type: none"> Beth mae pobl yn ei fethu pan fyddan nhw dim ond yn gweld ochr allanol person? <p>Defnyddiwch y trafodaethau hyn fel cyfle i atgoffa disgyblion am dermau allweddol a drafodwyd yn y sesiynau hyn, fel 'ystrydebu' ac 'arfer anwahaniaethol'.</p> <p>(10 munud)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Paru gyda phartner i drafod Rhannu gyda gweddill y dosbarth
<p>Gall y disgyblion archwilio eu hunaniaethau mewn ffordd greadigol</p> <p>Gall y disgyblion ymateb i Dasg Hawliau/Arbennig y Comisiynydd Plant</p>	<p>Eglurwch y Dasg Arbennig ar gyfer Comisiynydd Plant Cymru (Atodiad 1).</p> <p>Rhowch amser i'r disgyblion gynllunio neu greu eu hymateb fel rhan o'r dasg.</p> <p>Mae syniadau yn Atodiad 2 i'ch helpu.</p> <p>(20 munud)</p>	<p>Eglurwch y Dasg Hawliau ar gyfer Comisiynydd Plant Cymru (Atodiad 1).</p> <p>Rhowch amser i'r disgyblion gynllunio neu greu eu hymateb fel rhan o'r dasg.</p> <p>Mae syniadau yn Atodiad 2 i'ch helpu.</p> <p>(20 munud)</p>	
<p>Mae'r disgyblion yn cydnabod pwysigrwydd cefnogaeth a ble i fynd os oes arnynt ei hangen</p>	<p>Atgoffwch y disgyblion am eu hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu.</p> <p>Atgoffa am gefnogaeth i gloi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Dylech gloi drwy fynd o gwmpas y dosbarth a gofyn i bob disgybl enwi lle y gallen nhw fynd iddo i gael 	<p>Atgoffwch y disgyblion am eu hawl i beidio â dioddef gwahaniaethu.</p> <p>Atgoffa am gefnogaeth i gloi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Dylech gloi drwy fynd o gwmpas y dosbarth a gofyn i bob disgybl enwi lle y gallen nhw fynd iddo i gael 	<p>Llefydd y gall pobl ifanc fynd iddynt i gael cefnogaeth os ydyn nhw'n pryderu am rywbeth yn y sesiwn:</p> <p>Comisiynydd Plant Cymru 01792 765600</p> <p>Childline 0800 1111</p>

	<p>cefnogaeth os oedden nhw'n pryderu am rywbeth ar ôl y sesiwn.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gofynnwch i'r disgyblion droi at y person y naill ochr iddyn nhw a rhannu lle gyda nhw y gallan nhw fynd iddo i gael cefnogaeth • Pelen eira o gefnogaeth: gofynnwch i bob disgybl ysgrifennu lle i gael cefnogaeth ar ddarn o bapur, a'i dafllu i ddisgybl arall <p>(5 munud)</p>	<p>cefnogaeth os oedden nhw'n pryderu am rywbeth ar ôl y sesiwn.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gofynnwch i'r disgyblion droi at y person y naill ochr iddyn nhw a rhannu lle gyda nhw y gallan nhw fynd iddo i gael cefnogaeth • Pelen eira o gefnogaeth: gofynnwch i bob disgybl ysgrifennu lle i gael cefnogaeth ar ddarn o bapur, a'i dafllu i ddisgybl arall <p>(5 munud)</p>	<p>MEIC 080 880 23456</p> <p>Cefnogaeth fugeiliol yn yr ysgol</p>
--	--	--	---

Atodiad 1: Eich Tasg

Mae'r dudalen hon yn egluro beth yw eich **Tasg Arbennig** (Llysgenhadon Gwych) a'ch **Tasg Hawliau** (Llysgenhadon Uwchradd) ar gyfer tymor yr hydref 2020.

Eich Tasg yw creu rhywbeth sy'n cynrychioli neu'n dathlu eich hunaniaeth. Gallwch weithio fel unigolyn neu fel grŵp neu ddsbarth i wneud hyn. Gallwch fod mor greadigol ag yr hoffech chi, a dewiswch eich ffordd eich hun o wneud y Dasg. Mae rhai syniadau ar y dudalen nesaf a allai eich helpu chi.

Rydyn ni'n gwybod mai dim ond hunaniaethau rhai grwpiau o bobl ifanc sydd i'w gweld yn ein fideos ni. Felly rydyn ni'n gobeithio drwy gymryd rhan yn ein Tasg, y byddwn ni'n gallu dathlu hunaniaethau llawer o blant a phobl ifanc gwahanol ar draws Cymru. Mae'n bosib y bydd ganddoch chi sawl peth rydych chi'n ei ystyried fel rhan o'ch hunaniaeth, ac mae'n bosib y byddwch chi'n dymuno eu cynrychioli nhw i gyd yn yr hyn fyddwch chi'n ei greu.

Rhannwch eich creadigaethau â ni erbyn **22^{ain} Rhagfyr** fel gallwn weld eich gwaith. Gallwch anfon eich gwaith trwy e-bost: post@complantcymru.org.uk neu ar Twitter: @childcomwales.

Atodiad 2: Syniadau ar gyfer eich Tasg

Isod mae enghreifftiau o ffyrdd mae pobl eraill wedi trafod hunaniaeth, a allai eich helpu chi (dydyn ni ddim yn rheoli nac wedi dilysu'r holl wybodaeth ar y gwefannau hyn):

Dawns

- [Keone Madrid - 'Be Me'](#): dawns am fod yn chi eich hunain.
- [Diversity - perfformiad Mae Bywydau Du o Bwys](#): dawns am yr ymgyrch Mae Bywydau Du o Bwys.
- [Cyfres City Academy](#): defnyddiodd yr ysgol berfformio hon wahanol arddulliau dawnsio i archwilio 'hunaniaeth'.

Drama/Ffilm

- [Stori Ni](#): ffilm fer a grëwyd gan brosiect Teithio Ymlaen a Theatr Genedlaethol Cymru.
- [I'm the One](#): ffilm fer a grëwyd gan Eden, 15 oed, am y niwed y gall barnu eraill ei achosi. I gael cynllun gwrs yn seiliedig ar y ffilm hon, cysylltwch â cardiff@intofilm.org.
- [Hunaniaeth mewn Ffilm](#) a [Ffilmiau a wnaed gan bobl ifanc](#): ystyriwch sut mae'r ffilmiau hyn yn portreadu hunaniaeth — allech chi wneud rhywbeth tebyg? (noder: dylech wirio'r ffilmiau cyn eu dangos i ddisgyblion, gan fod rhai'n cynnwys themâu ac iaith aeddfed)

Caneuon

- [Stormzy - Superheroes](#): mae'r gân a'r fideo hwn yn edrych ar fodolau rôl Stormzy pan oedd yn tyfu i fyny, ac mae'n dangos ein bod ni i gyd yn arwyr!
- [The Greatest Showman - This Is Me](#): mae'r gân a'r fideo hwn yn trafod bod yn falch o bwy ydych chi.

Sgyrsiau

- Podlediad [We Can Change the World](#): mae pob pennod o'r podlediad hwn yn cynnwys person ifanc ysbrydoledig gwahanol.
- [Be ydi Cymru i chdi?](#): mae pob person ifanc yn trafod beth mae 'Cymru' yn ei olygu iddyn nhw.

Celf

- [Rhiannon Roberts](#): Artist o Gymru yw Rhiannon, sy'n creu paentiadau lliwgar o wahanol lefydd yng Nghymru.
- [Canllaw Hunan-Bortread i Bobl Ifanc](#): mae'r adnodd hwn gan yr Oriel Bortreadau Genedlaethol wedi'i wneud gan bobl ifanc i bobl ifanc, ac mae'n archwilio sut mae artistiaid yn datgelu eu hunaniaethau mewn hunan-bortreadau.

Geiriau

- [Monologau a cherddi](#): dyma enghraifft o berson yn defnyddio geiriau i archwilio eu treftadaeth Romani.
- [Adrodd](#): Serena Williams yn adrodd cerdd gan Maya Angelou am hunan-barch a hyder.

Mae llawer o ffyrdd eraill y gallech chi wneud y Dasg, er enghraifft defnyddio apiau gwahanol, creu stribed comic, dylunio crys-t — gallwch fod mor greadigol ag yr hoffech chi!

Atodiad 3: Cefnogaeth

Mae'n bwysig bod unrhyw un sy'n cael anawsterau gydag unrhyw faterion a drafodwyd yn yr adnodd hwn yn gwybod y gallan nhw gael cymorth. Mae croeso i chi ddefnyddo'r testun isod gyda'r bobl ifanc rydych chi'n gweithio â nhw:

Cofiwch, os gallwch chi, i ddweud wrth rywun rydych chi'n ymddiried ynddyn nhw. Gallai fod yn ffrind, yn rhiant, yn ofalwr, yn athro neu'n weithiwr ieuentid.

Mae gan bob ysgol yng Nghymru bolisiau gwrth-fwlio ac ymddygiad, sydd yno i sicrhau ein bod ni'n delio â bwlio ar-lein ac oddi ar y we yn iawn.

Os nad ydych chi'n teimlo eich bod chi wedi cael y gefnogaeth gywir, neu bod eich pryderon heb gael eu cymryd o ddifri, gallwch gysylltu gyda Comisiynydd Plant Cymru i gael cyngor.

Comisiynydd Plant Cymru

Mae gan ein swyddfa ddim sy'n cynnig cyngor a chefnogaeth am ddim i blant, pobl ifanc, neu'r oedolion sy'n gofalu amdany'n nhw. Maen nhw ar gael rhwng 9am a 5pm, o ddydd Llun i ddydd Gwener.

Rhadffon: 0808 801 1000

E-bost: advice@childcomwales.org.uk



**Comisiynydd
Plant Cymru**

Children's
Commissioner
for Wales

Dyma lefydd eraill y gallwch chi gael cymorth a chefnogaeth:

Childline

Elusen yng ngwledydd Prydain yw Childline sydd yno i helpu unrhyw un o dan 19 oed yng ngwledydd Prydain. Mae Childline am ddim, yn gyfrinachol, ac ar gael ar unrhyw adeg, ddydd neu nos.

Gwefan (gydag opsiwn sgwrsio ar-lein): www.childline.org.uk

Rhadffon: 0800 1111

Meic

Gwasanaeth llinell gymorth yw Meic ar gyfer plant a phobl ifanc hyd at 25 oed. Maen nhw ar agor rhwng 8am a chanol nos, 7 diwrnod yr wythnos, a gallwch gysylltu â nhw yn Gymraeg neu Saesneg. Gallwch gysylltu â nhw drwy ffonio, anfon neges destun, neu negeseuon gwib. Mae Meic yn gyfrinachol, yn ddiennw, am ddim, ac i chi'n unig.

Gwefan (gydag opsiwn sgwrsio ar-lein): <https://www.meiccymru.org/>

Rhadffon: 080880 23456

Neges destun: 84001