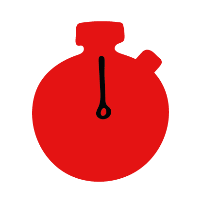
 Straeon diogelwch

A picture containing text

Description automatically generated

**Maint y grwpiau**

Grwpiau bacj

**Amser arfaethedig**

20-30 munud

**Dull**

Chwarae rôl/ffram ferru

**Beth sydd ei angen arnoch**



**Cyflwyniad PowerPoint**

****

**Cardiau stori**

Amcanion dysgu

* Ymarfer sut i asesu sefyllfa a helpu mewn ffordd ddiogel mewn sesiwn chwarae rôl
* Ymarfer sut i alw am help a chyfarwyddo eraill i helpu mewn sesiwn chwarae rôl

## Trosolwg

Bydd grwpiau bach yn “rhewi” yn ystod golygfa o’r cardiau stori, ac yna’n actio’r hyn a ddigwyddodd cyn ac ar ôl yr eiliad honno. Bydd gweddill y grŵp yn trafod rôl diogelwch yn y stori.

## Paratoi

Argraffwch ddigon o gardiau stori ar gyfer gwaith mewn grwpiau bach neu dangoswch nhw ar y cyflwyniad PowerPoint. Mae’r holl adnoddau ar gyfer cynnal y gweithgaredd hwn i’w cael ar y [dudalen we straeon diogelwch](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/safety/safety-stories).

Gwnewch yn siŵr bod y dysgwyr yn gyfarwydd â’r rheolau sylfaenol ar gyfer y sesiwn neu sefydlwch reolau sylfaenol a chanllawiau ar gyfer dod i mewn ac allan o'r rôl mewn sesiynau chwarae rôl. Sicrhewch fod y dysgwyr yn cael cyfleoedd i ofyn cwestiynau a bod ganddynt ffordd o ofyn cwestiynau’n ddienw os byddant   
yn dymuno gwneud hynny. I gael arweiniad ar sut i wneud hynny, darllenwch y [canllawiau ar greu amgylchedd dysgu diogel, cynhwysol a chefnogol.](https://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/guidance-and-support/)

## Sut mae cynnal y gweithgaredd

1. Dechreuwch drwy drafod gyda’r grŵp pa mor bwysig yw cadw’n ddiogel wrth helpu rhywun y mae angen cymorth cyntaf arno.

* A all pobl helpu rhywun arall a'u cadw eu hunain yn ddiogel ar yr un pryd?
* Sut?

1. Rhannwch y dysgwyr yn grwpiau bach. Rhowch gerdyn stori i bob grŵp (efallai y bydd angen i chi roi’r un cerdyn i rai grwpiau) neu dangoswch nhw ar y cyflwyniad PowerPoint a gofynnwch i’r grwpiau ddewis stori. Rhowch amser iddyn nhw feddwl a thrafod eu stori. Anogwch nhw i ddefnyddio’r fframwaith “Stopio, edrych, meddwl, helpu” eto, a dewis pwy sydd gerllaw a all helpu.
2. Yn eu grwpiau, gofynnwch i’r dysgwyr ddarllen y stori ar eu cerdyn, ei thrafod, a rhannu’r cymeriadau rhyngddynt i greu ffrâm fferru. Bydd angen i’r ffrâm fferru ddangos yn glir beth sy’n digwydd yn y stori ar gyfer pob cymeriad, fel pe bai'r sesiwn chwarae rôl yn cael ei rhewi mewn amser. Wedyn, gofynnwch iddyn nhw actio’r hyn a ddigwyddodd yn union cyn i’r olygfa gael ei rhewi, a rhewi eto pan fyddan nhw’n cyrraedd y pwynt hwn, ac yna actio’r hyn a ddigwyddodd yn union ar ôl i'r olygfa gael ei rhewi. Anogwch y grwpiau i feddwl am ddiogelwch a’r camau cymorth cyntaf i’w cymryd i helpu’r cymeriad yn y stori. (Cyfeiriwch at y nodiadau isod).

**Nodiadau addysgu ar y straeon a’r camau cymorth cyntaf i’w cymryd ym mhob stori:**

*Mae’r cyflwyniad PowerPoint ar gyfer yr ymarfer straeon diogelwch yn cynnwys cerdyn cymorth cyntaf “sut i helpu” ar gyfer pob un o’r straeon isod.*

1. Mae'r person hwn yn chwarae pêl-droed yn y parc gyda ffrind. Mae tad ei ffrind yn eistedd ar fainc. Mae dyn ar fainc arall gerllaw wedi bod yn bwyta ei ginio. Yn sydyn, mae’n sefyll ar ei draed ac yn edrych yn ofnus. Mae’n edrych fel nad yw'n gallu anadlu, ac mae’n pwyntio at ei wddf.

* *Mae’r dyn hwn yn tagu ac mae angen cymorth cyntaf arno – dysgwch sut i helpu rhywun sy’n tagu* [yma](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/choking)*. Gall ofyn i dad ei ffrind helpu’r dyn er mwyn cadw’n ddiogel. Gallai gefnogi ei ffrind rhag ofn y bydd yn poeni am y sefyllfa.*

1. Mae’r person hwn ar faes chwarae’r ysgol. Mae grŵp o’i ffrindiau’n rhedeg o gwmpas yn gyflym. Mae’n gweld un ohonyn nhw’n baglu dros gôt sydd wedi cael ei gadael ar y llawr. Mae’n taro ei ben yn galed iawn ar y llawr ac yn dweud bod ei ben yn brifo llawer.

* *Mae gan y person hwn anaf i’w ben ac mae angen cymorth cyntaf arno – dysgwch sut i helpu rhywun sydd wedi cael anaf i’w ben* [yma](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/head-injury)*. Mae angen iddo helpu ei ffrind i symud i rywle mwy diogel, a thawelu ei feddwl, yna dod o hyd i athro ar y maes chwarae i ddweud wrtho (neu anfon ffrind arall i wneud hynny). Wedyn, gall yr athro helpu a gall y person ddweud wrth yr athro beth mae angen ei wneud neu fynd i nôl pecyn iâ os bydd yr athro'n ei anfon i wneud hynny.*

1. Mae’r person hwn yn rhedeg i lawr y grisiau gyda grŵp o ffrindiau yn yr ysgol. Mae un o’i ffrindiau’n syrthio i lawr y grisiau o’i flaen, ac mae bellach yn crïo’n uchel ac yn dal ei fraich mewn llawer o boen.

* *Mae’n bosibl bod y person hwn wedi torri asgwrn ac mae angen cymorth cyntaf arno – dysgwch sut i helpu rhywun sydd wedi torri asgwrn* [yma](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/broken-bone)*. Bydd angen iddo atal pobl rhag rhedeg o gwmpas y ffrind sydd wedi'i anafu, a hyd yn oed atal pobl sy’n dod i lawr y grisiau o bosibl, os yw’r ffrind yn y ffordd. Bydd angen iddo fynd i chwilio am athro, neu anfon ffrind i ddweud wrth un. Bydd angen iddo helpu i gynnal y fraich nes bydd athro’n cyrraedd.*

1. Mae’r person hwn mewn caffi gyda ffrind a’i rieni. Mae gweinydd yn mynd heibio yn cario hambwrdd.   
   Mae’r gweinydd yn baglu ac mae pot o de poeth yn cwympo oddi ar yr hambwrdd ac yn tywallt te dros fraich menyw sy’n eistedd ar y bwrdd wrth eu hymyl. Mae hi wedi cynhyrfu, ac mae ei braich yn mynd yn goch iawn.

* *Mae’r fenyw hon wedi llosgi ac mae angen cymorth cyntaf arni – dysgwch sut i helpu rhywun sydd wedi llosgi* [yma](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/burn)*. Dylai ofalu nad oes mwy o bethau poeth a allai losgi pobl. Dylai ofyn i’r oedolion o’i gwmpas helpu’r ddau berson. Bydd angen iddo wneud yn siŵr bod yr ardal o gwmpas y fenyw yn glir ac nad oes rhagor o weinyddion yn rhuthro o gwmpas gyda bwyd poeth. Bydd angen i rywun wneud yn siŵr bod y gweinydd yn iawn, a bydd angen i rywun ddod o hyd i wydraid o ddŵr (neu sudd neu unrhyw ddiod oer a diogel gerllaw) i'w dywallt dros fraich y fenyw i’w hoeri/gofyn a all rhywun fynd â’r fenyw i’r toiled neu’r gegin i oeri’r llosg o dan y tap am o leiaf 20 munud.*

1. Mae’r person hwn gartref ac mae ei fam wedi gofyn iddo ef a’i chwaer fach roi trefn ar yr ailgylchu.   
   Mae’r ddau’n rhuthro am eu bod am chwarae gêm newydd ar ôl gorffen. Mae ei chwaer yn torri ei   
   chroen yn wael ar dun miniog iawn. Mae’n gwaedu llawer.

* *Mae’r chwaer yn gwaedu ac mae angen cymorth cyntaf arni – dysgwch sut i helpu rhywun sy’n gwaedu llawer* [yma](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/bleeding)*. Mae angen iddo alw ar ei fam. Dylai wneud yn siŵr na fydd ef na'i chwaer yn cyffwrdd â dim byd arall miniog. Gallai ddod o hyd i rywbeth fel lliain sychu llestri, neu ddefnyddio ei law, i bwyso’n galed ar y man sy'n gwaedu cyn i’w fam gyrraedd. Wrth bwyso ar y man sy'n gwaedu, dylai symud ei chwaer i rywle diogel, i eistedd ar gadair efallai. Dylai ofyn i’w fam ffonio 999, neu gyfnewid â’i fam er mwyn iddo ef allu ffonio 999.*

1. Ar ôl i’r plant gael cyfle i ymarfer chwarae rôl a chreu fframiau fferru, gofynnwch i’r grwpiau gymryd tro i berfformio tra bydd gweddill y grŵp yn gwylio. Ar ôl i bob grŵp orffen dangos eu golygfeydd, gofynnwch i’r grŵp (gallwch hefyd ddangos y cwestiynau hyn ar y cyflwyniad PowerPoint):

* Beth oedd yn digwydd yn y stori hon?
* A gafodd unrhyw un ei anafu? Beth roedd angen ei wneud i’w helpu? Beth oedd y cam cymorth cyntaf i’w gymryd?
* Beth roedd angen i’r cymeriadau feddwl amdano i'w cadw eu hunain ac eraill yn ddiogel? Beth wnaethon nhw i'w cadw eu hunain ac eraill yn ddiogel? A oedd yna unrhyw beth arall roedd angen iddyn nhw feddwl amdano?

## Gweithgareddau sy’n ymestyn ac yn herio:

1. Os bydd rhai grwpiau’n gorffen paratoi eu sesiwn chwarae rôl yn gynnar, gallant ddechrau meddwl   
   am y cwestiynau ôl-drafod uchod, neu gallent fynd drwy stori arall a thrafod yr un honno hefyd.

## S:\CT\Education Team\Product development\Youth\FAE curriculum project\3. Creative\Visual guidelines\Icons, illustrations, templates_final\Extras\BRC_FirstAid_Arrow_Solid_Colour_Mustard.pngCrynhoi

Edrychwch dros y golygfeydd unwaith eto (gallwch hefyd ddangos y cwestiynau hyn yn y cyflwyniad PowerPoint).

* Ym mha straeon roedd angen i’r cymeriadau feddwl fwyaf am ddiogelwch, a beth oedd   
  yr atebion?
* Beth yw’r pethau allweddol i’w cofio wrth helpu pobl eraill a chadw’n ddiogel? Er enghraifft, os nad ydych chi’n siŵr, gofynnwch i oedolyn rydych chi’n ymddiried ynddo,   
  a ffoniwch 999 os bydd angen.