Rhoi cymorth cyntaf



**Math o weithgaredd**

Dysgu

**Amserlen a awgrymir**

10–15 munud

**Dull**

Dysgu mewn grŵp

**Beth fydd ei angen arnoch**



**Pinnau ysgrifennu a phapur**

****

**Taflen waith amlinelliad o berson - Rhoi cymorth cyntaf**



**PowerPoint**

Amcanion dysgu

* Deall beth yw cymorth cyntaf
* Esbonio rhai sefyllfaoedd lle y gallai fod angen i rywun roi cymorth cyntaf
i rywun arall

## TrosolwgHelpwch blant i feddwl am y mathau o anaf neu salwch a allai arwain at fod angen cymorth cyntaf ar rywun, fel eu bod yn dechrau datblygu’r parodrwydd, y gallu a’r hyder i weithredu.

## Paratoi

## Argraffwch y daflen waith ‘amlinelliad o berson’ – un i bob plentyn, neu gellir dangos hyn ar y PowerPoint a gofyn i’r plant dynnu llun ohono eu hunain. Gwnewch yn siŵr bod gennych ddigon o binnau ysgrifennu a phapur mawr ar gyfer gwaith mewn grwpiau bach.

Dylech sicrhau bod y dysgwyr yn gyfarwydd â’r rheolau sylfaenol ar gyfer y sesiwn neu ewch ati i roi’r rheolau sylfaenol. Gwnewch yn siŵr bod dysgwyr yn cael cyfleoedd i ofyn cwestiynau a bod ganddyn nhw ffordd o ofyn cwestiynau yn ddienw os ydyn nhw’n dymuno gwneud hynny. I gael arweiniad ar sut mae gwneud y pethau hyn, darllenwch y canllawiau [Creu amgylchedd dysgu diogel, cynhwysol a chefnogol.](https://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/guidance-and-support/)

## Sut mae cynnal y gweithgaredd

1. Gofynnwch i'r plant ffurfio grwpiau bach. Rhowch ddarn mawr o bapur a phinnau ffelt i bob grŵp. Rhowch daflen waith i bob plentyn, neu dangoswch y sleid PowerPoint a gofyn iddyn nhw dynnu amlinelliad mawr o berson ar y papur.
2. Fel grŵp, gofynnwch i’r plant dynnu llun, y tu mewn i’r amlinelliad o’r person,
rai o’r anafiadau a’r salwch a allai ddigwydd sy’n golygu y byddai angen cymorth cyntaf arnyn nhw, er enghraifft, taro’r pen, llosgi’r llaw, trawiad ar y galon, torri asgwrn y goes. *Beth yw’r mathau o anafiadau neu salwch sy’n gallu digwydd?*
3. Gan dynnu llinell o’r anaf i’r man y tu allan i amlinelliad y person, gofynnwch i’r grŵp feddwl pa gymorth cyntaf y gallai fod ei angen ar y person i’w helpu i wella, er enghraifft, bag o bys wedi’u rhewi ar y pen, rhedeg llosg dan ddŵr oer
am 10 munud, ac ati. *Pa fath o gymorth cyntaf allai fod ei angen ar rywun i’w helpu gydag anaf neu salwch?*
4. O gwmpas ymyl allanol y papur, gofynnwch i’r plant ysgrifennu beth fydden nhw’n gallu ei ddweud wrth rywun
i’w cysuro, er enghraifft, Peidiwch â phoeni, mae help ar y ffordd. *Beth y gallai rhywun ei ddweud i’w helpu i
deimlo’n well?*
5. Dewch yn ôl i’r gweithgaredd hwn ar ôl i’r dysgwyr edrych drwy’r [tudalennau sgiliau cymorth cyntaf](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/broken-bone) a’u hannog
i ychwanegu’r hyn maen nhw’n ei ddysgu at eu llun. Wnaethon nhw ddysgu am unrhyw salwch ac anafiadau
newydd? Wnaethon nhw ddysgu am unrhyw gamau allweddol newydd i helpu? Wnaethon nhw ddysgu am
unrhyw ffyrdd newydd o gysuro a chefnogi pobl sydd angen help?

## Crynhoi

Adolygwch ddealltwriaeth y dysgwyr o beth yw cymorth cyntaf drwy ofyn iddyn nhw egluro beth ydyw
a rhannu rhai enghreifftiau o sefyllfaoedd lle byddai angen iddyn nhw roi cymorth cyntaf.

Dysgwch fwy am sut mae helpu pobl eraill sydd angen cymorth cyntaf arnynt drwy symud ymlaen i’r [tudalennau sgiliau cymorth cyntaf](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills).