Cerdyn chwarae rôl - ymarfer

Tagu.

Yr olygfa

Mae ffrindiau’n treulio amser gyda’i gilydd ar ôl ysgol, yn gwylio’r teledu ac yn cael byrbrydau gartref.

Awgrymiadau ar gyfer llwyfannu a phropiau

Gallech drefnu cadeiriau fel ei bod yn teimlo fel ystafell fyw.

Gallech gael rhywbeth fel afal y gallai rhywun esgus ei fwyta neu feimio’r weithred
o’i fwyta.

Cyngor

Dywedwch wrth y dysgwyr am feimio taro’r person ar y cefn i’w atal rhag tagu. Peidiwch byth â tharo rhywun ar y cefn sydd ddim yn tagu. Os yw’r dysgwyr eisiau ymarfer y weithred, gallwch wneud hyn ar fodel.

Y rolau

Isod ceir amrywiaeth o rolau – mewn grwpiau bach, dewiswch pa gymeriad y byddwch chi’n ei chwarae. Gwnewch yn siŵr bod pob un yn y grŵp yn cael cyfle i chwarae rôl pob cymeriad. Neu, gall y dysgwyr ddarllen drwy’r straeon gyda’i gilydd a thrafod y cymeriadau a’r sefyllfaoedd.

Treuliwch amser yn mynd i mewn ac allan o’r rôl. I gael mwy arweiniad ar sut i wneud hynny, darllenwch ein canllawiau ar greu amgylchedd dysgu diogel, cynhwysol a chefnogol.

Ar ôl i’r dysgwyr chwarae rôl neu ddarllen drwy’r straeon, treuliwch rywfaint o amser yn ôl-drafod. Rhowch gyfle iddyn nhw rannu eu meddyliau a gofyn unrhyw gwestiynau sydd ganddyn nhw. Atgoffwch nhw o’r blwch cwestiynau dienw a ble gallan nhw ddod o hyd i ragor o gymorth os oes angen.

Ysgogwch drafodaeth drwy ofyn i’r dysgwyr:

* Beth ddigwyddodd i’r person sy’n tagu? Pa arwyddion o dagu a welwyd?
* Pwy helpodd yn y sefyllfa hon a beth wnaethon nhw i helpu?
* Beth wnaeth y gwyliwr? Beth allent ei wneud yn y dyfodol i fod yn helpwr?

------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Rôl un – Ffrind sy’n tagu**

### Rydych chi’n bwyta afal ac yn gwylio rhywbeth doniol iawn ar y teledu. Rydych chi’n rowlio chwerthin ar ôl cael tamaid mawr o’r afal ac rydych chi’n dechrau tagu arno.

### Dydych chi ddim yn gallu chwerthin dim mwy na gwneud unrhyw sŵn.

### Rydych chi’n dal eich gwddf ac mae’n rhaid i chi dynnu sylw eich ffrind er mwyn cael ei help.

------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Rôl dau - Helpwr

### Mae eich ffrindiau wedi dod draw i’ch tŷ ac rydych chi’n gwylio’r teledu; mae rhywbeth doniol iawn ar y sgrîn ac mae pawb yn dechrau chwerthin. Yn sydyn, rydych chi’n sylwi bod un o’ch ffrindiau wedi stopio siarad a chwerthin, a’i fod yn dal ei wddf. Mae’n edrych yn bryderus iawn. Rydych chi’n sylweddoli ei fod yn tagu ac yn methu anadlu.

### Rydych chi’n ei daro ar ei gefn yn galed, hyd at bum gwaith. Ar ôl helpu, rydych chi’n galw am help gan riant.

### Cofiwch: Ar gyfer y rôl hon, meimiwch daro’r person ar ei gefn - peidiwch byth â tharo rhywun sydd ddim yn tagu ar ei gefn, oherwydd efallai y byddwch yn ei frifo. Os ydych chi am ymarfer y weithred, defnyddiwch fodel.

------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Rôl tri – Ffrind arall

### Rydych chi yn nhŷ eich ffrind, yn cael hwyl. Rydych chi’n gwylio rhywbeth doniol ar y teledu, ac mae pawb yn chwerthin. Rydych chi’n sylweddoli bod rhywbeth o’i le pan fydd eich ffrind – sydd wedi bod yn chwerthin llawer – yn sydyn yn stopio gwneud unrhyw sŵn.

### Maen nhw’n dal eu gwddw ac yn edrych yn ofnus iawn. Rydych chi’n meddwl y gallai fod yn tagu, ond dydych chi ddim yn gwybod beth i’w wneud.

------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Rôl pedwar - Rhiant**

### Rydych chi’r tu allan, neu mewn ystafell arall, ac rydych chi’n gallu clywed chwerthin yn dod o’r ystafell deledu lle mae eich plentyn a’i ffrindiau. Yn sydyn, mae’r chwerthin yn stopio ac rydych chi’n clywed helynt. Yn gyntaf oll, dydych chi ddim yn talu gormod o sylw - efallai fod y plant yn chwarae gêm. Yna rydych chi’n clywed eich plentyn yn galw am help.

**

 Neu, defnyddiwch y senario o’r [ffilm tagu](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/choking)



## Crynhoi

## Atgoffwch y dysgwyr mai’r cam allweddol yw taro’r person bum gwaith ar y cefn.

## Nawr ewch ymlaen i’r [adran rhannu](https://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/share/) i gofio a rhannu’r dysgu ar gyfer y sgil yma.