3. Dyfyniadau ysbrydoledig

**Maint y grŵp**



Grwpiau bach

**Amserlen a awgrymir**

20–25 munud

**Dull**



Trafodaeth a gwaith grŵp

##

**Beth fydd ei angen arnoch**



Pinnau ysgrifennu a phapur



PowerPoint

Amcanion dysgu

* Adnabod ffactorau sy’n cymell pobl i helpu eraill

## Trosolwg

Yn y gweithgaredd hwn, bydd dysgwyr yn archwilio dyfyniadau ysbrydoledig gan bobl enwog, ac yn meddwl am rôl caredigrwydd wrth helpu eraill. Yna ystyriwch sut gall eu profiad bywyd eu hunain helpu i lywio camau gweithredu yn y dyfodol.

## Paratoi

Rhannwch y dyfyniadau isod naill ai ar y PowerPoint neu eu hargraffu. Gwnewch yn siŵr bod beiros a phapur i’r dysgwyr eu defnyddio.

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/secondary/guidance-and-support/)

## Cyflawni’r gweithgaredd

1. Dechreuwch drwy rannu’r dyfyniad hwn â’r grŵp cyfan

**“Rhaid i chi fod y newid rydych chi eisiau ei weld yn y byd”.**

1. Gofynnwch i’r dysgwyr ystyried y dyfyniad – beth mae’n ei olygu yn eu barn nhw? A yw’n taro tant gyda nhw? Sut gallai fod yn berthnasol i’w bywydau eu hunain ac i’w gwaith dysgu ynghylch cymorth cyntaf a helpu eraill?
2. A yw’r dysgwyr yn gwybod pwy ddywedodd y dyfyniad hwn? Pam gallent fod wedi ei ddweud a beth oedd eu rôl? Esboniwch fod hwn yn ddyfyniad enwog gan Mohandas “Mahatma” Gandhi; Roedd Gandhi yn fyw rhwng 1869 a 1948; roedd yn protestio heb drais i dynnu sylw at bwysigrwydd rhyddid, hawliau pobl; ac annibyniaeth India o reolaeth Prydain ar y pryd.
3. A yw deall mwy am Gandhi yn helpu dysgwyr i gael persbectif newydd ar ei ddyfyniad? Roedd gan Gandhi ddiddordeb mewn protestio drwy ddulliau heddychlon i greu heddwch – gan weithredu’r newid yr oedd yn gobeithio ei weld.
4. Gofynnwch i’r dysgwyr ffurfio grwpiau bach – dosbarthwch neu arddangoswch rai neu’r cyfan o’r dyfyniadau. Gallech roi’r holl ddyfyniadau i bob grŵp, neu un dyfyniad i bob grŵp i’w drafod. Gallent feddwl am yr hyn a allai fod wedi ysbrydoli awdur y dyfyniad gyda’r cwestiynau cynorthwyol a ganlyn:
* Beth mae’n ceisio ei gyfleu i bobl eraill, beth yw’r neges allweddol, beth maent yn meddwl mae’r dyfyniadau’n ceisio ei gyfleu?
* Pa thema neu emosiwn allweddol maent yn ceisio ei gyfleu? Beth maent yn ei gymryd o’r dyfyniad(au)?
* Sut gallai fod yn gysylltiedig â helpu eraill?

Os oes amser, gallai’r grwpiau ymchwilio i awdur(on) y dyfyniad(au).

Cynhaliwch drafodaeth grŵp cyfan am y dyfyniadau, yn seiliedig ar yr hyn a drafodwyd gan bob grŵp.

**Dyfyniadau**

**“Rhaid i chi fod y newid rydych chi eisiau ei weld yn y byd.”**

Roedd Mohandas “Mahatma” Gandhi yn byw yn India rhwng 1869 a 1948. Protestiodd Gandhi heb drais
i dynnu sylw at bwysigrwydd rhyddid, hawliau dynol, ac annibyniaeth India o reolaeth Prydain.

**“Ein prif bwrpas yn y bywyd hwn yw helpu pobl eraill.”**

Arweinydd ysbrydol Tibetaidd, Dalai Lama, sy’n credu mewn heddwch rhwng pawb. Dyfarnwyd Gwobr Heddwch Nobel iddo ym 1989.

**“Nid yw caredigrwydd, waeth pa mor fach y weithred, yn cael ei wastraffu.”**

Roedd Aesop yn storïwr enwog y credir ei fod wedi byw yng Ngwlad Groeg hynafol tua 620–560 CC.
Credir iddo gael ei gaethiwo a’i ryddhau’n ddiweddarach. Roedd caethwasiaeth yn gyffredin yng Ngwlad
Groeg hynafol. Aeth yn ei flaen i gyhoeddi ei chwedlau enwog.

**“Cwestiwn mwyaf brys bywyd yw: beth ydych chi’n ei wneud i eraill?”**

Roedd Martin Luther King, Jr. yn ffigwr blaenllaw yn y Mudiad Hawliau Sifil yn Unol Daleithiau America. Ei araith enwocaf oedd ‘Mae gen i freuddwyd’. Roedd King yn eiriolwr dros brotestio di-drais er mwyn sicrhau cydraddoldeb.

**“Pan fyddwn ni’n rhoi’n hapus ac yn derbyn yn ddiolchgar, mae pawb yn lwcus.”**

Maya Angelou, bardd Americanaidd ac eiriolwr dros hawliau sifil

**“Y rhai hapusaf yw’r rhai sy’n gwneud y gorau dros eraill.”**

Booker T. Washington, addysgwr Americanaidd, awdur a chynghorydd preswyl

**“Pwrpas bywyd dynol yw gwasanaethu, a dangos tosturi a’r ewyllys i helpu eraill.”**

Albert Schweitzer, diwinydd Almaenig / Ffrengig, a oedd hefyd yn genhadwr meddygol yn Affrica.

1. Trafodwch y dyfyniadau a meddyliwch fel grŵp:
* A yw’r grwpiau’n gweld themâu yn dod i’r amlwg o’u trafodaethau?
* Beth allai’r canlyniadau fod os na fydd rhywun yn cael help os ydynt yn wynebu argyfwng cymorth cyntaf?
* Beth allai gymell rhywun i ddewis helpu?

## Gweithgareddau ymestyn a herio:

1. Gofynnwch i’r dysgwyr fyfyrio’n bersonol ar y dyfyniadau. Anogwch nhw i feddwl am y canlynol:
* Pa ddyfyniad sydd fwyaf ysbrydoledig?
* Sut gallai’r dyfyniadau hyn fod yn berthnasol i’ch bywyd eich hun?
* Pa wersi allwch chi eu dysgu o’r dyfyniadau hyn o ran eich gwerthoedd a’ch gweithredoedd eich hun?
1. Gofynnwch i’r dysgwyr feddwl am bobl neu ddyfyniadau sy’n eu hysbrydoli. Os oes ganddynt syniadau, cynhaliwch drafodaeth mewn grwpiau neu barau ynghylch pam maent yn meddwl bod y bobl hyn a/neu’r dyfyniadau’n ysbrydoledig. Gallent ysgrifennu paragraff ynghylch pam mae’r unigolyn hwn yn eu hysbrydoli.

## Crynhoi

Anogwch y dysgwyr i fyfyrio yn eu hamser eu hunain ar yr hyn sy’n eu hysbrydoli i helpu. A yw’n unigolyn
y mae’n dymuno ei efelychu, neu’n edmygu ei werthoedd a’i gredoau?

Ewch ymlaen i’r gweithgaredd ymarfer i archwilio’r holl bethau mae dysgwyr wedi eu dysgu hyd yma yn y modiwl hwn am helpu pobl eraill.