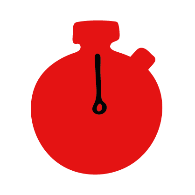
Straeon diogelwch



**Maint y grwpiau**

A picture containing text

Description automatically generated

Grŵp cyfan

**Amser arfaethedig**

20-30 munud

**Dull**

Trafodaeth a ffilm

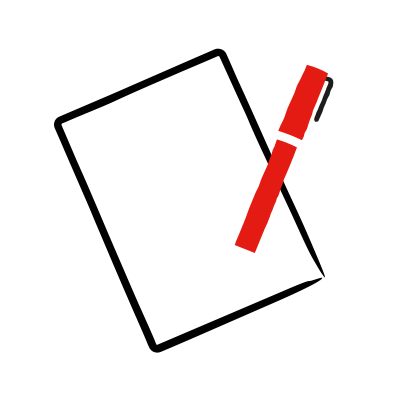
**Beth sydd ei angen arnoch**



[Ffilm](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/safety/safety-stories)



**Cyflwyniad PowerPoint**



**Beiros a phapur**

Amcanion dysgu

* Dysgu beth i’w wneud i gadw’n ddiogel mewn sefyllfa
* Dysgu sut i asesu perygl a phenderfynu ar gam diogel i helpu

## Trosolwg

Bydd y dysgwyr yn gwylio’r [ffilm cadw’n ddiogel](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/safety/safety-stories), lle mae Liya yn siarad am bwysigrwydd helpu pobl eraill a’ch cadw eich hun yn ddiogel. Wedyn dangoswch y lluniau yn y cyflwyniad PowerPoint o Liya a’i thad yn helpu rhywun nad yw’n ymateb ond sy’n anadlu, a thrafodwch gadw’n ddiogel wrth helpu rhywun y mae angen cymorth cyntaf arno.

## Paratoi

Y gallu i ddangos ffilm a chyflwyniad PowerPoint, neu gallech argraffu’r cyflwyniad PowerPoint i grwpiau bach ei ddefnyddio a darllen y trawsgrifiad o ffilm cadw’n ddiogel Liya yn y cyflwyniad PowerPoint. Mae’r holl adnoddau ar gael ar y [dudalen we straeon diogelwch](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/safety/safety-stories).

Tynnwch sylw’r dysgwyr at y rheolau sylfaenol ar gyfer y sesiwn neu sefydlwch reolau sylfaenol. 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 ofyn i’r dysgwyr beth sy’n bwysicach yn eu barn nhw:   
   helpu rhywun neu eu cadw eu hunain yn ddiogel? *Trafodwch pam mae’r ddau   
   beth yn bwysig; ni allwch helpu rhywun arall oni bai eich bod chi hefyd yn gofalu amdanoch chi eich hun.*
2. Gofynnwch i’r dysgwyr beth maen nhw’n ei wybod yn barod am archwilio diogelwch neu eu cadw eu hunain yn ddiogel. *Efallai y byddan nhw’n cyfeirio at bethau maen nhw wedi’u dysgu am ddiogelwch ar y ffordd neu beidio   
   â siarad â phobl ddieithr.*
3. Dangoswch y [ffilm cadw’n ddiogel](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/safety/safety-stories), lle mae Liya yn siarad am bwysigrwydd helpu pobl eraill a’i chadw ei hun yn ddiogel. Gofynnwch i’r dysgwyr pa bethau allweddol mae hi’n sôn amdanyn nhw ynglŷn â chadw’n ddiogel? *Mae’n dweud bod angen gwneud yn siŵr bod oedolyn y gellir ymddiried ynddo wrth law, a galw am help (e.e. ffonio 999) os bydd angen.*
4. Ar gyfer dysgwyr iau, canolbwyntiwch ar y syniad o ddweud wrth oedolyn a galw am help. Dangoswch y sleidiau PowerPoint. Beth ddylai Liya, Jonjo ac Ekam ei wneud i gadw’n ddiogel yn y sefyllfaoedd hyn? *Yr ateb yw galw am help, dweud wrth oedolyn ac yna, os bydd angen, ffonio 999.* Anogwch nhw i feddwl i bwy y gall Liya, Jonjo ac Ekam ofyn am help. *(Liya – gofyn i’w thad helpu; Ekam – galw am ei fam; Jonjo – galw am ei dad).*
5. Ar gyfer dysgwyr hŷn, cyflwynwch y sleidiau PowerPoint a dangoswch y lluniau o Liya a’i thad yn helpu rhywun nad yw’n ymateb ond sy’n anadlu. Gallech ddefnyddio’r fframwaith “stopio, edrych, meddwl, helpu”.

* Stopio: amser i feddwl am ddiogelwch
* Edrych: pa beryglon allwch chi eu gweld? *Dieithryn yw’r person*
* Meddwl: beth all Liya ei wneud i gadw’n ddiogel? *Gall ofyn i’w thad fynd at y dyn a'i helpu yn ei lle hi*
* Helpu: sut wnaeth Liya helpu’n ddiogel? *Ffoniodd 999 a dywedodd wrth ei thad sut i helpu*

1. Ar ôl y drafodaeth honno, dangoswch y sleid olaf gyda’r cwestiynau – sut gwnaeth Liya wneud yn siŵr ei bod   
   hi’n ddiogel? Beth allech chi ei wneud i gadw'n ddiogel wrth helpu pobl eraill? Dangoswch i’r plant sut i helpu rhywun nad yw’n ymateb ond sy’n anadlu drwy edrych ar y “cerdyn sut i helpu” ar y sleid PowerPoint olaf neu drwy fynd i’r dudalen sgiliau cymorth cyntaf ar gyfer [pobl nad ydynt yn ymateb ond sy’n anadlu](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/unresponsive-and-breathing) neu ofyn iddyn nhw esbonio os ydyn nhw wedi dysgu’r sgìl hwn yn barod.

## Gweithgareddau sy’n ymestyn ac yn herio:

1. Ailadroddwch y gweithgaredd “stopio, edrych, meddwl, helpu” ar gyfer y lluniau o Jonjo ac Ekam. Ar ba bwynt   
   y gallen nhw fod wedi meddwl am ddiogelwch? Anogwch y dysgwyr i feddwl am y ffaith bod diogelwch yn bwysig er mwyn lleihau’r risg o anaf a chyn i ni helpu pobl eraill.

Jonjo ac Ekam – [pwl o asthma](https://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/asthma-attack/):

* Stopio: *Gallen nhw beidio â mynd i mewn i’r atig; byddai hynny’n osgoi’r pwl o asthma. Nawr bydd angen iddyn nhw feddwl am sut i ddod i lawr o’r atig a helpu Jonjo gyda'i bwl o asthma mewn ffordd ddiogel.*
* Edrych: *Gallai dod i lawr o’r atig fod yn beryglus os byddan nhw’n rhuthro ac yn cwympo.*
* Meddwl: *Dylen nhw gerdded yn araf ac yn bwyllog a mynd â Jonjo i le diogel – fel y gwely yn yr ystafell wely. Gallan nhw alw am oedolyn.*
* Helpu: *Aeth Ekam â Jonjo i’r ystafell wely lle roedd anadlydd Jonjo. Galwodd am ei fam.*

1. Gofynnwch i’r dysgwyr greu poster “Stopio, edrych, meddwl a helpu” neu “Galw am help” i'w hatgoffa eu hunain o’r camau y gall pobl eu cymryd i gadw’n ddiogel.

## Crynhoi



I gloi, gofynnwch i’r dysgwyr pa bethau allweddol mae angen iddyn nhw eu cofio am gadw’n ddiogel.   
*Efallai y byddan nhw’n dweud pethau fel, dweud wrth oedolyn, ffonio 999, neu ddefnyddio “stopio, edrych, meddwl, helpu” i feddwl cyn iddyn nhw weithredu.*

Nawr ewch yn ôl i’r [dudalen straeon diogelwch](http://firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/safety/safety-stories) i ymarfer cadw’n ddiogel drwy gynnal y gweithgaredd straeon ymarfer diogelwch.