Cerdyn chwarae rôl - ymarfer

Ddim yn ymateb ond yn anadlu.

**Yr olygfa**

Mae teulu yn y parc yn chwarae ffrisbi. Mae’n ddiwrnod poeth iawn, ac mae’r parc
yn brysur.

**Awgrymiadau ar gyfer llwyfannu a phropiau**

Cliriwch rywfaint o le i’r grŵp esgus chwarae ffrisbi. Gallech hefyd drefnu grŵp o gadeiriau. Bydd y person sydd ddim yn ymateb ond yn anadlu yn cael ei ddarganfod
y tu ôl i’r rhain.

**Y rolau**

Isod ceir amrywiaeth o rolau – mewn grwpiau bach, mae pob un yn dewis cymeriad
i’w 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.

**Ôl-drafodaeth**

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 sydd ddim yn ymateb ond yn anadlu? Pa arwyddion a welwyd nad oedd yn ymateb ond yn anadlu?
* 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 - Brawd/Chwaer**

### Rydych chi yn y parc yn chwarae ffrisbi gyda’ch teulu. Mae’n ddiwrnod poeth iawn.

### Rydych chi’n taflu’r ffrisbi i’ch brawd/chwaer, ond mae’n rhy uchel ac yn mynd dros y llwyni i’r ochr arall. Mae eich brawd/chwaer yn mynd i’w nôl.

### Yn sydyn, mae eich brawd/chwaer yn dechrau galw am help.

### ------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Rôl dau – Rhiant

### Rydych chi’n chwarae ffrisbi yn y parc gyda’ch dau o blant.

### Mae un o’ch plant yn taflu’r ffrisbi i’r llwyni, ac mae’r llall yn rhedeg o gwmpas i’w nôl.

### Yn sydyn, rydych chi’n clywed eich plant yn gweiddi arnoch am help. Maen nhw’n swnio’n bryderus.

### ------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Rôl tri - Helpwr/brawd/chwaer

### Rydych chi’n chwarae ffrisbi yn y parc gyda’ch teulu. Mae eich brawd/chwaer bob amser yn ei daflu’n rhy uchel i chi, ac mae’n hedfan dros y llwyni.

### Rydych chi’n rhedeg o gwmpas i’w nôl, a phan fyddwch chi’n cyrraedd yno rydych chi’n gweld bod rhywun yn gorwedd ar y llawr. Maen nhw’n edrych fel eu bod nhw wedi cwympo. Rydych chi’n gwybod beth i’w wneud, ond dydych chi ddim yn siŵr a yw’n ddiogel helpu. Rydych chi’n gweiddi am help.

### Pan fydd eich rhiant a’ch brawd/chwaer yn cyrraedd, rydych chi’n dweud wrthyn nhw sut mae gwirio bod y person yn anadlu. Rydych chi’n darganfod ei fod yn anadlu felly rydych chi’n dweud wrthyn nhw sut mae rolio’r person yn ôl ar ei ochr a gwyro’i ben yn ôl.

### ------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Rôl pedwar - Person sydd ddim yn ymateb

### Dydych chi ddim yn ymateb ond rydych chi’n anadlu. Rydych chi’n gorwedd ar y llawr. Rydych chi’n anadlu. Gall pobl eraill weld bod eich brest yn symud. Pan fydd rhywun yn ceisio eich deffro, dydych chi ddim yn ymateb.

###

 Neu, defnyddiwch y senario o’r [ffilm ddim yn ymateb ond yn anadlu](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/primary/first-aid-skills/unresponsive-and-breathing).

##

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

## Crynhoi

## Ar ôl yr ôl-drafodaeth, atgoffwch y dysgwyr mai’r cam allweddol pan nad yw rhywun yn ymateb ond yn anadlu yw eu rholio drosodd ar eu hochr a gwyro eu pen yn ôl. 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.