Y Groes Goch Brydeinig | British Red Cross

Anaf i'r pen

Cardiau chwarae rôl: **Anaf i'r pen**

Beth sy'n digwydd?

Mae criw o ffrindiau mewn parc sglefrolio gorlawn. Mae dau ohonynt wedi bod yn sglefrio ers blynyddoedd ac yn gwybod beth maent yn ei wneud. Mae rhywun arall wedi dod draw i weld beth sy'n digwydd. Mae'r newydd-ddyfodiad yn ddiamynedd ac eisiau dechrau arni.

Cardiau chwarae rôl: **Anaf i'r pen**

Syniadau

- Defnyddiwch fwrdd sglefrio a helmed go iawn fel propiau os gallwch chi, ond peidiwch â reidio'r bwrdd sglefrio fel rhan o'r chwarae rôl.

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, darllenwch y senario fel stori.
- Treuliwch amser yn mynd i mewn ac allan o'r rôl.

Sesiwn ôl-drafod

- Wedyn, treuliwch ychydig o amser yn trafod y stori. Gallech feddwl am y canlynol:
- Beth ddigwyddodd i'r un sydd wedi cael anaf i'w ben? Pa arwyddion o anaf i'r pen a welwyd?
- Sut wnaeth y cynorthwyydd eu helpu?
- Beth wnaeth y gwyliwr? Beth allent ei wneud yn y dyfodol i fod yn gynorthwywr?

Cardiau chwarae rôl: **Anaf i'r pen**

Yr un sy'n cael ei anafu

Mae'r unigolyn hwn eisiau creu argraff ar ei ffrindiau ac mae'n gofyn am gael tro ar un o'i sglefrfyrddau. Mae'n mynnu y bydd yn iawn ar y ramp.

Mae'n cymryd bwrdd sglefrio ond nid yw'n mynd â'r helmed.

Mae'n syrthio oddi ar y bwrdd sglefrio ac yn taro ei ben. Roedd yn fwy anodd nag yr oedd yn ymddangos. Mae mewn poen, yn teimlo'n benysgafn, ac mae ganddo lwmp ar ei ben.

Sylwch: Os byddwch chi'n penderfynu gwneud hyn, peidiwch â mynd ar fwrdd sglefrio. Peidiwch â tharo eich pen mewn gwirionedd.

Cardiau chwarae rôl: **Anaf i'r pen**

Helpwr

Mae'r unigolyn hwn yn y parc sglefrio gyda rhai o'i ffrindiau. Nid yw un o'i ffrindiau wedi sglefrio o'r blaen ac nid oes ganddo ei fwrdd ei hunan. Mae'n gofyn am gael benthyg ei fwrdd ef.

Mae'n rhoi ei sglefrfwrdd i'w ffrind, ond nid ei helmed. Mae ei ffrind yn sglefrio a y ramp ond mae'n syrthio'n ddrwg, gan daro ei ben ar y llawr. Mae'n edrych yn ddiymadferth ac mewn poen. Mae'n gwybod bod siop gerllaw gyda rhywfaint o gynnyrch rhewgell. Mae'n gweld bod ei ffrind yn edrych yn benysgafn iawn ac mae'n poeni. Mae'n gwybod bod angen iddo fynd i gael rhywbeth oer i'w roi ar y chwydd ond nid yw eisiau gadael ei ffrind chwaith. Mae'n penderfynu rhedeg i'r siop a gofyn i'w ffrindiau eraill ffonio 111 i gael cyngor.

Cardiau chwarae rôl: **Anaf i'r pen**

Gwyliwr

Mae'r unigolyn hwn yn y parc sglefrio hefyd. Nid yw un o'i ffrindiau yn gwybod sut i sglefrio mewn gwirionedd, ond mae eisiau rhoi cynnig arni. Mae'n benthyg bwrdd ei ffrind, ond nid ei helmed. Mae'n gwylio ei ffrind yn syrthio oddi ar y bwrdd ac yn taro ei ben.

CYMORTH CYNTAF

© Y Groes Goch Brydeinig 2019. Pob llun © Y Groes Goch Brydeinig 2019 oni nodir yn wahanol.
Mae'r adnodd hwn a deunyddiau addysgol eraill am ddim ar gael yn www.redcross.org.uk/education
Mae Cymdeithas y Groes Goch Brydeinig yn elusen wedi'i chofrestru yng Nghymru a Lloegr (220949) a'r Alban (SCO37738).

Nerth caredigrwydd