4. Llosgiadau



**Maint y grwpiau**

Grŵp cyfan neu grwpiau bach



**Amser arfaethedig**

30 munud

**Dull**



Trafodaeth a ffilm

**Beth sydd ei angen arnoch**



**Gweithgaredd rhyngweithiol llosgi (lluniau a thestun) ar y** [**dudalen sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau**](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns)

****

**Arweiniad sgiliau dysgwyr ‘helpu rhywun sydd wedi llosgi’**

Amcanion dysgu

* Dysgu sut i adnabod pan fydd rhywun wedi llosgi.
* Dysgu’r camau allweddol i’w cymryd pan fydd rhywun wedi llosgi.

## Trosolwg

Bydd y bobl ifanc yn dysgu am losgiadau, beth ydyn nhw a beth fydd yn digwydd   
pan fydd rhywun wedi llosgi. Byddan nhw wedyn yn dysgu’r camau i helpu a’r   
camau allweddol i’w cymryd pan fydd rhywun wedi llosgi, fel eu bod yn fwy abl,   
parod a hyderus i helpu.

## Paratoi

Gwnewch yn siŵr eich bod yn gallu mynd i wefan Hyrwyddwyr cymorth cyntaf a’ch bod yn gallu symud drwy’r gweithgaredd rhyngweithiol ar y [dudalen sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns). Dangoswch neu argraffwch yr Arweiniad sgiliau dysgwyr ‘helpu rhywun sydd wedi llosgi’.

Tynnwch sylw’r dysgwyr at y rheolau sylfaenol ar gyfer y sesiwn neu sefydlwch reolau sylfaenol. I gael arweiniad ar sut i wneud hynny, darllenwch y canllawiau [Creu amgylchedd dysgu diogel, cynhwysol a chefnogol.](https://firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/guidance-and-support/)

## Sut mae cynnal y gweithgaredd

1. Dechreuwch â’r cwestiynau hyn er mwyn darganfod beth mae'r dysgwyr yn ei wybod yn barod ac agor y pwnc. Gofynnwch i’r bobl ifanc:

* Beth sy'n digwydd pan fydd rhywun wedi llosgi? *Efallai y bydd gan y person gochni a phoen ddifrifol ar ôl dod   
  i gysylltiad â rhywbeth poeth. Efallai y bydd yn dechrau pothellu hefyd.*
* Beth allai achosi i rywun losgi? *Bydd rhywun yn llosgi pan ddaw rhywbeth poeth i gysylltiad â’r croen. Gallai fod   
  yn arwyneb poeth – fel popty neu sythwr gwallt – neu’n hylif poeth, fel dŵr poeth o’r tegell neu ddiod boeth.*
* Sut gallai rhywun deimlo pan fydd rhywun wedi llosgi? *Pan fydd rhywun yn llosgi, gall achosi pryder mawr.   
  Mae’n iawn teimlo’n bryderus. Y peth pwysicaf i’w wneud yw gweithredu’n gyflym ac yn bwyllog i’w helpu.*
* Beth allwch chi ei wneud i helpu rhywun sydd wedi llosgi? *Esboniwch fod y grŵp yn mynd i ddysgu sut i helpu rhywun sydd wedi llosgi yn rhan nesaf y gweithgaredd.*

1. Nawr, ewch i’r [dudalen sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns). Dangoswch y gweithgaredd rhyngweithiol   
   ar y dudalen we. Bydd yn ymddangos fel cyfres o sleidiau y gallwch weithio drwyddyn nhw gyda'r grŵp. Neu, gallech osod sgriniau unigol neu sgriniau a rennir i’r grŵp i weithio drwy’r gweithgaredd.
2. Dangoswch y mesurydd hyder i’r grŵp neu tynnwch sylw’r grŵp ato ar y dudalen [sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns), a gosodwch hyn fel tasg unigol neu drafodaeth grŵp. Pa mor hyderus mae'r dysgwyr yn teimlo   
   i helpu rhywun sydd wedi llosgi?
3. Gwyliwch ffilm Sam ar y [dudalen sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns)\*. Ar ôl dangos y stori, gofynnwch i’r bobl ifanc:

* Beth oedd yn digwydd yn stori Sam? *Mae Sam yn nhŷ ei ffrind am farbeciw ac mae’n cael ei llosgi.*
* Beth achosodd losgiadau Sam? *Aeth hylif tanio ar ei dwylo a chawsant eu llosgi gan fflamau'r barbeciw.*
* Beth wnaeth ffrindiau Sam i helpu? *Diffoddodd rhywun y tân, aeth ei ffrind, Joe, i nôl y bibell ddŵr i oeri’r llosg â dŵr, a gorchuddiodd Tash y llosgiadau mewn bag plastig glân.*
* Sut gallen nhw fod wedi teimlo? *Meddyliwch am yr unigolyn a gafodd ei losgi, y sawl a helpodd ac unrhyw un arall gerllaw. Efallai y byddan nhw’n dweud pethau fel yn poeni, yn ofnus neu mewn poen, ond hefyd bethau fel yn ddigynnwrf ac yn barod i helpu.*
* Beth yw’r camau allweddol a gymerodd ffrindiau Sam i’w helpu? *Oeri'r llosg o dan ddŵr oer sy’n llifo am   
  o leiaf 20 munud.*
* Beth arall oedden nhw’n dda am ei wneud? Pa rinweddau ddangoson nhw? *Efallai y byddan nhw’n dweud pethau fel aros yn ddigynnwrf o dan bwysau, gweithredu’n gyflym, bod yn garedig ac yn ofalgar, neu fod yn ddewr.*

\*Ar ddiwedd y ffilm, mae cwestiwn “Beth fyddech chi’n ei wneud?”, sef cwestiwn rhethregol yn unig. Nid oes angen   
i chi ofyn i’r dysgwyr rannu beth fydden nhw’n ei wneud yn y sefyllfa hon.

1. Dangoswch y ffilm fer wedi’i hanimeiddio sy’n ymddangos yn y gweithgaredd ar sleid olaf y [dudalen sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns). Mae’n dangos beth sy’n digwydd yn y corff pan fydd rhywun wedi llosgi.

## *Logo Description automatically generated*Cwestiynau y gallai’r dysgwyr eu gofyn

Efallai y bydd gan y dysgwyr gwestiynau am y sgìl hwn. Cofiwch ddarparu blwch cwestiynau dienw ar gyfer cwestiynau yr hoffan nhw eu gofyn yn breifat. Y sgiliau allweddol yw’r pethau pwysicaf y dylen nhw eu cofio, ond gallwch ddod o hyd i wybodaeth ychwanegol a allai eich helpu i ateb eu cwestiynau yma:

* Os bydd dillad yn sownd yn y llosg, a ddylwn i geisio eu tynnu?

*Na ddylech. Tynnwch unrhyw ddillad neu emwaith sy'n agos at y rhan o’r corff sydd wedi llosgi, ond peidiwch   
â cheisio tynnu unrhyw beth sy’n sownd yn y llosg. Gallai hyn achosi mwy o niwed.*

* Pa fathau o losgiadau sydd?

*Mae llosgiadau yn perthyn i ddau brif gategori: llosgiadau a sgaldiadau. Caiff llosgiadau eu hachosi drwy ddod i gysylltiad â gwrthrychau poeth neu fflamau, neu gan ffrithiant (er enghraifft, llosgiadau rhaff). Caiff sgaldiadau eu hachosi gan stêm neu hylifau poeth, fel te neu olew. Dylid trin llosgiadau a sgaldiadau yn yr un ffordd yn union.   
Gellir trin mathau eraill o losgiadau fel llosgiadau cemegol a thrydanol yn yr un ffordd hefyd, ond rhaid i chi ffonio   
999 yn syth ar ôl y llosgiadau hyn. Mae angen trin llosg haul a llosgiadau oer (fel y rhai a gaiff eu hachosi gan rew)   
yn wahanol.*

* Rwyf wedi clywed y gallwch chi roi menyn/hufen/past dannedd/rhew ac ati ar losg i’w drin?

*Dylech ond defnyddio hylifau diogel, oer i drin llosg – dŵr yn ddelfrydol. Os na fydd gennych chi ddŵr,   
gallwch ddefnyddio diodydd eraill, fel llaeth, sudd oren neu hyd yn oed ddiodydd pop ac alcohol.*

1. Dangoswch neu dosbarthwch yr Arweiniad sgiliau dysgwyr ‘helpu rhywun sydd wedi llosgi’. Mewn grwpiau bach, neu fel grŵp cyfan, edrychwch ar yr arweiniad sgiliau dysgwyr ac ewch ati unwaith eto i drafod rhai o’r pethau sy'n achosi llosgiadau a beth fyddai rhywun yn ei wneud i helpu.
2. Tynnwch sylw’r grŵp at y mesurydd hyder ar y [dudalen sgiliau cymorth cyntaf – llosgiadau](http://www.firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/first-aid-skills/burns) ac ewch   
   ati i’w gwblhau eto.
3. Gwnewch y [cwis llosgiadau](https://firstaidchampions.redcross.org.uk/secondary/quizzes/) er mwyn gweld beth mae’r dysgwyr wedi’i ddysgu.

## Gweithgareddau sy’n ymestyn ac yn herio:

1. Gofynnwch i’r dysgwyr esbonio neu ysgrifennu’r camau allweddol i helpu rhywun sydd wedi llosgi. Gallen nhw greu diagram i ddangos sut gallai rhywun sydd wedi llosgi edrych a’r camau allweddol   
   y dylai rhywun sy’n helpu eu cymryd.
2. Cymharwch eu gwaith â’r lluniau o’r dudalen we. Wnaethon nhw fethu unrhyw beth? Allen nhw ychwanegu manylion ynghylch sut gall rhywun helpu i gefnogi’r unigolyn sydd wedi llosgi yn emosiynol hefyd?

## Crynhoi

* Atgoffwch y grŵp mai’r peth pwysicaf i’w wneud yw oeri’r llosg o dan ddŵr oer sy’n llifo am o leiaf   
  20 munud.
* Nawr, ewch ati i ymarfer sut mae helpu rhywun sydd wedi llosgi gan ddefnyddio’r gweithgaredd ymarfer.