

SESIWN ADDYSG GORFFOROL: CHWARAE TEG I BAWB

Ystod oed: 9–14 oed

| | |
|--|--|
| <p>Amlinelliad</p> <p>Bydd y dysgwyr yn defnyddio chwaraeon i feddwl am sut mae tegwch yn gysylltiedig â rheolau. Bydd y dysgwyr yn ystyried sut caiff rheolau eu defnyddio i wneud i'r Gemau Olympaidd fod yn deg, gan ystyried y ffaith fod gan rai pobl fynediad haws i rai campau Olympaidd nag eraill. Byddan nhw'n ystyried sut gallen nhw wneud i reolau rhai gwahanol gystadlaethau chwaraeon fod yn decach i bawb sy'n cymryd rhan, cyn meddwl am eu rheolau eu hunain i gynnal "Diwrnod Chwarae Teg". Mae hyn yn cysylltu â syniadau am sut gall rheolau yn y gymdeithas wneud i'r gymdeithas fod yn decach. Gellir defnyddio'r cwestiynau hyn i gysylltu Addysg Gorfforol â meysydd pwnc eraill.</p> | |
| <p>Amcanion dysgu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ystyried sut gall rheolau wneud i chwaraeon fod yn decach neu'n llai teg i bawb sy'n cymryd rhan. • Penderfynu sut mae newid rheolau mewn rhai campau er mwyn sicrhau bod pawb yn gallu cymryd rhan. • Cymharu rheolau mewn chwaraeon â rheolau sy'n helpu i wneud i'r gymdeithas fod yn decach. | <p>Deilliannau dysgu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bydd y dysgwyr yn trefnu ac yn rhedeg "Diwrnod Chwarae Teg" sy'n galluogi pob dysgwr i gymryd rhan yn llawn. |
| <p>Cwestiynau allweddol</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sut mae'r byd yn annheg? • Beth yw ystyr "gweithredu"? • Sut gallwn ni weithredu? | <p>Adnoddau</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Chwarae Teg? Sioe sleidiau Addysg Gorfforol: sleidiau 1–22</i> • Taflenni gweithgareddau: <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Rheolau tegwch</i> 2. <i>Arwyddair tegwch</i> |
| <p>Cysylltiadau â'r cwricwlwm</p> | |
| <p>Cymru</p> <p>Addysg Gorfforol CA2</p> <p>Gweithgareddau antur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Goresgyn sialensiau corfforol a sialensiau sy'n gofyn am ddatrys problemau gyda phartner neu mewn grŵp bach • Cymhwysio eu sgiliau i amgylcheddau cyfarwydd ac anghyfarwydd. <p>Gweithgareddau cystadleuol</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cynllunio fersiynau 'ochrau bach' o'u gweithgaredd cystadleuol sydd wedi'u haddasu, gan gymryd rhan ynddynt • Cydweithio ag eraill a pharchu confensiynau chwarae teg, cydraddoldeb ac ymddygiad priodol mewn gweithgareddau unigol a thîm. <p>Addysg Gorfforol CA3</p> <p>Gweithgareddau creadigol</p> <ul style="list-style-type: none"> • Datblygu a chyfleu amrywiaeth o syniadau a gwybodaeth ddychmygus • Gwrando'n ofalus ar gyfraniadau gan eraill, gan ystyried eu syniadau ac ymateb yn briodol <p>Gweithgareddau cystadleuol</p> <ul style="list-style-type: none"> • mabwysiadu rôl arall yn eu gweithgaredd o ddewis, tra eu bod yn gweithio gydag eraill i gymhwysio rheolau gweithgaredd a sicrhau confensiynau chwarae teg, cystadlu'n onest, ymddygiad da chwarae a bod yn wylwyr gwybodus. | |



Gweithgaredd 1 (20 munud)

Chwarae teg i bawb

Nodyn: Mae'r drafodaeth gychwynnol hon yn bwysig oherwydd bydd yn helpu'r dysgwyr i gynllunio a rhedeg eu Diwrnod Chwarae Teg. Mae'n cysylltu â meysydd y tu hwnt i'r cwricwlwm Addysg Gorfforol a gellid defnyddio'r gweithgaredd mewn meysydd cwricwlwm eraill (fel Dinasyddiaeth neu ABCh) neu yn ystod amser y tu allan i'r cwricwlwm (fel amser dosbarth, amser cylch neu'r gwasanaeth).

- Gofynnwch i'r dysgwyr pam mae gennym reolau a thrafodwch bwysigrwydd rheolau wrth wneud i chwaraeon, yr ysgol a'n byd fod yn decach. Defnyddiwch y cwestiynau ar sleid 3 i lywio'r drafodaeth.
- Gofynnwch i'r dysgwyr a oes adegau pam gallai cadw at yr un rheolau olygu nad yw pethau'n deg mewn gwirionedd. Dangoswch sleid 4 ac anogwch y dysgwyr i drafod hyn. Efallai mai eu hymateb cyntaf fydd fod tegwch yn golygu cadw at yr un rheolau, ond anogwch nhw i feddwl am adegau pan allai eu newid alluogi pawb i gymryd rhan yn deg (er enghraifft wrth geisio helpu oedrannau, galluoedd a rhywedd gwahanol).
- Ewch drwy'r tair enghraifft benodol sydd yn sleidiau 5 i 10 a gofynnwch i'r dysgwyr ystyried sut gallen nhw newid y rheolau i wneud i'r cystadlaethau hyn fod yn decach (er enghraifft, rhedwr sy'n iau yn cael dechrau bum eiliad cyn rhedwr sy'n hŷn). Anogwch y dysgwyr i brofi eu rheolau arfaethedig drwy holi a yw'r rheol y maen nhw wedi'u dewis yn gwneud i'r gamp fod yn decach i'r chwaraewyr i gyd, i'r rhan fwyaf ohonyn nhw, neu i ychydig bach ohonyn nhw.
- Dangoswch sleid 11 a gofynnwch i'r dysgwyr ystyried lle gallai defnyddio rheolau "arferol/normal" chwaraeon fod yn annheg. Defnyddiwch "Meddyliwch, Pâr, Rhannwch".
 - *Meddyliwch: Gofynnwch i'r dysgwyr dreulio munud yn meddwl ar eu pennau eu hunain.*
 - *Pâr: Gofynnwch i'r dysgwyr rannu eu syniadau â phartner.*
 - *Rhannwch: Gofynnwch i'r dysgwyr rannu eu syniadau â'r grŵp cyfan.*
- Dangoswch sleid 12 a gofynnwch i'r dysgwyr a ydyn nhw'n meddwl bod y Gemau Olympaidd yn deg i bob un o'r athletwyr a'r gwledydd sy'n cymryd rhan. Anogwch y dysgwyr i roi rhesymau am eu barn.
- Trafodwch sut mae'r Pwyllgor Olympaidd Rhyngwladol (sy'n trefnu'r Gemau Olympaidd) yn ceisio gwneud i'r Gemau Olympaidd fod yn deg, er enghraifft drwy brofi'r athletwyr am gyffuriau, rhannu'r cystadlaethau yn ôl rhywedd a chael cystadleuaeth ar wahân i athletwyr anabl (y Gemau Paralympaidd). Tynnwch sylw at y ffaith y bydd gan rai gwledydd gyfleoedd gwahanol i ennill medal Olympaidd na gwledydd eraill, yn dibynnu ar ffactorau fel yr adnoddau a'r cyfleusterau hyfforddi sydd ar gael i athletwyr. *Nodyn: Yn sesiynau Mathemateg a Daearyddiaeth Chwarae Teg?, mae'r dysgwyr yn edrych ar y cysylltiad posibl rhwng incwm cyfartalog y person mewn gwlad a nifer y medalau Olympaidd y mae'n eu hennill.*
- Gofynnwch i'r dysgwyr a fydden nhw'n gwneud unrhyw beth arall er mwyn gwneud i'r Gemau Olympaidd fod yn decach i'r holl athletwyr a'r gwledydd sy'n cymryd rhan. *Pa gamau y bydden nhw'n eu cymryd? Trafodwch eu syniadau fel grŵp cyfan.*



Gweithgaredd 2 (45 munud +, yn dibynnu ar ba mor fanwl y mae'r dysgwyr yn mynd ati i drefnu eu Diwrnod Chwarae Teg)

Cynllunio "Diwrnod Chwarae Teg"

- Dangoswch sleid 13 ac eglurwch i'r dysgwyr eu bod yn mynd i drefnu "Diwrnod Chwarae Teg", sy'n galluogi pob cyfranogwr (o oedrannau, rhywedd, gallu ac anghenion gwahanol) i gymryd rhan yn yr un cystadlaethau. Gallai hyn fod ar draws eu dosbarth, eu grŵp blwyddyn, neu'r ysgol gyfan. Neu, gallai dysgwyr hŷn drefnu digwyddiad i ddysgwyr mewn ysgolion cynradd lleol.
- Eglurwch y bydd angen i'r dysgwyr benderfynu beth fydd eu rheolau tegwch er mwyn gwneud hyn. Anogwch y dysgwyr i drafod ac i gytuno ar hyn, naill ai mewn grwpiau neu fel dosbarth. Gallen nhw gofnodi ac arddangos y syniadau gan ddefnyddio'r templedi sydd wedi'u darparu yn *Rheolau tegwch* (Taflen gweithgareddau 1).
- Fel gweithgaredd estyn, gallai'r dysgwyr gynllunio sut i drefnu'r diwrnod. Mae'r meysydd posibl i'w hystyried yn cynnwys:
 - *Pryd a ble bydd ein "Diwrnod Chwarae Teg" yn digwydd?*
 - *Sut byddwn ni'n dweud wrth eraill am y digwyddiad ac yn eu hannog i gymryd rhan?*
 - *Sut byddwn ni'n trefnu pobl yn dimau er mwyn gwneud yn siŵr fod gan bob tîm ystod deg o oedrannau, rhywedd, galluoedd ac anghenion gwahanol?*
 - *Sut bydd y timau'n penderfynu pwy o'u tîm fydd yn cymryd rhan ym mhob un o'r gwahanol gampau?*
 - *Pa offer sydd eu hangen arnom?*
 - *Pwy arall yn yr ysgol y mae angen iddo/iddi fod yn rhan o hyn a sut?*
 - *Sut byddwn ni'n gwerthuso a oedd ein "Diwrnod Chwarae Teg" yn deg ac yn llwyddiannus?*
- Ar ôl iddynt benderfynu ar eu rheolau tegwch, gofynnwch i'r dysgwyr eu trefnu eu hunain yn dimau. Gallai pob tîm gynrychioli un o'r gwledydd sy'n cymryd rhan yng Ngemau Olympaidd 2016. Anogwch bob tîm i benderfynu ar arwyddair tegwch i'w tîm (neu i'w gwlad). Mae'r cyfarwyddiadau hyn wedi'u rhoi ar sleidiau 13 ac 14. Mae templed wedi'i ddarparu ar sleid 15 ac yn *Arwyddair tegwch* (Taflen gweithgareddau 2).
- Hefyd gallai'r dysgwyr ystyried a yw'r gwerthoedd Olympaidd a Pharalympaidd (sydd ar sleid 16) wedi'u hadlewyrchu yn eu rheolau tegwch eu hunain ac arwyddeiriau tegwch eu timau a sut mae gwneud hyn.
- Gallai'r dysgwyr arddangos rheolau eu "Diwrnod Chwarae Teg" ac arwyddeiriau tegwch eu timoedd yn yr ystafell ddosbarth neu'r ysgol. Fel gweithgaredd estyn, gallai'r timoedd ddylunio baneri i adlewyrchu eu harwyddeiriau tegwch ac arddangos y rhain yn eu "Diwrnod Chwarae Teg".



Gweithgaredd 3 (*mae modd ei amrywio, yn dibynnu ar y campau a nifer y rhai sy'n cymryd rhan*)
"Diwrnod Chwarae Teg"

- Pan fydd y dysgwyr yn barod, dylent gynnal eu "Diwrnod Chwarae Teg". Gellid gwneud hyn yn ystod amser cwricwlwm Addysg Gorfforol. Anogwch y dysgwyr i dynnu lluniau ac i gasglu adborth ar y diwrnod ei hun (neu ar ôl y digwyddiad) i fesur pa mor llwyddiannus oedd e.

Gweithgaredd 4 (*20 munud*)

Gwerthuso ein "Diwrnod Chwarae Teg"

- Defnyddiwch sleid 17 i gynorthwyo'r dysgwyr i adfyfrio ar lwyddiant eu "Diwrnod Chwarae Teg" ac i'w werthuso.
- Gallech chi estyn y drafodaeth hon i fywyd yn fwy cyffredinol. Mae'r drafodaeth hon yn cysylltu â meysydd y tu hwnt i'r cwricwlwm Addysg Gorfforol, a gellid ei chynnal mewn meysydd cwricwlwm eraill (fel Dinasyddiaeth neu ABCh), neu yn ystod amser y tu allan i'r cwricwlwm (fel amser dosbarth, amser cylch neu'r gwasanaeth). At hynny, mae'n gyfle gwych i'r dysgwyr gysylltu eu dysgu ar draws meysydd y cwricwlwm.
- Defnyddiwch sleidiau 18 i 19 i gynorthwyo'r dysgwyr i gymhwyso eu dysgu am reolau i fywyd yn fwy cyffredinol. *Ydy rheolau'n bwysig i helpu i wneud i'r gymdeithas fod yn decach?*
- Anogwch y dysgwyr i feddwl am rai enghreifftiau. Efallai y byddan nhw'n meddwl am rai pethau mwy amlwg fel cyfreithiau trosedd. Fodd bynnag, anogwch nhw i feddwl am reolau eraill, a sut mae hi weithiau'n decach i wneud rhai rheolau'n wahanol i bobl wahanol. Rhoddir enghraifft ar sleid 20, sy'n dangos un enghraifft (treth), lle gallai rheolau gwahanol helpu i gael mwy o degwch yn y gymdeithas. Hefyd anogwch y dysgwyr i feddwl am bwysigrwydd llywodraethau fel y bobl sy'n gosod y rheolau, drwy wrando ar y bobl y maen nhw'n eu cynrychioli.
- Dangoswch sleid 21. Dywedwch fod Oxfam ym mis Ionawr 2016, wedi cyhoeddi'r ystadegyn hwn sy'n dweud bod 62 person cyfoethocaf y byd yn berchen ar yr un cyfoeth â hanner tlotaf poblogaeth y byd, 3.6 biliwn o bobl.¹ Trafodwch yr ystadegyn hwn â'r dysgwyr. *Ydych chi'n meddwl bod yr anghydraddoldeb hwn yn deg?* Eglurwch fod Oxfam, ynghyd â nifer o fudiadau, grwpiau ac unigolion eraill, yn gweithio i geisio gwneud i'n byd fod yn decach ac yn fwy cydradd.
- Clowch drwy ddangos sleid 22 a thrafod syniadau'r dysgwyr am ba reolau fyddai'n helpu i wneud i'n byd ni fod yn decach, yn eu barn nhw.

¹ *An Economy for the 1%: How privilege and power in the economy drive extreme inequality and how this can be stopped* (Deborah Hardoon, Ricardo Fuentes-Nieva and Sophia Ayele, Oxfam International, 2016) <http://policy-practice.oxfam.org.uk/publications/an-economy-for-the-1-how-privilege-and-power-in-the-economy-drive-extreme-inequ-592643>



Syniadau pellach

- Trefnwch Ddiwrnod Mabolgampau Paralympaidd i godi ymwybyddiaeth am anabledd. Rhowch gynnig ar wahanol gampau Paralympaidd, fel pêl-foeli eistedd, boccia² a 'gameball'.³
 - Cewch wybod rhagor yma: www.paralympic.org/the-ipc/paralympic-school-day
- Dysgwch am y Pwyllgor Chwarae Teg Rhyngwladol, sydd yno i hyrwyddo chwarae teg ledled y byd. Bob blwyddyn, mae'r pwyllgor yn rhoi gwobrau Chwarae Teg i rai sydd wedi bod yn llysgenhadon chwarae teg rhagorol. Gofynnwch i'r dysgwyr enwebu cyfoedion sydd yn eu barn nhw wedi dangos chwarae teg, mewn chwaraeon neu weithgareddau eraill, a threfnwch seremoni gwobrau Chwarae Teg flynyddol neu dymhorol.
 - Gweler: www.fairplayinternational.org/
- Ymchwiliwch i Gemau Brodorol y Byd, digwyddiad chwaraeon a diwylliannol i athletwyr o grwpiau brodorol. Digwyddodd y gemau byd cyntaf yn Palmas ym Mrasil ym mis Hydref 2015, gyda 1,800 o athletwyr brodorol o 23 gwlad yn cymryd rhan. Nod y gemau yw codi ymwybyddiaeth o ddiwylliant brodorol ledled y byd. Mae'r campau'n cynnwys bwa a saeth, taflu gwaywffon, tyngu rhaff, canwio a ras boncyff coeden.
 - Cewch wybod rhagor yma: www.jmpi2015.gov.br/
- Dysgwch ychydig o capoeira, celfyddyd ymladd o Frasil sy'n cyfuno elfennau o ddawns, gymnasteg a cherddoriaeth. Chwiliwch am wybodaeth am hanes y ffurf hon ar gelfyddyd a'i chysylltiadau â dechrau caethwasiaeth Affricanaidd ym Mrasil.

Amodau defnyddio

Hawlfraint © Oxfam GB

Cewch ddefnyddio'r ffotograffau hyn a'r wybodaeth gysylltiedig at ddibenion addysgol yn eich sefydliad addysgol. Bob tro y'i defnyddiwch, rhaid ichi gydnabod y ffotograffydd a enwyd ar gyfer y ddelwedd honno ac Oxfam. Ni chewch ddefnyddio delweddau a gwybodaeth gysylltiedig at ddibenion masnachol neu'r tu allan i'ch sefydliad addysgol. Mae pob gwybodaeth sy'n gysylltiedig â'r delweddau hyn yn ymwneud â'r dyddiad a'r amser pan ddigwyddodd y gwaith prosiect. Er bod yr adnodd hwn yn cyfeirio at y Gemau Olympaidd a Pharalympaidd drwyddi draw, defnydd golygyddol yn unig yw hwn ac nid oes unrhyw fath o gysylltiad rhwng y Pwyllgor Olympaidd Rhyngwladol a'r adnodd hwn.

²Gêm sy'n cael ei chwarae ar arwynebedd caled yw boccia a'r nod yw taflu peli'r gemau fel eu bod yn glanio cyn gynted ag sy'n bosibl at bêl darged arbennig, y "jac".

³ Gêm ar gyfer athletwyr â nam golwg yw 'Gameball'. Nod y gêm yw rholio'r bêl i gôl y tîm arall tra bydd chwaraewyr y tîm arall yn ceisio rhwystro'r bêl â'u cyrff. Mae cloch y tu mewn i'r bêl yn helpu i gyfeirio'r chwaraewyr.



Rheolau tegwch

Taflen gweithgareddau 1

Rheol tegwch ein tîm:

Rheol tegwch ein tîm:

Rheol tegwch ein tîm:

Rheol tegwch ein tîm:



Arwyddair tegwch

Taflen gweithgareddau 2

Arwyddair tegwch ein tîm:

