

# Brake Kids Walk

WITH  
**Shaun  
the  
Sheep<sup>®</sup>**



## Cynlluniau gwersi i ysgolion cynradd

Trefnir gan



Noddir gan

esure



AARDMAN, SHAUN THE SHEEP  
AND SHAUN'S IMAGE ARE  
TRADE MARKS OF AARDMAN  
ANIMATIONS LIMITED 2023.  
ALL RIGHTS RESERVED.



# Yn cyflwyno Brake's Kids Walk

**Yr haf hwn, bydd miloedd o blant rhwng 4 ac 11 oed o ysgolion ledled y wlad yn cymryd rhan mewn Brake's Kids Walk ac yn gwneud camau cadarn i hyrwyddo diogelwch ar y ffyrdd a manteision cerdded.**

Mae Brake's Kids Walk yn ffordd wych o helpu plant i ddeall y peryglon y maent yn eu hwynebu a chodi ymwybyddiaeth ymhlith rhieni a'r gymuned ehangach am yr angen i amddiffyn plant ar y ffyrdd.

Mae hefyd yn gyfle i blant ymgyrchu am eu hawl i wneud teithiau diogel ac iach ac i alw am y pum peth sydd eu hangen arnynt ar gyfer teithiau diogel: llwybrau troed, llwybrau beicio, manau diogel i groesi ffyrdd, traffig araf a thraffig glân.

Bydd y cynlluniau gwersi hyn yn atgyfnerthu'r adnoddau eraill yn eich pecyn gweithredu ac yn eich helpu i addysgu negeseuon diogelwch ar y ffyrdd sy'n glir, yn gyson ac yn effeithiol. Bydd yn ei gwneud hi'n bosib i chi roi'r eirfa i blant mae ei hangen arnynt i drafod diogelwch ar y ffyrdd a'u helpu i ddatblygu technegau i ymgyrchu dros deithio diogel ac iach.

Mae'r cynlluniau gwersi yn cefnogi gofynion cwricwlwm ar gyfer ABGI, Dinasyddiaeth a Chymraeg a Saesneg.

## Mae'r cynlluniau gwersi hyn yn cynnwys gweithgareddau i:

- Helpu plant i siarad am ddiogelwch ar y ffyrdd
- Helpu plant i ofyn i oedolion eu cadw'n ddiogel wrth ymyl ffyrdd
- Cael gwybod beth yw barn plant am eu teithiau
- Ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd

## Addysg diogelwch ar y ffyrdd i blant ag anghenion dysgu ychwanegol

Dylai addysg a hyfforddiant am ddiogelwch ar y ffyrdd fod yn briodol ac yn effeithiol i ddisgyblion o bob oedran a gallu.

Wrth addasu gwersi, byddwch yn ymwybodol o ofynion unigol disgyblion, gan addasu'r gwersi i ddiwallu eu hanghenion. Defnyddiwch gymhorthion gweledol a chwarae synhwyraidd i helpu disgyblion i ddysgu a deall y cysylltiad rhwng perygl ar y ffyrdd a'u diogelwch eu hunain. Canolbwyntiwch ar hanfodion diogelwch ar y ffyrdd, megis dal dwylo gydag oedolyn wrth gerdded wrth ymyl ffyrdd, sut i groesi ffyrdd mewn manau croesi diogel a gwisgo gwregys/eistedd mewn sedd plentyn bob amser wrth deithio mewn car.

Mae Brake yn cynhyrchu llawer o adnoddau gwahanol i helpu plant o bob oedran a gallu ddysgu am ddiogelwch ar y ffyrdd. Mae rhagor o wybodaeth ar gael yn [brake.org.uk/teach](http://brake.org.uk/teach).

## Cynnwys:

## Tudalen

### Gwers 1:

Cyfnod allweddol 1 - Cyflwyno cysyniadau sylfaenol diogelwch ar y ffyrdd

1-2

### Gwers 2:

Cyfnod allweddol 2 - Ymgyrchu dros deithiau diogel ac iach

7-8

## Gweithgareddau estyn:

1. Canfod manau diogel i groesi pan fyddwch chi hwnt ac yma

9-10

2. Anfon cerdyn post diogelwch ar y ffyrdd

11

## Deunyddiau cefnogi:

Poster templed

12

Arolwg dwylo i fyny

13

Rhestr wirio canfod manau diogel i groesi ffyrdd

14





Dewiswch yr hyn sydd fwyaf priodol, gan ddibynnu ar oedran a gallu disgyblion

## Yn eich pecyn gweithredu

- Taflenni lliwio
- Cerdyn post 'mannau diogel i groesi' + llythyr at rieni
- Rhestr wirio canfod manau diogel i groesi pan fyddwch chi hwnt ac yma
- Maniffesto'r plant ar gyfer teithiau diogel ac iach
- Taflen weithgareddau
- Posteri



## Gwylïo ffilmiau am ddiogelwch ar y ffyrdd

- **Speed matters with Maddie Moate** - Bydd Maddie yn helpu plant i esbonio pam maent yn ystyried ffyrdd yn wahanol a pham mae hi mor bwysig i yrwyr arafu
- **Will's Walk** - Dewch i ymuno â Will, sy'n 8 oed, i fynd am dro i'r parc a chael gwybod ei farn ef am y traffig
- **We love to cycle** - gwybodaeth am fanteision beicio a sut i aros mor ddiogel â phosib wrth reidio beic
- **Our road safety heroes** - dyma'r bobl sy'n ein helpu ni i deithio'n fwy diogel ac sy'n cefnogi pobl yn dilyn damwain ar y ffordd
- **Safe systems is child's play** - sut y gall cynllun dinasoedd a threfi, ffyrdd, systemau cludiant a cherbydau helpu pawb i deithio'n ddiogel ac yn iach

Gallwch chi wylïo'r holl ffilmiau hyn ar wefan Brake i blant a theuluoedd yn [www.brake.org.uk/zebras](http://www.brake.org.uk/zebras)

## Siarad am ddiogelwch ar y ffyrdd mewn gwasanaeth

Mae eich pecyn gweithredu hefyd yn cynnwys cyflwyniad gwasanaeth sy'n atgyfnerthu eich gweithgareddau Brake's Kids Walk. Mae'r gwasanaeth yn canolbwyntio ar sut y gall plant fod yn llysgenhadon diogelwch ar y ffyrdd drwy alw ar oedolion i'w cadw'n ddiogel yn agos i ffyrdd.

## Nodyn am sensitifrydd

Dylid bod yn ofalus wrth drafod diogelwch ar y ffyrdd. Os ydych chi'n ymwybodol bod damwain ffordd wedi effeithio ar ddisgybl, boed yn uniongyrchol neu'n anuniongyrchol, siaradwch ag ef a'u rhiant neu ofalwr cyn ei gynnwys mewn unrhyw un o weithgareddau Brake's Kids Walk. Ystyriwch anghenion unigol wrth gynllunio eich gweithgareddau.



## Gwers 1

# Cyflwyno cysyniadau allweddol diogelwch ar y ffyrdd

## Lefel: Cyfnod allweddol 1



### Trosolwg o'r wers

Cyflwyniad i gysyniadau sylfaenol diogelwch ar y ffyrdd a thrafodaeth am bump peth allweddol y mae eu hangen ar blant i'w gwneud hi'n bosib iddynt gerdded a beicio'n ddiogel yn eu cymuned.

### Nodau:

- Cynyddu ymwybyddiaeth o ddiogelwch ar y ffyrdd
- Annog plant i siarad am faterion diogelwch ar y ffyrdd sy'n effeithio arny'n nhw

### Amcanion:

- Dysgu bod traffig yn beryglus
- Siarad am sut i gerdded yn ddiogel wrth ymyl ffyrdd
- Dysgu geiriau allweddol newydd am ddiogelwch ar y ffyrdd
- Siarad am sut i groesi ffyrdd yn ddiogel

### Bydd angen y canlynol arnoch chi:

- Y posteri o'ch pecyn gweithredu sy'n dangos 'Rydyn ni eisiau... llwybrau cerdded, llwybrau beicio, manau diogel i groesi, traffig araf a thraffig glân'
- Taflenni lliwio a thaflen weithgareddau o'ch pecyn gweithredu (cofiwch lungopïo rhai ychwanegol)

## Beth am i ni siarad am ddiogelwch ar y ffyrdd

Mewn grwpiau bach, neu fel dosbarth cyfan, siaradwch am rai o'r pwyntiau canlynol. Defnyddiwch y posteri yn eich pecyn gweithredu neu'r lluniau ar dudalen 6 i gefnogi eich sgysiau.

### Geiriau allweddol am ddiogelwch ar y ffyrdd

Cyflwynwch y geiriau allweddol canlynol am ddiogelwch ar y ffyrdd: dal dwylo, ffordd, car, stopio, edrych, gwranddo, ymyl palmant, palmant, perygl, traffig, croesi/croesfan.

### Rydyn ni eisiau... llwybrau cerdded

- Mae angen i ni allu symud ein cyrff i fod yn iach. Mae cerdded yn ffordd dda o symud ac aros yn iach.
- Mae cerdded yn ffordd hwyl o dreulio amser gyda ffrindiau a theulu hefyd.
- Siaradwch am berygl traffig ac esboniwch fod car yn galed ac yn drwm a gallai eu hanafu.
- Esboniwch fod llawer o bobl wedi cael eu bwrw gan draffig wrth gerdded, yn anffodus, a'u bod nhw wedi'u hanafu neu wedi marw. Dywedwch mai dyma pam mae'n bwysig cael llwybrau ar wahân i bobl cerdded i ffwrdd o draffig a dyma pam mae angen llwybrau cerdded (palmentydd) arnom.
- Siaradwch am pam mae hi'n bwysig dal dwylo gydag oedolyn ac aros i ffwrdd o ymyl y palmant.

### Rydyn ni eisiau... llwybrau beicio

- Fel cerdded, mae beicio'n ffordd dda o symud ein cyrff i aros yn iach.
- Mae beicio'n ffordd hwyl o dreulio amser gyda ffrindiau a theulu hefyd.
- Siaradwch am berygl traffig ac esboniwch fod car yn galed ac yn drwm a gallai eu hanafu.
- Esboniwch fod llawer o bobl ar feiciau wedi cael eu bwrw gan draffig yn anffodus, a'u bod nhw wedi'u hanafu neu wedi marw a dyma pam mae'n bwysig cael llwybrau ar wahân i bobl ar feiciau i ffwrdd o draffig.
- Siaradwch am bwysigrwydd gwisgo helmed beicio bob amser (i amddiffyn eich pen os byddwch chi'n cael damwain).
- Pe bai mwy o bobl yn cerdded ac yn beicio, byddai llai o geir ar y ffyrdd a llai o lygredd.
- Dylai plant dan 10 oed bob amser feicio gydag oedolyn ac ni ddylent feicio ar ffyrdd.

### Rydyn ni eisiau... manau diogel i groesi

- Gofynnwch faint o fathau gwahanol o fannau croesi y gall eich plant feddwl amdanynt. (Gweler gweithgaredd estyn 1 am ragor o wybodaeth am fannau croesi.)
- Siaradwch am pam mae hi'n bwysig croesi'r ffordd mewn man diogel, megis croesfannau sebra neu lle mae patrôl croesfan ysgol (person lolipop).
- Esboniwch fod coch yn golygu stopio pan ddaw i ddiogelwch ar y ffyrdd. Siaradwch am oleuadau traffig a chroesfannau pelican, gan esbonio bod yr arwydd croesi coch yn golygu nad yw'n ddiogel croesi'r ffordd a bod yn rhaid stopio ac aros.
- Siaradwch am pam y dylai plant bach bob amser ddal dwylo gydag oedolyn i groesi'r ffordd a pham na ddylem ni byth croesi'r ffordd rhwng ceir wedi parcio.

### Rydyn ni eisiau... traffig araf

- Pan fydd traffig yn gyflym, mae'n anodd gweld beth sy'n dod... ac mae'n anodd symud o'i ffordd.
- Po gyflymaf y bydd car yn teithio, hiraf mae'n ei gymryd i ddod i stop.
- Os bydd cerbyd yn bwrw pobl sy'n cerdded neu'n beicio, mae'n eu bwrw'n galed iawn neu'n gyrru drostyn nhw ac yn eu sathru.
- Weithiau caiff eu coesau neu eu breichiau eu niweidio ac nid ydynt yn gweithio mwyach. Weithiau mae pobl yn marw. Gall hyn ddigwydd weithiau os bydd anaf difrifol i'w hymennydd neu eu calon. Os bydd car yn bwrw car arall, gall anafu'r bobl y tu mewn i'r ceir.
- Mae traffig cyflym yn swnllyd a gall ei gwneud hi'n anodd i bobl glywed ei gilydd.

Parhad →



# Gwers 1 (parhad)

## Rydyn ni eisiau... traffig glân

- Mae gan yr holl gerbydau injans ac mae gan y rhan fwyaf o'r rheini fath arbennig o olew i wneud iddynt fynd.
- Ar ôl gwneud i'r injans fynd, mae'r olew yn troi'n nwy drewllyd gallwch chi ei weld yn dod allan o bibell ar gefn y cerbyd weithiau. Gelwir hyn y bibell wagio.
- Mae gan y mwg sy'n dod allan o gefn cerbydau nwyon a darnau mân o barddu ynddo.
- Mae mwg traffig yn wael i'n hiechyd. Mae mwg sy'n dod allan o gerbydau yn wael i ni pan fyddwn yn ei anadlu i mewn a gall ein gwneud ni'n dost. Mae'n drewi hefyd.
- Mae'r rhan fwyaf o'r ceir ar ein ffyrdd yn dal i ddefnyddio petrol neu ddisel ond mae rhai cerbydau newydd wedi'u pweru mewn ffyrdd gwahanol, er enghraifft drwy ddefnyddio trydan. Mae cerbydau trydan yn dawel ac yn lân.

## Cwestiynau

Gofynnwch i'ch plant ateb rhai o'r cwestiynau canlynol:

1. Sut mae traffig cyflym yn gwneud i chi deimlo?
2. Ydych chi wedi gweld traffig yn symud yn rhy gyflym ble rydych chi'n byw/yn agos i'n hysgol?
3. Sut byddai traffig arafach yn agos i'n hysgol ni yn gwneud i chi deimlo?
4. Sut ydych chi fel arfer yn teithio i'r ysgol?
5. Ble ydych chi'n croesi'r ffordd?
6. Beth sydd ei angen yn ein cymuned ni/wrth ymyl ein hysgol ni i annog mwy o bobl i gerdded a beicio?

## Gweithgareddau

Defnyddiwch y taflenni lliwio a'r taflenni gweithgareddau yn y dosbarth i atgyfnerthu'r hyn a ddysgwyd a pharhau i drafod diogelwch ar y ffyrdd.



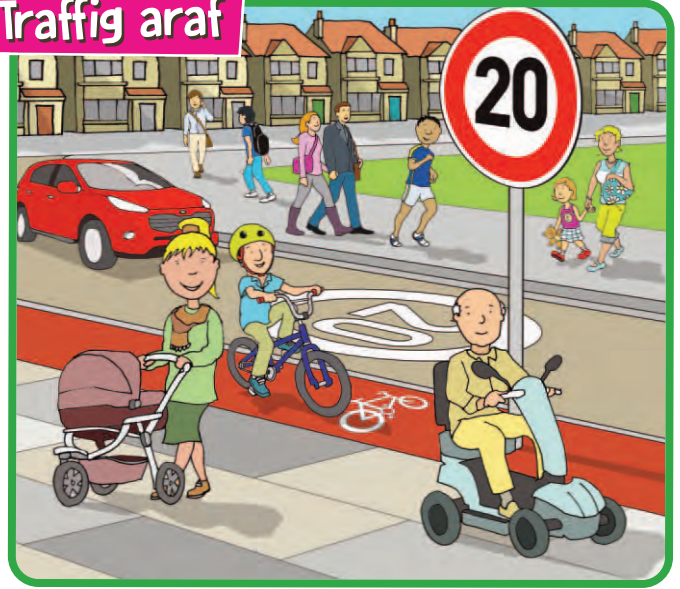


## Gwers 1 (parhad)

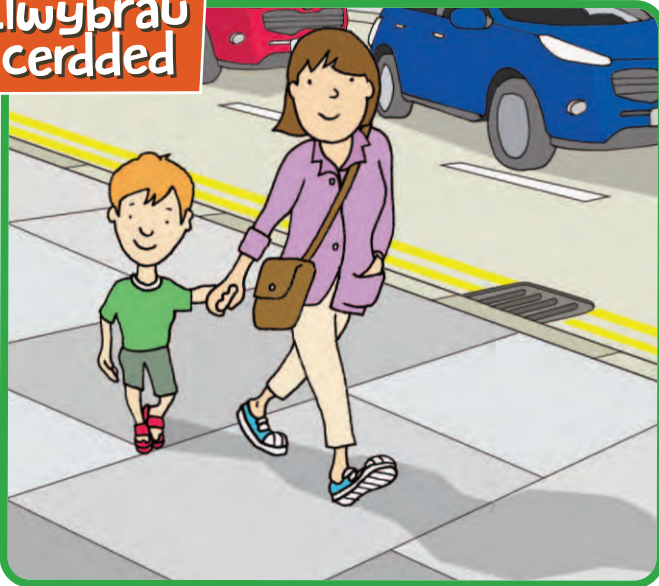
Defnyddiwch y lluniau ar y dudalen hon a'r posteri yn eich pecyn gweithredu i gefnogi eich trafodaethau am ddiogelwch ar y ffordd.



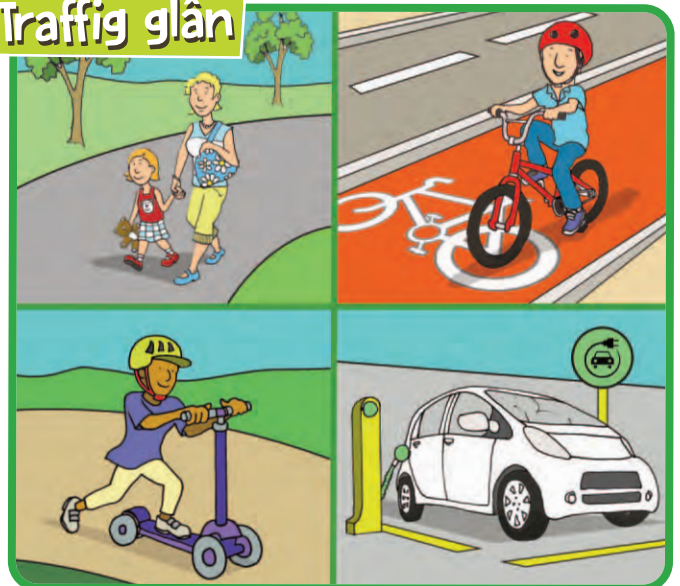
### Traffig araf



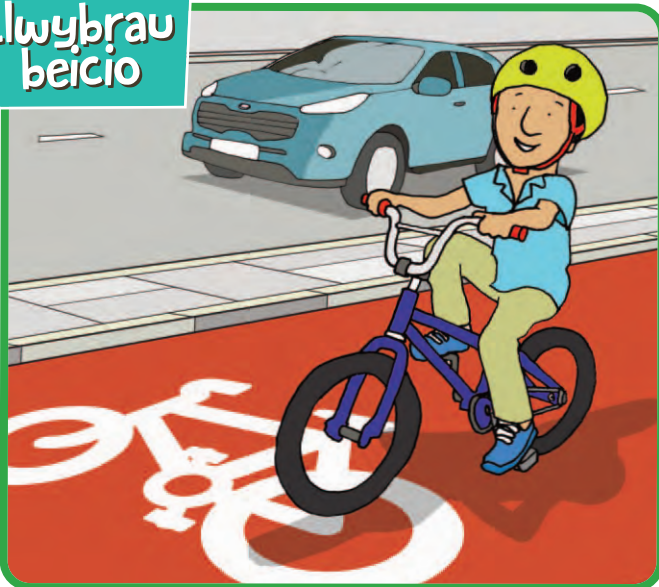
### Llwybrau cerdded



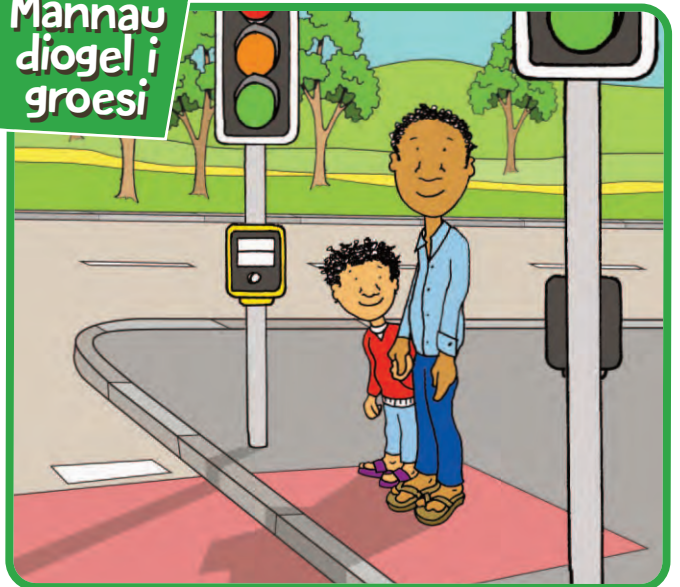
### Traffig glân



### Llwybrau beicio



### Mannau diogel i groesi



# Ymgyrchu dros deithiau diogel ac iach

## Lefel: Cyfnod allweddol 2

### Trosolwg o'r wers

Bydd y dosbarth yn archwilio sut gall plant ymgyrchu dros eu hawl i deithio'n ddiogel ac yn iach a gwneud gwahaniaeth i ddiogelwch ar y ffyrdd yn eu cymunedau.

### Nodau:

Dysgu am sut i gymryd rhan mewn ymgyrch diogelwch ar y ffyrdd.

### Amcanion:

- Deall sut y gall ymgyrchu arwain at newid
- Casglu a chofnodi barn am ddiogelwch ar y ffyrdd gan ddefnyddio arolwg dwylo i fyny
- Helpu plant i ddeall sut y gallant ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd
- Paratoi i gyflwyno manifesto sy'n galw am newid i benderfynwr lleol.

### Bydd angen y canlynol arnoch chi:

- Copi o fanifesto'r plant ar gyfer teithio diogel ac iach a ddarperir yn eich pecyn gweithredu. Gallwch chi lawrlwytho ac argraffu mwy o gopïau os bydd angen.
- Penderfynwch faint o wybodaeth i rannu o'r manifesto, gan ddibynnu ar oedran a galluoedd disgyblion.
- Copïau o'r arolwg dwylo i fyny o dudalen 13, gyda digon o gopïau ar gyfer pob grŵp o ddisgyblion
- Copïau o dempled y poster ar dudalen 12, gyda digon o gopïau ar gyfer pob disgybl.

## Amlinelliad y wers

### Ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd

1. Cyflwynwch y syniad o ymgyrchu, gan esbonio bod ymgyrch yn set o weithgareddau i gyflawni newid. Gofynnwch i ddisgyblion a ydynt yn gwybod am unrhyw ymgyrchoedd lleol neu genedlaethol – bydd enghreifftiau y byddant efallai wedi clywed amdanynt yn y newyddion yn cynnwys School Strike 4 Climate Greta Thunberg, Mae Bywydau Du o Bwys a'r symudiad Me Too.
2. Gofynnwch i ddisgyblion pam mae ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd yn bwysig yn eu tyb nhw. Dywedwch nad yw'n beth da i'w glywed ond, yn drist iawn, mae mwy na miliwn o bobl yn marw ar ffyrdd y byd bob blwyddyn ac anafiadau yn sgil damweiniau ar y ffyrdd yw'r peth sy'n lladd y nifer fwyaf o blant a phobl ifanc yn fyd-eang.

3. Dywedwch wrthynt na ddylai unrhyw un gael eu brifo ar y ffyrdd a bod gan bawb yr hawl i deithio'n ddiogel ac yn iach, ble bynnag yr ânt. Siaradwch am pam mae teithio llesol, megis cerdded a beicio, yn helpu pobl i fod yn iach ac yn dda i'r blaned. Ceisiwch eu hatgoffa fod angen pum peth ar blant i deithio'n ddiogel ac yn iach, sef: llwybrau cerdded, llwybrau beicio, manau diogel i groesi, traffig araf a thraffig glân.
4. Siaradwch am a yw ffyrdd yn agos i'ch ysgol chi/yn eich cymuned yn gwneud hi'n bosib i blant deithio mewn ffordd ddiogel ac iach.
5. Gofynnwch i ddisgyblion am syniadau am sut y gallai ffyrdd fod yn ddiogelach yn agos i'ch ysgol chi. Ysgrifennwch eu hatebion ar y bwrdd gwyn.
6. Cynhaliwch arolwg dal dwylo i fyny i gasglu barn disgyblion am eu teithiau, gan ddefnyddio'r arolwg ar dudalen 13. Gellir gwneud yr arolwg gyda'r dosbarth cyfan neu mewn grwpiau bach. Os byddwch chi'n cynnal yr arolwg mewn grwpiau, dewch ynghyd i gofnodi canlyniadau'r dosbarth. Dylech atgoffa plant nad oes atebion cywir neu anghywir. Nod hyn yw cael gwybod eu barn nhw a sut maen nhw'n teimlo. Ceisiwch eu hatgoffa bod eu barn nhw'n bwysig a bod gennych chi ddiddordeb yn gwybod eu barn.

### Gofyn i oedolion helpu i sicrhau bod teithiau plant yn ddiogel

Gofynnwch i ddisgyblion am syniadau o wahanol ffyrdd y gallant ofyn i oedolion eu cadw'n ddiogel yn agos i ffyrdd. Gofynnwch i'r dosbarth feddwl am y materion pwysicaf yn agos i'ch ysgol chi a defnyddiwch hyn fel sail i'w gweithredu. Gallai enghreifftiau posib gynnwys:

- Ysgrifennu llythyr i'w rhiant/gofalwr yn gofyn iddo yrru'n ofalus bob amser, i lynu wrth derfynau cyflymder a pheidio â byth defnyddio eu ffôn wrth yrru (gweler hefyd y gweithgaredd cerdyn post ar dudalen 11)
- Llundio poster diogelwch ar y ffyrdd i'w arddangos mewn mynedfa ysgol
- Rhannu lluniau a neges ar y cyfryngau cymdeithasol
- Ysgrifennu i'w awdurdod lleol neu eu AS yn esbonio canlyniadau'r arolwg dwylo i fyny a gofyn am derfynau amser 20mya neu llwybrau beicio.



## Maniffesto'r plant ar gyfer teithiau diogel ac iach

1. Esboniwch mai dogfen ysgrifenedig yw maniffesto y gellir ei defnyddio i esbonio newidiadau mae'n rhaid eu gwneud yn eich barn chi.
2. Siaradwch am y ffaith bod gan blant bethau pwysig i'w dweud ac y dylid gwrandao ar eu lleisiau. Esboniwch y gall unrhyw ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd, nid oedolion yn unig.
3. Dywedwch fod gan Brake, yr elusen diogelwch ar y ffyrdd, faniffesto i'w helpu i ofyn i bobl sy'n gwneud penderfyniadau am ffyrdd yn agos i'ch ysgol chi i wneud newidiadau fel y gall plant deithio'n fwy diogel ac yn iach.
4. Esboniwch i ddisgyblion eich bod chi'n mynd i wahodd person lleol pwysig i'ch ysgol fel rhan o'ch gweithgaredd Brake's Kids Walk, fel y gallant gyflwyno maniffesto eich ysgol iddynt.
5. Esboniwch fod hyn yn un ffordd o ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd ac y bydd llawer o blant o ysgolion eraill yn gwneud yr un peth. Bydd Brake hefyd yn ysgrifennu i bapurau newydd, gorsafoedd radio a sianeli teledu lleol am yr hyn sy'n digwydd.
6. Dangoswch y maniffesto i'r plant a'i ddarllen ynghyd yn y dosbarth. Gallwch chi ei ddarllen yn ei gyfanrwydd neu ganolbwyntio ar y paragraffau cyntaf, gan ddbynnu ar oedran a gallu'r plant.
7. Esboniwch eich bod chi'n mynd i ysgrifennu yn y blychau am yr hyn mae ei angen arnoch yn agos i'ch ysgol ac enwau'r bobl eraill sy'n eich cefnogi.
8. Esboniwch yr hyn fydd yn digwydd pan fyddwch chi'n cyflwyno eich maniffesto.



## Sut i gyflwyno eich maniffesto:

- Ysgrifennwch enw eich ysgol yn y gofod a ddarperir
- Ysgrifennwch yr hyn y byddai'n eich helpu i wneud teithiau diogel ac iach yn eich ardal chi
- Gofynnwch i'r bobl sy'n eich cefnogi i ychwanegu eu henwau a dweud pam eu bod yn cefnogi'r maniffesto
- Darganfyddwch enw'r person yn eich awdurdod lleol sy'n gyfrifol am ddiogelwch ar y ffyrdd a gwahoddwch nhw i ymuno â'ch taith gerdded. Gwahoddwch eich AS lleol i ddod hefyd.
- Eglurwch ar ôl y daith gerdded yr hoffai eich disgyblion gwrdd â nhw i gyflwyno eu maniffesto.
- Gofynnwch i'r plant gyflwyno'r maniffesto. Gallant hefyd ddal y posteri mawr a ddarperir yn eich pecyn gweithredu i fyny i atgyfnerthu'r neges bod gan bob plentyn yr hawl i wneud teithiau diogel ac iach a bod angen llwybrau troed, llwybrau beicio, manau diogel i groesi, traffig araf a thraffig glân er mwyn galluogi hyn.
- Gwahoddwch y cyfryngau lleol i dynnu lluniau ac ysgrifennu am blant yn ymgyrchu dros eu hawl i wneud teithiau diogel ac iach.

Rhannwch eich stori ar gyfryngau cymdeithasol ac ar eich gwefan. Tagiwch **@brakecharity**.

Yn Brake, mae gennym ni lawer o brofiad o helpu pobl i ymgyrchu dros ddiogelwch ar y ffyrdd. Os hoffech ragor o help a chyngor ynglŷn â chyflwyno eich maniffesto, anfonwch e-bost i **kidswalk@brake.org.uk** Gallwch chi hefyd ddarllen ein canllaw i ymgyrchu cymunedol ar wefan Brake yn **www.brake.org.uk**.

## Gweithgareddau estyniad

1. Gan ddefnyddio'r poster templed ar dudalen 12, gofynnwch i'r plant greu poster sy'n dangos diogelwch ar y ffyrdd lle maen nhw'n cerdded, yn beicio neu'n chwarae.
2. Gofynnwch i blant ysgrifennu llythyr at eich AS lleol neu'ch cynrychiolaeth awdurdod lleol gan ofyn am y newidiadau mae eu hangen i'w galluogi nhw i deithio'n ddiogel ac yn iach. Gallai hyn gynnwys canlyniadau eich arolwg dwylo i fyny. Ceisiwch arddangos llythyron ar eich hysbysfyrdau a chyflwyno copiau o'r llythyron i'ch ymwelydd.



## Gweithgaredd estyn 1

### Canfod manau diogel i groesi pan fyddwch chi hwnt ac yma

#### Trosolwg o'r wers

Bydd y dosbarth yn dysgu am wahanol fathau o groesfannau ar y ffyrdd a sut i'w defnyddio

#### Nodau:

- Cynyddu ymwybyddiaeth o fater o ddiogelwch ar y ffyrdd

#### Amcanion:

- Dysgu am wahanol fathau o groesfannau: pam maent wedi'u henwi a sut i'w defnyddio
- Deall bod y manau diogel i groesi yn hanfodol i blant allu cerdded yn ddiogel yn eu cymuned

#### Paratoi

- Bydd angen un copi arnoch chi o'r daflen weithgaredd Hwnt ac Yma ar dudalen 14 (wedi'i chynnwys hefyd yn eich pecyn gweithredu) i bob disgybl.

#### Cefndir

Esboniwrch i'r dosbarth bod cerdded i'r ysgol yn wych. Mae'n ffordd llawn hwyl o dreulio amser gyda ffrindiau, ac mae symud o gwmpas yn cadw ein cyrff yn iach hefyd.

Dywedwch ein bod ni am i'n teithiau i'r ysgol fod yn DDIOGEL. Pan fyddwn ni'n cerdded yn ein cymuned, mae angen manau diogel arnom i groesi'r ffordd.

Mae llawer o fannau gwahanol i groesi'r ffordd. Dyma rai o'r croesfannau mae'r plant yn eich dosbarth chi'n fwyaf tebygol o'u gweld pan fyddant hwnt ac yma.

- Mae gan **groesfannau sebra** streipiau du a gwyn fel sebra ac maent wedi'u marcio â goleuadau ambr sy'n fflachio ar ben polion streipiog. Enw'r rhain yw 'Belisha beacons' ac maent wedi'u henwi ar ôl Leslie Hore-Belisha a wnaeth eu cyflwyno ym 1934 pan oedd yn Weinidog Cludiant y llywodraeth.



- Nid yw croesfannau pelican wedi'u henwi ar ôl adar â phigau enfawr o gwbl. Mae pelican yn fyr am 'pedestrian light indication' yn Saesneg, sy'n golygu 'arwydd golau i gerddwyr'.



- Mae **croesfan pâl** yn dod o'r gair 'puffin' yn Saesneg, sy'n fyr am 'pedestrian user-friendly intelligent crossing'. Mae hynny braidd yn llond ceg felly rydym ni'n dweud 'puffin' yn Saesneg i fod yn gryno.



- Mae **croesfannau pegasws** i farchogwyr ac mae ganddynt ddwy set o fotymau ar uchderau gwahanol. Mae un ar yr uchder arferol i gerddwyr a beicwyr ac mae'r llall yn uwch i fyny (2 fetr dros y llawr) fel nad oes yn rhaid i'r marchogwr ddod i lawr o'r ceffyl i bwysu'r botwm. Pegasws oedd enw'r ceffyl adeiniog ym mytholeg yr Hen Roeg.



- Mae **croesfannau twcan** ("two can cross" - gall dau groesi) i gerddwyr a beicwyr. Fel arfer, byddwch yn eu gweld yn agos i barciau a lonydd beicio.



- Mae **croesfannau teigr** i bobl sy'n beicio. Maent wedi'u henwi ar ôl teigrod oherwydd bod gan rai ohonynt streipiau melyn ar ffordd ddu.

Mae mathau eraill o groesfannau'n cynnwys ynsoedd/llochesi traffig, patrolau croesi ysgolion (pobl lolipop), pontydd troed neu danffyrdd.







## Gweithgaredd estyn 2

### Cerdyn post diogelwch ar y ffyrdd i'w anfon adref

#### Trosolwg o'r wers:

Bydd plant yn anfon cerdyn post diogelwch ar y ffyrdd adref at eu rhieni a'u gofalwyr gan ofyn iddynt eu cadw'n ddiogel wrth ymyl ffyrdd

#### Nodau:

- Annog plant i fod yn eiriolwyr dros ddiogelwch ar y ffyrdd a galw ar oedolion i'w helpu i aros yn ddiogel wrth ymyl ffyrdd

#### Amcanion:

- Defnyddio'r cardiau post a'r llythyron i'r cartref i alluogi plant i siarad am faterion diogelwch ar y ffyrdd pwysig â'u hoedolion

#### Bydd angen y canlynol arnoch chi:

- Y cardiau post lliwio yn eich pecyn gweithredu
- Llythyron i'ch rhieni yn eich pecyn gweithredu

Gwnewch gynifer o gopiâu o'r cardiau post a'r llythyron ag y mae eu hangen arnoch. Gellir plygu'r cardiau post mewn hanner ar y llinell doredig a'u gludo ynghyd, neu gallwch chi dorri'r taflenni mewn hanner ar y llinell doredig a gludo pob hanner i ddarn o garden neu bapur lliw.

Esboniwch i'r plant eu bod yn mynd i fynd â cherdyn post adref i'w hoedolyn/oedolion i ofyn iddynt eu cadw'n ddiogel wrth ymyl ffyrdd.



Dangoswch y cerdyn post i'r plant a siarad â nhw am y lluniau ar y cerdyn post. Gan ddiwynnu ar allu, gofynnwch i'r plant ddarllen y negeseuon yn uchel, neu darllenwch y negeseuon iddynt.

Gofynnwch i'r plant liwio'r cerdyn post ac ysgrifennu eu henwau ar y blaen a'r cefn.

Gofynnwch iddynt feddwl am at bwy maent am anfon y cerdyn post atynt, ac ysgrifennu eu henw ar y cefn hefyd.

Gofynnwch iddynt roi'r cerdyn post i'w hoedolyn. Esboniwch y gallant ddweud wrth eu hoedolyn fod neges bwysig i'w darllen a gofyn iddynt arddangos y cerdyn post yn falch i ddangos eu bod nhw'n deall pwysigrwydd cadw plant yn ddiogel wrth ymyl ffyrdd.

Esboniwch y byddwch chi hefyd yn anfon llythyr gartref i ddweud wrth rieni a gofalwyr am y cerdyn post.

Sylwer: efallai y bydd yn rhaid i chi atgoffa plant nad oes modd rhoi'r cerdyn post hwn mewn blwch llythyron, oni bai eu bod yn ei roi mewn amlen â stamp a chyfeiriad.





Ffyrdd diogel lle byddaf yn cerdded, yn beicio neu'n chwarae







Enw:

Dosbarth:

## Arolwg dwylo i fyny i blant rhwng 5 ac 11 oed

# Y teithiau rydym ni'n eu gwneud

### Darllenwch y darn hwn yn uchel

Mae arolwg yn ffordd o holi barn pobl am bwnc.

Mae'r arolwg hwn wedi'i gynllunio i gael gwybod beth rydyn ni'n ei feddwl a sut rydyn ni'n teimlo am y teithiau rydyn ni'n eu gwneud ar ein strydoedd lleol. Rydyn ni'n mynd i ateb ambell gwestiwn am ein teithiau i'r ysgol, i'r parc neu'r siopau, neu i weld ffrindiau. Byddwn yn ysgrifennu yn y blychau faint o bobl sy'n ateb YDW neu NAC YDW ar gyfer pob cwestiwn.

**Cwestiwn 1:** Ydych chi'n teimlo ei bod hi'n ddiogel i gerdded neu feicio ar ein strydoedd lleol?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 2:** Wrth gerdded neu feicio ar ein strydoedd lleol, ydych chi byth yn poeni y gallech chi gael eich bwrw gan draffig?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 3:** Ydych chi erioed wedi cael eich bwrw neu bron wedi cael eich bwrw gan gerbyd wrth gerdded neu feicio?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 4:** Ydych chi'n meddwl bod traffig yn mynd yn rhy gyflym weithiau ar ein strydoedd lleol?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 5:** Ydych chi'n meddwl y dylid gwneud y llwybr rhwng eich cartref chi a'r ysgol yn fwy diogel i blant gerdded neu feicio?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 6:** Hoffech chi gerdded neu feicio mwy, er enghraifft i'r ysgol, i'r parciau neu'r siopau, neu i weld ffrindiau?

Faint o bobl ddywedodd HOFFWN

Faint o bobl ddywedodd NA HOFFWN

**Cwestiwn 7:** Ydych chi'n meddwl bod angen rhagor o lwybrau troed i chi eu defnyddio i gerdded i'r ysgol, i'r parc neu'r siopau, neu i weld ffrindiau?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 8:** Ydych chi'n meddwl bod angen rhagor o lwybrau beicio i chi eu defnyddio i feicio i'r ysgol, i'r parciau neu'r siopau, neu i weld ffrindiau?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 9:** Ydych chi'n meddwl bod angen rhagor o fannau croesi i chi eu defnyddio i gerdded a beicio i'r ysgol, i'r parciau neu'r siopau, neu i weld ffrindiau?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Cwestiwn 10:** Ydych chi'n meddwl y byddech chi'n cerdded neu'n beicio mwy pe bai ein strydoedd lleol yn fwy diogel?

Faint o bobl ddywedodd YDW

Faint o bobl ddywedodd NAC YDW

**Diolch am ateb y cwestiynau hyn. Mae eich barn yn bwysig.**



# Hwnt ac Yma

Allwch chi ganfod mannau diogel i groesi ffordd

Mae cerdded yn wych! Mae'n dda i'n cyrff ac yn ffordd dda o dreulio amser gyda ffrindiau. Ond rydyn ni eisiau i'n teithiau fod yn ddiogel ac felly mae hynny'n golygu bod angen mannau diogel arnom i groesi ffordd. Mae llawer o fannau gwahanol i groesi ffordd yn ddiogel. Faint o'r rhain gallwch chi eu canfod?

Trefnir gan

Noddir gan



Ticiwch y blwch ar gyfer pob un y gallwch chi eu gweld. Ceisiwch ganfod 6 gwahanol fath.



Mae gan **groesfan sebra** streipiau du a gwyn fel sebra ac mae ganddi farciau gyda goleuadau oren sy'n fflachio ar ben polion streipiog. Fe'u gelwir yn 'Belisha beacons'.



Nid yw **croesfannau pelican** wedi'u henwi ar ôl adar â phigau enfawr o gwbl. Mae pelican yn fyr am 'pedestrian light indication' yn Saesneg, sy'n golygu 'arwydd golau i gerddwyr'.



Mae **croesfan 'Puffin'** yn fyr am 'pedestrian user-friendly intelligent crossing'. Mae hynny braidd yn llond ceg felly rydym ni'n dweud 'Puffin' i fod yn gryno.



Mae **croesfannau twcan** ("two can cross" - gall dau groesi) i gerddwyr a beicwyr. Fel arfer, byddwch yn eu gweld yn agos i barciau a lonydd beicio.



## Croesi ffordd yn ddiogel

Wrth groesfan sebra, rhaid i chi stopio, edrych a gwrando, ac aros i geir sy'n teithio ym mhob cyfeiriad stopio cyn croesi'r ffordd. Os oes ynys yn y canol, dylech chi drin pob hanner y ffordd fel croesfan ar wahân.

Mae gan groesfannau pâl, pelican a thwcan oleuadau traffig a botwm i'w wasgu. Mae arwydd croesi coch yn dweud wrthyh chi nad yw hi'n ddiogel i groesi, ac mae arwydd croesi gwyrdd yn golygu ei bod hi'n ddiogel i groesi ond dylech chi barhau i wirio am draffig hefyd. Mae rhai croesfannau'n gwneud sŵn 'bîp' hefyd i ddweud wrth bobl ddall pan fydd hi'n ddiogel i groesi. Mae rhagor o wybodaeth am groesi ffordd yn ddiogel ar gael yn [www.think.gov.uk/education](http://www.think.gov.uk/education)



Mae **croesfannau pegasws** i farchogwyr ac mae ganddynt ddwy set o fotymau ar uchderau gwahanol. Mae un ar yr uchder arferol i gerddwyr a beicwyr ac mae'r llall yn uwch i fyny (2 fetr dros y llawr) fel nad oes yn rhaid i'r marchogwr ddod i lawr o'r ceffyl i bwysu'r botwm.



**Patrôl croesi ysgolion** (pobl lolipop)



Ynys/lloches draffig

Stopiwch yn rhywle diogel lle gallwch chi weld

Gwrandewch am draffig

Edrychwch i'r dde, edrychwch i'r chwith, edrychwch i'r dde eto

Daliwch ati i edrych a gwrando, a dim ond croesi pan fyddwch chi'n siŵr ei fod yn ddiogel

## Rheolau'r Groes Werdd



Pont droed



Tanffordd

