Dull AGChY o Addysgu Gymnasteg
Trosolwg o Uned 15

Canlyniadau ar gyfer Uned 15

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:

- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 1	Canlyniadau Gwers 2	Canlyniadau Gwers 3	Canlyniadau Gwers 4	Canlyniadau Gwers 5	Canlyniadau Gwers 6
- Ymarfer ystod o weithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth - Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr - Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn - Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol	- Ymarfer ystod o weithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth - Archwilio eiliadau o lonyddwch - Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr - Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn - Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol	- Ymarfer ystod o weithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth - Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur - Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig - Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol	- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont sy'n gynyddol gymhleth - Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur - Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy - Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith	- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont sy'n gynyddol gymhleth - Archwilio eiliadau o lonyddwch - Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth - Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol - Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy - Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith	- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont sy'n gynyddol gymhleth - Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth - Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol - Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy - Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig - Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau ar gyfer Uned 15

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:

- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 1

Ar ôl cwblhau'r wers hon, bydd y dysgwyr yn gallu:

- Ymarfer ystod o weithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol

Adolygu

Gofynnwch i'r dysgwyr gynhesu trwy chwarae'r gêm Crancod a Sgorpionau. Adolygwch yr hyn a ddysgwyd yn flaenorol - y teulu o weithrediadau Rholio Ymlaen, Cerdded fel Lindys a'r weithred Eistedd ar ffurf V.

Archwilio

Trefnwch y gorsafoedd gwaith cynhwysol ar gyfer y teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T. Dangoswch y sgìl i'r dysgwyr gan ddefnyddio'r clip fideo ar y CD-Rom. Gofynnwch i'r dysgwyr weithio mewn parau, gydag un dysgwr yn cymryd rôl yr 'athro' a'r llall yn cymryd rôl y 'gweithredwr' - arddull addysgu dwyochrog. Bydd y 'gweithredwr' yn gwneud y dewis cyntaf ynghylch ble i ddechrau, a bydd yn cael ei arwain gan yr 'athro' ar ôl hynny. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cael eu herio'n briodol trwy ymyrryd â'r 'athro'. Gofynnwch i'r dysgwyr archwilio'r gweithgaredd priodol gyda'i gilydd a symud ymlaen pan fo'r 'athro' yn teimlo eu bod yn barod i wneud hynny. Anogwch yr 'athro' i gyfeirio at y clipiau fideo ar y CD-Rom a chymharu perfformiad y 'gweithredwr' â pherfformiad y gymnastwr er mwyn nodi pa gamau i'w cymryd nesaf. Bydd angen i chi sicrhau bod y ddau ddysgwr yn cael cyfle i chwarae'r ddwy rôl. Sicrhewch bod y dysgwyr yn archwilio gweithrediadau sy'n arwain i mewn i'r gweithgareddau cydbwyso Siâp T ac allan ohonynt. Archwiliwch weithred arwain a dilyn â phartner gan archwilio ffyrdd o gynnwys gweithgareddau o'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T. Tynnwch y cyfarpar allan a'i osod ar ffurf a gynlluniwyd gan yr athro.

Creu

Gofynnwch i'r dysgwyr ddefnyddio'r cyfarpar i greu dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithgareddau arwain a dilyn a gweithgareddau sy'n perthyn i'r teulu o weithrediadau Rholio Ymlaen, y weithred Cerdded fel Lindys, y weithred Eistedd ar ffurf V a gweithrediadau i bâr cysylltiedig.

Ymyrryd

Trafodwch yr arddull addysgu dwyochrog. Pa mor glir ac effeithiol oedd yr 'athro' yn cyfathrebu? Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol. Beth sy'n ei gwneud yn ffordd glir ac effeithiol o gyfathrebu? Sut gallwch chi wella eich sgiliau cyfathrebu wrth chwarae rôl yr 'athro'? Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n arddangos gweithrediadau arwain a dilyn creadigol. Trafodwch bosibiliadau eraill ar gyfer arwain a dilyn, er enghraifft gwahanol drefniannau gofodol, gwahanol ddefnydd o gyfarpar, gwahanol gyfeiriadau, lefelau, llwybrau, cyflymder, maint ac ati. Sut gallwch chi wneud eich gweithrediadau arwain a dilyn yn fwy creadigol? Beth ydych chi'n mynd i roi cynnig arno?

Perfformio

Gofynnwch i bob un o'r parau berfformio ar yr un pryd.

Gwerthuso

Sesiwn hunanwerthuso a gaiff ei harwain gan yr athro. Beth oeddech chi'n fodlon ag ef o ran eich ffordd o gyfathrebu? Beth hoffech chi ei wella? Sut byddwch chi'n cyflawni hyn yn y wers nesaf? Pa ddilyniant ydych chi'n fwyaf hapus ag ef? Beth hoffech chi ei wella? Sut byddwch chi'n cyflawni hyn yn y wers nesaf? Rhowch y cyfarpar i gadw. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi.

Modiwl 3	Cynllun gwers enghreifftiol	Uned 15 Gwers 2

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 2
Ar ôl cwblhau'r wers hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol

Adolygu
Gofynnwch i'r dysgwyr gynhesu trwy chwarae'r gêm Tag Cydbwyso. Trafodwch yr agweddau i'w gwella a nodwyd yn y wers ddiwethaf.

Archwilio
Trefnwch y gorsafoedd gwaith cynhwysol ar gyfer y teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T. Gofynnwch i'r dysgwyr barhau i weithio mewn modd dwyochrog, lle mae'r naill yn athro i'r llall. Ailedrychwch ar y targedau a osodwyd yr wythnos diwethaf. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cael eu herio'n briodol trwy ymyrryd â'r 'athro'. Gofynnwch i'r dysgwyr weithio gyda'i gilydd i archwilio'r gweithgaredd priodol, a symud ymlaen pan fo'r 'athro' yn teimlo eu bod yn barod i wneud hynny. Anogwch yr 'athro' i gyfeirio at y clipiau fideo ar y CD-Rom a chymharu perfformiad y 'gweithredwr' â pherfformiad y gymnastwr er mwyn nodi pa gamau i'w cymryd nesaf. Bydd angen i chi sicrhau bod y ddau ddysgwr yn cael cyfle i chwarae'r ddwy rôl. Sicrhewch bod y dysgwyr yn archwilio gweithrediadau sy'n arwain i mewn i'r gweithgareddau cydbwyso Siâp T ac allan ohonynt. Archwiliwch weithred arwain a dilyn â phartner gan archwilio ffyrdd o gynnwys gweithgareddau o'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T. Tynnwch y cyfarpar allan a'i osod ar ffurf a gynlluniwyd gan yr athro.

Creu
Gofynnwch i'r dysgwyr ddefnyddio'r cyfarpar i greu dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithrediadau arwain a dilyn ac o leiaf un eiliad o lonyddwch. Yn ogystal â hynny, dylai'r dilyniant gynnwys gweithgareddau sy'n perthyn i'r teulu o weithrediadau Rholio Ymlaen a'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T, y weithred Cerdded fel Lindys, y weithred Eistedd ar ffurf V a gweithrediadau i bâr cysylltiedig.

Ymyrryd
Tynnwch sylw at barau sy'n arddangos eiliadau o lonyddwch creadigol. Pam ydych chi'n hoffi'r rhain? Beth sy'n dda amdanynt? Pa weithgareddau eraill yr ydych wedi'u dysgu sy'n eiliadau o lonyddwch/gweithrediadau cydbwyso? Trafodwch yr arddull addysgu dwyochrog. Pa mor glir ac effeithiol oedd yr 'athro' yn cyfathrebu? Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol. Beth sy'n ei gwneud yn ffordd glir ac effeithiol o gyfathrebu? Sut gallwch chi wella eich sgiliau cyfathrebu wrth chwarae rôl yr 'athro'? Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n arddangos gweithrediadau arwain a dilyn creadigol. Trafodwch bosibiliadau eraill ar gyfer arwain a dilyn, er enghraifft gwahanol drefniannau gofodol, gwahanol ddefnydd o gyfarpar, gwahanol gyfeiriadau, lefelau, llwybrau, cyflymder, maint ac ati. Sut gallwch chi wneud eich gweithrediadau arwain a dilyn yn fwy creadigol? Beth ydych chi'n mynd i roi cynnig arno?

Perfformio
Gofynnwch i bob un o'r parau berfformio ar yr un pryd.

Gwerthuso
Sesiwn hunanwerthuso a gaiff ei harwain gan yr athro. Defnyddiwch ddull gwerthuso ar ffurf carwsél lle ceir cwestiynau ar siart troi/byrddau gwyn mewn gwahanol fannau o gwmpas yr ystafell. Pa ddilyniant ydych chi'n fwyaf hapus ag ef? Beth yw eich hoff eiliad o lonyddwch, a pham? Beth hoffech chi ei wella? Sut byddwch chi'n cyflawni hyn yn y wers nesaf? Beth oeddech chi'n fodlon ag ef o ran eich ffordd o gyfathrebu? Beth hoffech chi ei wella? Sut byddwch chi'n cyflawni hyn yn y wers nesaf? Rhowch adborth ar sylwadau'r dysgwyr. Rhowch y cyfarpar i gadw. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi.

Modiwl 3	Cynllun gwers enghreifftiol	Uned 15 Gwers 3

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 3

Ar ôl cwblhau'r wers hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol

Adolygu

Gofynnwch i'r dysgwyr gynhesu trwy chwarae'r gêm Tag Cydbwyso, a defnyddiwch rai o'r gweithrediadau cydbwyso o'r teulu o weithgareddau cydbwyso Siâp T.

Archwilio

Trefnwch y gorsafoedd gwaith cynhwysol ar gyfer y teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T. Gofynnwch i'r dysgwyr barhau i weithio mewn modd dwyochrog, lle mae'r naill yn athro i'r llall. Ailedrychwch ar y targedau a osodwyd yr wythnos diwethaf. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cael eu herio'n briodol trwy ymyrryd â'r 'athro'. Gofynnwch i'r dysgwyr weithio gyda'i gilydd i archwilio'r gweithgaredd priodol, a symud ymlaen pan fo'r 'athro' yn teimlo eu bod yn barod i wneud hynny. Anogwch yr 'athro' i gyfeirio at y clipiau fideo ar y CD-Rom a chymharu perfformiad y 'gweithredwr' â pherfformiad y gymnastwr er mwyn nodi pa gamau i'w cymryd nesaf. Bydd angen i chi sicrhau bod y ddau ddysgwr yn cael cyfle i chwarae'r ddwy rôl. Sicrhewch bod y dysgwyr yn archwilio gweithrediadau sy'n arwain i mewn i'r gweithgareddau cydbwyso Siâp T ac allan ohonynt. Archwiliwch weithred arwain a dilyn gan gynnwys gweithgareddau o'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T. Trafodwch weithgareddau cymesur ac anghymesur. Pa rai o'r gweithgareddau cydbwyso Siâp T sy'n anghymesur? Tynnwch y cyfarpar allan a'i osod ar ffurf a gynlluniwyd gan yr athro.

Creu

Gofynnwch i'r dysgwyr ddefnyddio'r cyfarpar i greu dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn ac o leiaf un eiliad o lonyddwch anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth. Rhaid i'r dilyniant gynnwys gweithgaredd o'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T hefyd. Mae'n bosibl y bydd y dysgwyr yn rhoi cynnig ar weithrediadau cydbwyso anodd ar y cyfarpar. Sicrhewch eu bod yn gweithio'n gyfrifol.

Ymyrryd

Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n arddangos eiliadau o lonyddwch anghymesur creadigol. A allwch chi awgrymu unrhyw eiliadau eraill o lonyddwch y gallent fod wedi'u cynnwys? Trafodwch sgiliau cydsymud a rheolaeth. Sut gellir gwella'r sgiliau hyn? Gofynnwch i'r dysgwyr edrych ar glipiau fideo a chymharu eu perfformiadau â'r clip fideo. Beth y mae angen i chi ei wneud o hyd i wella eich perfformiad mewn perthynas â'ch sgiliau cydsymud a'ch rheolaeth? Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain. Trafodwch y risgiau sy'n gysylltiedig â'r gweithgareddau hyn. Sut gall y dysgwyr leihau'r risgiau? Beth arall allwch chi ei wneud i sicrhau eich bod yn gweithio'n ddiogel?

Perfformio

Gofynnwch i'r dysgwyr berfformio i bâr arall.

Gwerthuso

Sesiwn werthuso gan gyfoedion a gaiff ei harwain gan yr athro. Beth yw eich hoff eiliad o lonyddwch anghymesur? Beth ydych chi'n ei hoffi fwyaf am weithrediadau arwain a dilyn y dysgwyr? Pa mor dda oedd y sgiliau cydsymud a'r rheolaeth yn eu perfformiad? Nodwch un peth y mae angen ei wella, a dywedwch pam. Awgrymwch sut gallai'r pâr wella'r agwedd honno.
Sesiwn hunanwerthuso a gaiff ei harwain gan yr athro. Pa mor gyfrifol ydych chi wedi bod wrth weithio heddiw? Sut gallwch chi weithio'n fwy cyfrifol yn y dyfodol? Rhowch y cyfarpar i gadw. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi. Cyflwynwch Dystysgrif y Teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T i'r dysgwyr.

Modiwl 3	Cynllun gwers enghreifftiol	Uned 15 Gwers 4

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 4
Ar ôl cwblhau'r wers hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont sy'n gynyddol gymhleth
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Adolygu
Gofynnwch i'r dysgwyr gynhesu trwy chwarae'r gêm Crancod yn Torheulo.

Archwilio
Trefnwch y gorsafoedd gwaith cynhwysol ar gyfer y teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Gofynnwch i'r dysgwyr weithio mewn parau, a chymryd cyfrifoldeb am eu gwaith dysgu eu hunain trwy ddefnyddio methodoleg hunanwirio. Gofynnwch i'r partner recordio'r cynigion ar gamera digidol. Dylai'r dysgwyr gymryd eu tro i weithio a ffilmio. Gofynnwch i'r perfformiwr adolygu'r clipiau fideo digidol a'u defnyddio i nodi agweddau i'w gwella. Bydd angen i chi sicrhau bod y ddau ddysgwr yn cael cyfle i chwarae'r ddwy rôl. Sicrhewch bod y dysgwyr yn archwilio gweithrediadau sy'n arwain i mewn i'r gweithgareddau Ffurfio Pont ac allan ohonynt. Archwiliwch weithred arwain a dilyn â phartner gan archwilio ffyrdd o gynnwys gweithgareddau o'r teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Trafodwch weithgareddau cymesur ac anghymesur. Pa rai o'r gweithgareddau Ffurfio Pont sy'n gymesur? Sut gellir eu gwneud yn weithgareddau anghymesur? Tynnwch y cyfarpar allan a'i osod ar ffurf a gynlluniwyd gan yr athro.

Creu
Gofynnwch i'r dysgwyr ddefnyddio'r cyfarpar i greu dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn ac o leiaf dwy weithred deithio gymesur ac un eiliad o lonyddwch anghymesur. Anogwch y dysgwyr i weithio am gyfnodau hwy ac â mwy o gywirdeb. Mae'n bosibl y bydd y dysgwyr yn rhoi cynnig ar weithrediadau cydbwyso anodd ar y cyfarpar. Sicrhewch eu bod yn gweithio'n gyfrifol. Rhaid i'w dilyniant gynnwys gweithgaredd o'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T a'r teulu o weithrediadau Ffurfio Pont hefyd. Parhewch i recordio'r gwaith ar gamera digidol wrth i'r dysgwyr ddatblygu eu dilyniannau.

Ymyrryd
Gofynnwch i'r dysgwyr edrych ar glipiau fideo a chymharu eu perfformiadau â'r perfformiadau ar y clip fideo. Defnyddiwch dechnegau TGCh i gymharu'r clipiau fideo. Anogwch y dysgwyr i ddadansoddi pwyntiau addysgu a nodweddion perfformio'n feirniadol. Anogwch y dysgwyr i ddefnyddio'r derminoleg gywir. Trafodwch y prif nodweddion. Beth y mae angen i chi ei wneud o hyd i wella eich perfformiad? Trafodwch gywirdeb. Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n dechrau arddangos mwy o gywirdeb. Anogwch y dysgwyr i gymharu eu perfformiad â'r perfformiad yr ydych wedi tynnu sylw ato. Sut gallant berfformio â mwy o gywirdeb?

Perfformio
Gofynnwch i'r dysgwyr berfformio i bâr arall. Gofynnwch i'r pâr sy'n gwylio recordio'r perfformiad ar gamera digidol.

Gwerthuso
Rhowch y cyfarpar i gadw. Sesiwn hunanwerthuso a gaiff ei harwain gan y dysgwyr. Gofynnwch i'r dysgwyr ddadansoddi'r clipiau fideo er mwyn nodi agweddau i'w gwella. Gofynnwch i'r dysgwyr osod targedau ar gyfer yr wythnos nesaf. Sicrhewch eu bod yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi. Dysgu gartref: gofynnwch i'r dysgwyr greu cynllun cyfarpar i'w archwilio yn y wers nesaf.

Modiwl 3	Cynllun gwers enghreifftiol	Uned 15 Gwers 5

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 5
Ar ôl cwblhau'r wers hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Adolygu
Gofynnwch i'r dysgwyr gynhesu trwy chwarae'r gêm Camelod yn Cysgu. Cyflwynwch y gêm Tag Berfa. Trafodwch pam mae'r gêm hon yn fwy anodd na'r gêm Camelod yn Cysgu. Tynnwch y cyfarpar allan. Adolygwch y targed a osodwyd yn y wers ddiwethaf. Gofynnwch i'r dysgwyr geisio cyrraedd y targed.

Archwilio
Trefnwch y gorsafoedd gwaith cynhwysol ar gyfer y teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Gofynnwch i'r dysgwyr weithio mewn parau, a chymryd cyfrifoldeb am eu gwaith dysgu eu hunain trwy ddefnyddio methodoleg hunanwirio. Gofynnwch i'r partner recordio'r cynigion ar gamera digidol. Dylai'r dysgwyr gymryd eu tro i weithio a ffilmio. Gofynnwch i'r perfformiwr adolygu'r clipiau fideo digidol a'u defnyddio i nodi agweddau i'w gwella. Bydd angen i chi sicrhau bod y ddau ddysgwr yn cael cyfle i chwarae'r ddwy rôl. Sicrhewch bod y dysgwyr yn archwilio gweithrediadau sy'n arwain i mewn i'r gweithgareddau Ffurfio Pont ac allan ohonynt. Archwiliwch weithred arwain a dilyn â phartner gan archwilio ffyrdd o gynnwys gweithgareddau o'r teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Trafodwch weithgareddau cymesur ac anghymesur. Gofynnwch i'r dysgwyr archwilio ffyrdd eraill o ddatblygu gweithrediadau cydbwyso cymesur/anghymesur gan ddefnyddio rhai o'r gweithgareddau yn y teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Tynnwch y cyfarpar allan a'i osod ar ffurf a gynlluniwyd gan y dysgwyr. Archwiliwch y cyfarpar hwn a gwnewch newidiadau iddo yn ôl yr angen.

Creu
Gofynnwch i'r dysgwyr ddefnyddio'r cyfarpar i greu dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn ac o leiaf dwy weithred deithio gymesur ac un eiliad o lonyddwch anghymesur. Mae'n rhaid i'r dysgwyr gynnwys gweithgaredd o'r teulu o weithrediadau cydbwyso Siâp T a'r teulu o weithrediadau Ffurfio Pont hefyd. Dylai'r dysgwyr ymestyn a datblygu eu dilyniannau blaenorol. Anogwch y dysgwyr i weithio am gyfnodau hwy ac â mwy o gywirdeb. Gofynnwch iddynt berfformio'r dilyniannau hyn ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol. Mae'n bosibl y bydd y dysgwyr yn rhoi cynnig ar weithrediadau cydbwyso anodd ar y cyfarpar. Sicrhewch eu bod yn gweithio'n gyfrifol. Parhewch i recordio'r gwaith ar gamera digidol wrth i'r dysgwyr ddatblygu eu dilyniannau.

Ymyrryd
Anogwch y dysgwyr i amcangyfrif pa mor hir y mae eu dilyniant yn para. Gofynnwch i'r dysgwyr amseru eu dilyniannau. Trafodwch y lles y mae ymarfer corff yn ei wneud i iechyd. Trafodwch sut gall y dysgwyr farnu pa mor gywir yw eu gwaith. Defnyddiwch TGCh i ystyried agweddau ar gywirdeb. Trafodwch effeithiolrwydd ac effeithlonrwydd. Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n arddangos y nodweddion hyn. Trafodwch sut mae cyflawni'r nodweddion hyn. Gofynnwch i'r dysgwyr gymharu eu perfformiad eu hunain â pherfformiad y gymnastwyr ar y CD-Rom er mwyn nodi pethau i'w gwella mewn perthynas â'r agweddau hyn.

Perfformio
Gofynnwch i'r dysgwyr berfformio i bâr arall. Gofynnwch i'r pâr sy'n gwylio recordio'r perfformiad ar gamera digidol.

Gwerthuso
Rhowch y cyfarpar i gadw. Sesiwn hunanwerthuso a gaiff ei harwain gan y dysgwyr. Gofynnwch i'r dysgwyr ddadansoddi'r clipiau fideo er mwyn nodi agweddau i'w gwella, yn enwedig mewn perthynas ag effeithiolrwydd, effeithlonrwydd a chywirdeb. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi. Dysgu gartref: gofynnwch i'r dysgwyr baratoi cyflwyniad gan nodi targedau ar gyfer yr wythnos nesaf. Ystyriwch ffyrdd o ddefnyddio TGCh i roi nodiadau ar glipiau fideo.

Modiwl 3	Cynllun gwers enghreifftiol	Uned 15 Gwers 6

Ar ôl cwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont a gweithrediadau cydbwyso Siâp T sy'n gynyddol gymhleth
- Archwilio eiliadau o lonyddwch
- Ymarfer ystod o weithrediadau arwain a dilyn mewn pâr
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Canlyniadau Gwers 6

Ar ôl cwblhau'r wers hon, bydd y dysgwyr yn gallu:
- Ymarfer ystod o weithrediadau Ffurfio Pont sy'n gynyddol gymhleth
- Defnyddio'r cyfarpar i berfformio dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth
- Perfformio ag effeithlonrwydd ac effeithiolrwydd cynyddol
- Dechrau perfformio â mwy o gywirdeb, a'i gynnal dros gyfnodau hwy
- Cymryd peth cyfrifoldeb am eu gweithrediadau eu hunain a deall rhai o'r risgiau cysylltiedig
- Defnyddio TGCh i wella effaith eu gwaith

Adolygu

Gofynnwch i'r dysgwyr gynhesu trwy chwarae'r gêm Tag Berfa.

Archwilio

Trefnwch y gorsafoedd gwaith cynhwysol ar gyfer y teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Gofynnwch i'r dysgwyr weithio mewn parau, a chymryd cyfrifoldeb am eu gwaith dysgu eu hunain trwy ddefnyddio methodoleg hunanwirio. Gofynnwch i'r partner recordio'r cynigion ar gamera digidol. Dylai'r dysgwyr gymryd eu tro i weithio a ffilmio. Gofynnwch i'r perfformiwr adolygu'r clipiau fideo digidol a'u defnyddio i nodi agweddau i'w gwella. Bydd angen i chi sicrhau bod y ddau ddysgwr yn cael cyfle i chwarae'r ddwy rôl. Sicrhewch bod y dysgwyr yn archwilio gweithrediadau sy'n arwain i mewn i'r gweithgareddau Ffurfio Pont ac allan ohonynt. Archwiliwch weithred arwain a dilyn â phartner gan archwilio ffyrdd o gynnwys gweithgareddau o'r teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Trafodwch weithgareddau cymesur ac anghymesur. Gofynnwch i'r dysgwyr archwilio ffyrdd eraill o ddatblygu gweithrediadau cydbwyso cymesur/anghymesur gan ddefnyddio rhai o'r gweithgareddau yn y teulu o weithrediadau Ffurfio Pont. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi. Tynnwch y cyfarpar allan a'i osod ar ffurf a gynlluniwyd gan y dysgwyr. Archwiliwch y cyfarpar a gwnewch newidiadau iddo yn ôl yr angen.

Creu

Gofynnwch i'r dysgwyr ddefnyddio'r cyfarpar i greu dilyniant mewn pâr sy'n cynnwys gweithred arwain a dilyn a gweithred gymesur ac anghymesur, gan arddangos gwell sgiliau cydsymud a rheolaeth, yn ogystal â gwell effeithiolrwydd, effeithlonrwydd a chywirdeb a gan gynnal y perfformiad dros gyfnodau hwy.

Ymyrryd

Defnyddiwch TGCh i ystyried agweddau ar gywirdeb. Trafodwch effeithiolrwydd ac effeithlonrwydd. Tynnwch sylw at ddysgwyr sy'n arddangos y nodweddion hyn. Trafodwch sut mae cyflawni'r nodweddion hyn. Gofynnwch i'r dysgwyr gymharu eu perfformiad eu hunain â pherfformiad y gymnastwyr ar y CD-Rom er mwyn nodi pethau i'w gwella mewn perthynas â'r agweddau hyn.

Perfformio

Gofynnwch i'r dysgwyr berfformio i bâr arall. Gofynnwch i'r pâr sy'n gwylio recordio'r perfformiad ar gamera digidol.

Gwerthuso

Rhowch y cyfarpar i gadw. Sesiwn hunanwerthuso a gaiff ei harwain gan y dysgwyr. Gofynnwch i'r dysgwyr ddadansoddi'r clipiau fideo er mwyn nodi agweddau i'w gwella, yn enwedig mewn perthynas â sgiliau cydsymud, rheolaeth, effeithiolrwydd, effeithlonrwydd a chywirdeb. Sicrhewch bod y dysgwyr yn cofnodi eu cynnydd ar y cerdyn cofnodi sgiliau, a'ch bod yn cytuno â'r cynnydd y maent wedi'i nodi. Cyflwynwch Dystysgrif y Teulu o weithrediadau Ffurfio Pont i'r dysgwyr. Dysgu gartref: gofynnwch i'r dysgwyr baratoi cyflwyniad gan nodi targedau ar gyfer yr uned nesaf. Ystyriwch ffyrdd o ddefnyddio TGCh i roi nodiadau ar glipiau fideo.