

Rydym wedi amlinellu yn y ddogfen hon y trefniadau a strwythur ein dysgu o bell ar gyfer yr wythnosau nesaf. Rydym yn ymwybodol ei bod sefyllfa anarferol ac ar brydiau yn heriol ond hyderwn bydd y ddogfen hon yn roi strwythur a phatrwm y gallwch chi ei addasu fel teulu ar gyfer addysg o adref. Rydym y gobeithio y bydd bob plentyn yn gallu rhoi ffocws i waith ysgol rhwng 2 - 3 awr y dydd. Rydym yn cynghori y disgyblion i'w rhannu yn 3 sesiwn gan roi amser wedyn i wneud gweithgaredd llesol / cymunedol. Rydym wedi rhannu amserlen enghreifftiol i chi isod lle bydd bob pwnc yn cael sylw o fewn yr wythnos, mae croeso i chi ei addasu.

Byddwn fel ysgol yn eich diweddarau o'r prif dasgau newydd sydd ar waith gan bob adran/maes bob pythefnos gan gychwyn o **wythnos y 4ydd o Fai**. Ar gyfer yr wythnos hon hoffem i chi barhau gyda'r tasgau sydd eisioes ar google classroom neu sydd weddill gennych ers y pecyn a rhannwyd dros y Pasg. Os yw eich plentyn wedi cwblhau y gwaith dylai gysylltu gyda'i athro pwnc drwy ebost / Google Classroom i gael fwy o dasgau perthnasol. I'r rhai ohonoch sydd eisioes wedi cysylltu yn nodi bydd tasgau digidol yn amhosibl bydd copi papur yn cael ei anfon i chi drwy'r post.

Os oes unrhyw broblemau cysylltwch gyda'r ysgol drwy [cyff@dyffrynconwy.conwy.sch.uk](mailto:cyff@dyffrynconwy.conwy.sch.uk)

| Ar gyfer y dysgwyr  | Ar gyfer y Rhieni   | Rol yr athro / awes  |
|---|---|--|
| <p>Dilynwch yr amserlen isod bydd yn eich helpu i gynllunio'ch diwrnod.</p> <p>Disgwyliwch dreulio tua 5/6 x 30 munud yn dysgu bob dydd.</p> <p>Yfwrch ddigon o ddŵr a bwytwch fwyd iach i helpu'ch system imiwnedd – mae'n bwysig cadw'n iach yn y cyfnod hwn.</p> <p>Cyfyngwch yr amser personol rydych yn ei dreulio gyda sgrin wrth i waith ysgol ar-lein gynyddu.</p> <p>Dewch o hyd i ffordd/ ffyrdd hwyliog o wneud ymarfer corff (mae rhai awgrymiadau isod.)</p> <p>Ewch am dro a chael ychydig o awyr iach os gallwch chi.</p> <p>Cyflwynwch eich gwaith ar Google Classroom erbyn diwedd bob wythno yn ol eich amserlen.</p> <p>Cysylltwch â'r athro pwnc drwy Google Classroom neu ebost ag unrhyw broblemau neu anghenion dysgu pwnc.</p> <p>Cysylltwch ar ebost ysgol a'ch Pennaeth Cynnydd neu diwtor dosbarth os oes pryderon eraill gennych.</p> | <p>Pennwch amser rheolaidd i'ch plentyn ar gyfer codi yn y bore fel byddech ar gyfer unrhyw ddiwrnod ysgol arferol.</p> <p>Trafodwch amserlen gyda'ch plentyn a gwiriwch fod eich mab/merch yn dilyn yr amserlen a gytunwyd.</p> <p>Anogwch eich mab/merch i gysylltu â'u hathro os ydynt yn cael trafferth gyda phwnc neu'n methu cael mynediad at yr adnoddau.</p> <p>Os yn bosib, crëwch ofod distaw ar gyfer eich mab/merch fel eu bod yn gallu gweithio heb bethau'n tynnu eu sylw.</p> <p>Cysylltwch ar ysgol os oes angen help arnoch – nid ydym yn disgwyl i chi fod yn athrawon!</p> | <p>Paratowch dasgau priodol o fewn yr amser dysgu a awgrymir gan gydweithio lle'n ymarferol bosibl.</p> <p>Sicrhewch fod tasgau'n briodol ar gyfer yr oedran ac yn addas ar gyfer pob gallu.</p> <p>Sicrhewch fod gan bob disgybl fynediad at bob gweithgaredd dysgu a bod unrhyw ddolenni i ddeunydd darllen yn gweithio ac yn hawdd i'w cyrchu.</p> <p>Darparwch ddiweddiadau a gwybodaeth yn rheolaidd trwy gyfrwng Google Classroom/ebost ysgol. (anfonwch gopi canolog i LLJ ar ebost er mwyn rhannu gyda'r disgyblion sydd mewn sefyllfa di-wifr).</p> <p>Anogwch ddisgyblion i rannu eu gwaith gyda'r athrawon neu'r cymhorthydd, ac egluro sut i gysylltu â nhw os ydynt yn cael trafferth â rhai tasgau drwy Google Classroom / ebost ysgol.</p> <p>Darparwch adborth i ddisgyblion fel y cytunwyd.</p> <p>Dylai'r ffocws fod ar gynnal ac anogaeth i ddsygu.</p> |

| AMSERLEN ENGHREIFFTIOL |              |                                      |                                      |
|------------------------|--------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Diwrnod                | SESIWN 1     | SESIWN 2                             | SESIWN 3                             |
| LLUN                   | MATHEMATEG   | DYNIAETHAU<br>(HANES/DAEAE/ADD.GREF) | CELFYDDYAU<br>(CERDD / CELF)         |
| MAWRTH                 | CYMRAEG      | CELFYDDYAU<br>(CERDD / CELF)         | FFRANGEG                             |
| MERCHER                | SAESNEG      | GWYDDONIAETH                         | TECHNOLEG                            |
| IAU                    | MATHEMATEG   | DYNIAETHAU<br>(HANES/DAEAE/ADD.GREF) | CYMRAEG                              |
| GWENER                 | GWYDDONIAETH | SAESNEG                              | DYNIAETHAU<br>(HANES/DAEAE/ADD.GREF) |

| IECHYD A LLES   | GWEITHGAREDD CYMUNEDOL  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ymunwch gyda Mr Ricky Jones yn ei ymarferion corfforol ar <a href="https://twitter.com/pedyffrynconwy?lang=en">https://twitter.com/pedyffrynconwy?lang=en</a></li> <li>• Sesiwn ymarfer gyda ffit conwy ar <a href="https://www.facebook.com/LlandudnoSC/">https://www.facebook.com/LlandudnoSC/</a></li> <li>• Ewch am dro'n lleol – beth ydych yn ei weld, ei glywed, ei arogli?</li> <li>• Ymarfer corff <a href="https://www.nhs.uk/live-well/exercise/gym-free-workouts/">https://www.nhs.uk/live-well/exercise/gym-free-workouts/</a></li> <li>• 'Gweithgaredd 15 munud' – chwarter awr o gerdded / rhedeg o amgylch yr ardd, neu fyny ac i lawr y 'dreif'.</li> <li>• Pêl-droed, pêl-rwyd / pêl-fasged (bin fel basged) sgipio ·</li> <li>• Gweithgareddau corfforol a'ch iechyd meddwl <a href="https://www.mind.org.uk/information-support/tips-for-everyday-living/physical-activity-and-your-mental-health/choosing-an-activity/">https://www.mind.org.uk/information-support/tips-for-everyday-living/physical-activity-and-your-mental-health/choosing-an-activity/</a></li> <li>• Cymerwch ran mewn dosbarthiadau yoga / ymwybyddiaeth ofalgar ar-lein</li> <li>• Crëwch ddawns i'w pherfformio.</li> <li>• Crëwch gwrs ras rwystrau.</li> <li>• Beth am ymuno gyda'ch llyfrgell lleol: <a href="https://www.conwy.gov.uk/en/Resident/Libraries-Museums-and-Archives/Libraries/E-books-e-audio-and-e-magazines/E-books-e-audio-and-e-magazines.aspx">https://www.conwy.gov.uk/en/Resident/Libraries-Museums-and-Archives/Libraries/E-books-e-audio-and-e-magazines/E-books-e-audio-and-e-magazines.aspx</a></li> </ul> | <p><b>Gweithgareddau tu allan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhoi'r dillad ar y lein, Brwsio'r iard gefn, casglu sbwriel (gan ddefnyddio menyg), tacluso unrhyw offer chwaraeon, dyfrio'r blodau a'r planhigion, hau hadau a gofalu amdanynt, chwynnu'r ardd (gan ddefnyddio menyg),...</li> <li>• Anfonwch negeseuon i eraill wrth fynd am dro'n ddyddiol / Gadewch anrhegion tu allan i ddrysau pobl sy'n hunanynysu (dan oruchwyliaeth rhieni).</li> </ul> <p><b>Gweithgareddau tu mewn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Golchi, sychu a chadw'r llestri, sychu topiau'r gegin, rhoi dillad yn y fasedg olchi / peiriant golchi, rhoi dillad yn y droriau/cwpwrdd dillad cywir, hwfro, mopio, gwirio dyddiad bwyd yn yr oergell, cynllunio bwydlen ar gyfer yr wythnos a chyfrannu at y coginio/paratoi prydau,</li> <li>• Ysgrifennwch lythyrau at y teulu a chymdogion sy'n ynysig – fe allech ddylunio eich cardiau eich hun ar gyfer hyn.</li> </ul> |

**ARWENIAD AR SUT I RHANNU'R DIWRNOD**

| <b>ENGHRAIFFT 1</b>      |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| <b>CYN 09:00</b>         | <b>IECHYD A LLES</b>     |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>SESIWN 1</b>          |
| <b>10 MUNUD</b>          | <b>EGWYL</b>             |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>PARHAD O SESIWN 1</b> |
| <b>10 MUNUD</b>          | <b>EGWYL</b>             |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>SESIWN 2</b>          |
| <b>TUA 12:15 - 13:15</b> | <b>CINIO</b>             |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>PARHAD O SESIWN 2</b> |
| <b>10 MUNUD</b>          | <b>EGWYL</b>             |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>SESIWN 3</b>          |
| <b>10 MUNUD</b>          | <b>EGWYL</b>             |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>PARHAD O SESIWN 3</b> |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>TASG CYMUNEDOL</b>    |

| <b>ENGHRAIFFT 2</b>      |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| <b>BEFORE 09:00</b>      | <b>IECHYD A LLES</b>     |
| <b>30- 45 MUNUD</b>      | <b>SESIWN 1</b>          |
| <b>20 MUNUD</b>          | <b>EGWYL</b>             |
| <b>20 MUNUD</b>          | <b>SESIWN 2</b>          |
| <b>TUA 12:15 - 13:15</b> | <b>CINIO</b>             |
| <b>25 MUNUD</b>          | <b>PARHAD O SESIWN 2</b> |
| <b>20 MUNUD</b>          | <b>EGWYL</b>             |
| <b>30- 45 MUNUD</b>      | <b>SESIWN 3</b>          |
| <b>30 MUNUD</b>          | <b>TASG CYMUNEDOL</b>    |

Fy amserlen:

| <b>DIWRNOD</b> | <b>SESIWN 1</b> | <b>SESIWN 2</b> | <b>SESIWN 3</b> |
|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| <b>LLUN</b>    |                 |                 |                 |
| <b>MAWRTH</b>  |                 |                 |                 |
| <b>MERCHER</b> |                 |                 |                 |
| <b>IAU</b>     |                 |                 |                 |
| <b>GWENER</b>  |                 |                 |                 |