

CYFLWYNO BYW YN EFFRO

O deithiau arbennig i gymudiadau bob dydd, mae'r rhwydwaith rheilffyrdd yn ein helpu ni lle mae angen i ni fod. Hyd yn oed os nad ydym yn teithio, mae'r rheilffordd yn cael ei droi ymlaen 24/7 ac mae angen i ni fod yn effro i'r risgiau y gall yr amgylchedd rheilffyrdd eu peri.

Gall pob un ohonom fwynhau anturiaethau bywyd pan welwn arwyddion o berygl, edrych allan am ein ffrindiau ac aros yn Effro bob amser.

Mae pobl ifanc yn aml yn gwneud dewisiadau cyfrifol o amgylch y cledrau ond gall fod adegau pan all gwneud penderfyniadau annibynnol gael ei gyfaddawdu. Dyluniwyd Byw yn Effro i helpu pobl ifanc 12-16 oed i archwilio ystod o themâu megis pwysau cyfoedion, peryglon meddylfryd grŵp a sut mae damweiniau'n digwydd o ganlyniad i benderfyniadau gwael bach yn hytrach nag un camgymeriad mawr.

Mae Byw yn Effro yn annog pobl ifanc i ennill yr wybodaeth a allai eu cadw'n fwy diogel o amgylch y cledrau, tra hefyd yn archwilio'r effaith grychdonni sy'n cael ei chyflwyno ar draws cymunedau a gweithleoedd y diwydiant rheilffyrdd pan fydd damweiniau'n digwydd.

Er mai ymddygiad mwy diogel a gwneud penderfyniadau gwell yw'r canlyniadau a ddymunir gan yr adnodd hwn, wrth ei wraidd mae archwiliad clir o wendidau pobl ifanc. Er diogelwch yr ystafell ddosbarth, rydym yn annog addysgwyr i drafod beth sy'n gwneud i'w myfyrwyr 'dicio' - yn enwedig pan maen nhw allan fel rhan o grŵp cyfeillgarwch neu gyfoedion. Trwy'r broses hon, gellir nodi, archwilio a chywiro gwendidau posibl ar gyfer gwneud penderfyniadau gwallus yn barod ar gyfer heriau'r byd go iawn.

CYSYLLTIADAU Â'R CWRICWLWM

CA3 a CA4

- **PSHE**
Iechyd a lles: Hunan-gysyniad, Cyffuriau, Alcohol a Thybaco, Rheoli risg a diogelwch personol. Perthnasoedd: Gwerthoedd perthynas, Dylanwadau cymdeithasol
- **Dinasyddiaeth**
- **Saesneg**
Darllen, Saesneg Llafar

Gellir defnyddio'r adnoddau hyn hefyd wrth gynllunio a darparu SMSC.

PAM MAE ANGEN YMGORFFORI DIOGELWCH RHEILFFYRDD YN EICH ADDYSGU?

Mae 20,000 milltir o drac, 30,000 o bontydd, twneli a thraphontydd ynghyd â miloedd o signalau, croesfannau gwastad a gorsafoedd ar draws ein rhwydwaith reilffyrdd. Mae mwy na 13,000 o ddigwyddiadau tresmasu ar y cledrau bob blwyddyn.

Mae dysgu sut i weld perygl a mynd i'r afael ag ymddygiad a allai fod yn beryglus yn hanfodol ar unrhyw oedran. Mae ysgolion wedi cydnabod pwysigrwydd addysgu am ystod o ymddygiadau diogelwch trwy PSHE a gwersi Dinasyddiaeth yn yr ysgol. Mae'r diwydiant rheilffyrdd am gefnogi'r gwaith hanfodol hwn.

SUT I REDEG Y GWEITHGAREDDAU YN YR YSGOL / MEWN LLEOLIADAU ERAILL

Rydym yn ymwybodol y gallai grwpiau ieuencid a theuluoedd fod eisiau defnyddio'r deunyddiau hefyd. Darparwyd arweiniad ychwanegol lle bo hynny'n briodol yn y cynlluniau gwersi.

CYNNWYS

TUDALEN

Trosolwg o adnoddau

2-3

Dechrau arni

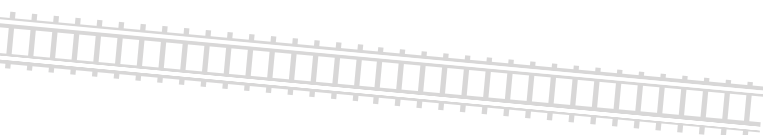
4

Adnoddau 1-7

4-19

TROSOLWG O ADNODDAU

ENW'R ADNODD	FFORMAT	DEILLIANNAU DYSGU
1) Track facts: Byddwch yn effro	Cwis rhyngweithiol	- Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd - Gallaf egluro rhesymau dros arwyddion ac ymddygiadau diogelwch mewn gorsaf reilffordd, a chanlyniadau diystyru'r rhain, i mi fy hun ac i eraill - Gallaf egluro pam mae arwyddion a rheolau diogelwch ar waith ar groesfannau gwastad, a chanlyniadau diystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r - gymuned ehangach - Gallaf nodi risgiau eraill sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd mewn gwahanol leoedd
2) Parallel Lines	Gweithgaredd ffilm a thrafod	- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach - Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd anniogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd - Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach
3) Ar daith: astudiaeth ymchwilio	Astudiaeth achos amlgyfrwng	- Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd - Gallaf ddisgrifio ffyrdd o gadw fy hun ac eraill yn ddiogel o amgylch rheilffyrdd, a sut i gael help mewn argyfwng - Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd anniogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd - Gallaf nodi risgiau eraill sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd mewn gwahanol leoedd - Gallaf egluro peryglon, risgiau a chanlyniadau anwybyddu arwyddion diogelwch trac, neu ymddwyn mewn ffordd wrthgymdeithasol neu anniogel, i mi fy hun, eraill a'r gymuned.



TROSOLWG O ADNODDAU

ENW'R ADNODD	FFORMAT	DEILLIANNAU DYSGU
4) Canlyniadau: Yn effro ar gyfer penderfyniadau ar amrantiad	Gweithgaredd trafod	- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill, a'r gymuned ehangach - Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd anniogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd
5) Gwnewch eich dewis	Gweithgaredd trafod	- Gallaf ddisgrifio ac egluro rheolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd - Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach - Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd - Gallaf ddisgrifio ffyrdd o gadw fy hun ac eraill yn ddiogel o amgylch rheilffyrdd, a sut i gael help mewn argyfwng - Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd anniogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd
6) Gweld golygfeydd: Ydych chi'n effro?	Cwis	- Gallaf nodi, disgrifio a dangos arwyddion ac ymddygiadau diogelwch mewn gorsaf reilffordd - Gallaf egluro rhesymau dros arwyddion ac ymddygiadau diogelwch mewn gorsaf reilffordd, a chanlyniadau diystyru'r rhain, i mi fy hun ac i eraill - Gallaf ddisgrifio ac egluro arwyddion ac ymddygiad diogelwch ar groesfan wastad - Gallaf nodi risgiau eraill sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd mewn gwahanol leoedd
7) Stori Tegan	Ffilm a chwestiynau	- Gallaf ddisgrifio ac egluro rheolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd - Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill, a'r gymuned ehangach - Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd - Gallaf ddisgrifio ffyrdd o gadw fy hun ac eraill yn ddiogel o amgylch rheilffyrdd, a sut i gael help mewn argyfwng - Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd anniogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd

DECHRAU ARNI

- Gellir cyrchu adnoddau trwy'r [wefan Effro](#). Mae Byw yn Effro hefyd yn ymgorffori ffilmiau a gweithgareddau gan You vs Train, adnodd Network Rail sy'n rhybuddio am y risgiau o dresmasu ar y rheilffordd
- Mae Byw yn Effro yn cynnal ystod o adnoddau o ffilmiau i gwisiau a thrafodaethau grŵp, rydym yn argymhell bod addysgwyr yn ymgyswrtu â'r cynnwys ac yn cynllunio dull priodol ar gyfer eu myfyrwyr
- Mae rhai adnoddau'n archwilio ymddygiad peryglus ac rydym yn argymhell rhannu rhybuddion sbarduno, hynny yw, rhoi gwybod i fyfyrwyr am natur y cynnwys a rhoi cyfle iddynt optio allan os ydynt yn teimlo y gallai ysgogi emosiynau anodd
- Gellir archwilio adnoddau yn olynol yn y drefn a welir isod, fel arall gall myfyrwyr archwilio'r ffilmiau a'r cwisiau yn annibynnol

ADNODD 1

TRACK FACTS: BYDDWCH YN EFFRO

Trosolwg

O ran teithio'n ddiogel, pa mor effro mae eich myfyrwyr? Ai metel yn unig sy'n dargludo trydan? A yw siociau trydan bob amser yn eich taflu'n glir? A yw'n ddiogel cyffwrdd â llinellau pŵer uwchben os nad yw trenau'n rhedeg?

Cwis ar-lein yw Track Facts sy'n rhan o'r You vs. presennol. Hyfforddi adnoddau ac mae'n gweithredu fel ffordd dda o fesur gwybodaeth sylfaenol eich myfyrwyr o ddiogelwch trên ac olrhain.

Deilliannau dysgu

- Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd
- Gallaf egluro rhesymau dros arwyddion ac ymddygiadau diogelwch mewn gorsaf reilffordd, a chanlyniadau diystyru'r rhain, i mi fy hun ac i eraill
- Gallaf egluro pam mae arwyddion a rheolau diogelwch ar waith ar groesfannau gwastad, a chanlyniadau diystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach
- Gallaf nodi risgiau eraill sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd mewn gwahanol leoedd

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Bwrdd gwyn rhyngweithiol a/neu liniaduron a thabledi i fyfyrwyr weithio mewn parau

Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad: Cyflwyno'r pwnc
- Gweithgaredd: Cwis Track facts
- Cyfarfod Llawn: Ystyriwch ymatebion y myfyrwyr i'r cwis Track Facts

Amseru

20 munud

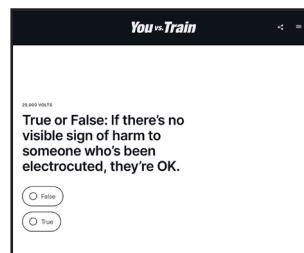
Awgrymiadau dysgu gartref

Mae'n hawdd cyrchu'r cwis hwn gartref a rhoddir yr atebion yn ystod y cwis wrth i'r myfyrwyr chwarae ymlaen. Mae'n werth nodi bod nifer o adnoddau i'w harchwilio o fewn You Vs Train. Fodd bynnag, mae'n bwysig bod yn ymwybodol o natur yr adnoddau hyn. Er nad ydyn nhw'n graffig, maen nhw'n ymdrin â materion sy'n ymwneud ag anafiadau a marwolaethau ar y trac. Sicrhewch fod myfyrwyr yn teimlo'n gyfforddus yn cyrchu'r adnoddau.

GWEITHGAREDD

- Cyn i chi ddechrau'r gweithgaredd, penderfynwch sut yr hoffech ei redeg gyda'ch grŵp. Os oes gennych fynediad at liniaduron neu dabledi, mae'n weithgaredd gwych i fyfyrwyr ei gwblhau mewn parau - neu gallwch ei wneud fel gweithgaredd cychwynnol dosbarth cyfan
- Cyflwyno myfyrwyr i bwnc diogelwch rheilffyrdd. Pam mae angen iddyn nhw godi eu hymwybyddiaeth o'r peryglon posibl o amgylch y trenau a'r traciau?
- Os yw'ch myfyrwyr yn ansicr o'r 'pam', eglurwch fod dros 13,000 o ddigwyddiadau o dresmasu ar y cledrau bob blwyddyn. Mae rhai achosion yn arwain at farwolaethau ac anafiadau sy'n newid bywyd
- Dywedwch wrth y myfyrwyr eich bod chi'n mynd i ddechrau'r pwnc newydd gyda chwis i asesu eu gwybodaeth presennol. Gellir ei gyrchu isod:

CLICIWCH YMA I FYND I CWIS



- Er gwybodaeth, mae'r cwestiynau sydd wedi'u cynnwys yn y cwis isod:
- 1. Gall trydan yn y llinellau uwchben wreichioni - ond pa mor bell?
3 metr
- 2. Mae trydan yn pweru ein trenau a'n llinellau uwchben. Pryd ydym yn ei ddiffodd?
Byth
- 3. Gwir neu gau, os nad oes arwydd gweladwy o niwed i rywun sydd wedi cael ei drydanu, maen nhw'n iawn
Anghywir
- 4. Gwir neu gau, mae llinellau pŵer wedi'u hinswleiddio
Cywir
- 5. Os byddwch chi'n taro'r brecio brys ar drên faint o gaeau pêl-droed y bydd yn eu pasio cyn iddo ddod i stop?
20
- 6. Beth yw'r cyflymder uchaf y gall trên deithio arno?
125 mya
- 7. Gwir neu gau: Mae gwisgo esgidiau gwadnau rwber yn golygu na allwch gael eich trydanu.
Anghywir
- 8. Gwir neu gau: Gallwch chi ddweud pa reilffordd sydd wedi'i thrydaneiddio
Anghywir
- 9. Gwir neu gau: Dim ond metel sy'n dargludo trydan
Anghywir
- Ar ôl i'r myfyrwyr gwblhau'r cwis, gofynnwch iddynt a oedd unrhyw ffeithiau neu bethau annisgwyl nad oeddent yn eu gwybod
- Agorwch drafodaeth efallai gyda chwestiynau fel: Pam ydych chi'n meddwl bod y cwis wedi'i adeiladu o amgylch cwestiynau fel hyn? Beth mae'r crewyr am ichi adael yn meddwl?
- Gofynnwch i'r myfyrwyr wneud nodyn o'u sgôr, gan y byddant yn dychwelyd i'r cwis ar ddiwedd y pwnc i asesu eu cynnydd mewn sgiliau a gwybodaeth

Gwahaniaethu

- Efallai y bydd rhai myfyrwyr yn elwa o weithio mewn pâr cyrhaeddiad cymysg. Efallai y bydd addysgwyr hefyd am edrych ar y cwis yn yr adnodd ar gyfer plant 7-11 oed os ydyn nhw'n teimlo y gallai rhai myfyrwyr ei chael hi'n anodd cyrchu'r cwestiynau uchod

ADNODD 2

PARALLEL LINES

Trosolwg

Gall tresmasu ar y rheilffordd arwain at ganlyniadau cwbl ddinistriol o anafiadau sy'n newid bywyd, a allai fod yn angheuol hyd at erlyniad. Ond mae cost gudd arall yn yr effeithiau ar y tresmaswr, eu hanwyliad, ein staff rheilffordd a'r gymuned ehangach.

Mae'r ffilm fer hon yn tynnu sylw at gost gudd tresmasu ac fe'i hadroddir o ddau safbwynt gwahanol iawn, i ddod â'r gost honno'n fyw i fyfyrwyr.

Deilliannau dysgu

- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach
- Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd anniogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd
- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Bwrdd gwyn rhyngweithiol gyda sain

Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad i ganlyniadau tresmasu ar y cledrau - pwy allai gael eu heffeithio?
- Gweithgaredd: Gwylwch ffilm Parallel Lines
- Cyfarfod Llawn: Trafodaeth dosbarth cyfan

Amseru

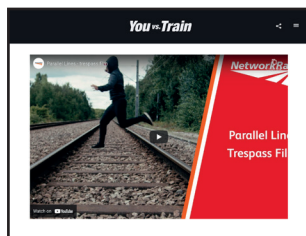
30 munud

Awgrymiadau dysgu gartref

Gellir cyrchu'r ffilm gartref ond mae hefyd yn ddefnyddiol cael trafodaeth am y prif faterion fel yr amlygir isod.

- Byddem yn argymhell eich bod yn cymryd yr amser i wylïo'r ffilm cyn i chi ei gwylïo gyda'ch myfyrwyr. Er nad yw'r ffilm yn graffig, mae ymdeimlad o berygl a bygythiad drwyddi draw. Rhwch yr opsiwn i fyfyrwyr optio allan o wylïo'r ffilm os yw'n sbarduno emosiynau anodd
- Esboniwrch i'r myfyrwyr eu bod nhw'n mynd i wylïo ffilm am dresmasu ar reilffyrdd. Cyn pwyso ar chwarae, treulïwch ychydig funudau yn trafod canlyniadau'r math hwn o ymddygiad. Efallai ei bod yn annhebygol bod myfyrwyr wedi ystyried yr effaith ar bobl sy'n gweithio ar y trenau
- Gallwch gyrchu'r ffilm yma:

CLIGIWCH YMA I FYND I CWIS



- Ar ôl i'r ffilm ddod i ben, rhwch ychydig funudau i'r myfyrwyr drafod y ffilm mewn grwpiau bach
- Yna gallwch gynnal trafodaeth ddosbarth ehangach gan ddefnyddio'r awgrymiadau isod. Os oes gennych lai o amser ar gael, efallai yr hoffech rannu'r dosbarth yn grwpiau bach a gofyn iddynt gymryd 3-4 cwestiwn ac yna eu cyflwyno yn ôl i'r dosbarth

YSGOGIADAU TRAFODAETH

Sylwch: nid oes unrhyw atebion 'cywir' neu 'anghywir', a gallai trafodaeth ddatblygu ymhellach yn dibynnu ar yr ymatebion a roddir. Dylid trafod ymatebion heb farn, naill ai o'r myfyriwr yn ymateb neu'r unigolyn dan sylw

- Pam wnaeth Dean annog Ashley yn y ffordd y gwnaeth? (Annog ystyried ffactorau e.e. am hwyl, i helpu Ashley i greu argraff ar Grace, oherwydd nid oedd yn credu y byddai Ashley yn ei wneud, oherwydd bod Dean a Grace eisoes wedi croesi'n ddiogel)
 - Oedd Dean yn meddwl y byddai Ashley yn ei wneud? Pam ydych chi'n meddwl hynny? Dywed Dean ei fod yn credu na fyddai Ashley yn ei wneud, ond a oes unrhyw gliwiau eraill fel iaith y corff, goslef, ymddygiad ac ati?
 - Yn eich barn chi, pa effaith gafodd dewis Ashley arno'i hun, Dean a Grace, a sut ydych chi'n gwybod? (Pa gliwiau sydd e.e. ymddygiadau diweddarach, pethau a ddywedwyd, goblygiadau)
 - Beth allai fod wedi bod yn effeithiau tymor byr a thymor hir ar Ashley, Dean a Grace?
 - Dywed Dean 'Dim niwed wedi'i wneud, iawn?' Ydy e'n iawn? (Annog ystyried y gair 'niwed' a'r hyn y gallai ei olygu)
 - Pwy arall a gafodd ei effeithio gan yr hyn a ddigwyddodd a beth ydych chi'n meddwl oedd/y gallai'r fod ar y bobl hynny yn y tymor byr a'r tymor hir? (Annog ystyried y rhai yr effeithiwyd arnynt nad oeddent yno, neu nad ydynt yn y ffilm ac effeithiau ehangach e.e. iechyd meddwl, gwaith/ariannol posibl, effaith ymddygiad)
 - Pam mae pobl yn cymryd risgiau fel yr un hon? Beth maen nhw'n ei gyflawni ohono? (Pwysleisiwch nad oes atebion cywir nac anghywir yma, a bydd rhesymau'n amrywio rhwng unigolion)
 - Pan fydd rhywun yn gwneud dewis am ei ymddygiad, ai dim ond amdany'n nhw mae'r dewis hwnnw?
 - A oes ots a yw rhywun yn cymryd risg os mai 'eu dewis' ydyw?
 - Pe bai'r canlyniad wedi bod yn wahanol i Ashley, beth allai canlyniadau ac effaith hynny fod arno'i hun, ar Grace a Dean, ar yrrwr y trên ac ar eraill?
 - A yw'n iawn cymryd risgiau os nad oes unrhyw un yn cael ei brifo'n uniongyrchol? (Archwiliwch yr hyn y gallai 'brifo' ei olygu)
 - Pe bai rhywun arall wedi bod yn adrodd y stori (hynny yw, nid Dean), sut ydych chi'n meddwl y gallai fod wedi'i hadrodd yn wahanol?
- Pam wnaeth Ashley benderfynu rhedeg ar draws y cledrau? (Annog ystyried yr holl ffactorau e.e. wedi diflasu, dim i'w wneud, i greu argraff ar Grace, i edrych yn fawr o flaen Dean)
 - Pa fath o benderfyniad ydych chi'n meddwl ydoedd? (e.e. ar amrantiad yn erbyn wedi'i ystyried)
 - Beth yw'r gwahaniaeth rhwng gwahanol fathau o wneud penderfyniadau? (e.e. gwneud penderfyniad yn seiliedig ar yr hyn rydych chi'n ei wybod yn erbyn heb wybodaeth nac ystyried canlyniadau)

Gwahaniaethu

- Efallai y bydd rhai myfyrwyr yn elwa o weithio mewn grŵp llai gydag oedolyn yn cynorthwyo trafodaeth i sicrhau bod prif bwyntiau'r adnodd yn cael eu deall
- I herio myfyrwyr, gofynnwch iddynt ystyried y cwestiwn olaf uchod ac ailadrodd y stori (e.e. fel strïbed cartwn, bwrdd stori, monolog sain neu fideo) o safbwyntiau un o gymeriadau eraill a chymharu eu hailadrodd ag un Dean (e.e. tŷn llais, ystumiau, dewisiadau geiriau, emosiynau, esboniad o ymddygiad)

ADNODD 3

AR DAITH: ASTUDIAETH YMCHWILIO

Trosolwg

Archwiliwch yr astudiaeth achos amlgyfrwng hon yn annibynnol, mewn grwpiau bach neu fel dosbarth cyfan i ddatgelu beth ddigwyddodd mewn gwirionedd ar daith gyda grŵp o ffrindiau agos.

Mae myfyrwyr yn archwilio negeseuon, postiadau a sgysiau i ddarganfod beth allai fod wedi arwain at y digwyddiad. Ynghyd ag adroddiadau'r heddlu, lluniau teledu cylch cyfyng a datganiadau tystion, byddant yn llunio'r hyn a ddigwyddodd mewn gwirionedd a beth ellid fod wedi'i wneud i'w atal...

Deilliannau dysgu

- Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd
- Gallaf ddisgrifio ffyrdd o gadw'ch hun ac eraill yn ddiogel o amgylch rheilffyrdd, a sut i gael help mewn argyfwng
- Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd annïogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd
- Gallaf nodi risgiau eraill sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd mewn gwahanol leoedd
- Gallaf egluro peryglon, risgiau a chanlyniadau anwybyddu arwyddion diogelwch trac, neu ymddwyn mewn ffordd wrthgymdeithasol neu annïogel, i mi fy hun, eraill a'r gymuned.

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Bwrdd gwyn rhyngweithiol gyda sain a/neu liniaduron neu dabledi unigol i fyfyrwyr eu gwneud yn annibynnol neu mewn grwpiau bach
- Taflen waith Tabl Canlyniad ar daith

Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad
- Gweithgaredd: Archwiliwch yr astudiaeth achos mewn grwpiau bach
- Cyfarfod Llawn: Myfyrwyr i rannu eu fersiwn hwy o ddigwyddiadau

Amseru

30 munud

Awgrymiadau dysgu gartref

Mae'r adnodd hwn yn addas i'w ddefnyddio gartref. Mae'r astudiaeth achos yn hunangynhwysol, er y gallai fod angen arweiniad ychwanegol ar bobl ifanc wrth dynnu allan yr holl wybodaeth o'r gwahanol ffynonellau tystiolaeth.

GWEITHGAREDD

- Mae'r gweithgaredd hwn yn astudiaeth achos amlgyfrwng rhyngweithiol y gellir ei chychu ar-lein.
- Nid yw'r stori'n rhy graffig; fodd bynnag, mae'n cynnwys manylion damwain ar y cledrau lle mae uniholyn ifanc yn cael anafiadau sy'n newid bywyd. Mae hefyd yn cwmpasu'r effaith y mae hyn yn ei chael ar y ffrindiau, teulu a chymuned leol. Mae'n werth bod yn ymwybodol o unrhyw sensitifrwydd sydd gan fyfyrwyr tuag at yr adnodd a sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r hyn i'w wneud os ydyn nhw'n teimlo'n anghyfforddus ar unrhyw adeg
- Mewn grwpiau bach neu'n annibynnol, gofynnwch i'r myfyrwyr ddefnyddio'r dystiolaeth a roddwyd i helpu i ddarganfod pa ddigwyddiad a ddigwyddodd a pham, yr effaith, a sut y gallai'r canlyniad fod wedi bod yn wahanol pe bai pobl wedi gwneud dewisiadau amgen ac ymddwyn yn wahanol
- Dylai myfyrwyr ddefnyddio'r datganiadau a'r dystiolaeth i ddyfalu beth sydd wedi digwydd. Anogwch nhw i roi sylw i'r manylion, er enghraifft gall y negeseuon a'u stampiau amser roi mwy o wybodaeth iddyn nhw nag y maen nhw'n ei feddwl
- Heriwch nhw i ddarganfod cymaint o wybodaeth â phosib am y personoliaethau y tu ôl i'r penderfyniadau a cheisiwch nodi lle y gellid bod wedi gwneud gwahanol benderfyniadau i sicrhau canlyniad gwahanol

- Wrth i'r myfyrwyr ddatgelu penderfyniadau a allai fod wedi bod yn fwy Effro, gallant ddefnyddio'r **daflen waith tabl canlyniadau: Ar daith** i helpu i gofnodi'r gwahanol ganlyniadau
- Isod mae amlinelliad o'r hyn a ddigwyddodd mewn gwirionedd – pa mor agos oedd eich myfyrwyr wrth ddyfalu?

Mae grŵp o ffrindiau – Ru, Jesse, Ali, Gbemi, Michael, Chloe, Xander, Jayden, Lola a Tiana – yn cyrraedd Gorsaf Drenau Westbury i fynd i fyny Fells Hill i wyllo'r machlud.

Yr hyn nad ydyn nhw'n ei wybod yw bod storm wedi achosi difrod i'r ffensys yn ddiweddar sy'n nodi'r ffin rhwng y trac a llwybr y mae rhai ohonyn nhw'n ei gymryd yn ddiweddarach y noson honno. Mae arwyddion a goleuadau a allai fod wedi eu rhybuddio am berygl hefyd wedi cael eu fandaleiddio.

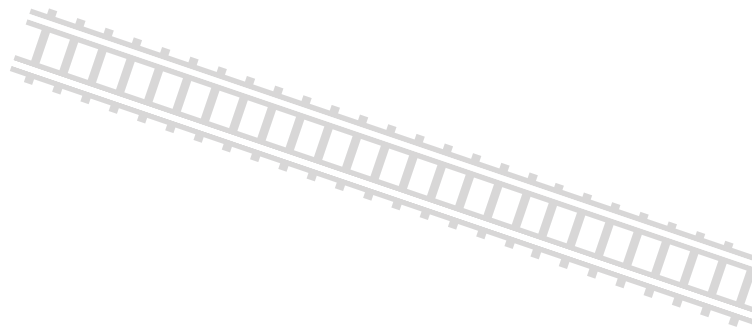
Cyn gadael, roedd rhai o'r grŵp (Xander a Jesse) wedi gwneud cynllun i dagio'r bont droed dros y cledrau â graffiti. Mae'r cymryd risgiau ac ymddygiad peryglus yn cychwyn cyn gynted ag y bydd y grŵp yn dod ar y trêrn gydag un aelod o'r grŵp yn disgrifio'r ymddygiad fel feirws – mae pawb yn ei ddal. Mae awyrgylch o "gael y trechaf" ymhlith y grŵp.

Wrth i'r grŵp gyrraedd yr orsaf, mae Xander yn perswadio Jayden amharod i gymryd hunlun ar y cledrau. Ar y ffordd i'r bryn, mae Jesse yn bwrw bricsen rydd ar y bont ar y cledrau, nad yw'n cael ei riportio. Mae'n rhaid i'r grŵp groesi croesfan reilffordd ac maen nhw'n chwarae pêl-droed wrth iddyn nhw groesi'r cledrau ac mae Michael yn chwarae "cyw iâr" gyda thrên sy'n pasio (mae'r trêrn hwn ar linell wahanol i'r un gyda'r fricsen a fwrdd Jesse ar y cledrau yn gynharach). Wrth i'r grŵp fynd i fyny'r bryn, mae'r cymryd risg yn lleihau nes bod Xander yn anghytuno â Lola. Mae hyn yn rhoi esgus iddo fynd yn ôl i lawr yr allt i ddod o hyd i ffordd drosodd i'r bont droed.

Mae Ali, Chloe a Jesse yn dilyn Xander. Mae Jesse yn rhedeg ymlaen gyda Xander ac maen nhw'n ymlwybro tua'r llwybr byr, mae'r llwybr byr yn agor allan i ddarn o drac sydd ar dro. Mae cymryd y llwybr byr yn golygu bod nifer fwy o'r grŵp yn agored i risg. Yn hytrach na mynd yn ôl i'r orsaf (sef eu cynllun gwreiddiol) mae Jesse a Xander yn mynd trwy'r ffens sydd wedi torri ac maen nhw wrth ochr y cledrau. Unwaith eto, mae Jesse yn rhedeg ymlaen, mae'n

cyrraedd y bont droed yn gyntaf. Gan ei fod bellach ar drac syth, mae'n gweld y trêrn yn gyntaf mae'n ceisio cuddio yn y bont ond yn cael ei daro gan y trêrn. Nid yw gyrrwr y trêrn yn ymwybodol o'r gwrthdrawiad â Jesse o dan y bont, ond mae'n gweld bod rhwystr ar y llinell o'i flaen ac yn pwysu'r brêc brys. Mae Chloe yn gweld y trêrn cyn Xander ac yn ceisio ei wthio oddi ar y cledrau. Mae Chloe yn llwyddo i wthio Xander allan o'r ffordd ond mae'n cyffwrdd â'r drydedd gledren ac yn cael ei drydanu.

- Gallwch ddefnyddio'r tabl canlyniadau gorffenedig (isod) i helpu'r myfyrwyr gyda'r gweithgaredd cyntaf ynghyd â rhai nodiadau defnyddiol ar bob darn o dystiolaeth, ynghyd â rhai awgrymiadau trafod
- Mae enghraifft y tabl canlyniadau yn fanwl iawn er mwyn cynorthwyo eich trafodaethau â myfyrwyr
- Dylai myfyrwyr strwythuro eu hymatebion yn eu ffordd eu hunain wrth iddynt ddechrau dehongli'r dystiolaeth
- Os nad oes gennych lawer o amser ar gael ar gyfer y dasg hon gallwch rannu'r gwahanol gymeriadau ymhlith y dosbarth



AR DAITH: TABL CANLYNIADAU

12-16 oed



CYMERIADAU	PENDERFYNIAD/DEWIS	CANLYNIAD	PENDERFYNIAD AMGEN	CANLYNIAD AMGEN
Roedd penderfyniadau'n uniongyrchol gysylltiedig â diogelwch trenau				
1) Siopwr	Sôniwyd am y llwybr byr ond heb y wybodaeth ddiogelwch hynny yw, mae'r llwybr byr yn mynd â chi'n agos at y cledrau.	Nid oedd y grŵp yn gwybod y gallai'r llwybr byr fod yn beryglus. O'i roi ynghyd â'r arwyddion sydd wedi'u fandaleiddio a'r ffensys ffin sydd wedi'u difrodi, mae hyn yn gwneud y llwybr byr yn hynod beryglus.	Sôniwch am y perygl sy'n gysylltiedig â'r llwybr byr a chodwch ymwybyddiaeth o'r difrod a'r fandaliaeth yn yr ardal leol o amgylch y cledrau.	Ni fyddai'r grŵp wedi cael mynediad hawdd at y traciau.
2) Preswlydd Lleol (hŷn)	Sylwodd ar y difrod i'r ffens ffiniau ond heb adrodd amdano	Gallai pobl leol ac ymwelwyr â'r ardal fod mewn perygl fel pobl/anifeiliaid e.e. gallai cŵn grwydro ar y lein	Defnyddiwch y llinell gymorth frys 24 awr a hysbyseb ger traciau rheilffordd i riportio'r difrod ac atal risg.	Byddai'r awdurdodau cywir wedi cael gwybod am y perygl a byddent wedi sicrhau bod y ffin yn ddiogel a/neu trenau'n stopio rhedeg.
3) Preswlydd Lleol (iau)	Fe fandaleiddiodd yr arwyddion yn rhybuddio rhag tresmasu a thrydanu ar y trac. Ni roddodd pobl leol wybod am y difrod.	Gallai ymwelwyr â'r ardal fod yn anymwylbodol o agosrwydd y cledrau a pheryglon trydanu o amgylch y cledrau.	Byddwch yn ymwybodol o ganlyniadau niweidiol arwyddion diogelwch hanfodol.	Byddai ymwybyddiaeth o berygl trydanu o amgylch y trac wedi aros yn uchel i bobl leol ac ymwelwyr.
4) Xander a Jayden	Gan fod hon yn orsaf lled wledig mae mynediad cymharol hawdd i'r cledrau yn yr orsaf. Mae'r unigolyn hwn yn penderfynu cymryd hunlun ar y cledrau ac yn perswadio ffrind i wneud yr un peth er ei fod yn amharod.	Rhoddodd lawer o fywydau mewn perygl gan gynnwys ei un ei hun ac un ei ffrind.	Cymerodd hunlun mewn lleoliad mwy diogel ee o flaen arwydd yr orsaf ymhell i ffwrdd o'r cledrau.	Byddai'r ffrindiau wedi cael llun fel cof heb y risg o drydaniad na damwain gyda'r trên. Hefyd, mae arwydd yr orsaf yn dag lleoliad sy'n cael ei daflu i mewn am ddim.
5) Jesse	Gwthiodd fricsen rydd ar y cledrau	Rhoddodd lawer o fywydau mewn perygl. Gyrrwr y trên a theithwyr. Roedd yr ymddygiad hwn yn parhau i fod heb ei adrodd gan unrhyw un o'r ffrindiau.	Peidio â fandaleiddio eiddo o gwbl, yn enwedig eiddo o amgylch rheilffyrdd. Gallai rhywun yn y grŵp hefyd fod wedi riportio'r ymddygiad gwrthgymdeithasol.	Ni fyddai'r trên wedi gorfod stopio mewn argyfwng a byddai diogelwch y gyrrwr a'r teithwyr wedi aros yn ei le.

AR DAITH: TABL CANLYNIADAU

12-16 oed

CYMERIADAU	PENDERFYNIAD/DEWIS	CANLYNIAD	PENDERFYNIAD AMGEN	CANLYNIAD AMGEN
6) Michael	Anwybyddodd yr arwyddion diogelwch croesi gwastad a rheddodd ar draws y cledrau ar y funud olaf.	Rhoddodd ei hun, gyrrwr y trên a theithwyr mewn perygl a choddod fraw ar y grŵp o ffrindiau.	Arhoswch i'r larwm stopio a'r goleuadau i stopio fflachio neu gallai ffrind/preswlydd fod wedi riportio'r ymddygiad anghyfrifol.	Ymddygiad mwy diogel yn croesi dros y cledrau.
7) Xander, Jesse, Jayden, Lola a Michael.	Wedi chwarae o gwmpas â phêl-droed ar y groesfan wastad pan oedd y llinell yn glir a'i gadael hyd at yr eiliad olaf i roi'r gorau i gicio'r bêl yn ôl ac ymlaen.	Rhoddasant lawer o fywydau mewn perygl gan gynnwys eu bywydau eu hunain a'u ffrindiau.	Wedi arbed y gêm bêl-droed am le mwy diogel e.e. cae/parc ger yr orsaf	Byddai'r unigolion wedi gallu dangos eu sgiliau mewn amgylchedd diogel heb berygl trên yn dod tuag atynt.
Penderfyniadau ymddygiad a phwysau cyfoedion				
8) Jayden (ynghyd ag eraill sy'n dewis yfed yn ormodol e.e. Xander)	Mae rhai o'r grŵp yn penderfynu prynu alcohol	Gwerthuswch lefel y risg mewn lleoliad newydd bob amser. Mae yfed yn golygu y bydd nam ar eich penderfyniadau - gallai hyn, ynghyd â diffyg cynefin â'r lleoliad, arwain at ganlyniadau ofnadwy.	Byddai yfed yn gyfrifol neu hyd yn oed yn well peidio ag yfed o gwbl wedi golygu y gallai'r grŵp gael hwyl heb amharu ar eu galluoedd gwneud penderfyniadau.	Fel unigolyn fe allech chi ymddiried yn eich greddfau a chael siawns uwch o osgoi risg.
9) Mae Jesse a Xander	yn penderfynu gwneud graffiti ar y bont droed	Mae graffiti yn anghyfreithlon yn y mwyafrif o leoedd cyhoeddus. Mae unrhyw dagio, graffiti neu gelf stryd o amgylch y rheilffyrdd yn golygu lefelau anhygoel o uchel o berygl i fywyd.	Mae digon o leoedd ar gael i artistiaid stryd lle caniateir graffiti. Os mai cymryd risg yw rhan anorchfygol y gweithgaredd, mae yna lawer o ffyrdd mwy diogel o fentro a chael rhuthr adrenalin heb beryglu'ch bywyd eich hun na bywydau pobl eraill.	Ni fyddai unrhyw berygl i fywyd.
10) Ru	Er gwaethaf siarad â ffrind am deimlad yn y perffeddd fod rhywbeth drwg yn mynd i ddigwydd o ganlyniad i'r holl gymryd risgiau, maen nhw'n penderfynu aros a pheidio â mynd adref yn gynnar	Parhaodd y grŵp i gymryd risgiau, gan fynd yn fwy eofn a chynnwys yr unigolyn hwn wrth fentro.	Gan eu bod wedi synhwyro lefel uchel o risg, gallent fod wedi cael trên cynharach/galw am help gan deulu/yr heddlu. Gallai'r ffrind y gwnaethon nhw ei alw hefyd fod wedi ceisio bod yn fwy perswadiol a chynnig help hefyd. "Ydych chi am i mi ffonio'r heddlu? Mae'r cyfan yn swnio'n beryglus iawn."	Gallai llai o risgiau fod wedi cael eu cymryd a gallai'r posibilrwydd wedi bod o dynnu o leiaf un unigolyn o'r ymddygiad cymryd risg.
11) Ali, Chloe, Jesse a Xander.	Ar ôl defnyddio'r llwybr byr i lawr y bryn, maen nhw'n penderfynu parhau i ddilyn Xander ar draws ffin y trac gan fynd â nhw'n agos at draciau'r trên.	Er gwaethaf bod yn ymwybodol o risg X, mae cymryd y person hwn yn peryglu ei fywyd ei hun trwy eu dilyn.	Mae'n iawn dweud na. Rydym i gyd yn gyfrifol am ein diogelwch ein hunain. Yn yr achos hwn, dylai X fod wedi bod yn gadarn. Gallent fod wedi amlinellu'r risgiau, hynny yw, mae ffens sydd wedi'i dymchwel, mae'n debygol o fod yno er ein diogelwch ni. Nid wyf yn hapus i fynd ymhellach.	Efallai y gallent fod wedi atal eu ffrind rhag mynd ymhellach ond o leiaf byddent wedi gallu cadw eu hunain yn ddiogel fel unigolion.

Archwilio'r personoliaethau yn y grŵp

- Mae'n amlwg bod Xander yn gymerwr risgiau mawr ac mae'n ceisio dylanwadu ar lawer o aelodau eraill y grŵp. Mae hyn yn fwyaf amlwg yn y negeseuon testun. Os na fydd y myfyrwyr yn sylwi arno, tynnwch eu sylw at y negeseuon

Beth sy'n cael ei ddatgelu yn y sgysiau testun?

- Yn y sgwrs rhwng Chloe a Xander, mae Xander yn gwrthod yr opsiwn o lifft adref. Gallai Chloe fod wedi ceisio bod yn fwy taer yma gan fod ei noson bellach ynghlwm wrth Xander. Gallwn weld eisoes fod Xander yn bwriadu i'w fersiwn ef o'r noson ddigwydd - ac mae ei fersiwn ef yn un a allai olygu cymryd risg
- Yn y sgwrs y mae Xander yn ei chael â Jesse gallwn weld mwy o'r ddeinameg rhwng y ddau ffrind. Mae Xander unwaith eto yn mynnu bod ei anghenion am y noson yn cael eu cyflawni. Nid ydym yn hollol siŵr beth y mae am ei wneud, meddai, "beth am i ni daro'r bont droed yn Westbury"; mae hyn mewn cyfeiriad at ryw fath o ymddygiad peryglus y mae ef a Jesse wedi ymgymryd ag ef o'r blaen. Mae Jesse yn apelio at deimladau Xander am Chloe (dyma ni yn dysgu bod Chloe a Xander yn gweld ei gilydd) pan ddywed, "Roeddwn i'n meddwl dy fod wedi dweud bod Chloe yn ei gasáu". Mae Jesse yn gwrthod cymryd rhan ond am 15.06 gwelwn fod Jesse yn dod yn ôl i'r sgwrs i ddweud y bydd yn meddwl am y peth. Pam mae Jesse yn edrych fel pe bai'n mynd i newid ei meddwl?
- Daw'r ateb pan edrychwn ar y sgwrs y mae Jesse yn ei chael â Lola. Mae Lola hefyd yn cydnabod y ffaith bod Xander yn cymryd rhan fwyfwy mewn ymddygiad peryglus ond yn gadael y sgwrs gan ddweud wrth Jesse bod Xander yn "achos coll". Am 15.00, mae Jesse yn ateb gan ddweud, "Dyna llym Lo, Mae e'n ffrind i ni." A allai hyn fod pam am 15.06 mae Jesse yn dychwelyd i'r sgwrs â Xander?
- Mae rhagor o dystiolaeth bellach o ddylanwad Xander ar ei grŵp o ffrindiau trwy ei sgwrs â Jayden. Mae wedi canolbwyntio ar gael Jayden i gymryd risgiau hefyd. Mae'n ei annog i brynu alcohol er i Jayden ddweud bod ganddo waith yn y bore. Mewn gwirionedd, nid yw Jayden yn cymryd llawer o berswadio. A oes rheswm dros Xander yn cymryd risgiau?

- Cawn ychydig mwy o fewnwelediad i'r hyn a allai fod y tu ôl i Xander yn cymryd risgiau trwy ei sgwrs â Gbemi. Mae Gbemi yn gofyn i Xander sut mae ei dad. Mae'n amlwg nad yw Xander am siarad am hyn gan ei fod yn cymryd bron i awr i ateb ei chwestiwn ac yna dim ond dweud "Nid yw'n ddim o dy fusnes Gbemi." Mae'r sgwrs hon yn amlwg yn poeni Xander wrth iddo ddychwelyd i'w sgwrs â Jayden i ddweud "Gadewch i ni wneud heno yn un dda"; efallai bod hyn er mwyn sicrhau bod Jayden yn dal i fod ar y trywydd iawn i gymryd risgiau gyda Xander

Tystiolaeth yn y domen ffotograffau

- Mae'r domen ffotograffau yn adrodd stori am noson a ddechreuodd yn dda gyda'r grŵp yn mynd i fynyr bryn i weld y machlud. Rydym yn gweld llawer o luniau machlud ond mae rhai lluniau mwy pryderus i'w harchwilio hefyd. Mae'n ymddangos bod un person yn cerdded i ffwrdd i'r pellter ac mae'n ymddangos bod dau unigolyn yn cael rhyw fath o ddadl. Mae dau lun hefyd o ffrind gwrywaidd yn edrych yn ddig ac yn rhwystredig. Rydym hefyd yn gweld pont droed wedi'i gorchuddio â graffiti - a all hyn fod yn glwi o beth roedd Xander yn ei olygu wrth "beth am i ni daro'r bont droed yn Westbury"

Tystiolaeth ar gyfryngau cymdeithasol

- Mae'r heddlu wedi cael mynediad at broffiliau cymdeithasol ar-lein Xander ac mae'n amlwg fod ei weithgaredd diweddar wedi ei gynnwys yn dilyn, hoffi a rhannu cyfrifon sy'n cynnwys gweithgareddau cymryd risg â graffiti ac amgylchedd y trŵn. **Mae hwn yn gyfle da i gael trafodaeth â myfyrwyr am gyfryngau cymdeithasol a chrëwyr cynnwys sy'n cynnwys gweithgareddau cymryd risg. Anaml y bydd cyfryngau cymdeithasol yn ymdrin â chanlyniadau'r gweithgareddau hyn**

SESIWN LAWN

- Pan fydd y dosbarth wedi mynd trwy'r dystiolaeth, dyma eu cyfle i rannu'r hyn a ddigwyddodd yn eu barn hwy. Efallai y gwelwch fod rhai myfyrwyr yn dod i gasgliadau gwahanol iawn. Efallai y bydd y sgysiau hyn yn cynnig mewnwelediadau diddorol i berthnasoedd eich myfyrwyr â'i gilydd a chyda risg

Gwahaniaethu

- Mae'r adnodd hwn yn cynnwys ystod o ddatganiadau, lluniau fideo a thystiolaeth ffotograffig; efallai y bydd hyn yn llethol i rai myfyrwyr a byddant yn elwa o weithio gydag oedolyn. Mae'n bwysig fod pob myfyrwr hefyd yn cyfeirio'n ôl at eu hymddygiad eu hunain er mwyn ymgorffori'r negeseuon meddwl Effro yn yr adnodd hwn
- Gall myfyrwyr sy'n barod am her ychwanegol ychwanegu cymeriad newydd i'r astudiaeth achos dylai'r cymeriad hwn helpu i newid y canlyniadau mewn ffordd gadarnhaol

ADNODD 4

CANLYNIADAU: YN EFFRO AR GYFER PENDERFYNIADAU AR AMRANTIAD

Trosolwg

Yn dilyn ymlaen o Adnodd 3 (Ar daith: astudiaeth achos ymchwiliol), mae'n rhaid i fyfyrwyr gynhyrchu dadansoddiad effaith i archwilio effeithiau pellgyrhaeddol digwyddiad ar y cledrau

Deilliannau dysgu

- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill a'r gymuned ehangach
- Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd annïogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Taflen waith canlyniadau

Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad: Datganiad Dean
- Gweithgaredd: Creu mapiau effaith
- Cyfarfod Llawn: Trafodaeth dosbarth

Amseru

30-40 munud

Awgrymiadau dysgu gartref

Gellir cwblhau'r map effaith yn hawdd yn y cartref cyhyd â bod yr astudiaeth achos Ar Daith wedi'i hadolygu a bod y ffilm Parallel Lines wedi'i gwyllo.

GWEITHGAREDD

- Ysgrifennwch sylw Dean o'r ffilm **Parallel Lines** ar y bwrdd "Dim niwed wedi'i wneud, iawn". Beth yw barn y myfyrwyr am y sylw hwn? Nawr symudwch y ffocws yn ôl i'r **astudiaeth achos Ar Daith** gyda Xander a'i ffrindiau.
- Gan weithio mewn parau neu'n unigol, gofynnwch i'r myfyrwyr ystyried pob cymeriad yn yr **astudiaeth achos Ar Daith** a chreu map effaith ar gyfer pob un ohonynt:
 - a. gan ddefnyddio canlyniad yr astudiaeth achos
 - b. defnyddio'r canlyniad amgen, hynny yw, pe bai penderfyniadau Effro wedi cael eu gwneud
- Gallent ystyried y canlynol:
 - yr effaith uniongyrchol, ar unwaith ar y cymeriad hwnnw
 - yr effaith tymor hwy ar y cymeriad hwnnw
 - unrhyw effeithiau posibl yn y dyfodol
 - yr effeithiau ar unrhyw un sydd â chysylltiad uniongyrchol â nhw (e.e. teulu, ffrindiau)
 - unrhyw un sydd â chysylltiad anuniongyrchol â nhw (e.e. cydweithwyr, perthnasau eraill, pobl maen nhw'n eu pasio ar y stryd, cymdogion, athrawon ac ati)
 - unrhyw effaith mewn perthynas â dyfodol y cymeriad e.e. yn yr ysbyty, triniaeth barhaus, trawma, brwydrau iechyd meddwl ac ati.

SESIWN LAWN

- Ar ôl i bawb gwblhau'r gweithgaredd, dechreuwch drafodaeth dosbarth cyfan sy'n canolbwyntio ar:
 - Faint o bobl a allai gael eu heffeithio gan benderfyniad neu ddewis peryglus?
 - Beth yw'r gwahaniaeth yn effaith gwneud math gwahanol o ddewis?
 - A yw penderfyniad peryglus byth yn gwbl 'ddiniwed', hynny yw, dim ond yn effeithio ar yr unigolyn sy'n ymwneud yn uniongyrchol?

Gwahaniaethu

- Efallai y bydd angen i rai myfyrwyr ganolbwyntio ar fapiau effaith nifer lai o gymeriadau

ADNODD 5

GWNEWCH EICH DEWIS

Trosolwg

Mae disgyblion yn trafod gwahanol senarios ar set o gardiau canlyniadau i'w galluogi i ystyried eu gwerthoedd eu hunain a'u hymddygiad posibl mewn perthynas â gwahanol ddewisiadau a phenderfyniadau.

Deilliannau dysgu

- Gallaf ddisgrifio ac egluro rheolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd
- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill, a'r gymuned ehangach
- Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd
- Gallaf ddisgrifio ffyrdd o gadw fy hun ac eraill yn ddiogel o amgylch rheilffyrdd, a sut i gael help mewn argyfwng
- Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd annïogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Taflen waith gwneud eich dewis
- Siswrn i dorri'r cardiau

Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad: Gweithio trwy un o'r senarios fel dosbarth
- Gweithgaredd: Myfyrwyr i ddadansoddi'r senarios a llunio ymatebion arfer gorau
- Cyfarfod Llawn: Dylai myfyrwyr rannu eu hymatebion i'r senarios a cheisio cysylltu eu dysgu â chyd-destun lleol

Amseru

20 munud

Awgrymiadau dysgu gartref

Gellid archwilio'r senarios gartref a gallai myfyrwyr gyflwyno eu meddyliau trwy e-bost i'r ysgol.

GWEITHGAREDD

- Mae'r gweithgaredd hwn yn cynnwys naw senario gwahanol i fyfyrwyr eu harchwilio ac mae'n gweithio'n dda gyda'r myfyrwyr sy'n gweithio mewn grwpiau bach
- Dewiswch un o'r senarios a gweithio drwyddo fel dosbarth, anogwch y myfyrwyr i feddwl y tu hwnt i'w hymatebion uniongyrchol, a allan nhw ymdeimlo â'r senarios?
- Efallai y bydd yn hawdd rhoi ymateb rhesymol i risg mewn ystafell ddosbarth ond pa ffactorau eraill y gallai fod angen iddynt eu hystyried mewn bywyd go iawn e.e. pwysau cyfoedion?
- Rhannwch y dosbarth yn grwpiau bach a rhowch dri senario gwahanol iddyn nhw eu harchwilio
- Mae rhai pwyntiau trafod ac atebion a awgrymir ar gyfer pob senario isod:

1. Mae dau unigolyn yn sefyll ar ymyl y platfform yn aros am eu trê. Mae un yn estyn ei docyn allan i edrych arno, mae trê yn mynd heibio ar yr ochr arall ac mae'r tocyn yn chwythu allan o'i law ac ar y trac. Nid yw'r trê i fod i gyrraedd am bum munud arall, mae'r tocyn yn llythrennol yno ac nid oes unrhyw staff o gwmpas.

Mae'n ymddangos bod pob arwydd yn pwyntio at gael y tocyn heb risg. Fodd bynnag, mae hyn 100% yn anghywir. Nid yw byth yn ddiogel gostwng eich hun ar y cledrau - hyd yn oed os ydych chi wedi gollwng rhywbeth anhygoel o werthfawr neu bwysig. Mae nifer o risgiau o drên sy'n dod tuag atoch - er efallai na fyddwch yn gallu gweld y trê, mae trenau'n symud yn anhygoel o gyflym a gallant fod yn dawel iawn. Mae perygl hefyd o drydaniad o'r drydedd gledren. Mae trydan yn rhedeg trwy'r drydedd gledren yn barhaus i bweru'r trenau. Er nad oes unrhyw staff yn yr orsaf, efallai y bydd aelod o staff ar y trê neu yn eich cyrchfan.

2. Mae dau ffrind ar eu beiciau yn rhuthro i gyrraedd yr ysgol. Mae'n bwrw glaw ac maen nhw'n hwyr. Wrth iddyn nhw agosáu at groesfan wastadl mae'r goleuadau'n dechrau fflachio ac mae'r larwm yn seinio, ond nid yw'r gatiâu'n dod i lawr eto. Os cânt eu trapio y tu ôl i'r rhwystr, byddant yn sicr yn hwyr yn yr ysgol. Mae'r ffrind o'i flaen yn cyflymu ac yn mynd dros y groesfan. Nid yw'r ffrind arall yn mynd mor gyflym ond mae'r cyntaf yn gweiddi 'Tyrd ymlaen, galli di groesi mewn pryd!'

Dyma'r amser i ddefnyddio'ch meddwl Effro. Nid yw byth yn ddiogel symud dros y cledrau ar Groesfan Wastad pan fydd y goleuadau a'r larymau yn fflachio a seinio. Mae hyn yn golygu y bydd trê'n yn cyrraedd yn fuan. Mae'n bryd pwyso a mesur y risgiau. Ie, efallai eich bod yn hwyr i'r ysgol ond bydd esboniad o orfod aros am drê'n yn rheswm digonol dros fod yn ddiogel. Gallwch hyd yn oed ddweud wrth Athrawon yn yr ysgol i wirio amserlen y trê'n!

3. Mae'n wythnos olaf gwyliau'r haf, mae'n boeth ac mae pawb wedi diflasu. Mae grŵp o ffrindiau yn mynd allan am dro ac yn cael eu hunain yn cerdded wrth ochr iard nwyddau. Nid yw'r ffens mor uchel â hynny felly maen nhw'n dringo drosodd i gael golwg o gwmpas. Mae un ohonynt yn awgrymu eu bod i gyd yn dringo ar ben to trê'n i dorheulo - nid yw'r trenau'n cael eu defnyddio ac ni fyddai'r plant yn gwneud unrhyw niwed pe byddent yn gorwedd yno yn unig.

Mae'r iard nwyddau yn eiddo preifat ac os ewch i mewn i'r ardal hon rydych chi'n tresmasu. Efallai y bydd torheulo ar ben y trê'n yn ymddangos fel ychydig o hwyl yn unig ond does gennych chi ddim syniad a yw'r trenau'n ddiogel ai peidio. Gallai fod perygl o drydaniad yn yr ardal hon hyd yn oed. Bydd digon o fannau torheulo gwyh eraill mewn mannau eraill - ceisiwch berswadio'r grŵp allan o'r penderfyniad Effro hwn a sicrhau eich diogelwch chi a'ch ffrindiau.

4. Mae croesfan wastad gerllaw heb rwystrau. Mae rhywun yn rhedeg ar ei draws ac mae'n nhw'n gollwng ei ffôn symudol ar y trac ond ddim yn sylweddoli nes ei fod nhw ar draws ac yn edrych yn ôl. Mae'n gallu gweld trê'n ond mae'n edrych fel petai cryn bellter i ffwrdd o hyd. Mae'r ffrind sydd gydag ef dweud wrtho am ei adael ond mae'n ffôn drud iawn.

Mae hon yn sefyllfa anodd ond dim ond un opsiwn diogel sydd yna pan rydych chi o amgylch y cledrau. Gallwch weld y trê'n - mae hyn yn golygu bod risg uniongyrchol i fywyd os nad ydych chi ar bellter diogel o'r traciau. Ie, gallai hyn droi allan i fod yn gamgymeriad drud i'r rhedwr ond nid yw'n opsiwn i fynd yn ôl a chael y ffôn nawr o gwbl. Efallai y bydd y rhedwr yn lwcus a gallai'r ffôn aros heb ei ddifrodi, ond os yw'n mynd yn ôl ar y trac mae'n torri'r gyfraith ac yn debygol iawn o ddod i ben mewn anafiadau sy'n newid bywyd.

5. Mae dau ffrind yn cyrraedd gorsaf gyda'i gilydd ond maen nhw'n mynd i ddal gwahanol drenau ar blatfformau cyferbyn. Wrth iddynt aros am eu trenau maent yn chwifio ar ei gilydd, pan sylweddolodd un fod gan yr un arall allwedd y drws yr oedd yn gofalu amdani yn ei boced. Nid oes amser i redeg i lawr y platfform, i fyny'r grisiau a thros y bont, ond dim ond ychydig fetrau i ffwrdd ar draws y trac mae'r platfform gyferbyn. Mae'r unigolyn sydd â'r allwedd yn dweud 'Fe wnawn ni sleifio ar draws - byddaf yn cwrdd â thi yn y canol'.

Mae hyn yn anghyfreithlon ac yn beryglus. Y perygl cyntaf yw'r potensial am sioc drydanol o'r drydedd gledren. Yn ail, er ei bod yn ymddangos nad yw trê'n i'w weld gallai hynny newid yn gyflym. Mae angen i'r ffrindiau gadw eu hunain a'i gilydd yn ddiogel. Mae angen iddyn nhw fynd o gwmpas y ffordd bell, hyd yn oed os yw'n golygu colli eu trê'n. Dyma'r unig benderfyniad Effro y gallant ei wneud.

6. Mae grŵp o ffrindiau yn pwyso dros bont reilffordd. Mae un yn awgrymu taflu sbwriel ar y trac i weld beth allan nhw ei daro. Mae pentwr o frics adeiladu a metel gerllaw ac mae rhywun yn awgrymu taflu rhywfaint o hynny i lawr.

Mae taflu rhwystrau ar y lein yn anghyfreithlon ac yn beryglus iawn. Er y gall hyn ymddangos fel ychydig o hwyl diniwed gall arwain at ganlyniadau difrifol. O achosi oedi difrifol i deithiau pobl i achosi damwain trê'n ddifrifol iawn o bosibl. Mae'n debygol hefyd y bydd yr ymddygiad peryglus hwn yn cael ei ddal ar deledu cylch cyfyng, a allai olygu dirwy neu ddedfryd o garchar.

7. Mae dau ffrind yn cerdded adref gyda'r nos. Mae'n hwyr ac maen nhw am gyrraedd adref yn gyflym. Mae llwybr byr ar hyd ochr y rheilffordd - nid yw'n bell iawn ar hyd y trac ond bydd yn arbed tua hanner awr iddynt gerdded y ffordd bell o gwmpas. Mae ganddyn nhw fflachlampau ar eu ffonau felly byddan nhw'n gallu gweld i ble maen nhw'n mynd.

Waeth beth fo'r lefelau gwelededd, mae hwn yn weithgaredd peryglus iawn. Nid yw'n werth peryglu'ch bywyd, yn enwedig pan gofiwch fod llawer o drenau modern yn symud yn anhygoel o gyflym a bron yn dawel. Heblaw am drê'n sy'n dod atoch mae perygl trydanu hefyd. Bydd penderfyniad Effro yn eich gweld yn cymryd y llwybr hir.

8. Mae rhywun yn cerdded â'i gi. Mae'r ci yn dechrau ceisio rhedeg ar ôl cwningen ac yn tynnu'r tennyn allan o ddwylo'i berchennog. Mae'n mynd o dan ffens ac ymlaen i arglawdd y rheilffordd. Mae'r twll yn y ffens yn ddigon mawr i unigolyn fynd drwyddo - mae'r ci wedi drysu ac fe allai redeg ymlaen i'r trac.

Gallai anifail ar y cleddau achosi damwain. Y penderfyniad pwysig ond anodd cyntaf yw peidio byth â dilyn anifail anwes ar y traciau. Os bydd hyn yn digwydd dylai'r perchennog ffonio'r Llinell Gymorth 24 awr Network Rail 03457 11 41 41. Dylai hefyd sôn am y twll yn y ffens gan fod hon hefyd yn broblem y dylid ei thrwsio cyn gynted â phosibl i atal problemau ychwanegol gyda phobl neu anifeiliaid rhag dod o hyd i'w ffordd yn agos at y cleddau.

9. Mae rhywun ar y ffordd i'r gwaith yn stopio ar groesfan reilffordd gyda'r larwm yn seinio a'r rhwystrau i lawr. Maen nhw'n aros am ychydig funudau ac mae trê'n yn mynd heibio. Bum munud yn ddiweddarach mae'r rhwystrau yn dal i fod i lawr ond nid oes unrhyw drên wedi mynd heibio. Mae ciw hir o geir y tu ôl ac mae rhai yn canu eu cyrn. Dim ond un rhwystr sydd ar ochr y gyrrwr felly gall yrru o'i gwmpas.

Mae'r rhwystrau yn dal i fod i lawr am reswm. Mae hyn er mwyn cadw pawb yn ddiogel, gan y bydd trê'n arall yn mynd trwy'r Groesfan Wastad yn fuan. Ar adegau efallai y bydd yn rhaid i ni aros yn hirach nac sydd ei eisiau arnom i'r Groesfan Wastad glirio ac iddi fod yn ddiogel inni symud dros y groesfan. Yr unig amser diogel i yrru dros groesfan wastad yw pan fydd y larwm wedi stopio seinio a bod y rhwystrau wedi cael eu codi'n llawn.

- Ar ôl i fyfyrwyr archwilio pob un o'r senarios, anogwch nhw i feddwl am gyd-destun lleol; a oes peryglon y dylent fod yn ymwybodol ohonynt?

Gwahaniaethu

- Efallai y bydd angen i rai myfyrwyr weithio gydag oedolyn i weithio trwy nifer fyrrach o senarios.
- Gallai myfyrwyr a hoffai her ychwanegol ysgrifennu eu senarios eu hunain yn seiliedig ar y materion y maent wedi'u harchwilio trwy'r pwnc hwn.

ADNODD 6

GWELD GOLYGFYDD: A YDYCH CHI'N EFFRO?

Trosolwg

Cwis aml-ddewis am arwyddion - beth maen nhw'n ei olygu a ble fydddech chi'n eu gweld. Gellir cyfuno'r cwis hwn â'r cwis Track facts gwreiddiol i asesu dilyniant mewn dysgu a dealltwriaeth o ddiogelwch ar reilffyrdd a chanlyniadau ymddygiad a dewisiadau.

Deilliannau dysgu

- Gallaf nodi, disgrifio a dangos arwyddion ac ymddygiadau diogelwch mewn gorsaf reilffordd
- Gallaf egluro rhesymau dros arwyddion ac ymddygiadau diogelwch mewn gorsaf reilffordd, a chanlyniadau diystyru'r rhain, i mi fy hun ac i eraill
- Gallaf ddisgrifio ac egluro arwyddion ac ymddygiad diogelwch ar groesfan wastad
- Gallaf nodi risgiau eraill sy'n gysylltiedig â reilffyrdd mewn gwahanol leoedd

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Ydych chi'n Effro? sleidiau

Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad: Aseswch y wybodaeth bresennol am arwyddion diogelwch
- Gweithgaredd: Cwis
- Cyfarfod Llawn: Dyluniwch eich arwydd diogelwch eich hun

Amseru

30 munud

Awgrymiadau dysgu gartref

Mae'r gweithgaredd hwn yn gwis hunangynhwysol ac yn addas ar gyfer dysgu gartref.

GWEITHGAREDD

- Mae'r cwis rhyngweithiol hwn wedi'i gynllunio i brofi gwybodaeth eich myfyrwyr ar ddiwedd yr adnodd diogelwch reilffyrdd hwn. Gellir ei ddefnyddio ochr yn ochr â Track Facts fel offeryn asesu ôl-uned
- Bydd yr adnodd yn codi nifer o arwyddion diogelwch a bydd angen i'r myfyrwyr feddwl yn gyflym a dwyn i gof ei ystyr a ble maen nhw'n fwyaf tebygol o'i weld

- Cyn dechrau'r cwis, gofynnwch i'ch myfyrwyr ddod â chynifer o arwyddion diogelwch trên a thrac i'r cof â phosibl. Gofynnwch iddyn nhw rannu'r rhif y gallant feddwl amdano cyn dechrau'r cwis

Mae'r tabl isod yn dangos yr atebion i'ch helpu chi i gynorthwyo'ch myfyrwyr wrth iddyn nhw gwblhau'r cwis:

ARWYDD	BETH MAE'N EI OLYGU?	BLE FYDDECH CHI'N EI WELD?
	Dyma rybudd ymlaen llaw o gau croesfan wastad er mwyn gadael i drên basio. Oeddech chi'n gwybod nad yw'r gwasanaethau brys hyd yn oed yn cael mynd heibio pan mae'r goleuadau hyn yn fflachio!	Ar groesfannau gwastad
	Mae'n rhaid i chi dalu sylw i'r goleuadau. Mae stop yn golygu bod trên ar ei ffordd. Dylech aros i'r golau droi'n wyrdd cyn croesi'r cledrau.	Fe welwch yr arwydd hwn ar rai croesfannau gwastad llwybr troed neu lwybr ceffylau neu groesfannau cerbydau preifat lle nad oes rhwystrau.
	Cyn croesi dros y cledrau dylech Stopio, Edrych a Gwrando i sicrhau nad yw trên yn agosáu. Ar ôl i chi wirio'n drylwyr nad yw trên yn agosáu, croeswch y cledrau'n ofalus.	Ar groesfan wastad lle nad oes mathau eraill o amddiffyniad fel goleuadau neu rhwystrau.
	Mae ffôn gerllaw i'w ddefnyddio mewn argyfwng, a hefyd i gael caniatâd i groesi.	Ar groesfan wastad. Byddwch yn ymwybodol, os nad oes ffôn argyfwng, bydd rhif bob amser y gallwch ei ffonio mewn argyfwng. Bydd yr arwyddion yn dweud wrthy'ch a oes angen i chi ffonio.
	Ni allwch fynd ymhellach na'r arwydd hwn oherwydd gallai fod yn beryglus.	Mewn gorsafoedd.
	Nad oes gan y groesfan reilffordd o'ch blaen rwystr. Mae'n rhaid i chi Stopio, Edrych a Gwrando er mwyn sicrhau ei bod yn ddiogel croesi'r cledrau.	Ar groesfan wastad lle nad oes rhwystr. Mae'r mathau hyn o groesfannau gwastad i'w cael fel arfer mewn ardaloedd gwledig lle mae'n rhaid i geir ildio i drenau.
	Mae hyn yn dangos bod croesfan wastad o'n blaenau sy'n defnyddio naill ai rhwystrau awtomatig neu gatau a weithredir â llaw gan staff rheilffordd.	Ar groesfan wastad sydd â giât neu rwystr.

LLOFNOD

BETH MAE'N EI OLYGU?

BLE FYDDECH CHI'N EI WELD?

**ANOTHER TRAIN
COMING
if lights
continue to show**

Os yw'r goleuadau ar groesfan wastad yn parhau i ddangos, efallai bod trên arall yn agosáu.

Mae'r sain y mae'r signal yn ei wneud yn newid pan fydd hyn yn digwydd hefyd fel eich bod chi'n gwybod bod ail drên yn agosáu.

Ar groesfan wastad.



Mae hyn yn ein hatgoffa nad yw trenau bob amser yn canu eu cynnwrth iddynt agosáu at groesfannau gwastad a dim ond yn gwneud hynny os ydych chi'n rhy bell allan i allu gweld.

Croesfannau gwastad.



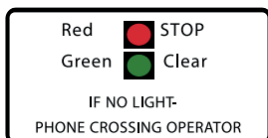
Nad oes gan y groesfan reilffordd o'ch blaen rwystr. Mae'n rhaid i chi Stopio, Edrych a Gwranddo er mwyn sicrhau ei bod yn ddiogel croesi'r cledrau.

Ar groesfan wastad lle nad oes rhwystr. Mae'r mathau hyn o groesfannau gwastad i'w cael fel arfer mewn ardaloedd gwledig lle mae'n rhaid i geir ildio i drenau.



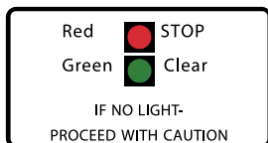
Mae hyn yn dangos bod croesfan wastad o'n blaenau sy'n defnyddio naill ai rhwystrau awtomatig neu gatiâu a weithredir â llaw gan staff rheilffordd.

Ar groesfan wastad sydd â giât neu rwystr.



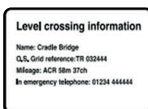
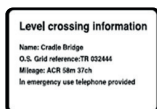
Os nad yw'r golau'n dangos coch neu wyrdd mae'n rhaid i chi ffonio'r gweithredwr i drafod croesi'r cledrau'n ddiogel.

Ar groesfan wastad.



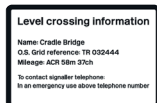
Os nad yw'r golau'n dangos coch neu wyrdd mae'n rhaid i chi Stopio, Edrych a Gwranddo a dim ond symud ymlaen dros y cledrau os ydych chi'n siŵr nad oes trên sy'n dod tuag atoch.

Ar groesfan wastad.



Mae'r arwyddion hyn yn dangos gwahanol gyfarwyddiadau ar beth i'w wneud mewn argyfwng. Mae bob amser yn bwysig darllen arwyddion yn ofalus. Weithiau efallai y bydd ffôn brys y gallwch ei ddefnyddio, mewn eraill bydd rhifau penodol i'w ffonio i riportio argyfwng.

Ar groesfan wastad.



SESIWN LAWN

- Fel her ychwanegol efallai y bydd rhai myfyrwyr am ddylunio eu harwydd diogelwch eu hunain ar reilffyrdd - yn seiliedig ar y risgiau y maent wedi darllen amdanynt a'u gwylio a allant ddylunio eu arwydd diogelwch effeithiol eu hunain? O neon i siâp seren, a yw'n bosibl creu arwydd mwy effeithiol?
- Ar ôl i chi gwblhau'r holl adnoddau Byw Yn Effro, peidiwch ag anghofio dychwelyd i'r **cwis Track Facts** i asesu dilyniant wrth ddysgu a deall diogelwch rheilffyrdd a chanlyniadau ymddygiad a dewisiadau

Gwahaniaethu

- Efallai y bydd rhai myfyrwyr yn elwa o gael ychydig o'r arwyddion mwyaf cyffredin wedi'u hargraffu ac o'u blaenau er mwyn iddynt ddatblygu lefel uwch o gynefindra a dealltwriaeth

ADNODD 7

STORI TEGAN

Trosolwg

Cipolwg ar ddigwyddiad bywyd go iawn lle mae Tegan yn ailadrodd ei stori a'i hawydd i bobl eraill ddysgu o'r hyn a ddigwyddodd iddi.

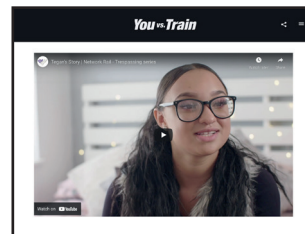
Deilliannau dysgu

- Gallaf ddisgrifio ac egluro rheolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd
- Gallaf nodi rhesymau dros reolau ac ymddygiadau diogelwch rheilffyrdd, a chanlyniadau dros ddiystyru'r rhain, i mi fy hun, i eraill, a'r gymuned ehangach
- Gallaf nodi risgiau a pheryglon sy'n gysylltiedig â rheilffyrdd
- Gallaf ddisgrifio ffyrdd o gadw fy hun ac eraill yn ddiogel o amgylch rheilffyrdd, a sut i gael help mewn argyfwng
- Gallaf ddangos ffyrdd o wrthsefyll pwysau i ymddwyn mewn ffordd annïogel neu beryglus o amgylch rheilffyrdd

Angen adnoddau a chyfarpar ategol

- Fideo stori Tegan

CLIGIWCH YMA I FYND I FIDEO



Trefn a awgrymir

- Cyflwyniad: Trafodaeth am y mathau o bethau a allai achosi gwneud penderfyniadau gwael
- Gweithgaredd: Gwyliwch Stori Tegan ac ateb y cwestiynau
- Cyfarfod Llawn: Sut mae'r dosbarth yn mynd i ddysgu o stori Tegan?

Amseru

20 munud

Awgrymiadau dysgu gartref

Gellir cwblhau'r gweithgaredd ffilm a chwestiwn yn hawdd gartref. Os yn bosibl, byddai'n ddefnyddiol i fyfyrwyr glywed atebion ei gilydd i'r cwestiynau trwy brofiad ystafell ddosbarth ar-lein.

GWEITHGAREDD

- Mae'r gweithgaredd hwn yn cynnwys ffilm a chwestiynau trafod i fyfyrwyr eu hystyried
- Penderfynwch a hoffech chi redeg y gweithgaredd gyda'r dosbarth cyfan neu drefnu'r dosbarth yn grwpiau trafod llai
- Nid yw'r stori'n rhy graffig; fodd bynnag mae'n cynnwys manylion damwain ar y cledrau lle mae person ifanc yn cael sioc drydanol bwerus o'r trydydd anafiadau sy'n newid bywyd ar y rheilffyrdd ar ffurf llosgiadau. Mae'n werth bod yn ymwybodol o unrhyw sensitifrwydd sydd gan fyfyrwyr tuag at yr adnodd a sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r hyn i'w wneud os ydyn nhw'n teimlo'n anghyfforddus ar unrhyw adeg
- Gwyliwch y ffilm ac yna gofynnwch i'r myfyrwyr ateb y cwestiynau trafod isod - rhoddir rhywfaint o arweiniad am yr atebion isod:

1) Pam wnaeth Tegan geisio croesi dros y cledrau? A ellid bod wedi newid y canlyniad hwn?

- Roedd ei ffrind dros ochr arall y cledrau ac roedd hi'n meddwl mai dyma'r ffordd gyflymaf i gyrraedd ati.
- Soniodd Tegan hefyd ei bod wedi penderfynu cael diod pan oedd hi ar y traeth, gallai hyn fod wedi cyfrannu at wneud penderfyniadau diffygiol.

2) Sut y gellid fod wedi osgoi'r canlyniad hwn?

- Gallai ffrind Tegan fod wedi ei hannog i gymryd llwybr mwy diogel
- Gallai Tegan fod wedi sicrhau bod ei chymeriant o alcohol yn fach iawn ac felly'n annhebygol o amharu ar ei barn
- Pe bai Tegan wedi gwybod am y drydedd gledren ni fyddai wedi ceisio croesi dros y cledrau gan y byddai wedi gwybod bod cerrynt trydan bob amser yn rhedeg trwy'r gledren

3) Faint o bobl a gymerodd ran wrth helpu Tegan?

- Dau weithiwr rheilffordd yn yr orsaf
- Dynes sy'n rhoi CPR i Tegan
- Y parafeddygon
- Gweithwyr ambiwlans yr hofrennydd
- Nyrsys a meddygon yn yr ysbyty
- Ffisiotherapyddion
- Teulu a ffrindiau
- Beth yw peryglon y drydedd gledren?

4) Am faint oedd Tegan yn yr ysbyty?

- Treuliodd Tegan 5 mis yn yr ysbyty ac mae'n egluro mai ei hamser mewn gofal dwys oedd yr anoddaf yn ei bywyd

5) A yw anafiadau Tegan wedi'u cyfyngu i'w chorff?

- Roedd anafiadau corfforol Tegan yn peryglu ei bywyd, roedd hi wedi cael ei thrydanu ac aeth i ataliad ar y galon cafodd losgiadau trydydd gradd
- Mae Tegan hefyd yn siarad am sut mae'r ddamwain wedi effeithio ar ei hiechyd meddwl, mae'n poeni am ddangos ei chorff lle mae difrod a sylwadau y gallai dieithriaid eu gwneud am ei chreithiau