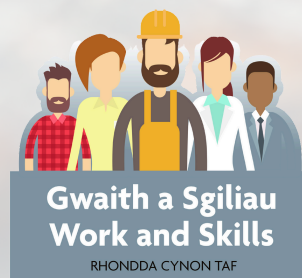


Chwaraeon RhCT
Sport RCT

Prosiect Fitbit Ysgol Gynradd Meisgyn

EIN PARTNERIAID



Funded by
UK Government

DROS

8

WYTHNOS

CYMERODD

14

O BOBL RAN

GAN GYNYDDU

901,088

YN NIFER EU CAMAU

50%

YN TEIMLO'N IACHACH

40%

YN TEIMLO'N HAPUSACH

40%

YN FWY HEINI, YN AMLACH

40%

YN TEIMLO'N FWY HYDERUS

50%

BARHAU Â'R GWEITHGAREDD

40%

WEDI GWNEUD FFRINDIAU

“DYMA'R CWRS CYNTAF RYDW I WEDI'I DREFNU YN YSGOL GYNRADD MEISGYN Y GWNAETH EIN RHINI YMGYSYLLTU AG EF O'R DECHRAU I'R DIWEDD. MAE'R EFFAITH GADARNHAOL Y MAE'R CWRS YMA WEDI'I CHAEL AR EIN RHINI WEDI BOD YN ANHYGOEL, NID YN UNIG YN GORFFOROL OND YN FEDDYLIOL.

ROEDD NICK BOB AMSER YN DAWEL GYDA'N RHINI SY'N GALLU AR ADEGAU BOD YN SWNLLYD A THRAFOD PETHAU DIBWYS.

LLWYDDODD NICK I'W SETLO I LAWR A DOD Â'R SGWRS YN ÔL I'R CWRS. ROEDD YN GEFNOGOL IAWN I'R RHINI I GYD, A RHODDODD GIPOLWG DA AR BETHAU NAD OEDDEN NHW ERIOED WEDI MEDDWL AMDANYN NHW O'R BLAEN. ER ENGHRAIFFT, AWGRYMODD IDDYN NHW EDRYCH O GWMPAS PAN FYDDAN NHW AR EU TEITHIAU CERDDED A BOD YN FEDDYLGAR.

MAE UN RHIAN A MYNYCHODD Y CWRS YN DIODDEF O BROBLEMAU IECHYD MEDDWL SYDD WEDI EFFEITHIO'I HYDER. AR DDECHRAU'R CWRS DOEDD HI DDIM YN GALLU SIARAD O FLAEN PAWB A BYDDAI'N EISTEDD YNG NGHORNEL YR YSTAFELL LLE NA FYDDAI'N RHAI IDDI EDRYCH AR NEB. ERBYN DIWEDD Y CWRS, ROEDD HI'N TEIMLO'N DDIGON CYFFORDDUS I SYMUD ALLAN O'R GORNEL YNO A HYD YN OED SIARAD Â NICK. MAE'N GYFLAWNIAD ANHYGOEL IDDI HI, AC YN RHYWBETH Y BYDDAI HI BYTH WEDI GWNEUD CYN MYNYCHU'R CWRS.

SAMANTHA - SWYDDOG CYSWLLT Â THEULUOEDD



CYN

PRYDERUS PROBLEMAU IECHYD DAN BWYSAU
PROBLEMAU SYMUDEDD PRYSUR GYDA PHLANT

PROSIECT FITBIT YSGOL GYNRADD MEISGYN

AR ÔL

GWELLA IECHYD MEDDWL COLLI PWYSAU

MWY O EGNU RHOI 'R GORAU I YSMYGU WEDI MWYNHAU
YSGOGI GWNEUD I FY MERCH SYMUD YN FWY

CYFLYMDER FY HUN CWRDD Â THARGEDAU GWTHIO FY HUN
TEIMLO'N IACHACH, YN HAPUSACH AC YN WELL YNOF FI FY HUN
DWLU GWELLA FY FFITRWYDD YMUNO Â'R GAMPFA
MYND I REDEG A SEICLO DEFNYDDIO'R CAR YN LLAI AML