

Winter of Wellbeing

Gaeaf llawn Lles

Pecyn Gweithgareddau Lles



LOOK

BOTH

WAYS

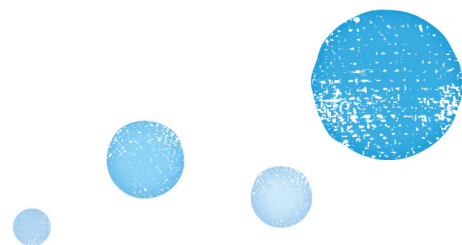
Ynglŷn â'r pecyn hwn

Mae'r pecyn hwn, sydd wedi'i gynllunio'n arbennig gan The Reading Agency, yn gallu helpu i gefnogi lles drwy grwpiau darllen Clonclyfrau. Mae'n canolbwyntio ar **Look Both Ways gan Jason Reynolds**.

Rhaglen darllen grŵp ar gyfer plant 4 i 12 oed yw **Clonclyfrau**. Mae'n cael ei chydlynu gan The Reading Agency a'i noddwr yw'r Fonesig Jacqueline Wilson, yr awdures. Mae grwpiau Clonclyfrau yn cael eu cynnal mewn llyfrgelloedd ac ysgolion, gan gefnogi ac ysbrydoli datblygiad llythrennedd plant drwy eu hannog i gael amser da iawn yn darllen a thrafod llyfrau.

Mae **The Reading Agency** yn elusen annibynnol sy'n ceisio ysbrydoli mwy o bobl i ddarllen mwy drwy gynnal rhaglenni i oedolion, pobl ifanc a phlant – gan gynnwys Her Ddarllen yr Haf, a Clonclyfrau.

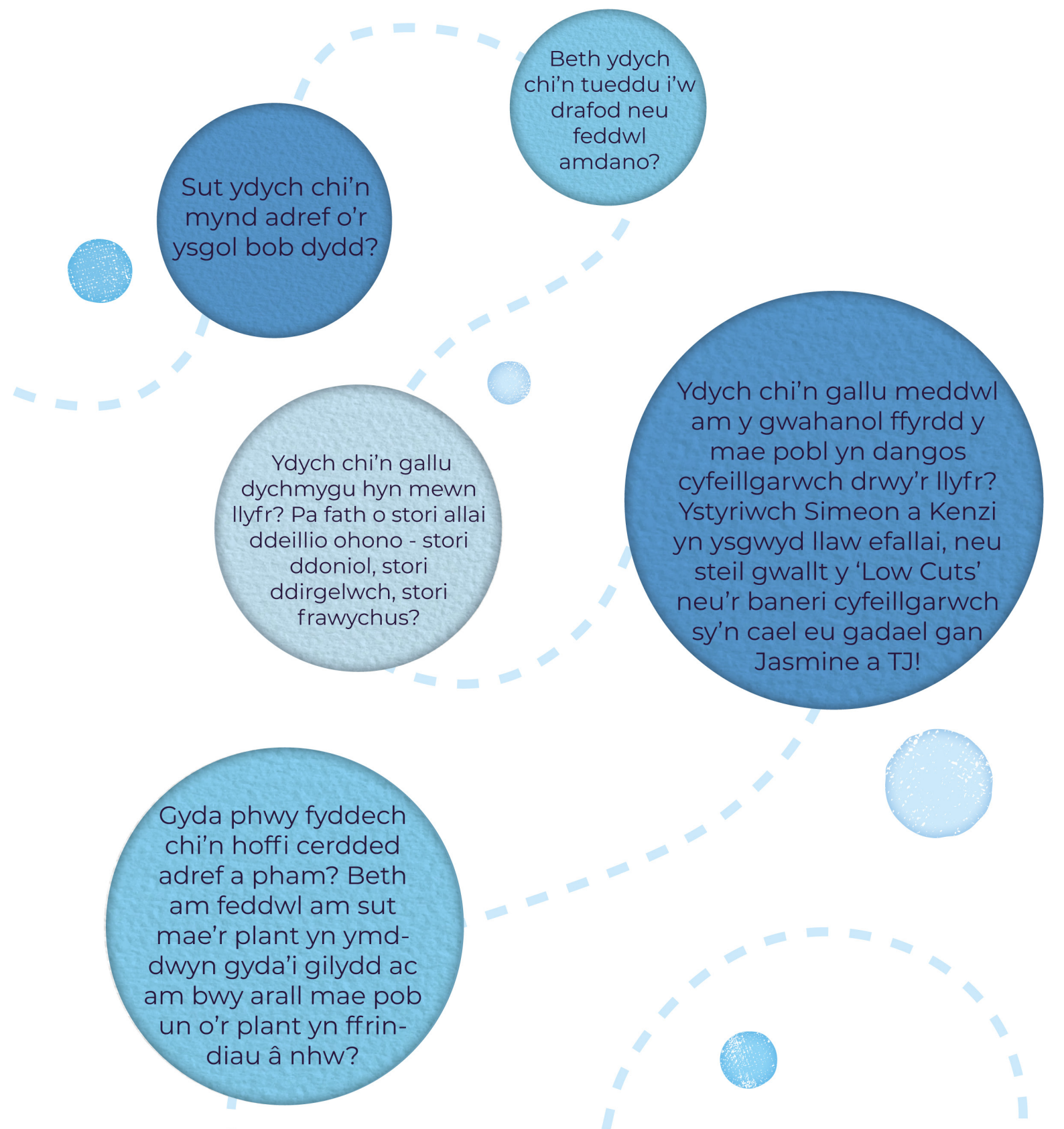
Gweler www.readingagency.org.uk



Look Both Ways

Mae Look Both Ways yn cynnwys lluo o gymeriadau lliwgar gwyh ac yn canolbwyntio ar eu taith yn cerdded adref o Ysgol Ganol Latimer. Ar draws deg pennod, cawn ein cyflwyno i amrywiaeth o wahanol blant, eu sgysiau, a'u meddyliau a'u teimladau.

Mae pob pennod yn **stori fer unigol**, ond maen nhw hefyd yn cydbblethu, gan ein galluogi i weld gwahanol agweddau ar y cymeriadau a'r cyfeillgarwch rhyngddyn nhw.



Sut ydych chi'n mynd adref o'r ysgol bob dydd?

Beth ydych chi'n tueddu i'w drafod neu feddwl amdano?

Ydych chi'n gallu dychmygu hyn mewn llyfr? Pa fath o stori allai ddeillio ohono - stori ddoniol, stori ddirgelwch, stori frawychus?

Ydych chi'n gallu meddwl am y gwahanol ffyrdd y mae pobl yn dangos cyfeillgarwch drwy'r llyfr? Ystyriwch Simeon a Kenzi yn ysgwyd llaw efallai, neu steil gwallt y 'Low Cuts' neu'r baneri cyfeillgarwch sy'n cael eu gadael gan Jasmine a TJ!

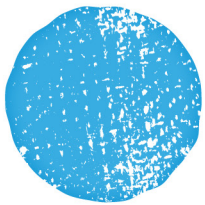
Gyda phwy fydddech chi'n hoffi cerdded adref a pham? Beth am feddwl am sut mae'r plant yn ymdwyn gyda'i gilydd ac am bwy arall mae pob un o'r plant yn ffrindiau â nhw?

Gwneud Pethau Caredig ar Hap

Mae llawer o'r cymeriadau yn y llyfr yn garedig tuag at eraill, fel Simeon, sy'n helpu i ofalu am Kenzi. Pwy ydych chi'n feddwl yw'r mwyaf caredig yn y llyfr a pham?

Mae'r 'Low Cuts' yn gwerthu losin er mwyn cael arian i brynu hufen iâ i fam Bit. Weithiau, cyfeirir at ymddygiad hael neu feddylgar tuag at eraill fel gweithred o garedigrwydd ar hap.

Meddyliwch am adeg pan wnaethoch chi rywbeth caredig dros rywun arall.



Beth wnaethoch chi?

Sut oedd gwneud rhywbeth caredig neu feddylgar yn gwneud i chi deimlo?



Sut ydych chi'n meddwl byddai gweithred o garedigrwydd ar hap yn gallu gwneud i bobl deimlo?



Beth pe baech chi'n meddwl am y person sy'n bod yn garedig ac am destun y weithred o garedigrwydd?

Ydych chi'n gallu **cynllunio** gweithred o garedigrwydd ar hap? Gallai hynny fod i helpu rhywun i groesi'r ffordd, neu ysgrifennu nodyn caredig at rywun sy'n mynd drwy gyfnod anodd...

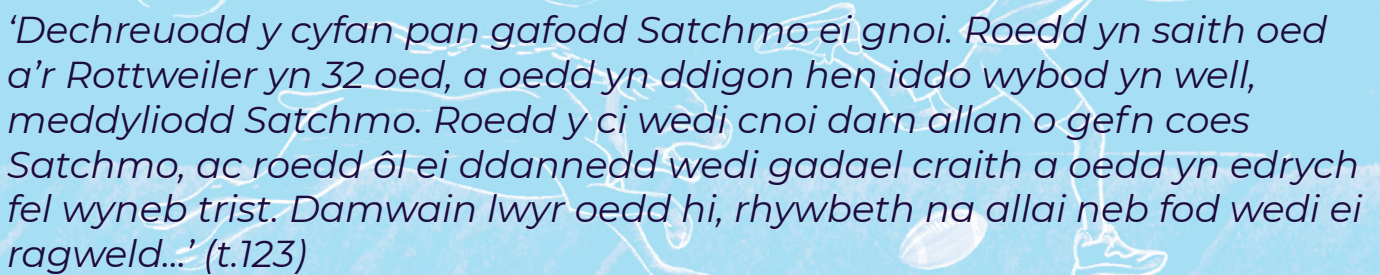
Cynlluniwch beth rydych am ei wneud, ar gyfer pwy mae eich gweithred o garedigrwydd a phryd rydych chi'n bwriadu gwneud hyn.



Meddyliau pryderus

Mae gan lawer o'r cymeriadau yn Look Both Ways bryderon neu ofnau. Ydych chi'n gallu meddwl beth yw eu pryderon? Efallai y byddech chi'n hoffi canolbwyntio ar Stevie yn 'Skitter Hitter' neu am Canton Post yn 'The Broom Dog' neu Ty yn 'Call of Duty'.

Mae ar Satchmo **ofn** cŵn.

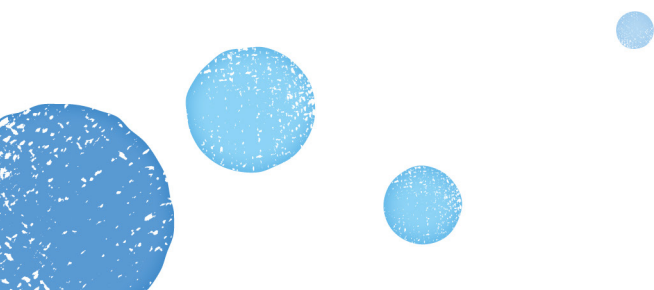
A light blue background featuring faint white line drawings of a car and a person running. The car is on the left, and the person is on the right, running towards the left. The text is overlaid on this background.

'Dechreuodd y cyfan pan gafodd Satchmo ei gnoi. Roedd yn saith oed a'r Rottweiler yn 32 oed, a oedd yn ddigon hen iddo wybod yn well, meddyliodd Satchmo. Roedd y ci wedi cnoi darn allan o gefn coes Satchmo, ac roedd ôl ei ddannedd wedi gadael craith a oedd yn edrych fel wyneb trist. Damwain lwyr oedd hi, rhywbeth na allai neb fod wedi ei ragweld...' (t.123)

Meddylwch am rywbeth sy'n eich dychryn chi.

Beth sy'n codi ofn arnoch chi?

Mae Satchmo yn llunio 'cynllun mawreddog i achub ei fywyd.' Ydych chi'n gallu meddwl am ffyrdd a allai eich helpu chi i oresgyn eich ofnau eich hun? Pa gyngor fydddech chi'n ei roi i rywun oedd ag ofn? Defnyddiwch y syniadau hynny i greu eich cynllun mawreddog eich hun!



Tynnu Coes, Dyna'i Gyd

Yn y stori 'Ookabooka Land', taid Cynthia yw ei harcharwr.

'Nid yn yr ystyr goruwchddynol, ond yn yr ystyr bod rhywbeth anhygoel yn ei gylch. O leiaf i Cynthia.' (t.146)

Ydych chi'n ystyried rhywun yn dipyn o archarwr, fel mae Cynthia yn ystyried ei thaid? Pwy?

A beth, yn eich tyb chi, sy'n ei wneud mor **arbennig**?



Yn y llyfr, rydyn ni'n dysgu mwy am daid Cynthia.

'Jôcs oedd ei archbêr.' (t.146)

Yn eich barn chi, pa rannau oedd fwyaf doniol yn Look Both Ways? Ydych chi wedi darllen unrhyw lyfrau eraill a wnaeth i chi **chwerthin fel peth gwirion?**

Casglwch jôcs gan eich teulu a'ch ffrindiau. Peidiwch ag anghofio cynnwys eich jôcs chi, gan ddewis y jôc fwyaf doniol i chi ei chlywed!



Newidiadau

Mae llawer o newid yn digwydd drwy gydol y llyfr. Ydych chi'n gallu meddwl am rai **enghreifftiau**?

Beth am ystyried rhestr Fatima o bethau sydd wedi newid, a'r pethau sy'n aros yr un fath? Beth sy'n digwydd i daid Cynthia?



Beth am i chi ysgrifennu rhestr o newidiadau fel Fatima?

Gallech feddwl am yr holl bethau sydd wedi newid a'r pethau sydd wedi aros yr un fath wrth i chi gerdded adref o'r ysgol.

'Does dim byd yn newid, Fati. Dim byd mawr, o leiaf.' (t.74)

Ydych chi'n cytuno â mam Fatima? Ydych chi'n gallu meddwl am enghreifftiau o **newid** mawr yn y llyfr? Ydy'r rhain yn teimlo'n **realistig** i chi?

Mae Benni'n mwmian 'Sut ydych chi'n mynd i newid y byd?' (t.77)

Sut fydddech chi'n newid y **byd**? Beth fydddech chi am ei newid fwyaf, a **pham**? Ym mha ffordd fydddech chi'n ei newid?



Cŵn Hosan

Yn y stori 'The Broom Dog', mae gofalwr yr ysgol 'Mr Munch', yn creu **ci cymorth** emosiynol arbennig i Canton.

'Estynnodd Mr Munch i mewn i'r locer a thynnu pen brwsh – y rhan sy'n sgubo – wedi'i dynnu'n rhydd o goes y brwsh. Roedd y blew yn gyrliog a blêr, fel petai Mr Munch wedi bod yn ei ddefnyddio i sgubo'r palmant am ryw ugain mlynedd. Ar un ochr, roedd wedi tynnu llun cylchoedd mawr du, fel llygaid. A siâp hirgrwn gyda phatrwm gêm OXO yn ei ganol. Tybiodd Canton mai ceg oedd hwnnw i fod.' (t.192)

Ydych chi erioed wedi teimlo'n bryderus? Mae trafod eich pryderon yn gallu helpu.

Yn Gwatemala, mae gan blant draddodiad o rannu'u pryderon gyda doliau bach iawn o'r enw doliau pryder neu ddoliau trafferth. Maen nhw wedyn yn eu rhoi o dan obennydd plentyn cyn iddo fynd i gysgu, a'r syniad yw bod y pryderon yn cael eu cipio ymaith yn ystod y nos.



Ydych chi'n gallu gwneud eich **ci hosan** eich hun? Fe fydd arnoch chi angen hen hosan, carpiâu ar gyfer ei stwffio a dwy lygad wirion i'w haddurno.

Mae Canton yn galw'i gi brwsh yn Dusty. Beth wnewch chi alw eich ci hosan?

Beth am roi cynnig ar **sôn** wrth eich ci hosan am rai o'r pethau sy'n gwneud i chi deimlo'n bryderus?

Dyfaluwch Pwy?

Er bod llawer o'r cymeriadau yn Look Both Ways yn ffrindiau gyda phethau'n gyffredin, mae ganddyn nhw eu diddordebau a'u personoliaethau eu hunain hefyd. Ydych chi'n gallu adnabod y cymeriadau **o'r disgrifiadau canlynol?**



Llysenw'r cymeriad hwn yw Say-So. Merch yw'r cymeriad hwn. Mae'r cymeriad hwn wrth ei fodd yn dweud jôcs.

Mae'r cymeriad hwn weithiau'n cael ei adnabod gan ddwy flaenlythyren ei enw. Bachgen yw'r cymeriad hwn. Mae'r cymeriad hwn yn credu bod pobl wedi'u llunio o lwch a dŵr.



Mae'r cymeriad hwn yn teimlo'n drist ac yn flin. Bachgen yw'r cymeriad hwn. Nid yw'r cymeriad hwn yn mynd i Ysgol Ganol Latimer.

Mae'r cymeriad hwn yn fach. Mae angen amddiffyn y cymeriad hwn weithiau. Mae'r cymeriad hwn yn rhannu ysgydwad llaw cudd gyda'i ffrind.



Mae gwallt byr iawn gan y cymeriad hwn. Mae'r cymeriad hwn yn prynu hufen iâ i'w fam. Llysenw'r cymeriad hwn yw Bit.

Mae'r cymeriad hwn wrth ei fodd gyda gemau cyfrifiadurol. Mae'r cymeriad hwn yn derbyn rhosod. Mae'r cymeriad hwn yn ffrind ffyddlon.



Ydych chi'n gallu chwarae'r gêm hon gan ddefnyddio'r hyn rydych chi'n ei wybod am ffrindiau neu deulu?

Ceisiwch weld pa mor dda rydych chi'n adnabod eich gilydd drwy roi gwybodaeth am eu hoff bethau, eu cas bethau a'u diddordebau!

Darllen Pellach

Os gwnaethoch chi fwynhau darllen Look Both Ways, mae'n bosib yr hoffech chi feddwl am ddarllen y llyfrau canlynol.

Os oes gennych chi ddiddordeb mewn mynd **am dro** fel y cymeriadau yn Look Both Ways, beth am roi cynnig ar *Geiriau Diflanedig* gan Robert MacFarlane, Jackie Morris a Mererid Hopwood?

Ceisiwch weld faint o'r creaduriaid a'r planhigion y gallwch chi ddod o hyd iddyn nhw.

Os gwnaethoch chi fwynhau **hiwmor** a chymeriadau od Look Both Ways, efallai y byddech chi'n mwynhau *Fframio* gan Frank Cottrell Boyce hefyd.

Mae wedi'i leoli mewn pentref bach Cymreig o'r enw Manod ac yn adrodd hanes cyfnod pan oedd paentiadau o'r Oriel Genedlaethol dan fygythiad gan lifogydd.

Efallai eich bod chi'n hoffi'r ffordd y daeth cymaint o **straeon gwahanol** ynghyd o dan un prif syniad – pobl yn cerdded adref o'r ysgol?

Os felly, rhowch gynnig ar *Blue Moon Day* gan Anne Fine, sy'n adrodd hanes diwrnod pan mae Sam yn llwyddo i argyhoeddi ei fam ei fod yn rhy sâl i fynd i'r ysgol ac yn darllen casgliad o straeon am gymeriadau mewn ysgolion preswyl, gan ddysgu mwy am ei fywyd ei hun.



Os ydych chi'n hoffi dysgu am **wahanol gymeriadau** a sut maen nhw'n gweld y byd, efallai y gwnewch chi fwynhau *A Kind of Spark* gan Elle McNicoll.

Mae Addie yn 11 oed ac mae'n awyddus i argyhoeddi trigolion ei thref y dylid cael cofeb am y treialon gwrrachod a gynhaliwyd yno. A fydd hi'n gallu perswadio pobl eraill i ddeall ei safbwynt a chael clust i'w llais?

Os ydych chi eisiau darllen llyfr llawn **gwybodaeth**, mae'n bosib y byddwch chi'n cael blas ar *Good News: Why the World is Not as Bad as You Think* gan Rashmi Sirdeshpande.

Weithiau, mae'r newyddion yn gallu teimlo'n llethol ac yn gwneud i ni boeni. Mae'r llyfr hwn yn helpu i ddangos sut i ganolbwyntio ar newyddion cardarnhaol ac yn dangos sut mae newyddion ffug yn gallu peri i ni feddwl bod pethau'n waeth na maen nhw.

