

**Edexcel BTEC Dyfarniad/Tystysgrif  
Lefel Mynediad mewn Sgiliau  
Cynaliadwyedd (Mynediad 3) (FFCCH)**

**Edexcel BTEC Dyfarniad/Tystysgrif  
Lefel 1 mewn Sgiliau Cynaliadwyedd  
(FFCCH)**

**Edexcel BTEC Dyfarniad/Tystysgrif  
Lefel 2 mewn Sgiliau Cynaliadwyedd  
(FFCCH)**

**Manyleb**

BTEC Cymwysterau Arbenigol

I'w addysgu am y tro cyntaf o fis Medi 2010

Translated by: Steffan Alun  
Proofread by: Catrin Alun

# Cynnwys

---

<b>Unedau Mynediad 3</b>	<b>1</b>
Uned 1: Prosiect mewn Cynaliadwyedd	3
Uned 2: Byw'n Iach	7
Uned 3: Ein Hamgylchedd a Chynaliadwyedd	11
Uned 4: Siopa a Rheoli Gwastraff	15
Uned 5: Datblygu'r Hunan	19
Uned 6: Rheoli Perthnasoedd Cymdeithasol	23
Uned 7: Gweithio mewn Tîm	27
Uned 8: Gweithio Tuag at Nodau	31
Uned 9: Delio â Phroblemau mewn Bywyd Bob Dydd	35
Uned 10: Hawliau a Chyfrifoldebau Unigol	39
Uned 11: Gweithredu Cymunedol	43
<b>Unedau Lefel 1</b>	<b>47</b>
Uned 12: Prosiect ym maes Cynaliadwyedd	49
Uned 13: Byw yn Iach	53
Uned 14: Ffyrdd Iach o Fyw	57
Uned 15: Adeiladau Cynaliadwy	61
Uned 16: Prynu a Rheoli Gwastraff	65
Uned 17: Deall Hunaniaeth Personol	69
Uned 18: Perthnasoedd Personol a Chymdeithasol	73
Uned 19: Archwilio Effaith Amrywiaeth yn ein Cymunedau	77
Uned 20: Gweithio mewn Tîm	81
Uned 21: Gweithio Tuag at Nodau	85
Uned 22: Delio â Phroblemau mewn Bywyd Bob Dydd	89
Uned 23: Hawliau a Chyfrifoldebau Unigol	93
Uned 24: Gweithredu Cymunedol	97
Uned 25: Hawliau a Chyfrifoldebau yn Ddinesydd mewn Democratiaeth	101
Uned 26: Natur Newidiol Cymdeithas yn y Deyrnas Unedig	105
Uned 27: Rôl y Deyrnas Unedig mewn Sefydliadau Byd-eang	109
Uned 28: Datblygu Sgiliau Personol ar gyfer Arweinyddiaeth	113
Uned 29: Ymarfer Sgiliau Arweinyddiaeth gydag Eraill	117

<b>Unedau Lefel 2</b>	<b>121</b>
Uned 30: Prosiect mewn Cynaliadwyedd	123
Uned 31: Ffyrdd Iach o Fyw	127
Uned 32: Adeiladau Cynaliadwy	131
Uned 33: Caffael a Rheoli Gwastraff	135
Uned 34: Deall Hunaniaeth Personol	139
Uned 35: Perthnasoedd Personol a Chymdeithasol	143
Uned 36: Archwilio Effaith Amrywiaeth yn ein Cymunedau	147
Uned 37: Gweithio mewn Tîm	151
Uned 38: Dysgu gan Bobl Fwy Profiadol	155
Uned 39: Hawliau a Chyfrifoldebau Dinesydd mewn Democratiaeth	157
Uned 40: Natur Newidiol Cymdeithas yn y Deyrnas Unedig	161
Uned 41: Dinasyddiaeth Fyd-eang	165
Uned 42: Datblygu Sgiliau Personol ar gyfer Arweinyddiaeth	169
Uned 43: Ymarfer Sgiliau Arweinyddiaeth gydag Eraill	173

# **Unedau Mynediad 3**



**Uned 1: Prosiect mewn Cynaliadwyedd****Cod yr uned: D/601/3156****Lefel FFCH: Mynediad 3****Gwerth Credydau: 3**

---

**Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn caniatáu i ddysgwyr ymgymryd â phrosiect ymarferol a fydd yn cynyddu eu hymwybyddiaeth o gynaliadwyedd mewn perthynas â'u man astudio.

**Cyflwyniad yr uned**

Trwy wneud yr uned hon, bydd dysgwyr yn cael y cyfle i ddechrau astudio pob agwedd ar gynaliadwyedd yn fanwl, ac yna archwilio prif faes pwnc o ddiddordeb iddynt mewn perthynas â'u man astudio. Bydd dysgwyr yn dewis pwnc o blith yr wyth porth thema cynaliadwyedd.

Bydd gan ddysgwyr gyfle i ddatblygu sgiliau rheoli prosiect drwy weithredu eu prosiectau cynaliadwyedd. Gall dysgwyr ddatblygu sgiliau sylfaenol wrth ddethol tystiolaeth berthnasol a gwrthod gwybodaeth ragfarnllyd neu amherthnasol wrth ymchwilio gwybodaeth ar gyfer eu prosiectau. Gall dysgwyr hefyd ddatblygu sgiliau wrth drin a chyflwyno gwybodaeth.

Dylai dysgwyr gael y cyfle i ymchwilio i'r datblygiadau diweddaraf mewn cynaliadwyedd, deddfwriaeth, protocolau a chytundebau rhyngwladol sy'n amserol adeg astudio.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gallu cynllunio prosiect i hyrwyddo cynaliadwyedd yn eu man astudio	1.1 nodi prosiect addas 1.2 cynllunio gweithgareddau o fewn terfynau amser a roddir 1.3 nodi risgiau posibl
2 Gallu i ymgymryd â phrosiect cynaliadwyedd ymarferol	2.1 ymgymryd â'r prosiect a ddewisir
3 Gallu cyflwyno canlyniadau prosiect cynaliadwyedd	3.1 rhestru canlyniadau'r prosiect cynaliadwyedd 3.2 gwneud argymhelliad
4 Gallu myfyrio ar y prosiect cynaliadwyedd	4.1 myfyrio ar sut mae'r prosiect yn cyflawni ei amcanion 4.2 rhestru cryfderau a meysydd i'w gwella



## Cynnwys yr uned

---

### 1 **Gallu cynllunio prosiect i hyrwyddo cynaliadwyedd yn eu man astudio**

*Prosiect:* dewis o brosiect cynaliadwyedd o blith wyth porth e.e. bwyd a diod, ynni a dŵr, teithio a thrafnidiaeth, prynu a gwastraff, adeiladau a thiroedd, cynhwysiant a chyfranogiad, lles lleol, dimensiwn byd-eang

*Cynllun:* amcanion; cytuno ar weithgareddau i linellau amser a roddir

*Risgiau:* nodi risgiau e.e. risgiau perthnasol a nodwyd, asesiadau risg priodol, iechyd a diogelwch, Cyfarpar Diogelu Personol cywir (PPE)

### 2 **Gallu ymgymryd â phrosiect cynaliadwyedd ymarferol**

*Prosiect:* gweithredu; gweithrediadau; iechyd a diogelwch; cyfathrebu

### 3 **Gallu cyflwyno canlyniadau prosiect cynaliadwyedd.**

*Canlyniadau:* cofnodi; adrodd canlyniadau; canlyniadau

*Argymhelliad:* llunio argymhelliad yn seiliedig ar ganlyniadau prosiect

### 4 **Gallu myfyrio ar y prosiect cynaliadwyedd**

*Amcanion:* sut mae'r prosiect yn bodloni'r nodau a'r amcanion gwreiddiol

*Cryfderau a meysydd i'w gwella:* eu perfformiad eu hunain; beth aeth yn dda; beth allai fod wedi'i wella



## **Uned 2: Byw'n Iach**

**Cod Uned: T/502/0460**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw cyflwyno dysgwyr i ffyrdd y gallant gyfrannu at ffordd iach o fyw, a'u hannog i arddangos gweithgareddau a fydd yn gwella eu ffordd eu hunain o fyw.

### **Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i ddeall beth sydd ei angen a'r cyfraniadau y gallant ei wneud i fyw bywyd iach. Mae byw'n iach yn hanfodol i les corfforol, cymdeithasol a meddyliol pob bod dynol. Mae cryn bryder gan lywodraethau a sefydliadau ledled y byd bod llawer o bobl yn y gymdeithas fodern yn byw ffyrdd o fyw sy'n niweidiol i'w hiechyd. Felly, mae'n hanfodol bod dysgwyr yn ymwybodol o bwysigrwydd ffordd iach o fyw a ffyrdd syml y gallant wella eu hiechyd eu hunain.

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn archwilio materion sy'n effeithio ar iechyd personol, gan gynnwys diet cytbwys, hylendid personol, diogelwch personol, ymarfer corff a gorffwys. Fe'u hannogir i archwilio'u gweithgareddau dyddiol eu hunain ac i arddangos ffyrdd ymarferol y gallant gyfrannu at eu ffordd eu hunain o fyw'n iach.

Arweinir a chefnogir dysgwyr wrth ddewis a chynnal gweithgareddau byw'n iach ac wrth ddisgrifio'r effaith a gaiff hyn ar iechyd eu ffordd eu hunain o fyw.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygu datblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr. Byddant yn datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth a fydd yn eu helpu i wneud dewisiadau, i gael gwybodaeth neu gymorth priodol ac i gynllunio eu gweithgareddau byw'n iach eu hunain yn y dyfodol ac i annog dewisiadau deallus iddynt eu hunain ac i'r rhai sy'n agos atynt.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall yr hyn sydd ei angen i arwain ffordd iach o fyw	1.1 disgrifio'r hyn y gallant ei wneud i gyfrannu at ffordd iach o fyw 1.2 dewis gweithgareddau priodol all wella'u ffordd o fyw
2 Arddangos sut maent yn cyfrannu at eu ffordd iach o fyw eu hunain	2.1 cynnal gweithgareddau i gyfrannu at ffordd iach o fyw 2.2 disgrifio sut y mae'r gweithgareddau wedi gwella eu ffordd o fyw

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall yr hyn sydd ei angen i arwain ffordd iach o fyw

*Dewisiadau byw'n iach:* diet cytbwys e.e. manteision bwyta ffrwythau a llysiau, peryglon bwyd sothach, dosbarthu bwydydd gan ddefnyddio system goleuadau traffig, edrych ar bryd nodweddiadol o fwyd a'i newid i'w wneud yn fwy iach, bwydydd hwyliau a sut y maent yn effeithio ar hwyliau ac yn gwella cynhyrchiant neu allu; ymarfer corff a gorffwys e.e. cymharu oriau o gwsg a gymerir gan unigolion gwahanol, nodi mathau a symiau o ymarfer corff a wneir mewn wythnos a chymharu â chanllawiau awdurdodau iechyd; hylendid personol e.e. cynllunio arferion golchi dwylo, nodi arferion hylendid deintyddol addas; diogelwch personol e.e. defnyddio cludiant cyhoeddus yn ddiogel e.e. tacsis, diogelwch ar y ffyrdd; cadw manylion personol yn ddiogel; dweud wrth rywun ble rydych yn mynd a phryd y byddwch yn ôl; cymryd cyfrifoldeb dros eich dewisiadau ffordd o fyw eich hun e.e. peidio ag ysmegu neu gymryd cyffuriau er bod eich ffrindiau'n gwneud; sut i gael help a gwybodaeth am fyw'n iach e.e. meddyg, deintydd, gofalwr, athro

*Dewis gweithgareddau priodol:* gan ystyried gweithgareddau ac iechyd presennol e.e. hanes meddygol, unrhyw anabledau neu salwch; dod o hyd i weithgareddau realistig e.e. faint o amser y byddant yn cymryd, faint byddant yn ei gostio, a oes angen cymorth i'w cyflawni; creu cynllun syml; cynnwys iechyd a lles mewn gweithgareddau bob dydd

### 2 Arddangos sut maent yn cyfrannu at eu ffordd iach o fyw eu hunain

*Cyflawni gweithgareddau:* gweithgareddau priodol e.e. cynllunio a mynychu gweithgareddau chwaraeon ac ymarfer corff am gyfnod penodol; cynllunio a pharatoi prydau bwyd iach am ddiwrnod; cadw at gynllun; cael help gyda chynnal gweithgareddau byw'n iach e.e. teulu, ffrindiau, athro

*Disgrifio gwelliannau i ffordd o fyw:* ffyrdd syml o ddangos sut mae'r gweithgareddau wedi gwella eu ffordd o fyw eu hunain e.e. ar ôl cyfnwid ffrwyth yn lle byrbrydau sy'n uchel mewn siwgr neu gerdded i dŷ ffrind yn hytrach na chael lifft, manteision ychwanegol bod y tu allan, gallu edrych ar yr amgylchedd a nodi newidiadau tymhorol



## **Uned 3: Ein Hamgylchedd a Chynaliadwyedd**

**Cod yr uned: K/601/3158**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn galluogi dysgwyr i ymchwilio i'r cysyniad o gynaliadwyedd, sut mae'n helpu ein hamgylchedd a'i ddefnydd ar gyfer adeiladau.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae ein byd yn newid. Mae hyn wedi cael ei briodoli i weithgaredd dynol, sef llosgi tanwydd ffosil sy'n creu carbon deuocsid. Mae'r nwy hwn yn achosi i belydrau'r haul gynhesu ein hatmosffer drwy ddal gwres a adlewyrchir, sef ystyr y term 'cynhesu byd-eang'. Nid yw'r effaith yn gyfyngedig i un rhan o'r ddaear yn unig.

Er mwyn gwarchod adnoddau'r ddaear, ac i leihau effeithiau cynhesu byd-eang, rydym wedi datblygu technoleg cynaliadwyedd. Gellir defnyddio cynaliadwyedd mewn bywyd bob dydd, fel teithio i'r gwaith, defnyddio ynni i oleu'r swyddfa, dychwelyd adref a chynnau'r gwres. Yn ei hanfod, cynaliadwyedd yw'r dulliau a'r prosesau a ddefnyddir i leihau ein dibyniaeth ar danwydd ffosil, ac felly ar eu llosgi gan ryddhau carbon deuocsid.

Defnyddir cynaliadwyedd i warchod anghenion ein plant yn y dyfodol ac i ddiogelu adnoddau gwerthfawr y ddaear. Mae'r adnoddau hyn yn gyfyngedig, ac unwaith y byddant wedi cael eu defnyddio, ni fydd mwy yn eu lle.

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn archwilio pam mae cynaliadwyedd yn bwysig i'r ddaear a'r rhai sy'n byw arni, a sut mae cynaliadwyedd yn helpu i ddiogelu ein hamgylchedd. Bydd yr uned yn helpu dysgwyr i werthfawrogi'r ymdrechion a ddefnyddir ar hyn o bryd i leihau effaith andwyol gweithgaredd dynol ar y byd.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>		<b>Meini Prawf Asesu</b>	
		<b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>	
1	Gwybod pam mae cynaliadwyedd yn bwysig	1.1	amlinellu effeithiau cynhesu byd-eang
		1.2	rhoi enghreifftiau o ystyr cynaliadwyedd
2	Gwybod sut mae cynaliadwyedd yn diwallu ein hanghenion	2.1	datgan sut mae cynaliadwyedd yn helpu ein hamgylchedd
		2.2	rhoi ffyrdd y gall adeilad fod yn gynaliadwy i ddiwallu ein hanghenion



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod pam mae cynaliadwyedd yn bwysig

*Cynhesu byd-eang:* adnoddau cyfyngedig (olew, nwy, glo); defnyddio tanwydd ffosil a chanlyniadau hynny

*Effeithiau cynhesu byd-eang:* effeithiau e.e. iâ'n toddi, lefelau'r môr yn codi, llifogydd lleol, newid yn yr hinsawdd, colli bioamrywiaeth, colli amaethyddiaeth, newyn

*Cynaliadwyedd:* cysyniad e.e. lleihau ynni, bylbiau golau ynni isel, gwresogi solar, troi thermostatau i lawr, offer wrth gefn, cynyddu lefelau inswleiddio, cludiant, seilwaith; ffynonellau ynni amgen (tonnau, gwynt, solar)

### 2 Gwybod sut mae cynaliadwyedd yn diwallu ein hanghenion

*Yr amgylchedd:* anghenion e.e. anghenion cenedlaethau'r dyfodol, ynni, hinsawdd, trafndiaeth, tir, cymunedau cynaliadwy, mannau gwyrdd, biliau ynni isel, aer glanach, lleihau llygredd, llai o wastraff, ailaddysgu, rhwydweithiau trafndiaeth dinesig, ffynonellau ynni adnewyddadwy, ailgylchu, gwastraff, pecynnu

*Adeiladau:* anghenion e.e. tai, cartrefi fforddiadwy, deunyddiau, deunyddiau adeiladu adnewyddadwy, deunyddiau adeiladu naturiol

Anghenion: eraill e.e. lleihau costau, cynhesrwydd, adeiladau sy'n gost-effeithiol, wedi'i awyru'n dda, digon o oleuadau



**Uned 4: Siopa a Rheoli Gwastraff****Cod Uned: T/601/3163****Lefel FFCCH: Mynediad 3****Gwerth Credydau: 1****Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn datblygu ymwybyddiaeth dysgwyr o gynaliadwyedd o ran penderfyniadau prynu a rheoli gwastraff, yn bennaf mewn perthynas â'u man astudio.

**Cyflwyniad yr uned**

Mae'r cyfryngau'n aml yn cynnwys erthyglau am faterion sy'n ymwneud â siopa moesegol a chynaliadwy, cynhyrchu gormod o wastraff a phroblemau gwaredu gwastraff. Mewn llawer o achosion, mae cyhoeddusrwydd yn canolbwyntio ar broblemau byd-eang a chynigion ar gyfer atebion ar raddfa fawr. Fodd bynnag, gall nifer fawr o benderfyniadau bach gan unigolion wneud cyfraniad mawr at ddatblygu cymdeithas gynaliadwy yn y tymor hir.

Drwy astudio'r uned hon, anogir dysgwyr i ymchwilio – ar lefel bersonol – i'r camau bach y gellir eu gwneud gan unigolion i siopa a rheoli gwastraff mewn ffordd sy'n cyfrannu at gymdeithas gynaliadwy.

Mae'r uned wedi'i dylunio i annog dysgwyr i wneud cyfraniadau ymarferol at gynaliadwyedd, yn bennaf mewn perthynas â'u man astudio, trwy wneud dewisiadau ystyriol o ran siopa a rheoli gwastraff.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>		<b>Meini Prawf Asesu</b>	
		<b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>	
1	Gwybod y diffiniad o siopa cynaliadwy personol	1.1	rhestru enghreifftiau o siopa personol cynaliadwy
2	Gwybod y gellir lleihau, aildddefnyddio, ailgylchu neu gompostio gwastraff	2.1	nodi gwastraff y gellir ei leihau wrth siopa
		2.2	nodi gwastraff y gellir ei aildddefnyddio
		2.3	nodi gwastraff y gellir ei ailgylchu
		2.4	nodi gwastraff y gellir ei gompostio
3	Gallu defnyddio eu dealltwriaeth o reoli gwastraff mewn sefyllfa ymarferol	3.1	cynnal ymarfer rheoli gwastraff i fodloni amcanion a roddwyd
4	Gallu nodi cyfleusterau ar gyfer rheoli gwastraff yn gynaliadwy	4.1	dangos lle gellir dod o hyd i gyfleusterau rheoli gwastraff cynaliadwy yn yr ardal leol

## Cynnwys yr uned

---

### 1 **Gwybod y diffiniad o siopa cynaliadwy personol**

*Siopa cynaliadwy personol:* diffiniad o gynaliadwyedd e.e. Llywodraeth y DU – datblygiad sy'n diwallu anghenion y presennol heb beryglu gallu cenedlaethau'r dyfodol i ddiwallu eu hanghenion eu hunain; diffinio cynaliadwyedd gan ddefnyddio enghreifftiau addas e.e. tarddiad nwyddau, pecynnu, defnyddio ynni, prynu gormod, amodau gwaith a chyflog teg, cyrchu lleol

### 2 **Gwybod y gellir lleihau, aildddefnyddio, ailgylchu neu gompostio gwastraff**

*Lleihau:* lleihau gwastraff e.e. llai o becynnu, peidio â gor-brynu

*Aildddefnyddio:* at y diben gwreiddiol e.e. poteli llaeth, cynwysyddion y gellir eu haildddefnyddio, bagiau siopa y gellir eu haildddefnyddio, nwyddau defnyddwyr; aildddefnyddio at ddiben gwahanol e.e. cynhwysydd bwyd fel cynhwysydd storio

*Ailgylchu:* ailgylchu gwastraff e.e. gwydr, plastig, papur, cardbord

*Compostio:* cydymffurfio â deddfwriaeth gyfredol; mathau o wastraff priodol e.e. gwastraff planhigion; dulliau a thechnegau compostio e.e. ar raddfa fach, fasnachol

### 3 **Gallu defnyddio eu dealltwriaeth o reoli gwastraff mewn sefyllfa ymarferol**

*Ymarfer rheoli gwastraff:* senario ymarferol e.e. didoli gwastraff i mewn i ffrydiau gwastraff priodol, compostio, dod o hyd i gyfleoedd i aildddefnyddio gwastraff; iechyd a diogelwch; Cyfarpar Diogelu Personol (PPE); deddfwriaeth briodol e.e. Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith (1974), Deddf Diogelu'r Amgylchedd (1990)

### 4 **Gallu nodi cyfleusterau ar gyfer rheoli gwastraff yn gynaliadwy**

*Cyfleusterau rheoli gwastraff:* pwyntiau ailgylchu; biniau gwastraff; arall e.e. pwyntiau compostio, cyfleoedd ar gyfer aildddefnyddio deunyddiau/nwyddau, gwastraff peryglus, gwastraff offer trydanol ac electronig



## **Uned 5: Datblygu'r Hunan**

**Cod yr uned: M/502/0456**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 2**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw cyflwyno'r dysgwyr i'r ffyrdd y gallant fyfyrto ar eu datblygiad personol eu hunain a sut y gellir gwella'u sgiliau, eu galluedd a'u hymddygiad personol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Yn yr uned hon bydd dysgwyr, gydag arweiniad, yn cyflawni hunan-ddadansoddiad o gryfderau, galluedd ac ymddygiad ac yn ystyried sut y mae'r rhain yn cyfrannu at eu cyflawniadau. Bydd hyn yn helpu dysgwyr i ddeall sut y gall datblygiad personol fod o fudd iddynt mewn addysg, cyflogaeth a bywyd yn gyffredinol.

Mae myfyrto ar ddatblygiad personol yn gofyn i ddysgwyr fynd i'r afael â gwendidau canfyddedig a llunio mecanweithiau a strategaethau ymdopi gydag arweiniad i'w goresgyn drwy weithgareddau priodol. Ar ôl cynnal y gweithgareddau, bydd dysgwyr yn adolygu eu cynnydd eu hunain ac yn gwneud penderfyniadau am sut i barhau â hunanddatblygiad.

Mae goresgyn problemau penodol yn arwain at fwy o hunanhyder a hunan-barch ac yn rhoi mecanweithiau i unigolion ymdopi gyda heriau hyd yn oed mwy yn y dyfodol.

Mae'r uned yn dechrau gyda dysgwyr yn cydnabod cryfder neu allu personol a disgrifio maes y mae arnynt angen ei ddatblygu.

Mae dysgwyr wedyn yn datblygu un sgil, gallu neu ymddygiad y maent wedi'i gydnabod bod ei angen arnynt. Bydd dysgwyr yn gosod targed hunanddatblygiad ac yn gweithio trwy weithgareddau a gynlluniwyd i gyflawni eu nod.

Yn olaf, bydd dysgwyr yn adolygu eu cynnydd wrth ddatblygu eu hunain ac yn myfyrto ar un agwedd a oedd yn llwyddiannus ac un maes a oedd yn llai llwyddiannus. Gydag arweiniad, bydd dysgwyr yn ystyried sut y gallent barhau â'u hunanddatblygiad.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall sut i nodi meysydd ar gyfer hunanddatblygiad	1.1 disgrifio cryfder neu allu personol 1.2 nodi maes ar gyfer hunanddatblygiad 1.3 disgrifio sgil neu ymddygiad personol sydd ei angen arnynt i ddatblygu
2 Deall sut i gymryd cyfrifoldeb am eu hunanddatblygiad	2.1 disgrifio sut y byddant yn datblygu eu sgil neu ymddygiad personol 2.2 awgrymu targed addas i weithio tuag ato a chytuno arno gyda pherson priodol 2.3 nodi'r gefnogaeth a'r adnoddau angenrheidiol i'w helpu i weithio tuag at y targed y cytunwyd arno 2.4 gweithio drwy weithgareddau i ddatblygu'r sgil neu ymddygiad y cytunwyd arno
3 Gallu dangos sut y maent wedi datblygu sgiliau personol	3.1 adolygu'r cynnydd a wnaed ganddynt 3.2 adolygu beth oedd yn dda a'r hyn nad oedd cystal 3.3 gwneud dewisiadau am sut y byddant yn parhau i ddatblygu eu sgiliau personol



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall sut i nodi meysydd ar gyfer hunanddatblygiad

*Cryfderau a galluoedd personol:* sgiliau cyfathrebu e.e. siarad yn glir, defnyddio mwy nag un iaith, sgiliau cymdeithasol, gwrandäwr da; sgiliau ymarferol e.e. coginio'n dda, arlunio'n dda, sgiliau TG, da gydag anifeiliaid; rhinweddau personol e.e. dibynadwy, prydlon, parod, hyderus, amyneddgar, cyfeillgar, cymwynasgar, dyfal.

*Dadansoddi cryfderau a gwendidau personol:* technegau e.e. hunanddadansoddiad, trafodaeth gyda thiwtoriaid, cyflogwyr, rheolwyr llinell neu gyfoedion i nodi meysydd ar gyfer hunanddatblygiad.

### 2 Deall sut i gymryd cyfrifoldeb am eu hunanddatblygiad

*Hunanddatblygu:* gosod targedau e.e. nod cyraeddadwy, targed clir, gwybod disgwyliadau personol; gwybod beth sy'n angenrheidiol i gyflawni'r targed e.e. adnoddau a chefnogaeth, gwybod yr holl weithgareddau gofynnol, cofnodi cynnydd.

### 3 Gallu dangos sut y maent wedi datblygu sgiliau personol

*Adolygu datblygiad:* ffyrdd o adolygu e.e. myfyrio ar gofnod, ystyried cynnydd cyffredinol, adolygu llwyddiannau, nodi meysydd llai llwyddiannus; gweithio gyda phobl a chymunedau gwahanol e.e. eglwys, clwb ieuenctid, meddygfa, siopau lleol, gartref gyda theulu, ffrindiau a chymdogion; penderfynu ar ffyrdd o barhau i ddatblygu sgiliau personol e.e. ymarfer, nodi meysydd llai llwyddiannus, hyfforddiant pellach.



## **Uned 6: Rheoli Perthnasoedd Cymdeithasol**

**Cod Uned: T/502/0457**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 2**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw annog dysgwyr i ddefnyddio ymddygiad priodol wrth ryngweithio ag eraill mewn sefyllfaoedd cymdeithasol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Bydd yr uned hon yn rhoi dealltwriaeth i ddysgwyr o sut i ryngweithio ag eraill mewn sefyllfaoedd cymdeithasol cyfarwydd. Mae perthnasoedd cymdeithasol yn nodwedd o gymdeithas ddynol o fabandod hyd ddiwedd eu hoes.

Mae dysgu sut i reoli cydberthnasoedd cymdeithasol yn sgîl ganolog i wneud y gorau o addysg, gwaith, bywyd personol a gweithgareddau hamdden. Felly, os bydd unigolion yn dysgu deall a gwella eu rhyngweithio cymdeithasol gyda phobl eraill, gall hyn gael effeithiau buddiol ym mhob agwedd a phob cyfnod o'u bywydau a chynyddu eu sgiliau dylanwadu.

Yn yr uned hon bydd dysgwyr yn cael cymorth i nodi gwahanol fathau o sefyllfaoedd cymdeithasol sy'n rhan o fywyd bob dydd – er enghraifft y cartref, hamdden, addysg a gwaith. Fe'u hanogir i fynegi eu barn eu hunain gan barchu barn pobl eraill ac ymarfer rhai o'r ymddygiadau cadarnhaol y gellir eu defnyddio i wella arferion cymdeithasol gan gynnwys moesau, tîm y llais a sgiliau gwrando.

Bydd cyfle i ddysgwyr arddangos y sgiliau y maent wedi'u dysgu trwy eu defnyddio mewn sefyllfa gydag un neu fwy o bobl.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr. Fe'u cefnogir i ddatblygu'r sgiliau a'r ddealltwriaeth sydd eu hangen arnynt i reoli eu cydberthnasoedd cymdeithasol eu hunain mewn sefyllfaoedd cyfarwydd yn y dyfodol.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall sut i rhyngweithio ag eraill mewn sefyllfaoedd cymdeithasol cyfarwydd	1.1 nodi sefyllfaoedd lle gallai fod arnynt angen rhyngweithio ag eraill 1.2 nodi ymddygiad cadarnhaol y gellir ei ddefnyddio wrth rhyngweithio ag eraill
2 Dangos sut i rhyngweithio ag eraill mewn sefyllfaoedd cymdeithasol cyfarwydd	2.1 cymryd rhan mewn sefyllfa gydag un neu fwy o bobl am bwnc y mae ganddo/ganddi ddiddordeb ynddo. 2.2 defnyddio ymddygiad cadarnhaol priodol wrth gymryd rhan yn y sefyllfa. 2.3 gwneud cyfraniadau priodol 2.4 mynegi barn a pharchu barn eraill

## Cynnwys yr uned

---

### 1 **Deall sut i ryngweithio ag eraill mewn sefyllfaoedd cymdeithasol cyfarwydd**

*Sefyllfaoedd cymdeithasol:* cydnabod amrywiaeth o sefyllfaoedd cymdeithasol cyfarwydd e.e. cartref, lleoliad addysgol, sefyllfa gwaith, adloniant a hamdden; delio â phobl gyfarwydd a chwrdd â phobl newydd; sefyllfaoedd un-i-un a sefyllfaoedd grŵp.

*Ymddygiad cadarnhaol:* mathau e.e. cyfarchion priodol, moesau a bod yn gwrtais, cynnal sgwrs dwy ffordd, sgiliau gwranddo e.e. peidio â thorri ar draws, nodio i ddangos sylw, tôn y llais, cyswllt llygad, gadael, ymddygiad priodol ar gyfer sefyllfaoedd cymdeithasol gwahanol e.e. iaith dderbyniol, ffurfioldeb y cyfarch, gadael digon o le rhyngoch chi a'r person arall, pryd a sut i gyflwyno pwynt.

### 2 **Dangos sut i ryngweithio ag eraill mewn sefyllfaoedd cymdeithasol cyfarwydd**

*Rhyngweithio mewn sefyllfaoedd cymdeithasol:* cymryd rhan weithredol mewn sefyllfa gymdeithasol e.e. cael sgwrs gyda'r tiwtor ynghylch eu cynnydd eu hunain, trafod pwnc yn y newyddion ar hyn o bryd gyda chyfoedion, gofyn am gymorth a chyngor mewn siop; ymarfer sgiliau ar gyfer rhyngweithio cymdeithasol e.e. dewis pwnc sydd o ddiddordeb, gwneud cyfraniadau priodol, gofyn ac ateb cwestiynau, mynegi barn, bod yn sensitif i farn a safbwyntiau pobl eraill.



## **Uned 7: Gweithio mewn Tîm**

**Cod Uned:** F/501/6332

**Lefel FFCCH:** Mynediad 3

**Gwerth credyd:** 3

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu'r dysgwr i ddeall sut i weithio fel aelod o dîm. Bydd dysgwyr yn ystyried eu cryfderau eu hunain ac yn eu defnyddio mewn tasg tîm gydag arweiniad.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r gallu i weithio fel rhan o dîm yn cael ei ystyried yn eang fel mantais i sicrhau'r canlyniad gorau ar gyfer nodau cynaliadwyedd. Nod yr uned hon yw helpu'r dysgwr i ddeall sut i weithio fel aelod o dîm. Bydd dysgwyr yn dysgu'r rheolau ar gyfer gwaith tîm effeithiol. Byddant yn ystyried eu cryfderau a'u diddordebau eu hunain a'r hyn y gallant ei wneud yn dda, ac yn eu defnyddio mewn tasg tîm gydag arweiniad. Trwy gymryd rhan mewn tasg tîm, bydd dysgwyr yn dod i ddeall eu rôl mewn tîm a sut i ryngweithio'n briodol ag aelodau eraill o'r tîm. Byddant yn penderfynu pa mor dda maent yn gallu gweithio mewn tîm ac yn ystyried lle y gellid gwella'u sgiliau gwaith tîm.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos ei fod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am weithio mewn tîm	1.1 nodi rheolau allweddol ar gyfer gwaith tîm effeithiol 1.2 nodi sgiliau y mae eu hangen ar unigolion ar gyfer gwaith tîm effeithiol
2 Gwybod sut i baru eu cryfderau a'u diddordebau mewn tasg tîm	2.1 gydag arweiniad, nodi rhai agweddau o dasg tîm penodol y maent yn credu y gallent ei wneud yn dda, ar sail eu cryfderau a'u diddordebau
3 Gwybod beth yw eu rôl a'u cyfrifoldebau unigol mewn perthynas â thasg tîm	3.1 nodi'r hyn y mae'r tîm yn gweithio i'w gyflawni yn y dasg tîm 3.2 nodi eu rôl a'u cyfrifoldebau eu hunain yn y dasg
4 Gwybod sut i weithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm	4.1 gwrandao ar syniadau ac awgrymiadau aelodau eraill o'r tîm heb dorri ar eu traws 4.2 rhoi eu syniadau a'u hawgrymiadau eu hunain pan ofynnir iddynt wneud hynny 4.3 cynnig cymorth i aelodau eraill o'r tîm pan ofynnir iddynt wneud hynny 4.4 dilyn cyfarwyddiadau i gwblhau agweddau ar y dasg a ddyrannwyd iddynt
5 Deall eu perfformiad fel aelod o dîm	5.1 nodi meysydd lle maent yn gweithio'n dda fel aelod o dîm 5.2 nodi meysydd lle y gallent wella'u gallu i weithio fel rhan o dîm



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod am weithio mewn tîm

*Rheolau gweithio mewn tîm:* dylai pob aelod gyfrannu; gwrandao ar farn pob aelod o'r tîm; ymgynghori ag aelodau eraill o'r tîm; gwneud penderfyniadau fel grŵp; dilyn penderfyniadau grŵp.

*Sgiliau gweithio mewn tîm unigol:* e.e. bod yn wrandawr da, meddu ar sgiliau ymarferol, bod yn ystyriol o farn pobl eraill, gallu gweithio'n effeithiol gydag eraill, bod yn anhunanol, bod yn ddibynadwy, bod yn gwrtais, bod yn brydlon.

### 2 Gwybod sut i baru eu cryfderau a'u diddordebau mewn tasg tîm

*Paru cryfderau a diddordebau unigol i dasgau:* e.e. gallai'r gallu i goginio'n dda gyfateb i wneud bisgedi ar gyfer bore coffi i godi arian ar gyfer elusen, gallai sgiliau cyfathrebu da gyfateb i roi cyflwyniad ar waith y tîm yn cyflawni rhai agweddau ar gynaliadwyedd.

### 3 Gwybod beth yw eu rôl a'u cyfrifoldebau unigol mewn perthynas â thasg tîm

*Beth mae'r tîm yn gweithio i'w gyflawni:* e.e. paratoi arddangosfa ar gyfer cynhadledd cymuned, gweithle neu goleg am gynaliadwyedd, rhoi cyflwyniad ar les yn y gwaith, cynnal stondin gremgog i godi arian ar gyfer elusen plant lleol.

*Rôl a chyfrifoldebau mewn perthynas â thasg tîm:* e.e. gwneud dau boster ar gyfer arddangosfa'r tîm erbyn diwedd yr wythnos nesaf, eu hargraffu a rhwymo deg copi o'r nodiadau cyn cyflwyniad y tîm fore Llun, prynu peint o laeth hufen llawn a chwech wy mawr i werthu cremgog a chofio dod â hwy ddydd Mawrth.

### 4 Gwybod sut i weithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm

*Gwrandao ar syniadau ac awgrymiadau pobl eraill:* caniatáu i aelodau eraill y tîm gynnig eu syniadau a'u hawgrymiadau heb dorri ar eu traws; gwrandao'n ofalus ar syniadau ac awgrymiadau aelodau eraill o'r tîm; gwneud awgrymiadau eraill os ydynt yn briodol.

*Cynnig syniadau neu awgrymiadau eu hunain:* e.e. ymateb yn briodol i gwestiwn gan aelod o'r tîm, awgrymu ateb i broblem sy'n wynebu'r tîm, awgrymu ffordd well o wneud rhywbeth.

*Cynnig help i aelodau eraill o'r tîm:* e.e. cynnig dangos sut i wneud rhywbeth i aelod o'r tîm, cynnig helpu aelod arall o'r tîm sydd ar ei hôl hi gyda'i dasg.

*Dilyn cyfarwyddiadau:* e.e. ysgrifenedig, ar lafar.

*Cwblhau tasg eu hunain:* e.e. cwblhau pob agwedd ar y dasg, cwblhau'r dasg ar amser, cwblhau'r dasg i safon foddhaol.

## 5 Deall eu perfformiad fel aelod o dîm

*Perfformiad effeithiol fel aelod o dîm:* e.e. cwblhau tasgau heb gymorth, cwblhau tasgau ar amser, cwblhau tasgau'n llwyddiannus, wedi helpu aelodau eraill o'r tîm, wedi derbyn help neu arweiniad gan aelodau eraill y tîm.

*Meysydd i'w gwella:* e.e. bod yn amyneddgar gydag aelodau eraill y tîm, gofyn am gymorth pan fo angen, gwirio'r amser a ddyrennir ar gyfer y dasg tîm.

## **Uned 8: Gweithio Tuag at Nodau**

**Cod yr uned: D/502/0453**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu'r dysgwyr i ddeall sut i adnabod a gweithio tuag at nodau'n briodol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i archwilio eu cryfderau a'u gwendidau o ran datblygu sgiliau personol a chymdeithasol. Mae'n uned ymarferol wedi'i dylunio i gefnogi dysgwyr wrth nodi nodau realistig mewn maes cynaliadwyedd a gymerwyd o blith yr wyth porth cynaliadwyedd ac wrth weithio tuag at eu cyflawni gyda chefnogaeth amrywiaeth o bobl. Gallai cymorth o'r fath helpu dysgwyr i ddatblygu cryfderau presennol a meysydd y mae'n rhaid eu gwella. I gynllunio ar gyfer gwella, anogir dysgwyr i gymryd rhan mewn hunan-arfarnu, asesu cyfoedion ac asesu tiwtoriaid o wendidau sy'n bodoli eisoes.

Yn rhan gyntaf yr uned, arweinir dysgwyr wrth nodi ystod o ffynonellau cymorth priodol a chymryd rhan mewn gweithgareddau strwythuredig sy'n arwain at lwyddiant nod tymor byr o fewn amserlen benodol a fydd yn hybu eu hannibyniaeth mewn bywyd personol a gwaith. Dylai'r nod gysylltu'n uniongyrchol â phynciau o'r pyrth cynaliadwyedd.

Anogir dysgwyr wedyn i adolygu eu cynnydd er mwyn nodi pa mor effeithiol oeddent wrth ddilyn cynllun y cytunwyd arno i gyflawni eu nod tymor byr.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr. Bydd yn meithrin sgiliau angenrheidiol i fod yn annibynnol wrth gynllunio, adolygu a chyflawni nodau tymor byr.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gallu adnabod nodau	1.1 datgan eu cryfderau a'r hyn y mae'n rhaid iddynt ei wella 1.2 adnabod nod tymor byr priodol i weithio tuag ato 1.3 cytuno ar y nod gyda pherson priodol
2 Gallu cynllunio sut i fodloni'r nod y cytunwyd arno	2.1 adnabod yr hyn sy'n rhaid ei wneud i weithio tuag at y nod 2.2 adnabod ffynonellau o gymorth i helpu i gyflawni eu nod 2.3 datgan y terfynau amser ar gyfer cyflawni'r nod
3 Dilyn cynllun i gyflawni nod y cytunwyd arno	3.1 cynnal gweithgareddau i gyrraedd y nod 3.2 adolygu eu cynnydd tuag at gyrraedd y nod 3.3 adnabod a yw'r nod wedi'i gyflawni

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gallu adnabod nodau

*Cryfderau a gwendidau:* adnabod eu sgiliau a'u rhinweddau personol eu hunain a gafwyd o addysg, profiad gwaith a phrofiadau bywyd eraill e.e. sgiliau cyfrifiadurol, rhifedd, llythrennedd, y gallu i uniaethu ag eraill, pendantrwydd, sgiliau cyfathrebu – iaith corff gadarnhaol, gwranddo, dibynadwyedd, modd ymddiried ynddynt, amynedd, cyfeillgarwch, sgiliau tîm, prydlondeb, ymatebion emosiynol, ymwybyddiaeth o gynaliadwyedd.

*Amcanion tymor byr:* pynciau wedi'u dethol o blith yr wyth porth cynaliadwyedd; mathau o nodau tymor byr e.e. gwella rhifedd, llythrennedd a/neu sgiliau TG, gwella prydlondeb yn yr ysgol/coleg/gwaith, datblygu sgiliau cyfathrebu a sgiliau cymdeithasol penodol, dilyn ffordd iachach o fyw, nodi a yw nodau'n gyraeddadwy, yn fesuradwy ac yn gynaliadwy.

*Cytuno ar y nod gyda pherson priodol:* pobl briodol e.e. cynghorydd gyrfaedd, tiwtor, staff cefnogi, cydweithwyr, cyflogwyr, grwpiau cyfoedion, hyfforddwr chwaraeon, dietegydd.

### 2 Gallu cynllunio sut i fodloni'r nod y cytunwyd arno

*Gweithio tuag at y nod y cytunwyd arno:* mynychu hyfforddiant sydd ar gael gan e.e. gyflogwr, canolfan waith, coleg, ysgol; creu cynllun y cytunwyd arno; cadw dyddiadur o ddigwyddiadau; asesu gan gyfoedion a hunanasesu, creu cod ymddygiad a chytuno ar hawliau a chyfrifoldebau.

*Ffynonellau cymorth:* pobl sy'n darparu cefnogaeth e.e. cynghorydd gyrfaedd, tiwtor, staff cefnogi, cydweithwyr, cyflogwyr, grwpiau cyfoedion, hyfforddwr chwaraeon; adnoddau e.e. y rhyngwyd, llyfrau llyfrgell.

*Dyddiadau cau:* amserlen benodol ar gyfer nod tymor byr.

### 3 Dilyn cynllun i gyflawni nod y cytunwyd arno

*Dilyn cynllun:* cadw at gynllun y cytunwyd arno; cadw dyddiadur o ddigwyddiadau; map i destunau porth cynaliadwyedd e.e. bwyd a diod, ynni a dŵr, teithio a thraffig, prynu a gwastraff, adeiladau a thiroedd, cynhwysiant a chyfranogiad, lles lleol, dimensiwn byd-eang.

*Adolygu cynnydd ac adnabod beth a gyflawnwyd:* adolygu tasgau a gwblhawyd drwy drafod gyda chyfoedion a gweithwyr proffesiynol, myfyrio mewn dyddiadur, rhestrau gwirio a holiaduron, gwaith papur adolygu a thiworial.



## **Uned 9: Delio â Phroblemau mewn Bywyd Bob Dydd**

**Cod yr uned: H/502/0454**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 2**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw cyflwyno'r dysgwyr i'r cysyniad o ddatrys problemau a'u helpu i ddatblygu sgiliau i'w galluogi i fynd i'r afael â phroblemau yn eu bywydau bob dydd.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae hon yn uned ymarferol gyda'r nod o helpu dysgwyr i adnabod amrywiaeth o broblemau syml y gellir nodi rhai ohonynt drwy edrych ar yr wyth porth cynaliadwyedd ac archwilio strategaethau a gweithdrefnau ar gyfer mynd i'r afael â hwy. Bydd dysgwyr yn adolygu dulliau a ddefnyddir i fynd i'r afael â phroblem benodol ac i werthuso'r canlyniad terfynol gyda chefnogaeth gweithwyr proffesiynol a sefydliadau priodol.

Bydd cyfle i ddysgwyr ddewis o blith ystod o broblemau a roddwyd neu benderfynu ar fynd i'r afael â phroblem sy'n effeithio ar eu hysgol, coleg, y gymuned neu arnyn nhw'n bersonol.

Bydd gweithgareddau a gynhelir yn ystod yr uned hon yn hyrwyddo ymagwedd gadarnhaol o 'allu cyflawni', a bydd y nodwedd hon yn ddefnyddiol i ddysgwyr trwy gydol eu bywydau, yn enwedig yn ystod eu bywyd gwaith.

Mae'r uned yn dechrau gyda dysgwyr yn adnabod problem. Yna, rhaid iddynt ddatrys sut i fynd i'r afael â'r broblem hon, a bydd disgwyl iddynt gynnal adolygiad o ddatrys problemau ar y diwedd.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr.

Bydd y dull ymarferol a ddefnyddir drwy gydol yr uned hon yn cefnogi datblygu sgiliau angenrheidiol i fod yn annibynnol wrth ddatrys problemau yn eu bywydau eu hunain a phan fydd galw arnynt i helpu eraill.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall sut i adnabod problem syml	1.1 adnabod problem syml y gallant fynd i'r afael â hi 1.2 rhannu syniadau ar sut i fynd i'r afael â'r broblem gyda pherson priodol
2 Mynd i'r afael â phroblem	2.1 adnabod ffordd i fynd i'r afael â'r broblem 2.2 cynnal gweithgareddau i fynd i'r afael â'r broblem 2.3 gofyn am gyngor priodol os oes angen
3 Gallu cynnal adolygiad o'u cynnydd tuag at ddatrys y broblem	3.1 adolygu eu cynnydd wrth fynd i'r afael â'r broblem 3.2 adnabod yr hyn oedd yn dda a'r hyn nad oedd cystal



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall sut i adnabod problem syml

*Problemau syml:* problemau y gall unigolion eu datrys gyda chynghor a chefnogaeth; problemau gyda bywyd bob dydd e.e. gadael pwrs ar drên, teithio i'r gwaith yn ystod streic trafndiaeth, peiriant golchi'n torri, toriad trydan yn y cartref, colli'r bws olaf gartref; problem bersonol e.e. problem iechyd tymor hir, penderfynu newid cwrs, budd-dal heb ei dderbyn; problem deuluol e.e. gwrthdaro dros fynd allan gyda'r nos; problemau gyda phobl eraill e.e. ffrind yn cael ei fwlio, cymdogion yn chwarae cerddoriaeth swnllyd; problem gymunedol e.e. sbwriel yn y coleg, diffyg cyfleusterau ailgylchu.

*Cydnabod problem:* effeithiau'r broblem e.e. budd-dal heb ei dderbyn – methu â phrynu bwyd, gwresogi'r cartref, talu rhent neu deithio i'r coleg; colli'r bws olaf gartref – efallai'n dewis opsiwn anniogel, cerdded gartref ar eu pen eu hunain, rhannu lifft gyda dieithriad.

### 2 Mynd i'r afael â phroblem

*Ffyrdd o fynd i'r afael â phroblemau:* trafod opsiynau gyda phobl briodol sy'n berthnasol i'r broblem e.e. rhiant, ffrind, athro, tiwtor personol, heddwes, cynghorydd gyrfaedd, cynghorydd myfyrwyr, cynrychiolydd ar gyngor y myfyrwyr; cysylltu â sefydliadau am gyngor e.e. llinellau cymorth, Canolfan Cyngor ar Bopeth; cysylltu â sefydliadau i ofyn am wasanaethau e.e. cwmni trydan, nwy; ystyried diogelwch personol; ystyried dichonoldeb; ystyried costau; penderfynu ar ffordd o weithredu; cofnodi cynlluniau gweithredu.

*Gweithdrefnau:* peidio â cholli rheolaeth; canfod gwybodaeth; cadw cofnod o gamau gweithredu; gweithdrefnau penodol i broblem e.e. penderfynu newid cwrs – siarad â thiwtor y cwrs cyfredol, ymgynghori â chynghorydd gyrfaedd, ymchwilio i gyrsiau ar y rhyngwrwyd, edrych ar ragolygon gyrfa, ystyried costau, ystyried amser angenrheidiol i gwblhau cais am gwrs newydd, mynd i gyfweiliad.

*Ffynonellau cyngor a chefnogaeth:* ffynonellau e.e. gwefannau, tudalennau melyn, llyfrgelloedd, meddygfeydd a chanolfannau iechyd; asiantaethau'r llywodraeth e.e. Asiantaeth Budd-daliadau, cyfleustodau e.e. cwmni nwy, bwrdd dŵr; sefydliadau gwirfoddol e.e. Bullying UK.

### 3 Gallu cynnal adolygiad o'u cynnydd tuag at ddatrys y broblem

*Adolygu cynnydd wrth ddatrys problem:* ystyried camau gweithredu a gymerwyd; a ddatrwyd problemau o ganlyniad i'r camau gweithredu; pa gamau oedd yn llwyddiannus; pa gamau oedd yn llai llwyddiannus.



## **Uned 10:                   Hawliau a Chyfrifoldebau Unigol**

**Cod yr uned:                A/502/0458**

**Lefel FFCCH:                Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 1**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw codi ymwybyddiaeth y dysgwyr o'u hawliau a'u chyfrifoldebau fel unigolyn.

### **Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i ddeall hawliau a chyfrifoldebau unigolion sy'n berthnasol iddynt. Mae'n bwysig bod unigolion yn gwybod beth yw eu hawliau, fel bodau dynol ac fel dinasyddion eu gwlad, er mwyn gallu defnyddio'r hawliau hynny'n effeithiol a pharchu hawliau pobl eraill.

Er mwyn gweithredu mewn cymdeithas rhaid iddynt hefyd gydnabod bod ganddynt gyfrifoldebau iddynt eu hunain ac i'r rhai o'u cwmpas ochr yn ochr â hawliau unigol.

Yn yr uned hon bydd dysgwyr yn datblygu gwybodaeth am hawliau cyfreithiol a moesol pob person, gan gynnwys plant, ac yn dechrau rhoi'r wybodaeth hon yng nghyd-destun eu hunain fel unigolion. Fe'u harweinir wrth archwilio rhai o'r cyfrifoldebau sydd ganddynt i'w hunain, cyfrifoldebau sydd ganddynt tuag at eraill, gan gynnwys cenedlaethau'r dyfodol a ffynonellau cymorth neu wybodaeth am hawliau a chyfrifoldebau.

Bydd cyfle i ddysgwyr ddangos eu dealltwriaeth trwy ddisgrifio hawliau a chyfrifoldebau sy'n berthnasol iddynt hwy.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr.

Bydd dysgwyr yn datblygu gwybodaeth a sgiliau yn ymwneud ag ymarfer eu hawliau a'u cyfrifoldebau unigol a allai eu helpu yn y dyfodol. Byddant hefyd yn dod i ddeall effaith a chyfrifoldebau gwneud penderfyniadau.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall bod ganddynt hawliau a chyfrifoldebau unigol	1.1 disgrifio hawl unigol sy'n berthnasol iddynt 1.2 nodi ffynonellau o gymorth neu wybodaeth am hawliau a chyfrifoldebau 1.3 disgrifio cyfrifoldeb sydd ganddynt i'w hunain 1.4 disgrifio cyfrifoldeb sydd ganddynt i eraill

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall bod ganddynt hawliau a chyfrifoldebau unigol

*Hawliau:* nodi beth sy'n hawl e.e. rhywbeth mae gennych hawl i'w gael yn ôl y gyfraith, pethau y dylai pob person ei gael, hawliau arbennig i blant; disgrifio hawliau dynol e.e. amodau byw addas, mynediad i addysg a gofal iechyd, yr hawl i bleidleisio a mynegi eich barn yn rhydd, rhyddid i ddilyn eich diwylliant a'ch crefydd eich hun; disgrifio hawliau cyfreithiol sylfaenol e.e. deddfau cyflogaeth, deddfau gwrthwahaniaethu, deddfau diogelwch defnyddwyr; hawliau arbennig i blant e.e. i gael eu diogelu rhag niwed neu gamdriniaeth, cael cyfle i chwarae, peidio â gorfod ymladd mewn rhyfeloedd neu wrthdaro, derbyn gofal a sylw gan rieni neu ofalwr.

*Cyfrifoldebau:* nodi beth yw cyfrifoldeb e.e. rhywbeth y dylech ei wneud oherwydd ei fod yn rhan o'r gyfraith neu am ei fod yn ddyletswydd arnoch fel person, effeithiau ar bobl a'r amgylchedd, eich penderfyniadau ynghylch y pethau rydych yn eu prynu a lleihau eich gwastraff; cyfrifoldebau i'ch hunan e.e. gwybod beth yw eich hawliau; cadw eich hun a'ch eiddo yn ddiogel, gofalu am eich iechyd, cael cymorth neu gyngor os oes gennych broblemau; cyfrifoldebau tuag at eraill e.e. gofalu am blant neu bobl oedrannus, dilyn rheolau a gweithdrefnau i gadw pawb yn ddiogel, parchu barn a phreifatrwydd pobl eraill, cyfrifoldebau i genedlaethau'r dyfodol.

*Ffynonellau cymorth a gwybodaeth:* cymorth cyfreithiol e.e. cyfreithwyr, yr heddlu; ffynonellau eraill e.e. Cyngor ar Bopeth, cyngor lleol, aelod seneddol lleol, elusennau a llinellau cymorth dros y ffôn.



## **Uned 11: Gweithredu Cymunedol**

**Cod yr uned: F/502/0459**

**Lefel FFCCH: Mynediad 3**

**Gwerth Credydau: 2**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned yw annog dysgwyr i gymryd rhan mewn gweithgareddau yn y gymuned leol a deall manteision y gweithgareddau hyn i'w hunain ac i'r gymuned.

### **Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw cynyddu gwybodaeth dysgwyr am grwpiau cymunedol lleol a'u galluogi i ddangos eu cyfranogiad mewn gweithgareddau cymunedol. Mae'r llywodraeth, awdurdodau lleol, heddluoedd ac asiantaethau eraill yn ystyried cyfranogiad unigolion yn eu cymunedau eu hunain yn ddylanwadol wrth leihau ymddygiad gwrthgymdeithasol, troseddu ac ynysu cymdeithasol. Mae'n bwysig, felly, bod unigolion yn cydnabod y cyfraniadau y gallant ei wneud at wella'u cymuned ac adeiladu cydlynid cymdeithasol, a manteision hyn i'w hunain, i eraill ac i'r amgylchedd.

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn cael gwybod am grwpiau cymunedol lleol a'r hyn y maent yn ei wneud yn y gymuned. Bydd dysgwyr yn datblygu eu sgiliau drwy gymryd rhan mewn gweithgareddau ymarferol mewn grŵp cymunedol ac yn cael eu hannog i fyfyrion ar fanteision eu gweithgareddau i eraill ac i'w hunain.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr.

Gall cymryd rhan mewn gweithgareddau mewn grŵp cymunedol wella sgiliau dysgwyr, a darparu profiad a fydd yn ddefnyddiol i ddod o hyd i gyflogaeth a llwyddo ynddi. Gall hefyd gynyddu eu hyder a'u parodrwydd i fod yn rhan o grwpiau cymunedol yn y dyfodol, gan eu hannog i adeiladu cymdeithas ofalgar sy'n rhannu.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>		<b>Meini Prawf Asesu</b>	
		<b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>	
1	Dangos eu gwybodaeth o grwpiau cymunedol lleol	1.1	adnabod grwpiau cymunedol yn eu hardal leol a'r hyn y maent yn ei wneud
2	Dangos eu cyfranogiad mewn gweithgareddau cymunedol	2.1	cymryd rhan mewn gweithgareddau mewn grŵp cymunedol lleol
		2.2	adnabod sut mae'r gweithgareddau hyn o fudd i eraill
		2.3	adnabod mantais cymryd rhan yn y gweithgareddau i'w hunain



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Dangos eu gwybodaeth o grwpiau cymunedol lleol

*Adnabod grwpiau cymunedol:* adnabod amrywiaeth o grwpiau cymunedol e.e. gwarchod cymdogaeth, cyfeillion yr ysgol neu'r ysbyty lleol, grwpiau defnyddwyr rheilffyrdd neu gynlluniau prynu beic, grŵp rhieni a phlant bach a grwpiau dinasyddion hŷn, grwpiau eglwysig; darganfod pa grwpiau lleol sy'n bodoli yn eich ardal chi e.e. edrych ar hysbysiadau mewn siopau a mannau cyhoeddus eraill, chwilio'r we, llyfrgell leol, gofyn i bobl eraill; dod i wybod am ddiben a gweithgareddau grwpiau lleol e.e. gwefan, taflen neu lyfryn, ffonio neu gwrdd â'r trefnydd a holi cwestiynau, mynd i gyfarfod i ddysgu beth sy'n digwydd.

### 2 Dangos eu cyfranogiad mewn gweithgareddau cymunedol

*Cymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol:* dod o hyd i ffyrdd o gymryd rhan e.e. cyfarfodydd grŵp, gweithgareddau nodedig, helpu i osod a chlirio digwyddiad cymunedol, casglu a pharatoi eitemau i'w gwerthu ar stondin elusen, helpu i lanhau ardal gyhoeddus; nodi manteision i bobl eraill e.e. codi arian ar gyfer maes chwarae newydd, cludo pobl anabl neu oedrannus, darparu pryd poeth i'r digartref, rhoi cyngor a chefnogaeth i bobl sy'n dioddef o glefyd neu gyflwr penodol; manteision i'w hunain e.e. cael ymarfer corff ar daith gerdded nodedig, cwrdd â phobl newydd yn y cyfarfod, dysgu sgîl newydd trwy wneud teisennau i'w gwerthu, teimlo'n dda gan wybod fy mod wedi gwneud rhywbeth defnyddiol, sgiliau cymdeithasol gwell.



# **Unedau Lefel 1**



## **Uned 12: Prosiect ym maes Cynaliadwyedd**

**Cod Uned: R/601/3168**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 3**

---

### **Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn galluogi dysgwyr i ymgymryd â phrosiect a fydd yn cynyddu eu hymwybyddiaeth o gynaliadwyedd mewn perthynas ag amgylchedd dethol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Trwy gyflawni'r uned hon, bydd dysgwyr yn cael y cyfle i ddechrau astudio pob agwedd ar gynaliadwyedd yn fanwl, ac yna edrych ar brif bwnc o ddiddordeb iddynt. Bydd dysgwyr yn cael y cyfle i ddatblygu sgiliau rheoli prosiect drwy gynllunio a gweithredu eu prosiectau cynaliadwyedd, y dylid eu dewis o blith wyth porth thema cynaliadwyedd. Gellir gwneud y prosiect yng nghanolfan y dysgwr, yn y cartref neu yn y gymuned.

Drwy ymchwilio gwybodaeth ar gyfer eu prosiectau, gall dysgwyr ddatblygu sgiliau sylfaenol wrth ddethol tystiolaeth berthnasol a gwrthod gwybodaeth ragfarnllyd neu sy'n amherthnasol.

Dylai dysgwyr gael y cyfle i ymchwilio i'r datblygiadau diweddaraf mewn deddfwriaeth, cynaliadwyedd, cytundebau rhyngwladol a phrotocolau sy'n amserol ar adeg astudiaeth.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gallu cynllunio prosiect i hyrwyddo cynaliadwyedd mewn amgylchedd dethol	1.1 adnabod prosiect addas 1.2 cynllunio gweithgareddau a chytuno ar derfynau amser 1.3 adnabod risgiau posibl
2 Gallu cynnal prosiect cynaliadwyedd	2.1 cynnal y prosiect a ddewiswyd 2.2 cadw cofnodion o wybodaeth a gweithgareddau perthnasol a gafwyd
3 Gallu cyflwyno canlyniadau prosiect cynaliadwyedd	3.1 cyflwyno canlyniadau'r prosiect cynaliadwyedd 3.2 gwneud argymhelliad(au)
4 Gallu myfyrio ar y prosiect cynaliadwyedd	4.1 disgrifio sut mae'r prosiect yn bodloni ei amcanion 4.2 cynnal adolygiad o'i berfformiad ei hun

## Cynnwys yr uned

---

### 1 **Gallu cynllunio prosiect i hyrwyddo cynaliadwyedd mewn amgylchedd dethol**

*Prosiect:* dewis o brosiect cynaliadwyedd o blith wyth porth e.e. bwyd a diod, ynni a dŵr, teithio a thraffig, prynu a gwastraff, adeiladau a thiroedd, cynhwysiant a chyfranogiad, lles lleol, dimensiwn byd-eang.

*Cynllun:* nodau; cytuno ar gynlluniau gweithredu gydag amserlenni; cynlluniau wrth gefn.

*Risgiau:* rheoli risgiau e.e. adnabod risgiau perthnasol, asesiadau risg priodol, iechyd a diogelwch, offer diogelu personol cywir.

### 2 **Gallu cynnal prosiect cynaliadwyedd**

*Ffynonellau gwybodaeth:* amrywiaeth o ffynonellau gwybodaeth e.e. arweiniad tiwtor, deunydd ysgrifenedig, ymweliadau safle, ar y we, gwaith blaenorol y dysgwr.

*Prosiect:* gweithredu; gweithrediadau; iechyd a diogelwch; cyfathrebu; dilysrwydd prosiect; ffynonellau gwybodaeth; dulliau a ddefnyddir; canlyniadau; eraill e.e. dyddiadau ac amseroedd.

*Cofnodion:* fformat e.e. cofnod, dyddiadur, blog.

### 3 **Gallu cyflwyno canlyniadau prosiect cynaliadwyedd**

*Cyflwyno:* fformat e.e. ysgrifenedig, llafar, seiliedig ar TGCh; canlyniadau; deilliannau; llyfryddiaeth.

*Argymhelliad/argymhellion:* llunio argymhelliad/ argymhellion ar sail canlyniadau'r prosiect.

### 4 **Gallu myfyrio ar y prosiect cynaliadwyedd**

*Amcanion:* adolygu prosiect yn ôl amcanion gwreiddiol.

*Adolygu perfformiad:* eu perfformiad eu hunain; beth aeth yn dda; beth allai fod wedi'i wella.





**Uned 13: Byw yn Iach****Cod yr uned: F/502/0476****Lefel FFCH: Lefel 1****Gwerth Credydau: 2****Nod yr uned**

Cyflwyno dysgwyr i ffyrdd y gallant gyfrannu at ffordd iach o fyw a'u hannog i ddangos gweithgareddau a fydd yn gwella eu ffordd eu hunain o fyw.

**Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth y dysgwr o'r elfennau allweddol angenrheidiol ar gyfer ffordd iach o fyw. Mae byw yn iach yn hanfodol i les corfforol, cymdeithasol a meddyliol.

Mae cryn bryder gan lywodraethau a sefydliadau ledled y byd bod llawer o bobl yn y gymdeithas fodern yn byw mewn ffyrdd sy'n niweidiol i'w hiechyd. Felly, mae'n hanfodol bod dysgwyr yn ymwybodol o bwysigrwydd ffordd iach o fyw, eu cyfrifoldeb am eu dewisiadau ffordd o fyw eu hunain a'r effaith a gaiff hyn ar eu hiechyd eu hunain.

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn archwilio materion allweddol megis diet iach, ffitrwydd, hylendid personol, diogelwch personol a'u heffeithiau cadarnhaol a negyddol ar iechyd. Fe'u hanogir i archwilio eu gweithgareddau dyddiol eu hunain ac i ddangos sut gallant gyfrannu at eu ffordd iach o fyw eu hunain.

Bydd cyfle i ddysgwyr gynllunio gweithgareddau o'u dewis eu hunain a myfyrio ar eu heffaith ar ba mor iach yw eu ffordd eu hunain o fyw.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr ac yn datblygu'r sgiliau a'r wybodaeth angenrheidiol iddynt wneud dewisiadau deallus am fyw'n iach. Bydd y ddealltwriaeth hon yn eu helpu i ddewis gweithgareddau a fydd yn gwella iechyd eu ffordd o fyw yn y dyfodol ac i addysgu a hysbysu eraill.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall pwysigrwydd ffordd iach o fyw	1.1 disgrifio elfennau allweddol ffordd iach o fyw iach 1.2 esbonio pam bod ffordd iach o fyw yn bwysig
2 Dangos sut maent yn cyfrannu at ffordd iach o fyw eu hunain	2.1 dewis a chynnal gweithgareddau sy'n cyfrannu at ffordd iach o fyw
3 Adolygu'r gweithgareddau a wneir i gynnal ffordd iach o fyw	3.1 cynnal adolygiad o'u gweithgareddau 3.2 disgrifio beth aeth yn dda a meysydd i'w gwella 3.3 disgrifio sut mae'r gweithgareddau wedi gwella eu ffordd o fyw 3.4 awgrymu gweithgareddau pellach a allai gyfrannu at ffordd iach o fyw

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall pwysigrwydd ffordd iach o fyw

*Elfennau allweddol ffordd iach o fyw:* cynllunio diet cytbwys ac iach e.e. cynllunio prydau iach i'r dydd, y pum prif grŵp bwyd a'r defnydd a wneir ohonynt gan y corff, adolygu bwydlen bwyty neu ffreutur o ran dewisiadau iach; cymryd gofal arferol o'u hylendid personol eu hunain e.e. gofal gwallt, gofal croen, gofal deintyddol; manteision cadw'n heini e.e. iechyd y galon, cadw cyhyrau ac esgyrn yn gryf, cadw'n symudol wrth fynd yn hŷn, manteision cymdeithasol; diogelwch personol e.e. bwlio/cam-drin, diogelwch ar y we, rhyw diogel; elfennau eraill o fyw yn iach e.e. ysmegu, alcohol a chyffuriau, camddefnyddio sylweddau.

*Pwysigrwydd ffordd iach o fyw:* effeithiau tebygol diet gwael e.e. gordewdra, rhwymedd, anemia; problemau glendid personol posib e.e. arogl corff, anadl yn drewi; effeithiau tebygol lefel wael o ffitrwydd e.e. gordewdra, clefyd y galon, symudedd gwael wrth fynd yn hŷn; effeithiau cam-drin sylweddau ar iechyd e.e. effeithiau ysmegu, arogl glud, yfed gormod o alcohol, pwysigrwydd gwiriadau meddygol neu ddeintyddol rheolaidd; gwybod â phwy i gysylltu i gael help a chyingor e.e. meddyg, nyrs practis, fferylllydd, cynghorydd, gofalwr, llinellau cymorth dros y ffôn.

### 2 Dangos sut maent yn cyfrannu at eu ffordd iach o fyw eu hunain

*Cyfrannu at eu ffordd iach o fyw eu hunain:* gwneud dewisiadau deallus am iechyd e.e. dewis p'un ai i gymryd cyffuriau neu yfed alcohol, p'un ai i goginio prydau bwyd eu hunain neu brynu 'bwydydd cyflym'; gwybod sut a ble i gael gwybodaeth ddibynadwy a chywir am faterion iechyd; cynllunio newidiadau i'w ffordd o fyw eu hunain gan ystyried disgwyliadau realistig, amser, adnoddau angenrheidiol, cost, cymorth angenrheidiol; cynnal gweithgareddau priodol e.e. cynyddu faint o ffrwythau a llysiau a fwyteir bob dydd, cerdded i'r coleg neu'r ysgol ddwywaith yr wythnos am fis, chwarae mewn chwaraeon tîm unwaith yr wythnos; sut i gael cymorth gyda chynnal cynlluniau iechyd personol e.e. dosbarthiadau sydd ar gael i helpu gyda bwyta'n iach, grwpiau sy'n darparu cyfleusterau ymarfer corff am ddim neu am gost isel, cwnsela ar gyfer camddefnyddio alcohol neu gyffuriau.

### 3 Adolygu'r gweithgareddau a wneir i gynnal ffordd iach o fyw

*Adolygu eu gweithgareddau eu hunain:* yn edrych i weld a gynhaliwyd y gweithgareddau yn unol â'r cynllun, unrhyw newidiadau neu gamgymeriadau a wnaed, beth ellid ei wneud i wella'r cynllun pe bai'n cael ei ailadrodd; mesur sut mae'r gweithgareddau wedi gwella'r ffordd o fyw e.e. dogn y ffrwythau a'r llysiau a fwytawyd bob ddydd, unedau o alcohol a yfwyd yr wythnos, teimlo'n llai blinedig, mwynhau chwarae chwaraeon; defnyddio canlyniadau'r gweithgaredd i awgrymu gwelliannau i ffordd iach o fyw yn y dyfodol.



## **Uned 14: Ffyrdd Iach o Fyw**

**Cod Uned: T/600/3135**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw archwilio iechyd a lles emosiynol a'r ffactorau a all ddylanwadu arno.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r uned hon yn canolbwyntio ar hysbysu'r dysgwr am y ffordd y mae iechyd corfforol, meddyliol, rhywiol ac emosiynol oll yn cyfrannu at ffordd iach o fyw gyda ffocws ar bwysigrwydd bod yn iach. Nodir amrywiaeth o ymddygiadau ac archwilir canlyniadau ymddygiad risg uchel. Rhaid i ddysgwyr ystyried effaith eu dewisiadau a'u hymddygiad eu hunain ar eraill.

Bydd dysgu am y ffactorau sy'n dylanwadu ar ffordd iach o fyw yn galluogi unigolion i fod yn fwy parod am eu rolau gwahanol mewn bywyd yn y dyfodol.

Mae'r uned yn dechrau drwy edrych ar elfennau allweddol ffordd iach o fyw a'r ffactorau a all ddylanwadu ar hyn.

Anogir dysgwyr i archwilio agweddau ar eu ffyrdd eu hunain o fyw ac i ystyried rhai o'r ffactorau sy'n effeithio ar hyn.

Bydd yr uned yn parhau drwy archwilio beth yw ymddygiad risg uchel a'r effaith y gall ei gael ar eu hunain ac ar eraill.

Yn rhan olaf yr uned, bydd dysgwyr yn archwilio sut i gydbwyso gwaith, hamdden ac ymarfer corff.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod sut i fyw bywyd iach	1.1 amlinellu elfennau allweddol ffordd iach o fyw 1.2 datgan pam bod byw bywyd iach yn bwysig 1.3 disgrifio gweithgareddau a all fod yn niweidiol i ffordd iach o fyw
2 Deall effaith ymddygiad risg uchel ar eraill	2.1 trafod gwahanol ymddygiadau risg uchel 2.2 esbonio effeithiau ymddygiad risg uchel ar ei hun ac ar eraill
3 Gallu cydbwyso gwaith, hamdden ac ymarfer corff ac aros yn iach	3.1 cynllunio ffyrdd o fod yn iach 3.2 cyflwyno ffyrdd i gydbwyso gwaith, hamdden ac ymarfer corff

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod sut i fyw bywyd iach

*Ffordd iach o fyw:* agweddau e.e. iechyd corfforol, meddyliol, rhywiol ac emosiynol, iechyd fel statws cadarnhaol o iechyd da ac nid diffyg salwch yn unig, pwysigrwydd penderfyniadau ffordd o fyw er mwyn atal salwch, cyfrifoldeb dros gynnal iechyd, dylanwad diet, ymarfer corff, ysmegu, alcohol, cyffuriau, straen, perthnasoedd rhywiol.

*Pwysigrwydd ffordd iach o fyw:* ffactorau e.e. iechyd a lles hirdymor, canlyniadau tymor byr a thymor hir ar iechyd a disgwyliad oes, gwybod am beryglon caethiwed e.e. nicotin, alcohol, cyffuriau eraill, pwysigrwydd bwyta'n iach ac ymarfer corff rheolaidd, problemau sy'n gysylltiedig â gordewdra, anhwylderau bwyta, pwysigrwydd ymddygiad rhywiol diogel, peryglon heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, canlyniadau tymor hir heintiau fel herpes a HIV, pwysigrwydd iechyd meddwl cadarnhaol, atal iselder a phryder, rhyddhau straen.

### 2 Deall effaith ymddygiad risg uchel ar eraill

*Ymddygiadau risg uchel:* mathau e.e. ymddygiad rhywiol, cyffuriau, alcohol, camddefnyddio tybaco, ymddygiad gwrthgymdeithasol, troseddu.

*Effaith ymddygiadau:* amrediad e.e. ar eraill, ffrindiau, teuluoedd, y gymuned, effaith ar eu hunain e.e. beichiogi, bod yn gaeth i gyffuriau, tybaco, yfed, gyrru dan ddylanwad alcohol, cael heintiau a drosglwyddir yn rhywiol e.e. HIV, hepatitis, Gorchymyn Ymddygiad Gwrthgymdeithasol, carchariad; effaith ar bobl eraill e.e. straen a achosir i ffrindiau a theulu, cost i'r gwasanaeth iechyd, cynnwys yr heddlu a'r gwasanaethau prawf, aflonyddwch o fewn y gymuned.

### 3 Gallu cydbwysu gwaith, hamdden ac ymarfer corff ac aros yn iach

*Bod yn iach:* pwysigrwydd maeth da e.e. braster isel, halen, bwyta siwgr, pump y dydd o ffrwythau a llysiau, osgoi gormod o fwyd wedi'i brosesu neu fwyd cyflym, yfed dŵr, pwysigrwydd bod yn gymedrol.

*Cydbwysu gwaith, hamdden ac ymarfer corff:* creu cydbwysedd e.e. yr holl gydrannau mewn cydbwysedd, cerdded a siarad yn hytrach na gwrs neu gyfarfod dan do, gwneud tasg ar y cyd gyda ffrindiau megis peintio neu swydd awyr agored, peryglon gormod o un neu'r llall, cydbwysedd gwaith/bywyd; manteision gwaith e.e. ariannol, her ac ysgogiad, cael eu gwerthfawrogi; manteision hamdden e.e. ymlacio, lleddfu straen, cymryd egwylliau naturiol mewn tasgau gwaith i fwynhau awyr iach ac ymarfer corff, cysylltiadau cymdeithasol a chyfeillgarwch; manteision ymarfer corff e.e. manteision iechyd, cardiofasgwlaidd, ffitrwydd, atal salwch, ymdeimlad o les.





## **Uned 15: Adeiladau Cynaliadwy**

**Cod Uned: Y/601/3169**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Bydd yr uned hon yn datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth y dysgwyr o ddulliau cynaliadwy a ddefnyddir i warchod ein hamgylchedd a manteision defnyddio deunyddiau adeiladu cynaliadwy.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae cynaliadwyedd bellach yn fater pwysig sy'n cael ei blethu i'n bywydau bob dydd. Mae effeithiau cynhesu byd-eang bellach yn amlwg; o'r capiau iâ i godiad lefel y môr a phroblemau llifogydd lleol. Mae cynaliadwyedd yn bwysig er mwyn amddiffyn adnoddau'r ddaear ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.

Trwy dechnolegau cynaliadwy, mae llawer o ddulliau wedi cael eu cyflwyno i leihau ein dibyniaeth ar losgi a phrosesu tanwydd ffosil ar gyfer ein cartrefi a'n hisadeiledd. Mae technolegau ynni amgen bellach yn ddiwydiant sy'n tyfu, o ddatblygiadau sylweddol i dechnoleg ffermydd gwynt i bympiau gwres o'r ddaear i gynhesu ein cartrefi.

Rhaid i ni newid y ffordd rydym wedi bod yn byw. Rhaid dadwneud difrod i'r amgylchedd byd-eang er mwyn i'r ddaear adfer. Mae cynaliadwyedd yn lleihau'r ddibyniaeth ar adnoddau cyfyngedig y ddaear mewn ffyrdd gwahanol. Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn archwilio rhai o'r methodolegau gwahanol ac yn deall y defnydd o gynaliadwyedd i'r don newydd o dai ynni isel.

Bydd dysgwyr yn ymchwilio sut y gellir defnyddio deunydd cynaliadwy mewn tŷ a beth fydd effaith tymor hir hyn wrth warchod yr amgylchedd. Bydd dysgwyr yn cael y cyfle i archwilio deunyddiau adeiladu naturiol o ran eu haddasrwydd a'u hynni wedi'i wreiddio isel, ac yn datblygu sgiliau dysgu annibynnol drwy ymchwilio sut mae deunyddiau adeiladu cynaliadwy'n gwella'n hamgylchedd.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>		<b>Meini Prawf Asesu</b>	
		<b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>	
1	Gwybod pwysigrwydd cynaliadwyedd i'r amgylchedd	1.1	adnabod yr adnoddau a ddiogelir gan gynaliadwyedd
2	Gwybod sut i ddiogelu ein hamgylchedd	2.1	adnabod ffyrdd y gallwn warchod ein hamgylchedd
3	Deall y defnydd o ddeunyddiau cynaliadwy	3.1	esbonio sut mae deunydd adeiladu cynaliadwy yn gwella'n hamgylchedd

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod pwysigrwydd cynaliadwyedd i'r amgylchedd

*Adnoddau:* adnoddau terfynedig (olew, nwy, glo); amgylcheddau gwyrdd (fforestydd, dolydd, rhosydd, parciau, coedwigoedd); adnoddau dŵr (llynnoedd, afonydd, pyllau); adnoddau arfordirol (porthladdoedd, aberoedd, traethau); adnoddau naturiol (cerrig, llechi, gwellt, gwllân).

*Amddiffyniad:* manau cymunedol gwyrdd; amddiffyn coed; amddiffyn bywyd gwyllt; amddiffyn bioamrywiaeth; Parciau Cenedlaethol; safleoedd o ddiddordeb gwyddonol arbennig (SoDdGA); tirluniau naturiol.

### 2 Gwybod sut i ddiogelu ein hamgylchedd

*Dulliau:* deunyddiau a chynnyrch carbon niwtral; technoleg dim carbon; defnyddio deunyddiau o ffynonellau cynaliadwy; ffynonellau lleol o adnoddau; ynni datganoledig isel; ffynonellau adnewyddadwy o ddeunyddiau; cyfeiriadedd adeiladu; defnydd o olau naturiol.

### 3 Deall y defnydd o ddeunyddiau cynaliadwy

*Deunyddiau adeiladu cynaliadwy:* deunyddiau e.e. deunyddiau adeiladu naturiol, cerrig, llechi, gwellt, ynysiad gwllân defaid, pren, clai, gwydr, plastig wedi'i ailgylchu, cynnyrch pren wedi'i beiriannu, to sinc, cladin pren.

*Gwelliant:* amgylcheddol e.e. adeiladu ffrâm bren, adeiladu gwyrdd, manau agored, aer glanach, llai o lygredd, cymunedau cynaliadwy.



**Uned 16: Prynu a Rheoli Gwastraff****Cod Uned: L/601/3170****Lefel FFCH: Lefel 1****Gwerth Credydau: 1****Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn galluogi dysgwyr i wneud dewisiadau deallus i wella cynaliadwyedd wrth wneud penderfyniadau prynu a rheoli gwastraff fel unigolion ac ar gyfer aelwyd, gan gynnwys penderfyniadau a wnânt ynghylch eu man astudio.

**Cyflwyniad yr uned**

Gall cartrefi unigol wneud cyfraniad sylweddol at wella cynaliadwyedd y gymdeithas drwy'r penderfyniadau a wnânt ynghylch arferion prynu, cynhyrchu gwastraff a gwaredu gwastraff.

Drwy astudio'r uned hon, anogir dysgwyr i ymchwilio i'r camau bach a'r cyfraniad cadarnhaol y gallant ei wneud i wella cynaliadwyedd ar lefel bersonol ac yn y cartref. Bydd yr uned hon hefyd yn amlygu pwysigrwydd cael gwared ar bob gwastraff yn ddiogel, yn enwedig eitemau peryglus fel batris marw.

Mae'r uned wedi'i dylunio i annog dysgwyr i wneud cyfraniadau ymarferol at gynaliadwyedd mewn perthynas â phenderfyniadau prynu a rheoli gwastraff a wneir fel unigolion, fel aelwydydd, ac i gefnogi eu hastudiaethau. Bydd dysgwyr yn cael y cyfle i gynllunio a gweithredu ymgyrch i hyrwyddo cynaliadwyedd a chodi ymwybyddiaeth eraill.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod egwyddorion prynu cynaliadwy	1.1 amlinellu beth mae cynaliadwyedd yn ei olygu 1.2 disgrifio enghreifftiau o brynu cynaliadwy ar gyfer unigolion ac aelwydydd
2 Gwybod sut i reoli gwastraff yn ddiogel ac yn gyfreithlon	2.1 nodi cyfleusterau gwaredu gwastraff yn yr ardal leol 2.2 disgrifio deddfwriaeth gyfredol gwaredu gwastraff
3 Gallu defnyddio'u gwybodaeth o brynu a rheoli gwastraff cynaliadwy mewn sefyllfa a roddir	3.1 cynnal ymarfer rheoli gwastraff i fodloni amcanion a roddwyd 3.2 disgrifio cryfderau'r ymarfer rheoli gwastraff a gwneud argymhellion ar gyfer gwella
4 Gallu llunio ymgyrch i hybu prynu a rheoli gwastraff cynaliadwy	4.1 cynllunio a gweithredu ymgyrch i hyrwyddo prynu a rheoli gwastraff cynaliadwy 4.2 gwneud argymhellion ar gyfer gwella

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod egwyddorion prynu cynaliadwy

*Cynaliadwyedd*: diffiniad o gynaliadwyedd e.e. datblygiad Llywodraeth y DU sy'n diwallu anghenion y presennol heb beryglu gallu cenedlaethau'r dyfodol i ddiwallu eu hanghenion eu hunain; cynaliadwyedd cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd e.e. amodau gweithio a chyflog teg, ffynonellau lleol.

*Pwrcasu*: cynaliadwy e.e. tarddiad nwyddau, masnach deg, pecynnu, defnydd o ynni, prynu gormodol.

*Cartref*: ystyriaethau e.e. nifer o drigolion, anifeiliaid anwes, gardd, unrhyw ofynion arbennig, prosiect DIY.

### 2 Gwybod sut i reoli gwastraff yn ddiogel ac yn gyfreithlon

*Cyfleusterau gwaredu gwastraff*: safleoedd e.e. safleoedd ailgylchu, cyfleoedd i aildddefnyddio gwastraff; gwaredu gwastraff rheoledig a pheryglus.

*Deddfwriaeth*: cyfredol e.e. Rheoliadau Gwastraff Offer Trydanol ac Electronig 2006, Rheoliadau Gwastraff a Reolir 1992, Deddf Diogelu'r Amgylchedd 1990, deddfwriaeth ac is-ddeddfau awdurdod lleol ynghylch problemau sbwriel.

### 3 Gallu defnyddio'u gwybodaeth o brynu a rheoli gwastraff cynaliadwy mewn sefyllfa a roddir

*Senario*: ymarfer rheoli gwastraff e.e. swm y gwastraff a gynhyrchir, y math o wastraff, gwaredu gwastraff, lleihau gwastraff drwy gynllunio prynu.

*Amcanion*: targedau e.e. lleihau gwastraff, ailgylchu mwy, arbed arian a gorbrynu neu brynu diangen, cynhyrchu compost.

*Adroddiad*: cryfderau (lle cyflawnwyd amcanion); argymhellion ar gyfer gwella.

### 4 Gallu llunio ymgyrch i hybu prynu a rheoli gwastraff cynaliadwy

*Cynllun*: nodau; amcanion; amserlenni; adnoddau.

*Ymgyrch*: math e.e. gwastraff y gellir ei leihau, ei aildddefnyddio, ei ailgylchu; gwastraff arall e.e. a reolir, peryglus, compostadwy, archwiliad gwastraff, monitro swm yr eitemau a brynir a sut i leihau.

*Hyrwyddo*: prynu a rheoli gwastraff cynaliadwy e.e. codi ymwybyddiaeth, effeithiau cadarnhaol cynaliadwyedd, mynediad a lleoliad cyfleusterau ailgylchu.





**Uned 17: Deall Hunaniaeth Bersonol****Cod yr uned: M/600/3134****Lefel FFCH: Lefel 1****Gwerth credydau: 1****Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw annog dysgwyr i werthfawrogi eu hunain, i ddeall beth a all ddylanwadu ar hunan-barch ac i fod ag ymdeimlad cadarnhaol o hunaniaeth bersonol.

**Cyflwyniad yr uned**

Mae deall y ffactorau sy'n cyfrannu at ymdeimlad cadarnhaol o hunaniaeth bersonol yn hanfodol i ddatblygu hyder a hunan-barch. Mae hunanymwybyddiaeth a hyder yn hynod o bwysig i les personol ac hefyd yn baratoad cadarn ar gyfer cyflogaeth a dinasyddiaeth weithredol.

Mae dysgwyr hyderus yn fwy llwyddiannus gyda'u hastudiaethau, yn meddu ar sgiliau ceisio gwaith gwell ac yn y pen draw'n gwneud gweithwyr mwy gwerthfawr sy'n gallu cyfrannu at adeiladu dyfodol gwell.

Mae cysylltiadau sefydledig rhwng hunaniaeth bersonol a hunan-barch, a bydd yr uned hon yn galluogi dysgwyr i ddod i werthfawrogi gwerth ymdeimlad cadarnhaol o hunan ac agwedd gadarnhaol ar fywyd.

Bydd rhan gyntaf yr uned yn archwilio natur hunaniaeth bersonol. Anogir dysgwyr i ystyried eu nodweddion personol eu hunain a'r ffactorau a all ddylanwadu ar y rhain yn eu bywydau eu hunain ac er lles pobl eraill.

Bydd yr uned wedyn yn archwilio rhai o'r amgylchiadau sy'n gallu effeithio ar hunan-barch, gan gynnwys teulu a ffrindiau, cyflawniad a chyflogaeth a chydlyniant cymunedol.

Yn olaf, anogir dysgwyr i ystyried sut i nodi ac ymateb i ddylanwadau ar eu hunan-barch a'u hyder eu hunain, mewn ffordd a fydd yn creu ymdeimlad cadarnhaol o hunan.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod y prif ffactorau sy'n dylanwadu ar hunaniaeth bersonol	1.1 disgrifio hunaniaeth bersonol 1.2 amlinellu'r ffactorau sy'n effeithio ar hunaniaeth bersonol
2 Deall y gall hunan-barch newid gydag amgylchiadau personol	2.1 trafod hunan-barch 2.2 esbonio amgylchiadau personol sy'n gallu dylanwadu ar hunan-barch
3 Gallu nodi ac ymateb i ddylanwadau ar hunan-barch	3.1 cyflwyno dylanwadau ar hunan-barch 3.2 rhoi enghreifftiau o gysylltiadau rhwng eu hunan-barch eu hunain a'u hyder eu hunain 3.3 dangos sut i greu ymdeimlad cadarnhaol o hunan

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod y prif ffactorau sy'n dylanwadu ar hunaniaeth bersonol

*Hunaniaeth bersonol:* nodweddion a phriodoleddau personol e.e. agweddau ar bersonoliaeth a chymeriad sy'n unigryw i unrhyw unigolyn, gan gynnwys haelioni, bod â natur ofalgar, bod yn ddewr, meddu ar synnwyr digrifwch; nodweddion arbennig e.e. hil, ymddangosiad a galluoedd; gwerthoedd a chredoau e.e. crefydd a diwylliant, addysg.

*Y prif ffactorau sy'n dylanwadu:* archwilio effeithiau gwahanol briodweddau, nodweddion personoliaeth a gwerthoedd a chredoau ar ymdeimlad unigolyn o hunan a hyder, archwilio dylanwadau e.e. agweddau, sgiliau a chyraeddiadau, ffordd o fyw, teulu, cyfeillion a pherthnasoedd, diwylliant, crefydd a'r cyfryngau.

### 2 Deall y gall hunan-barch newid gydag amgylchiadau personol

*Hunan barch:* cysyniad o hunan e.e. hunanhyder, ymdeimlad o werth, hunan-barch, teimlo'n dda am eu hunain a chyflawniadau, gwydnwch.

*Amgylchiadau personol:* amrywiaeth e.e. perthnasoedd teuluol, dylanwad cyfeillgarwch, bwlio, cyflawniadau academaidd ac eraill, sefyllfa gyflogaeth, pwysigrwydd cydnabyddiaeth, teimlo bod pobl yn eu gwerthfawrogi a'u parchu, effeithiau niweidiol beirniadaeth a gwawd, pwysigrwydd cefnogaeth, anogaeth, cymeradwyaeth a derbyniad.

### 3 Gallu nodi ac ymateb i ddylanwadau ar hunan-barch

*Dylanwadau ar eu hunan-barch eu hunain:* dylanwadau e.e. lefel cysur gydag ymddangosiad personol eu hunain (corfforol, wyneb, pwysau), effaith cyflawniad yn yr ysgol, chwaraeon neu sefyllfaoedd cystadleuol eraill, dylanwad canmoliaeth a beirniadaeth, perthynas â rhieni, brodyr a chwioroydd, aelodau eraill o'r teulu a ffrindiau, pwysigrwydd cymeradwyaeth a chefnogaeth, ymdeimlad o berthyn, hunanhyder.

*Adnabod ac ymateb:* dylanwadau e.e. pwysigrwydd teimlo'n gyfforddus ac yn hyderus, gwrthsefyll pwysau cyfoedion, delio â beirniadaeth, gallu derbyn canmoliaeth.



## **Uned 18: Perthnasoedd Personol a Chymdeithasol**

**Cod Uned:** L/600/3139

**Lefel FFCCH:** Lefel 1

**Gwerth Credydau:** 1

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw archwilio natur perthnasoedd cymhleth a phwysigrwydd sgiliau cymdeithasol wrth ddatblygu a chynnal perthnasoedd personol a chymdeithasol cymhleth. Anogir dysgwyr i archwilio ffyrdd o reoli eu teimladau mewn sefyllfaoedd gwahanol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae perthnasoedd yn effeithio ar lawer rydym yn ei wneud yn ein bywydau, yn y cartref ac mewn mannau eraill yn y gymuned. Rhaid dysgu ac ymarfer y sgiliau cymdeithasol cysylltiedig. Mae'r gallu i ddatblygu perthynas yn hanfodol i les a rhaid i ddysgwyr ddatblygu'r sgiliau sy'n gysylltiedig â ffurfio perthnasoedd personol a chymdeithasol.

Mae hefyd yn bwysig i bobl ifanc wybod sut y gall eu teimladau ddylanwadu ar eu perthnasoedd ac ystyried sut i arfer cyfrifoldeb wrth iddynt ymdopi â'r pwysau a'r heriau emosiynol dan sylw.

Mae'r gallu i adeiladu a chynnal perthynas gadarnhaol yn hanfodol ar gyfer gweithio gyda'i gilydd a gwneud cyfraniad cadarnhaol yn y gymdeithas.

Mae rhan gyntaf yr uned yn gofyn bod dysgwyr yn nodi'r perthnasoedd sydd ganddynt ar hyn o bryd ac yn ystyried pwysigrwydd perthnasoedd i'w cymunedau ac i'r gymdeithas ehangach.

Bydd yr uned yn parhau drwy archwilio'r sgiliau a ddefnyddir i greu a datblygu perthnasoedd a sut y gellir eu dysgu a'u hymarfer.

Mae rhan olaf yr uned yn disgwyl i ddysgwyr arddangos y sgiliau cymdeithasol y maent wedi'u hadnabod mewn ffordd gadarnhaol.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod pam mae perthnasoedd yn bwysig	1.1 disgrifio perthnasoedd â phobl wahanol 1.2 amlinellu pwysigrwydd perthnasoedd
2 Deall sut y gellir datblygu perthnasoedd	2.1 esbonio sgiliau a ddefnyddir i ddatblygu perthnasoedd 2.2 trafod ymddygiad gwahanol mewn perthnasoedd 2.3 disgrifio sgiliau ac ymddygiad perthynas gadarnhaol
3 Gallu defnyddio sgiliau cymdeithasol mewn perthnasoedd	3.1 defnyddio sgiliau cymdeithasol i adeiladu a chynnal perthnasoedd cadarnhaol 3.2 dangos sut y gellir trafod mewn perthnasoedd

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod pam mae perthnasoedd yn bwysig

*Perthnasoedd gwahanol:* perthnasoedd personol e.e. cysylltiad emosiynol â pherson arall o bwys, perthynas rywiol, pwysigrwydd cydraddoldeb rhwng y rhywiau, archwilio agweddau ar ymddygiad mewn perthnasoedd personol; perthnasoedd cymdeithasol e.e. cyfeillgarwch, perthnasoedd teuluol, cyfranogiad grŵp a pherthnasoedd ehangach, cyfathrebu a chydweithio, ymddygiad grŵp a gwaith tîm, ysgolion, gwaith, yr eglwys, clybiau ieuenctid, timau chwaraeon.

*Pwysigrwydd:* rhesymau e.e. effeithio ar bopeth a wnawn, angen ymagweddau gwahanol ar rolau a chyfrifoldebau gwahanol, cyfrannu at dimau, cymuned a grwpiau, ein helpu i deimlo'n dda am ein hunain, ymdeimlad o berthyn, cael ein gwerthfawrogi, rhesymau anhunanol.

### 2 Deall sut y gellir datblygu perthnasoedd

*Ymddygiad mewn perthnasoedd:* ymddygiad cadarnhaol e.e. dod i adnabod rhywun, cyflwyniadau, holi cwestiynau, archwilio hoffterau unigol, cas bethau, gwerthoedd, agweddau, teimladau; ymddygiad negyddol e.e. bod yn anghyfeillgar, bod yn ymosodol, peidio â siarad; perthnasoedd gwahanol e.e. cyfeillgarwch, perthnasoedd rhamantus, teulu a pherthnasoedd grŵp; archwilio sut y mynegir teimladau gwahanol a'u rheoli e.e. ar lafar, yn gorfforol, drwy ymddygiad.

*Datblygu perthnasoedd:* ffactorau e.e. pwysigrwydd ymddiriedaeth, y cysyniad o weithio ar berthynas, cadw cyfathrebu agored, cyswllt rheolaidd, gwneud pethau i eraill, cysyniad o bartneriaeth, cydweithredu, ymwneud â'i gilydd, diddordebau a rennir a nodau cyffredin, trafod materion pwysig, mynegi teimladau.

### 3 Gallu defnyddio sgiliau cymdeithasol mewn perthnasoedd

*Sgiliau cymdeithasol mewn perthnasoedd:* mathau e.e. cyfathrebu, pendantsrwydd, cydweithredu, gwrando gweithredol, pwysigrwydd empathi a sut i empathieiddio'n briodol, ymddygiad cefnogol, agweddau cadarnhaol, dealltwriaeth, tact a diplomyddiaeth; sgiliau trafod a'r gallu i gyfaddawdu lle bo angen; pwysigrwydd pendantsrwydd a sut i fod yn bendant mewn sefyllfaoedd gwahanol, cydweithredu a gweithio gyda'i gilydd, gwaith tîm, sgiliau rhyngpersonol, cytundeb o'r ddwy ochr; cymryd cyfrifoldeb e.e. atebolrwydd, ystyried canlyniadau eich gweithredoedd ar eraill, hybu ymddygiad ymosodol (heidio yn erbyn ei gilydd a meddylfryd pac), bod yn ddibynadwy, ymddiriedaeth a dibynadwyedd, dyletswydd i'w gilydd.





## **Uned 19: Archwilio Effaith Amrywiaeth yn ein Cymunedau**

**Cod Uned: F/600/3140**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw archwilio amrywiaeth mewn cymunedau lleol. Disgwylir i ddysgwyr ystyried eu hagweddau eu hunain a sut y gallant ddylanwadu ar ymddygiad tuag at amrywiaeth.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r gallu i werthfawrogi nodweddion unigol tebyg a gwahanol yn sgîl pwysig wrth greu a chynnal perthnasoedd personol a chymdeithasol. Mae dysgu sut i gydnabod a gwerthfawrogi amrywiaeth yn rhan bwysig o ddeall gwahaniaethu.

Mae gallu uniaethu ag eraill yn helpu dysgwyr i gynnwys gwahaniaethau yn eu bywydau a derbyn eu cyfrifoldeb i herio rhagfarn lle bynnag y bo.

Wrth i bobl ifanc ddatblygu eu hagweddau at bobl eraill yn y gymdeithas, mae'n hynod bwysig ystyried gwahaniaethau unigol ac annog dathlu amrywiaeth o fewn yr amgylchedd addysg, y gymuned leol ac yn y byd gwaith.

Mae cysyniadau deall amrywiaeth a gwahaniaethu yn hanfodol i allu unigolion i wneud cyfraniad cadarnhaol yn y gymdeithas.

Yn rhan gyntaf yr uned, anogir dysgwyr i ystyried agweddau at amrywiaeth ac i fod yn ymwybodol o sut y gallant ddylanwadu ar ymddygiad.

Mae ail ran yr uned yn archwilio gwerthoedd amrywiol yn y gymuned leol.

Bydd yr uned yn parhau drwy archwilio natur gwahaniaethu a ffyrdd o herio gwahaniaethu lle bynnag y bo.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod sut gall agweddau am amrywiaeth ddylanwadu ar ymddygiad	1.1 nodi agweddau gwahanol at amrywiaeth 1.2 disgrifio sut gall yr agweddau hynny ddylanwadu ar ymddygiad
2 Deall gwerthoedd amrywiol yn y gymuned leol	2.1 amlinellu nodweddion allweddol cymuned amrywiol 2.2 nodi nodweddion tebyg a gwahanol rhwng gwerthoedd pobl
3 Gwybod sut i adnabod a herio gwahaniaethu	3.1 rhoi enghreifftiau o wahaniaethu 3.2 amlinellu ffyrdd o herio gwahaniaethu

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod sut gall agweddau am amrywiaeth ddylanwadu ar ymddygiad

*Agweddau at amrywiaeth:* mathau e.e. meddyliau a theimladau am gredoau a gwerthoedd gwahanol, natur amrywiaeth, bod yn wahanol trwy grefydd, hil, rhyw, oedran, diwylliant, tueddfryd rhywiol, anabledd, dosbarth, sefyllfa economaidd.

*Dylanwadu ar ymddygiad:* ffyrdd e.e. archwilio'r cysylltiadau rhwng agweddau a gwerthoedd at amrywiaeth, goddefgarwch, datblygu dull cynhwysol o fewn grwpiau cyfeillgarwch, ysgolion, teuluoedd a'r gymdeithas ehangach, dylanwadau cadarnhaol a negyddol e.e. rhagfarn a bwlio, dylanwadau amlddiwylliannol a rhwng y cenedlaethau.

### 2 Deall gwerthoedd amrywiol yn y gymuned leol

*Gwerthoedd amrywiol:* mathau e.e. gwerthoedd a chredoau gwahanol am amrywiaeth, tebygrwydd a gwahaniaeth rhwng grwpiau ac unigolion o ran hil, rhyw, oedran, diwylliant, crefydd, tueddfryd rhywiol neu anabledd, blaenoriaethau gwahanol mewn bywyd, pwysigrwydd hunaniaeth, gwahaniaethau dosbarth/economaidd.

*Cymuned leol:* dewisiadau e.e. tref neu ddinas gartref, rhanbarth, ardal; archwilio'r boblogaeth o fewn amgylchedd neu ardal benodol y dysgwyr eu hunain.

### 3 Gwybod sut i adnabod a herio gwahaniaethu

*Gwahaniaethu:* ystyron e.e. natur rhagfarn, enghreifftiau o wahaniaethu e.e. homoffobia, gwahaniaethu ar sail hil, rhagfarn oed, rhywiaeth, diffyg darpariaeth ar gyfer pobl anabl, bwlio.

*Adnabod a herio gwahaniaethu:* ffyrdd e.e. nodi a labelu ymddygiad gwahaniaethol, cydnabod agweddau ac ymddygiad anaddas sy'n ymwneud â gwahaniaethu, strategaethau i dargedu agweddau ac ymddygiad amhriodol e.e. polisiâu gwrth-fwlio, pwysigrwydd cynhwysiant ac amrywiaeth, goddefgarwch, gwerthfawrogi gwahaniaeth.



## **Uned 20: Gweithio mewn Tîm**

**Cod Uned: L/501/5832**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 3**

---

### **Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn helpu'r dysgwyr i ddeall sut y gallant gyfrannu at dîm. Bydd y dysgwyr yn cymryd rhan mewn tasg tîm ac ystyried eu heffeithiolrwydd eu hunain fel aelod o dîm.

### **Cyflwyniad yr uned**

Oherwydd mai prin yw'r bobl sy'n gweithredu ar eu pennau eu hunain yn llwyr mewn sawl maes bywyd, mae'r rhan fwyaf o sefyllfaoedd yn gofyn ein bod yn gallu gweithio'n effeithiol gydag eraill mewn tîm neu grŵp. Mae tîm effeithiol yn dibynnu ar gydweithrediad a sgiliau pob aelod o'r tîm. Mae'r uned hon yn helpu'r dysgwyr i ddeall sut y gallant gyfrannu at lwyddiant tîm, ar sail dealltwriaeth o'u cryfderau, eu sgiliau a'u profiadau eu hunain, yn ogystal â natur y dasg dan sylw. Yn ogystal, bydd dysgwyr yn dod i ddeall yr ymddygiadau a'r agweddau allweddol angenrheidiol i gyfathrebu a chydweithio ag eraill mewn tîm. Bydd y dysgwr hefyd yn dysgu am rolau a chyfrifoldebau pob aelod o'r tîm drwy gwblhau tasg tîm. Bydd dysgwyr yn ystyried eu heffeithiolrwydd eu hunain fel aelod o dîm ac yn nodi meysydd i'w gwella.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos ei fod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

Canlyniadau dysgu	Meini Prawf Asesu <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall bod gwaith tîm effeithiol yn golygu bod angen i aelodau'r tîm ymddwyn mewn ffyrdd arbennig	1.1 disgrifio ymddygiadau cadarnhaol sy'n angenrheidiol ar gyfer gwaith tîm effeithiol
2 Deall sut y gallai eu cryfderau, eu sgiliau a'u profiadau eu hunain gyfrannu tuag at dasg tîm	2.1 amlinellu eu cryfderau, eu sgiliau a'u profiadau allai fod yn berthnasol i dasg benodol 2.2 nodi rhai agweddau o dasg benodol y cred y gallent eu gwneud yn dda, yn seiliedig ar eu cryfderau, eu sgiliau a'u profiadau a nodwyd
3 Deall rolau a chyfrifoldebau aelodau tîm (yn cynnwys eu rhai eu hunain) mewn perthynas â thasg a roddwyd	3.1 disgrifio beth yn union yw'r dasg a beth mae'r tîm yn gweithio i'w gyflawni 3.2 disgrifio eu rôl a'u cyfrifoldebau eu hunain a rhai aelodau eraill y tîm 3.3 esbonio sut y mae eu rôl eu hunain yn cyfrannu tuag at waith y tîm cyfan
4 Gwybod sut i weithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm	4.1 rhoi esiamplau o bryd y buont yn gwrandao ar syniadau ac awgrymiadau pobl eraill 4.2 rhoi syniadau ac awgrymiadau ynghylch sut y gallai'r tîm gwblhau eu tasg 4.3 amlinellu enghreifftiau o bryd y cynigion nhw help neu gefnogaeth i aelodau eraill y tîm 4.4 amlinellu enghreifftiau o bryd y derbynion nhw help neu gyngor gan eraill 4.5 cwblhau'r agweddau o'r dasg a glustnodwyd iddynt, yn unol â'r brîff
5 Gallu ystyried eu perfformiad eu hunain fel unigolyn ac aelod o dîm.	5.1 disgrifio pa ymddygiad cadarnhaol gweithio mewn tîm a ddangoswyd ganddynt wrth gyflawni'r dasg 5.2 nodi rhai sgiliau gweithio mewn tîm y gallent eu gwella

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall bod gwaith tîm effeithiol yn golygu bod angen i aelodau'r tîm ymddwyn mewn ffyrdd arbennig

*Ymddygiadau gyfer gwaith tîm effeithiol:* calonogol, ystyriol, gallu i wrando, parchus, goddefgar, amyneddgar, hyblyg, ffyddlon, gallu derbyn beirniadaeth adeiladol, gallu ysgogi eraill.

### 2 Deall sut y gallai eu cryfderau, eu sgiliau a'u profiadau gyfrannu tuag at dasg tîm

*Cryfderau, sgiliau a phrofiadau:* sgiliau trefnu; sgiliau ymarferol e.e. hyddysg mewn cyfrifiadura, sgiliau ffotograffiaeth; profiadau blaenorol e.e. profiad o gynllunio digwyddiad; sgiliau cyfathrebu e.e. amlieithog, awdur medrus; sgiliau rhyngbersonol e.e. gwrandäwr da, hyderus, prydlon, dibynadwy, amyneddgar. *Agweddau ar dasg y gallent ei wneud yn dda, yn seiliedig ar gryfderau, sgiliau a phrofiad a nodir:* e.e. sillafu da a sgiliau iaith addas i dasg prawf ddarllen gwaith ysgrifenedig a gynhyrchwyd gan dîm, sgiliau trefnu addas ar gyfer llunio amserlen i gwblhau'r prosiect tîm.

### 3 Deall rolau a chyfrifoldebau aelodau tîm (yn cynnwys eu rhai eu hunain) mewn perthynas â thasg a roddwyd

*Beth mae tîm yn gweithio i'w gyflawni:* amcan neu amcanion tasg, aseiniad neu brosiect y tîm; nodau, terfynau amser, llinellau amser; ansawdd neu safon arbennig sy'n ofynnol i'r gwaith.

*Cyfrifoldebau o fewn y tîm:* eu rolau a'u cyfrifoldebau unigol eu hunain y cytunwyd arnynt gyda'r tîm cyfan; rolau a chyfrifoldebau unigol aelodau eraill o'r tîm.

*Cyfraniad eu rôl eu hunain i waith y tîm cyfan:* sut mae eu rôl eu hunain yn effeithio ar rolau pobl eraill yn y tîm; sut mae eu rôl eu hunain yn effeithio ar lwyddiant cyffredinol y tîm.

### 4 Gwybod sut i weithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm

*Gwrando ar syniadau ac awgrymiadau eraill:* talu sylw a dangos parch at gyngor, syniadau, awgrymiadau neu farn a gyflwynir gan bobl eraill e.e. drwy beidio â thorri ar draws, holi cwestiynau er mwyn cael eglurhad o'r hyn a ddywedwyd.

*Rhoi syniadau ac awgrymiadau ynghylch sut y gallai'r tîm gwblhau eu tasg:* e.e. trwy gymryd rhan mewn trafodaethau grŵp, datrys problemau neu sesiynau 'tasgu syniadau', dod o hyd i wybodaeth ac adrodd yn ôl i'r grŵp.

*Cynnig help i aelodau eraill y tîm:* e.e. cynnig helpu aelodau eraill y tîm i gwblhau eu tasg, gwirfoddoli i ymgymryd â thasg aelod o'r tîm sy'n absennol.

*Derbyn cymorth neu gyngor gan aelodau eraill y tîm:* e.e. rhoi cynnig ar syniadau neu awgrymiadau a gyflwynwyd gan eraill, gwrandao'n barchus ar gyngor gan aelod arall o'r tîm, derbyn help gan aelodau eraill y tîm er mwyn cwblhau tasg unigol ar amser.

*Cwblhau eu tasg eu hunain yn unol â'r briff a roddwyd:* cwblhau'r dasg i'r safon ofynnol ac o fewn amserlen a nodwyd.

**5 Gallu ystyried eu perfformiad eu hunain fel unigolyn ac aelod o dîm.**

*Dangos ymddygiad cadarnhaol gweithio mewn tîm: gwrando ar farn pobl eraill, ymateb yn gwrtais i gwestiynau, cwblhau'r dasg unigol a neilltuwyd iddynt yn foddhaol, helpu pobl eraill i gyflawni eu tasgau neu eu cyfrifoldebau, cynnig awgrymiadau ar sut y gellid cyflawni amcanion y tîm, sut y derbyniwyd cyngor gan eraill, a sut y cyfrannodd cyfraniad y dysgwr ei hun at lwyddiant y dasg gyfan.*

*Nodi sgiliau gweithio mewn tîm y gellid eu gwella: e.e. bod yn fwy amyneddgar ag aelodau eraill y tîm, peidio â thorri ar draws pan fydd pobl eraill yn gwneud awgrymiadau, talu mwy o sylw i'r amser a ddyrennir i gwblhau eu tasg unigol eu hunain.*



## **Uned 21: Gweithio Tuag at Nodau**

**Cod Uned: J/502/0463**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i ddeall sut i nodi a gweithio tuag at nodau'n briodol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Bydd yr uned hon yn helpu dysgwyr i archwilio'u cryfderau a'u gwendidau wrth ddatblygu sgiliau personol a chymdeithasol. Mae hon yn uned ymarferol a ddyluniwyd i helpu dysgwyr i adnabod nodau realistig mewn maes cynaliadwyedd o blith yr wyth porth cynaliadwyedd ac i weithio tuag at fodloni o leiaf un nod. Bydd dysgwyr yn archwilio ac yn esbonio manteision cyflawniad a gefnogir gan ystod o bobl i'w helpu i ddatblygu cryfderau a gwella gwendidau.

Caiff meysydd gwendidau presennol dysgwyr eu hunanwerthuso a'u hasesu gan gymheiriaid a thiworiaid. Arweinir dysgwyr i nodi ystod o ffynonellau priodol o gymorth ac i gymryd rhan mewn gweithgareddau strwythuredig a fydd yn arwain at gyflawni'r nod tymor byr o fewn amserlen benodol. Dylai'r nod gysylltu'n uniongyrchol â phynciau cynaliadwy o blith yr wyth porth thema cynaliadwyedd.

Bydd hyn yn hyrwyddo eu hannibyniaeth mewn bywyd personol a gwaith. Er mwyn canfod pa mor effeithiol y bu dysgwyr wrth ddilyn cynllun y cytunwyd arno i gyflawni nod tymor byr, anogir y dysgwyr i baratoi cynllun gweithredu, gan adolygu cynnydd eu gweithgaredd a'i ddiwygio lle bo angen.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr. Bydd yn meithrin sgiliau angenrheidiol i fod yn annibynnol wrth wneud penderfyniadau ac yn hybu cymryd cyfrifoldeb dros gynllunio, adolygu a chyflawni nodau tymor byr.

Mae rhan gyntaf yr uned yn canolbwyntio ar adnabod nodau, yna bydd yn gosod nodau ac yn gweithio tuag atynt. Mae ail ran yr uned yn archwilio paratoi cynllun gweithredu. Mae rhan olaf yr uned yn ymwneud ag adolygu cynnydd tuag at nodau a osodwyd.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gallu adnabod ac esbonio'u nodau	1.1 disgrifio'u cryfderau eu hunain a'r hyn sy'n rhaid ei wella 1.2 adnabod o leiaf un nod sydd yn bwysig i'w datblygiad 1.3 esbonio pam bod cyrraedd y nod yn bwysig 1.4 cytuno ar y nod gyda pherson priodol
2 Paratoi cynllun gweithredu i gyrraedd eu nod	2.1 adnabod y gweithgareddau angenrheidiol i weithio tuag at y nod 2.2 adnabod amserlenni a therfynau amser ar gyfer cyflawni'r nod 2.3 adnabod yr adnoddau angenrheidiol i gefnogi cyflawni'r nod
3 Gallu adolygu cynnydd tuag at gyflawni eu nod	3.1 dilyn y gweithgareddau a amlinellir yn y cynllun gweithredu 3.2 adolygu'r gweithgareddau a'r canlyniadau gyda pherson priodol 3.3 adnabod yr hyn sydd wedi'i gyflawni a'r hyn sydd i'w wneud o hyd 3.4 diwygio'r cynllun gweithredu i adlewyrchu eu cynnydd

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gallu adnabod ac esbonio’u nodau

*Cryfderau a gwendidau:* adnabod eu sgiliau personol a'u rhinweddau eu hunain a gafwyd o addysg, profiad gwaith a phrofiadau bywyd eraill e.e. sgiliau cyfrifiadurol, rhifedd, llythrennedd, y gallu i uniaethu ag eraill, pendantrwydd, sgiliau cyfathrebu, dibynadwyedd, natur ddibynadwy, amynedd, cyfeillgarwch, sgiliau tîm, prydlondeb, ymatebion emosiynol, rheoli amser, sgiliau trefnu, ymwybyddiaeth o gynaliadwyedd.

*Cyrchnodau:* pynciau dethol o blith yr wyth porth cynaliadwyedd; mathau o nodau e.e. gwella rhifedd, llythrennedd, sgiliau TG, gwella prydlondeb yn yr ysgol/coleg/gwaith, graddau, newid ymddygiad negyddol, datblygu sgiliau cyfathrebu a sgiliau cymdeithasol penodol, dilyn ffordd iachach o fyw, creu CV, paratoi ar gyfer lleoliad, paratoi ar gyfer gwaith cyflogedig neu waith gwirfoddol, nodi a yw nodau'n gyraeddadwy, yn fesuradwy ac yn gynaliadwy.

*Pwysigrwydd cyflawni'r nod:* gall gwahanol ffyrdd o gyflawni nod fod yn bwysig e.e. gwella cyfleoedd bywyd, hunan-barch, hyder, ystod ehangach o opsiynau mewn gwaith, addysg a bywyd cymdeithasol, gwell iechyd a lles, ennill mwy o arian, adeiladu perthnasoedd, ymuno â grwpiau cymdeithasol newydd.

*Person priodol i gytuno ar nod gyda hwy:* person priodol e.e. cynghorydd gyrfa, tiwtor, staff cefnogi, cydweithwyr, cyflogwyr, grwpiau cyfoedion, hyfforddwr chwaraeon, dietegydd.

### 2 Paratoi cynllun gweithredu i gyrraedd eu nod

*Gweithgareddau:* mathau o weithgaredd e.e. mynychu hyfforddiant sydd ar gael e.e. gan gyflogwr, canolfan waith, coleg, ysgol; ymuno â chlybiau bwyta'n iach neu ffordd o fyw e.e. grŵp diet, grŵp hunangymorth, clwb neu brosiectau chwaraeon, mynychu cymorth astudio; ymchwil annibynnol e.e. llunio CV drwy wneud cais am waith cyflogedig neu wirfoddol; cofnodi gweithgareddau e.e. creu cynllun gweithredu gyda staff, cadw dyddiadur o ddigwyddiadau, asesiad gan gyfoedion a hunanasesu, creu cod ymddygiad a chytuno ar hawliau a chyfrifoldebau.

*Amserlenni a therfynau amser:* nod realistig a mesuradwy; amserlen benodol ar gyfer nod tymor byr; hyd gweithgareddau.

*Adnoddau:* pobl e.e. cynghorydd gyrfaedd, canolfan waith, tiwtor, staff cefnogi, cydweithwyr, cyflogwyr, grwpiau cyfoedion, hyfforddwr chwaraeon; aml-gyfrwng e.e. y rhyngwrwyd, llyfrau llyfrgell, taflenni o ganolfannau iechyd, papurau newydd lleol.

### 3 **Gallu adolygu eu cynnydd tuag at gyflawni eu nod**

*Adolygu gweithgareddau a chanlyniadau'n rheolaidd:* adolygu tasgau a gwblhawyd drwy drafod gyda chyfoedion a phobl broffesiynol; myfyrio mewn dyddiadur; rhestrau gwirio a holiaduron; gwaith papur tiwtorial a chysylltu â phyrth thema cynaliadwyedd e.e. bwyd a diod, ynni a dŵr, teithio a thraffig, prynu a gwastraff, adeiladau a thiroedd, cynhwysiant a chyfranogiad, lles lleol, dimensiwn byd-eang

## **Uned 22: Delio â Phroblemau mewn Bywyd Bob Dydd**

**Cod Uned: L/502/0464**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 2**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw cyflwyno dysgwyr i'r cysyniad o ddatrys problemau a'u helpu i ddatblygu sgiliau i'w galluogi i fynd i'r afael â phroblemau yn eu bywydau bob dydd.

### **Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu dysgwyr i ddisgrifio amrywiaeth o broblemau syml a adnabyddir drwy edrych ar yr wyth porth cynaliadwyedd a defnyddio ystod o strategaethau a gweithdrefnau i fynd i'r afael â hwy. Mae'n uned ymarferol a ddyluniwyd i gefnogi dysgwyr i adnabod problemau syml ac i weithio tuag at eu datrys, gyda chefnogaeth gan ystod o bobl a sefydliadau priodol. Bydd y gweithgareddau a gynhelir yn ystod yr uned hon yn hyrwyddo agwedd 'gallu gwneud' a fydd yn ddefnyddiol i ddysgwyr trwy gydol eu bywydau personol a gwaith.

Bydd dysgwyr yn cael y cyfle i ddewis o ystod o broblemau a roddir neu i benderfynu ar fynd i'r afael â phroblem sy'n effeithio ar eu hysgol neu goleg, neu iddynt hwy'n bersonol. Bydd dysgwyr yn archwilio problemau penodol a'u heffeithiau, yn ogystal â strategaethau a ddefnyddir i fynd i'r afael â phroblemau, a byddant yn amlinellu'r dulliau a'r sgiliau a ddefnyddir i gwblhau adolygiad cynhwysfawr.

Bydd dysgwyr yn creu cynllun wedi'i ddiffinio'n dda a ddefnyddir i gofnodi cynnydd a gwerthuso'r canlyniad terfynol gyda rhywfaint o gefnogaeth gan weithwyr proffesiynol priodol.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol cyffredinol dysgwyr. Bydd y dull ymarferol a ddefnyddir drwy gydol yr uned hon yn cefnogi datblygu sgiliau angenrheidiol i fod yn annibynnol wrth ddatrys problemau yn eu bywydau eu hunain, neu wrth ryngweithio gyda theulu, ffrindiau neu'r gymuned leol.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod sut i adnabod problem syml a sut i fynd i'r afael â hi	1.1 disgrifio problem syml a disgrifio ei heffeithiau 1.2 awgrymu ffyrdd y gallent fynd i'r afael â'r broblem 1.3 dewis ffordd o fynd i'r afael â'r broblem a chytuno arni gyda pherson priodol
2 Gallu cynllunio a chyflawni gweithgareddau i fynd i'r afael â phroblem	2.1 cynllunio'r gweithgareddau angenrheidiol i fynd i'r afael â'r broblem 2.2 adnabod yr adnoddau i helpu i fynd i'r afael â'r broblem 2.3 cynnal y gweithgareddau a gynlluniwyd
3 Gallu cynnal adolygiad o'r dulliau a'r sgiliau a ddefnyddiwyd i ddatrys y broblem	3.1 adolygu'r dull a ddefnyddir i fynd i'r afael â'r broblem 3.2 disgrifio'r hyn oedd yn dda a'r hyn nad oedd cystal 3.3 adnabod a yw'r broblem wedi cael ei datrys

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod sut i adnabod problem syml a sut i fynd i'r afael â hi

*Problemau syml:* problemau y gall unigolion eu datrys gyda chynghor a chymorth; problem mewn bywyd bob dydd e.e. pibell ddŵr wedi byrstio, car yn torri i lawr, colli'r bws olaf gartref, colli pasbort; problemau personol e.e. methu â thalu benthyciad yn ôl i ffrind, landlord yn cynyddu rhent; problemau teuluol e.e. aelod o'r teulu yn colli ei swydd, cyfrifoldebau gofalu teuluol; problemau gyda phobl eraill e.e. cael eu bwlio yn y coleg neu yn y gwaith; problem gymunedol e.e. sbwriel yn y coleg, diffyg cyfleusterau ailgylchu.

*Adnabod problem:* effeithiau problem e.e. cyfrifoldebau gofalu teuluol - methu â pharhau â gwaith rhan-amser i gefnogi astudiaethau, dim amser i gwblhau gwaith cwrs, gorfod gadael cwrs, prinder cyfleoedd gwaith yn y dyfodol, diffyg hunanhyder, effeithio ar iechyd.

*Ffyrdd o fynd i'r afael â phroblem:* peidio â chyffroi, gofyn am gyngor a chymorth gan unigolion a sefydliadau; ystyried diogelwch personol; pwyso a mesur opsiynau gwahanol; ystyried dichonoldeb; ystyried costau; penderfynu ar ffordd o weithredu; cofnodi cynlluniau ar gyfer gweithredu e.e. p'un ai i brynu rhywbeth.

*Person priodol:* pobl priodol sy'n berthnasol i broblem e.e. rhiant, ffrind, athro, tiwtor personol, heddwas, cynghorydd gyrfaoedd, cynghorydd myfyrwyr, meddyg teulu, ymwelydd iechyd, gweithiwr cymdeithasol, cynrychiolydd ar gyngor y myfyrwyr, mentor, tiwtor cefnogi dysgu, llyfrgellydd, cynrychiolydd undebau llafur.

### 2 Gallu cynllunio a chyflawni gweithgareddau i fynd i'r afael â phroblem

*Cynllunio gweithgareddau:* defnyddio adnoddau i ganfod gwybodaeth; cofnodi'r holl weithgareddau angenrheidiol mewn cynlluniau.

*Adnoddau:* perthnasol i broblem e.e. meddygfeydd teulu a chanolfannau iechyd, adran gwaith cymdeithasol, asiantaethau'r llywodraeth, cyfleustodau, Canolfan Cyngor ar Bopeth; sefydliadau gwirfoddol, llyfrau ffôn lleol a chenedlaethol, cyfeiriaduron ar-lein, tiwtoriaid, cyfoedion, papurau newydd lleol, rhaglenni dogfen, gwefan sgiliau, cynllun dysgu unigol, gwaith papur adolygu a thiworial, cod ymddygiad, grŵp cyfoedion, cydweithwyr, ffrindiau, perthnasoedd; llyfrgelloedd.

*Cyflawni gweithgareddau:* dilyn cynllun; cadw cofnodion o gamau gweithredu e.e. copiâu o lythyrau a negeseuon e-bost, cofnodion o alwadau ffôn, dyddiad, enw'r person y siaradwyd ag ef/hi, cofnodion cyfarfodydd; cofnod o sesiynau tiwtorial; tystiolaeth o wefannau; copiâu o'r taflenni perthnasol.

**3 Gallu cynnal adolygiad o'r dulliau a'r sgiliau a ddefnyddiwyd i ddatrys y broblem**

*Adolygu:* ystyried effeithiolrwydd y cynllunio; effeithiolrwydd y dull a gymerwyd i ddatrys problem; beth oedd yn llwyddiannus; beth oedd yn llai llwyddiannus; ystyried tystiolaeth e.e. gwaith papur adolygu a thiworial, cofnodion cyfarfodydd, arolygon myfyrwyr, barn y cyhoedd, trafodaeth gyda chymheiriaid, gweithwyr proffesiynol priodol.

*Adnabod a yw'r broblem wedi cael ei datrys:* atebion i fathau o broblemau e.e. pibell a fyrstiodd wedi trwsio a ddim yn gollwng bellach, car wedi'i drwsio, benthyciadau wedi'u had-dalu, dim gwrthdaro pellach gyda theulu neu ffrindiau, dod o hyd i atebion ar gyfer cyfrifoldebau gofalu teulu gan arwain at fwy o amser ar gyfer astudio; gwell hunan-barch a hyder; ffynonellau canlyniadau e.e. canlyniadau profion, targedau adolygu a thiworial, cynllun dysgu unigol, tystiolaeth tystion, datganiadau arsylwi, cofnodion cyfarfodydd, adrodd am ddigwyddiadau.



## **Uned 23: Hawliau a Chyfrifoldebau Unigol**

**Cod yr uned: K/502/0472**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw codi ymwybyddiaeth y dysgwyr o'u hawliau a'u chyfrifoldebau fel unigolion.

### **Cyflwyniad yr uned**

Nod yr uned hon yw rhoi dealltwriaeth i ddysgwyr o'u hawliau a'u chyfrifoldebau unigol fel dinasyddion presennol a dyfodol o'r ddaear. Mae'n bwysig bod unigolion yn gwybod beth yw eu hawliau, fel bodau dynol ac fel dinasyddion y wlad lle maent yn byw, er mwyn gallu ymarfer yr hawliau hynny'n effeithiol a pharchu hawliau pobl eraill. Dylai unigolion ddeall effaith y penderfyniadau a wnânt.

Er mwyn gweithredu mewn cymdeithas rhaid iddynt hefyd gydnabod bod ganddynt gyfrifoldebau iddynt eu hunain a'r rhai o'u cwmpas ochr yn ochr â'u hawliau unigol.

Yn yr uned hon, anogir y dysgwyr i archwilio hawliau cyfreithiol a moesol pobl, gan gynnwys hawliau penodol plant, a'u hystyried mewn perthynas â'u hunain fel unigolion. Byddant yn archwilio rhwystrau posibl a allai eu hwynebu wrth arfer eu hawliau, yn nodi ffynonellau cymorth y gallent eu defnyddio ac yn disgrifio sut y gallai hynny eu helpu i arfer hawliau.

Rhoddir cyfle i ddysgwyr nodi ac arddangos y cyfrifoldebau sydd ganddynt i'w hunain a datgan y cyfrifoldebau sydd ganddynt tuag at eraill, gan gynnwys cenedlaethau'r dyfodol.

Bydd cwblhau'r uned hon yn cyfrannu at ddatblygiad personol a chymdeithasol dysgwyr. Bydd y dysgwyr yn datblygu gwybodaeth a sgiliau y gallant eu defnyddio yn y dyfodol i'w helpu i arfer eu hawliau a'u chyfrifoldebau unigol yn fwy effeithiol ac i werthfawrogi effaith gwneud penderfyniadau ar eu hawliau eu hunain a rhai pobl eraill.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall eu hawliau unigol	1.1 rhoi enghreifftiau o'u hawliau fel unigolion 1.2 rhoi enghreifftiau o rwystrau a allai eu hatal rhag arfer eu hawliau 1.3 adnabod ffynonellau o gymorth wrth arfer eu hawliau a disgrifio sut y gallent helpu
2 Deall eu cyfrifoldebau unigol	2.1 adnabod eu cyfrifoldebau eu hunain 2.2 adnabod eu cyfrifoldebau tuag at eraill 2.3 dangos sut y maent yn cymryd cyfrifoldeb drostynt eu hunain

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall eu hawliau unigol

*Hawliau unigol:* gwybod beth yw eich hawliau cyfreithiol a moesol unigol e.e. Deddf Hawliau Dynol 1998, Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, Deddf Plant, deddfwriaeth gwrthwahanïaethu, deddfau diogelu defnyddwyr; nodi enghreifftiau o sut y mae'r hawliau unigol hyn yn berthnasol i chi e.e. mae'r hawl gennych i weld y cofnodion meddygol sydd gan eich meddyg amdanoch chi; mae hawl yn y gwaith i orffwys ac i gael egwylion prydau bwyd; gydag addysg, mae gennych yr hawl i beidio â chael eich aflonyddu neu'ch bwlio; os cewch eich arestio mae gennych hawl i gynrychiolaeth gyfreithiol.

*Rhwystrau i arfer hawliau:* peidio â gwybod beth yw eich hawliau eu hunain; diffyg grym e.e. gall plentyn bach, person hŷn neu oedolyn agored i niwed gael ei lethu gan bobl gryfach; hawliau cyfreithiol a moesol ddim o reidrwydd yn cael eu parchu gan unigolion neu sefydliadau eraill; ariannol e.e. methu â fforddio cyfreithiwr neu gael cymorth cyfreithiol; pob gwlad ddim yn cydnabod hawliau dynol neu hawliau plant; sefyllfaoedd lle mae eu hawliau eu hunain yn gwrthdaro gyda rhai pobl eraill.

*Ffynonellau cymorth:* cyfreithiol e.e. cyfreithwyr, llysoedd, yr heddlu; cyrff statudol e.e. gwasanaethau cymdeithasol, cynghorau lleol; elusennau a ffynonellau eraill o gyngor neu gymorth e.e. Cyngor ar Bopeth, cynghorydd lleol, Aelod Seneddol/Cynulliad lleol, Amnest Rhyngwladol, ChildLine, Undebau Llafur.

### 2 Deall eu cyfrifoldebau unigol

*Cyfrifoldebau i'w hunain:* e.e. gwybod eu hawliau eu hunain yn ôl y gyfraith, cael gwybodaeth a chynghor priodol, peidio â gadael i bobl eraill bwysu arnoch, gofalu am eich iechyd a'ch diogelwch eich hun.

*Cyfrifoldebau i eraill:* ufuddhau i'r gyfraith e.e. peidio ag ysmegu mewn man cyhoeddus, dilyn gweithdrefnau iechyd a diogelwch yn y gwaith; parchu hawliau pobl eraill e.e. cadw cyfrinachedd, parchu preifatrwydd, diogelu eich teulu a'ch ffrindiau, cyfrifoldeb tuag at genedlaethau'r dyfodol; helpu eraill i warchod eu hawliau e.e. adrodd am bryderon ynghylch plant neu bobl agored i niwed, cymryd camau i atal troseddau neu wahaniaethu yn erbyn pobl eraill, gwarchod yr amgylchedd, lleihau gwastraff, caffael yn gyfrifol, gwneud penderfyniadau ar p'un ai i brynu rhywbeth neu beidio.



## **Uned 24: Gweithredu Cymunedol**

**Cod yr uned: M/502/0473**

**Lefel FFCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 2**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned yw annog dysgwyr i gymryd rhan mewn gweithgareddau yn y gymuned leol ac i ddeall manteision y gweithgareddau hyn i'w hunain ac i'r gymuned.

### **Cyflwyniad yr uned**

Bydd yr uned hon yn cynyddu gwybodaeth a dealltwriaeth y dysgwyr o rolau grwpiau cymunedol ac yn eu galluogi i ddangos eu cyfranogiad mewn gweithgareddau cymunedol. Mae'r llywodraeth, awdurdodau lleol, heddluoedd ac asiantaethau eraill yn ystyried cyfranogiad unigolion yn eu cymunedau eu hunain yn ddylanwadol wrth leihau ymddygiad gwrthgymdeithasol, troseddu ac ynysu cymdeithasol ac wrth ddatblygu cydlynid cymdeithasol.

Mae'n bwysig, felly, bod unigolion yn cydnabod y cyfraniadau y gallant eu gwneud tuag at wella'u cymuned a manteision hynny i'w hunain, i eraill ac i'r amgylchedd.

Bydd dysgwyr yn cael gwybod am amcanion, dibenion a gweithgareddau gwahanol fathau o grwpiau cymunedol a'u pwysigrwydd yn y gymuned. Bydd dysgwyr yn datblygu eu sgiliau drwy gymryd rhan mewn o leiaf dau weithgaredd cymunedol ymarferol a myfyrio ar fanteision eu gweithgareddau cymunedol i'w hunain ac i eraill.

Anogir dysgwyr i helpu i gynllunio gweithgareddau a fydd yn parhau neu'n cynnal y manteision i'r gymuned.

Drwy gwblhau'r uned hon, bydd y dysgwyr yn cymryd rhan mewn gweithgareddau cymunedol a allai wella'u sgiliau a darparu'r profiadau angenrheidiol iddynt ganfod cyflogaeth a llwyddo ynddo. Gall hefyd gynyddu eu hyder a'u parodrwydd i gymryd rhan yn eu cymuned eu hunain yn y dyfodol, gan eu hannog i ddatblygu cymdeithas ofalgar sy'n rhannu.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Dangos dealltwriaeth o'r rôl y mae grwpiau cymunedol yn chwarae	1.1 disgrifio dau grŵp cymunedol gwahanol a'u gweithgareddau 1.2 dweud pam bod y grwpiau hyn yn bwysig i'r gymuned
2 Dangos eu cyfraniad at weithgareddau cymunedol	2.1 cyfrannu at weithgareddau yn y gymuned 2.2 esbonio sut mae'r gweithgareddau o fudd i'w hunain ac i'r gymuned 2.3 cynllunio gweithgareddau pellach i barhau/cynnal manteision i'r gymuned gydag eraill

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Dangos dealltwriaeth o'r rôl y mae grwpiau cymunedol yn ei chwarae

*Rolau grwpiau cymunedol:* dysgu am y gwahanol fathau o grwpiau sy'n bodoli e.e. grwpiau ffydd, grwpiau hunangymorth, elusennau, grwpiau cymdogaeth, grwpiau pwyso, grwpiau amgylcheddol; darganfod nodau, pwrpas a gweithgareddau ymgyrchu grwpiau cymunedol e.e. ymgyrchu ar gyfer croesfan ffordd newydd, grwpiau defnyddwyr rheilffyrdd neu gynlluniau prynu beic, darparu pryddau bwyd i'r digartref, trefnu cyfarfodydd cymdeithasol, darparu cyngor a chymorth am ddim, glanhau neu wella ardal benodol.

*Pwysigrwydd i'r gymuned:* ymchwilio manteision i'r gymuned; manteision cymdeithasol e.e. cynyddu ymdeimlad o berthyn i gymuned, annog pobl i gwrdd â'i gilydd, gall pobl sy'n gweithio gyda'i gilydd gyflawni tasg yn fwy effeithlon, darparu gwybodaeth neu wasanaethau y mae eu hangen ar bobl; manteision ariannol e.e. codi arian ar gyfer gwelliannau neu wasanaethau nad ariennir gan y llywodraeth neu'r cyngor; manteision amgylcheddol e.e. gwneud ardal yn fwy diogel neu'n fwy dymunol i'r defnyddwyr.

### 2 Dangos eu cyfraniad at weithgareddau cymunedol

*Cyfrannu at weithgareddau cymunedol:* dod o hyd i ffyrdd o gyfrannu e.e. helpu i drefnu digwyddiad codi arian, ymuno â phwyllgor neu gyfarfodydd cynllunio a chyfrannu syniadau, casglu arian neu eitemau i'w gwerthu ar ran elusen, darparu neu ddanfon taflenni gwybodaeth, helpu i adfer ardal o harddwch naturiol; cynllunio gweithgareddau pellach e.e. cael pobl eraill rydych yn eu hadnabod i ymuno â'ch gweithgareddau y tro nesaf, ailadrodd gweithgaredd ond gyda gwelliannau neu ychwanegiadau, ymrwymo i fynychu grŵp yn rheolaidd yn y dyfodol, ymrwymo i roi cyfnod penodol o amser neu i gytuno i helpu gyda'r dasg benodol yn y dyfodol.

*Manteision gweithgareddau cymunedol:* esbonio sut mae gweithgareddau o fudd i'w hunain e.e. mwy o hunan-barch neu hunanhyder, dysgu sgiliau newydd, gwneud ffrindiau newydd, mwynhau'r gweithgareddau, datblygu sgiliau angenrheidiol i gyflogaeth; egluro sut mae gweithgareddau o fudd i'r gymuned e.e. plant yn chwarae'n ddiogel oherwydd bod sbwriel wedi'i glirio o'r parc lleol, bore coffi yn rhoi rhywle i bobl oedrannus gwrdd er mwyn iddynt deimlo'n llai ynysig, gofalu cartref a chanolfan galw i mewn yn rhoi cyngor a chymorth i'r rhai sydd ei angen, gwarchod cymdogaeth wedi gwneud i bobl leol deimlo'n fwy diogel





## **Uned 25:                   Hawliau a Chyfrifoldebau yn Ddinesydd mewn Democratiaeth**

**Cod Uned:                   Y/600/3161**

**Lefel FFCCH:               Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw rhoi dealltwriaeth i ddysgwyr o hawliau a chyfrifoldebau unigolion yn y Deyrnas Unedig.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae gwybod am Hawliau Dynol yn rhagflaenydd hanfodol i ddeall hawliau a chyfrifoldebau unigolion. Mae'n hanfodol deall hawliau gwleidyddol a chyfreithiol dinasyddion yn y Deyrnas Unedig.

Mae dinasyddiaeth effeithiol yn gofyn bod gan unigolion ymdeimlad o ddyletswydd neu rwymedigaeth i'w gilydd a'r gymuned. Mae'n bwysig, felly, eu bod yn deall cyfrifoldebau moesol, cymunedol a gwleidyddol a sut y gall y rhain wrthdaro â hawliau unigolion. Rhan hanfodol o ddemocratiaeth fodern yw'r ffordd y mae'r cyfryngau'n llywio ac yn dylanwadu ar farn y cyhoedd ac yn gwneud y rhai sydd mewn grym yn atebol, ac mae hyn yn gofyn am ddealltwriaeth o ffafriaeth. Mae'r ffordd y gall dinasyddion ddylanwadu ar benderfyniadau mewn democratiaeth yn hanfodol i deall dinasyddiaeth weithredol. Nod yr uned hon yw datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth yn y meysydd allweddol hyn.

Yn rhan gyntaf yr uned, bydd dysgwyr yn ymchwilio i hawliau dynol. Caiff hawliau dinasyddion y Deyrnas Unedig eu harchwilio yn yr adran hon.

Ymchwilir i gyfrifoldebau dinasyddiaeth yn ail ran yr uned. Bydd dysgwyr yn ystyried sut y gall hawliau a chyfrifoldebau unigolion wrthdaro.

Yn nhrydedd rhan yr uned, bydd dysgwyr yn ymchwilio i'r ffordd y mae'r cyfryngau yn dylanwadu ar farn y cyhoedd a'r llywodraeth.

Yn olaf, bydd dysgwyr yn ystyried ffyrdd y gall dinasyddion ddylanwadu ar benderfyniadau fel unigolion, neu fel aelodau grŵp neu sefydliad.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod hawliau dinasyddion	1.1 amlinellu ystyr hawliau dynol 1.2 adnabod hawliau dinasyddion yn y Deyrnas Unedig
2 Gwybod cyfrifoldebau dinasyddiaeth mewn democratiaeth	2.1 disgrifio cyfrifoldebau dinasyddiaeth 2.2 disgrifio sut y gallai hawliau a chyfrifoldebau unigolion wrthdaro
3 Deall rôl y cyfryngau mewn democratiaeth	3.1 esbonio sut y mae'r cyfryngau'n cyfeirio barn
4 Gwybod sut y gall dinasyddion ddylanwadu ar benderfyniadau	4.1 amlinellu sut y gall unigolion, grwpiau a sefydliadau ddylanwadu ar benderfyniadau sy'n effeithio ar gymunedau a'r amgylchedd

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod hawliau dinasyddion

*Hawliau dynol*: diffiniad e.e. sicrhau y caiff dinasyddion eu trin yn deg, hawliau dynol e.e. hawliau sifil a gwleidyddol h.y. yr hawl i fywyd a rhyddid, rhyddid mynegiant, cydraddoldeb yn ôl y gyfraith, hawliau cymdeithasol, diwylliannol ac economaidd.

*Hawliau dinasyddion y DU*: hawliau gwahanol e.e. hawliau sifil, hawliau yn ôl y gyfraith e.e. siarad yn rhydd, achos llys teg, meddu ar eiddo, hawliau gwleidyddol e.e. pleidleisio, sefyll mewn etholiad, hawliau cymdeithasol e.e. incwm, addysg y wladwriaeth, gofal iechyd, Deddf Hawliau Dynol 1998 , deddfwriaeth gwrthwahananiaethu e.e. Deddf Gwahananiaethu ar sail Anabled 1995, Deddf Cysylltiadau Hiliol 1976.

### 2 Gwybod cyfrifoldebau dinasyddiaeth mewn democratiaeth

*Cyfrifoldebau dinasyddiaeth*: rhesymau e.e. ddyletswydd/rhwymedigaeth i'w gilydd ac i'r gymuned, angenrheidiol er mwyn sicrhau nad yw cymdeithas yn methu; mathau e.e. cyfrifoldeb moesol e.e. parchu gwahananiaethau rhwng pobl, trin pobl eraill fel y byddech yn hoffi cael eich trin; cyfrifoldeb cymunedol e.e. ysgol, coleg, cymuned leol, tref; cyfrifoldeb gwleidyddol e.e. pleidleisio, cymryd rhan yn y broses ddemocrataidd, sicrhau y gall cenedlaethau'r dyfodol arfer eu hawliau.

*Hawliau a chyfrifoldebau anghyson*: gwrthdaro e.e. rhyddid i siarad yn erbyn bygythiadau o eithafiaeth a therfysgaeth, hawl i breifatrwydd yn erbyn gofyniad i gario cardiau adnabod, hawl rhieni i ddisgyblu plentyn yn erbyn cyfrifoldeb i gadw plant yn ddiogel, adnoddau cywir yn erbyn yr effaith ar bobl eraill a'r amgylchedd.

### 3 Deall rôl y cyfryngau mewn democratiaeth

*Cyfryngau*: teledu e.e. sector cyhoeddus, sector masnachol, lloeren a chebl; radio e.e. BBC, gorsafoedd masnachol, gorsafoedd cymunedol; papurau newydd e.e. cenedlaethol, lleol, papur safonol, tabloid; rhynggrwyd.

*Y cyfryngau mewn democratiaeth*: mathau e.e. gwasg rydd, hunanreoleiddio, adrodd am ddigwyddiadau cyfredol, darparu marchnad rydd o syniadau, hysbysu'r cyhoedd am weithredu'r llywodraeth, cynrychioli barn y cyhoedd i'r llywodraeth, cyfathrebu syniadau, codi ymwybyddiaeth, lobïau, ymgyrchu ar faterion.

*Cyfryngau diduedd*: yn aml ddim yn diduedd e.e. gwahanol bapurau newydd yn cefnogi pleidiau gwleidyddol, gwybodaeth ar y rhynggrwyd heb ei rheoleiddio, rhaglenni teledu ag agenda cymdeithasol/gwleidyddol, atal neu or-bwysleisio gwybodaeth (sbin).

#### 4 **Gwybod sut y gall dinasyddion ddylanwadu ar benderfyniadau**

*Dylanwadu ar benderfyniadau:* cyfraniad e.e. aelod o sefydliadau cymunedol, grwpiau pwyso, ymgyrchoedd cenedlaethol, ymgyrchoedd lleol, gwirfoddoli; camau e.e. pleidleisio, ymuno â phlaid wleidyddol, cymryd rhan mewn cyngor myfyrwyr/lleol, ysgrifennu at bapur newydd, arwyddo deiseb, protestio, prynwriaeth.

## **Uned 26: Natur Newidiol Cymdeithas yn y Deyrnas Unedig**

**Cod yr uned: K/600/3164**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw rhoi dealltwriaeth i ddysgwyr o ystyr bod yn ddinesydd mewn cymdeithas amlddiwylliannol - h.y. y Deyrnas Unedig - a sut i gyfrannu at gydlyniant cymunedol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae deall ystyr bod yn ddinesydd yn y Deyrnas Unedig yn gofyn am werthfawrogiad o gysyniad amrywiaeth a sut y gall annog a chefnogi cydlyniant cymunedol. Mae'n bwysig ystyried yr ieithoedd, y crefyddau a'r ffyrdd o fyw a ddaeth i'r DU gyda phobl dros filoedd o flynyddoedd, a sut maent yn cyfuno i ffurfio ein cymdeithas amlddiwylliannol. Mae'r ffyrdd y gellir rhannu gwerthoedd, syniadau, credoau, diwylliannau, hunaniaeth, traddodiadau a safbwyntiau cymdeithas amlddiwylliannol yn agwedd bwysig o'r uned hon. Mae'r uned yn rhoi'r wybodaeth i ddysgwyr gymryd camau deallus a chyfrifol fel dinesydd, ac i helpu i ddarparu dyfodol cynaliadwy.

Yn rhan gyntaf yr uned, bydd dysgwyr yn ymchwilio i hanes a manteision y frwydr dros hawliau a rhyddid yn y Deyrnas Unedig. Ystyrir manteision ymdrechion o'r fath.

Yn ail ran yr uned, disgwylir i'r dysgwr ystyried cysyniad hunaniaeth a pham ei fod yn bwysig mewn cymdeithas amlddiwylliannol er mwyn sicrhau cydlyniant cymunedol ar gyfer dyfodol cynaliadwy.

Bydd dysgwyr yn archwilio amlddiwylliant yn y DU yn nhrydedd rhan yr uned.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am hunaniaeth	1.1 rhestru ffactorau sy'n cyfrannu at hunaniaeth ddiwylliannol 1.2 amlinellu pam bod hunaniaeth yn bwysig
2 Gwybod am y newid yn natur newidiol cymdeithas y DU	2.1 amlinellu rheswm dros bobl yn mudo 2.2 nodi newidiadau yng nghymdeithas y DU 2.3 disgrifio manteision amrywiaeth ddiwylliannol
3 Deall sut gellir hybu cydlyniant cymunedol mewn cymdeithas amlddiwylliannol	3.1 esbonio sut i hybu cydlyniant cymunedol mewn cymdeithas amlddiwylliannol

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod am hunaniaeth

*Hunaniaeth*: mathau e.e. hunaniaethau lluosog, pob unigolyn yn wahanol ond nifer o bethau'n gyffredin rhyngddynt, rhai ffactorau nad oes modd eu newid e.e. rhyw, lliw croen, anabledd; ffactorau eraill y mae unigolion yn eu dewis drostynt eu hunain e.e. plaid wleidyddol, tîm pêl-droed; hunaniaeth newidiol e.e. rhiant.

*Hunaniaeth gymdeithasol*: pa grwpiau mewn cymdeithas rydych yn teimlo'n rhan ohonynt; hunaniaeth leol e.e. tref/pentref/ardal lle rydych yn byw; hunaniaeth ranbarthol e.e. deheuol, gogleddol; hunaniaeth genedlaethol e.e. Cymreig, Prydeinig, Siapaneaidd; hunaniaeth fyd-eang; hunaniaeth ethnig e.e. Asiaidd; hunaniaeth grefyddol e.e. Mwslimaidd, Cristnogol.

*Pwysigrwydd hunaniaeth*: ystyr e.e. ymdeimlad o berthyn, teimlo bod pobl wedi eu derbyn, darparu ymdeimlad cryf o hunan, cydnabod yr hyn sy'n gyffredin rhwng unigolion yn ogystal â'r hyn sy'n gwneud unigolyn yn wahanol; annog cydlyniad ac ymdeimlad o gymuned ar gyfer dyfodol cynaliadwy.

### 2 Gwybod am y newid yn natur newidiol cymdeithas y DU

*Rhesymau dros fudo*: rhesymau gwahanol dros ddod i'r DU e.e. dianc rhag rhyfel, tlodi, gwahaniaethu, dod o hyd i waith, rhyddid, i briodi; gadael y DU e.e. dod o hyd i waith, ffordd well o fyw, tywydd gwell, ymuno â theulu; o fewn y DU e.e. dod o hyd i waith, ymuno â theulu mewn rhannau eraill o'r wlad, ailgartrefu, ymuno â chymuned.

*Newidiadau*: cymdeithas amlddiwylliannol e.e. yn cynnwys pobl o gefndiroedd ethnig, crefyddol a diwylliannol gwahanol, mewnfudwyr i'r DU o lawer o wahanol wledydd e.e. Llychlynwyr, Normaniaid, ffoaduriaid Iddewig ym 1933-45, mewnfudwyr o'r Gymanwlad wedi'u hannog gan y llywodraeth i ymdopi â phrinder llafur 1948-71, aelodau o'r UE ers 1992.

*Manteision amrywiaeth ddiwylliannol*: rhesymau e.e. gwneud bywyd yn amrywiol a diddorol, cyfoethogi profiadau bywyd, cyfle i ddysgu am wahanol ddiwylliannau e.e. ffyrdd o fyw, agweddau, dulliau, ieithoedd; cyfraniad at gymdeithas e.e. i ddiwydiant, mentergarwch, sgiliau, chwaraeon, gwahanol fwydydd, cerddoriaeth ac adloniant, gwerthfawrogiad o'u hamgylchedd eu hunain a'i weld fel y mae pobl eraill yn ei weld, gwneud dewisiadau deallus ar gyfer rhyngweithio cymdeithasol.

### 3 **Deall sut gellir hybu cydlyniant cymunedol mewn cymdeithas amlddiwylliannol**

*Cydlyniant cymunedol:* ystyr e.e. adeiladu cymdeithas fwy goddefgar, teg a thryloyw lle mae pob aelod yn rhannu ymdeimlad cyffredin o berthyn sy'n goresgyn eu gwahaniaethau.

*Ffyrdd o hybu cydlyniant cymunedol:* gweithredoedd e.e. parchu amrywiaeth, cydnabod gwerthoedd a rennir, dysgu gan ac am ei gilydd, dilyn ac amddiffyn hawliau dynol, herio rhagfarn, gwahaniaethu a stereoteipio, cymryd rhan a dilyn camau cyfrifol, rhoi gwybod os ydych chi neu eraill yn cael eich cam-drin neu os gwahaniaethir yn eich erbyn, gweithio gyda'i gilydd, datblygu derbyn ein hangen am ddyfodol cynaliadwy.



## **Uned 27: Rôl y Deyrnas Unedig mewn Sefydliadau Byd-eang**

**Cod yr uned: M/600/3165**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw i ddysgwyr werthfawrogi rôl y Deyrnas Unedig mewn sefydliadau ledled y byd, ac o ganlyniad, yn y gymuned fyd-eang.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r uned hon yn cyflwyno'r dysgwyr i rôl y Deyrnas Unedig (DU) mewn materion byd-eang. Ffocws yr uned hon yw helpu dysgwyr i ddod i ddeall yn glir sut mae'r DU yn rhyngweithio â sefydliadau o fewn y gymuned fyd-eang i greu newid ledled y byd.

Caiff dysgwyr eu hannog i archwilio'r ffordd y mae'r sefydliadau allweddol hyn yn cymryd rhan mewn digwyddiadau cyfoes, boed yn amgylcheddol, yn wleidyddol neu'n economaidd.

Gellir defnyddio'r uned hon fel sylfaen i ddysgu am ddinasyddiaeth fyd-eang, lle caiff dysgwyr eu hannog i archwilio materion byd-eang a chymryd rhan weithredol.

Yn rhan gyntaf yr uned, bydd dysgwyr yn archwilio rôl y DU yn yr Undeb Ewropeaidd. Mae ail ran yr uned yn archwilio diben y Gymanwlad a rôl y DU ynddi.

Yn olaf yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn archwilio pwrpas y Cenhedloedd Unedig a'r rôl a chwaraeodd mewn digwyddiad byd-eang diweddar.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>		<b>Meini Prawf Asesu</b>	
		<b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>	
1	Gwybod rôl y DU yn yr Undeb Ewropeaidd	1.1	amlinellu swyddogaeth yr Undeb Ewropeaidd
		1.2	disgrifio rôl y DU yn yr Undeb Ewropeaidd
2	Gwybod rôl y DU o fewn y Gymanwlad	2.1	nodi diben y Gymanwlad
		2.2	disgrifio rôl y DU yn y Gymanwlad
3	Gwybod rôl y Cenhedloedd Unedig yng nghyd-destun digwyddiadau cyfoes	3.1	nodi pwrpas y Cenhedloedd Unedig
		3.2	disgrifio rôl y Cenhedloedd Unedig mewn digwyddiad cyfredol

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod rôl y DU yn yr Undeb Ewropeaidd

*Swyddogaeth yr UE:* hanes e.e. ffurfio, cysylltiadau Ewropeaidd, manteision ar y cyd e.e. masnach rydd, rhyddid i symud, rhyddid i ddewis swyddi, undeb ariannol (arian sengl).

*Rôl y DU yn yr UE:* gweithredoedd e.e. Aelodaeth o Senedd Ewrop (ASE), y Cyngor Ewropeaidd, dau aelod ar y Comisiwn Ewropeaidd, Llys Cyfiawnder Ewrop; ariannol e.e. cyfraniadau i gyllideb yr UE a derbyn cymorthdaliadau e.e. i ffermwyr; eraill e.e. cymunedol, polisi amaethyddol, Cyfarwydddeb Fframwaith Dŵr Ewropeaidd, cyfraith cadwraeth natur Ewrop, cytundebau rhyngwladol newid yn yr hinsawdd.

### 2 Gwybod rôl y DU o fewn y Gymanwlad

*Pwrpas y Gymanwlad:* hanes e.e. ffurfio, cyn-drefedigaethau Prydeinig; gwerthoedd a nodau cyffredin e.e. hybu democratiaeth, hawliau dynol, llywodraethu da, rheolaeth cyfraith, rhyddid yr unigolyn, egalitariaeth, masnach rydd, amlochroldeb, heddwch byd; pwrpas e.e. fforwm trafod, ceisio cyrraedd consensws, Cyfarfodydd Penaethiaid Llywodraeth y Gymanwlad (uwchgynadleddau); annog cysylltiadau diwylliannol a chwaraeon e.e. Gemau'r Gymanwlad.

*Rôl y DU yn y Gymanwlad:* gweithredoedd e.e. pennaeth symbolaidd y Gymanwlad; rôl y brenin neu'r frenhines e.e. trafodaethau gydag arweinwyr y Gymanwlad, ymweld â'r gwledydd sy'n eu cynnal yn ystod pob uwchgynhadledd, cyflwyno darllediad Diwrnod y Gymanwlad.

### 3 Gwybod rôl y Cenhedloedd Unedig yng nghyd-destun digwyddiadau cyfoes

*Y Cenhedloedd Unedig:* hanes e.e. sefydlu; nodau e.e. dod o hyd i atebion heddychlon i anghydfodau, annog cydweithrediad byd-eang, amddiffyn hawliau dynol a sifil; rôl e.e. y gallu i osod sancsiynau, anfon llw cadw heddwch, erlyn troseddwr rhyfel drwy Lys Troseddol Rhyngwladol, Cyngor Diogelwch, Comisiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Dynol, Llys Cyfiawnder Rhyngwladol, WHO, UNICEF.

*Cyfranogiad y Cenhedloedd Unedig:* dyngarol e.e. Afghanistan, HIV/Aids yn Affrica (UNAIDS); cadw heddwch e.e. Cyprus, Georgia, UNESCO, Sefydliad Morol y Cenhedloedd Unedig.



## **Uned 28: Datblygu Sgiliau Personol ar gyfer Arweinyddiaeth**

**Cod Uned: M/501/5869**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Mae'r uned yn cyflwyno'r dysgwyr i'r cysyniad o arweinyddiaeth, gwneud penderfyniadau, rhoi cyfarwyddiadau sylfaenol i bobl eraill a rhoi adborth o fewn cyd-destun arweinyddiaeth.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae datblygu sgiliau arweinyddiaeth yn aml yn agwedd bwysig neu ddymunol ar gyflogadwyedd. P'un ai'n defnyddio'r sgiliau hyn yn ffurfiol fel rheolwr neu oruchwyliwr, neu'n anffurfiol i arwain grŵp bach o bobl neu i gyfleu cyfarwyddiadau i eraill, bydd dysgwyr yn elwa ar allu deall a datblygu'r sgiliau hyn. Mae'r uned hon yn cyflwyno'r dysgwyr i gysyniad arweinyddiaeth a'i brif nodweddion. Yn ogystal, bydd dysgwyr yn cael dealltwriaeth sylfaenol o sut i wneud penderfyniadau a rhoi cyfarwyddiadau i eraill fel rhan o rôl arweinyddiaeth. Mae'r gallu i roi a derbyn adborth adeiladol yn agwedd bwysig arall ar arweinyddiaeth, ac fe'i cyflwynir yn yr uned hon hefyd.

Dylai cynaliadwyedd a'r effeithiau ar faterion economaidd, cymdeithasol ac amgylcheddol, boed mewn gweithle neu amgylchedd arall, ffurfio rhan fawr o'r uned hon.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos ei fod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am brif nodweddion arweinyddiaeth	1.1 adnabod gwahanol fathau o arweinyddiaeth 1.2 amlinellu prif nodweddion arweinyddiaeth
2 Deall sut i wneud penderfyniadau	2.1 adnabod penderfyniad y mae'n rhaid ei wneud ynghylch tasg neu sefyllfa 2.2 disgrifio'r cam neu'r camau angenrheidiol i wneud y penderfyniad
3 Deall sut i roi cyfarwyddiadau i aelodau grŵp	3.1 adnabod y cyfarwyddiadau angenrheidiol i aelodau grŵp gynnal agwedd ar eu tasgau neu weithgareddau 3.2 rhoi cyfarwyddiadau i aelodau grŵp
4 Deall sut i roi a derbyn adborth ynghylch tasg neu weithgaredd	4.1 rhoi enghreifftiau pan wnaethant roi adborth ynghylch tasg neu weithgaredd i aelod arall o'r grŵp 4.2 rhoi enghreifftiau pan wnaethant dderbyn adborth am dasg neu weithgaredd gan aelod arall o'r grŵp

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod am brif nodweddion arweinyddiaeth

*Mathau o arweinyddiaeth:* arweinwyr yn y cyd-destun ehangaf e.e. prif weinidog, cyfarwyddwyr rheoli cwmnïau mawr, rheolwyr timau chwaraeon; arweinwyr cyfarwydd sy'n gyfrifol yn ffurfiol am bobl eraill e.e. pennaeth ysgol/coleg, tiwtor, rheolwr llinell/goruchwyliwr; arweinyddiaeth anffurfiol e.e. capteiniaid tîm chwaraeon, swyddogion monitro, arweinwyr timau prosiectau, arweinwyr grwpiau cymdeithasol.

*Prif nodweddion arweinyddiaeth:* cyfrifoldeb dros eraill e.e. sicrhau bod pobl eraill yn cyflawni eu tasgau neu'n cwrdd â nodau; rhoi cyfarwyddiadau e.e. dyrannu gwaith i eraill, dweud wrth bobl beth mae'n rhaid iddynt ei wneud; rhoi a derbyn adborth e.e. dweud wrth rywun eu bod wedi gwneud rhywbeth yn gywir neu fod angen gwneud rhywbeth yn wahanol arnynt, gwrando ar farn pobl eraill; gwneud penderfyniadau e.e. penderfynu ar yr hyn y mae'n rhaid i eraill ei wneud a sut y dylent ei wneud.

### 2 Deall sut i wneud penderfyniadau

*Mathau o benderfyniadau i'w gwneud:* mathau e.e. gwneud penderfyniad er mwyn datrys problem, penderfynu ar y ffordd orau o wneud tasg neu weithgaredd, penderfynu pa aelod o'r tîm fydd yn gwneud pa weithgaredd.

*Camau angenrheidiol i wneud penderfyniad:* camau e.e. ystyried talentau, sgiliau a diddordebau aelodau'r tîm a'u cyfateb i ofynion yr aseiniad cyn dyrannu tasgau i aelodau unigol o'r tîm, ystyried yr holl atebion priodol cyn penderfynu ar y ffordd orau i ddatrys problem, sicrhau bod pob agwedd ar gynaliadwyedd yn cael sylw.

### 3 Deall sut i roi cyfarwyddiadau i aelodau grŵp

*Mathau o gyfarwyddiadau:* mathau e.e. dyrannu tasgau neu waith i aelodau'r tîm, dangos i rywun beth mae'n rhaid iddynt ei wneud i gyflawni tasg neu weithgaredd, dweud wrth rywun beth mae'n rhaid iddynt ei wneud a sut i'w wneud, pennu dyddiadau ar gyfer cwblhau tasgau.

*Rhoi cyfarwyddiadau i eraill:* sicrhau bod cyfarwyddiadau'n glir ac yn gywir; rhoi cyfarwyddiadau trwy gyfrwng y dull mwyaf priodol o gyfathrebu e.e. ysgrifenedig, ar lafar, cyflwyniad; rhoi cyfarwyddiadau mewn modd priodol e.e. ar yr adeg gywir ac mewn modd cwrtais.

### 4 Deall sut i roi a derbyn adborth ynghylch tasg neu weithgaredd

*Mathau o adborth:* ffurfiol e.e. adroddiadau ysgrifenedig, arfarnu; anffurfiol e.e. adborth llafar i unigolion, adborth i dîm ar berfformiad y dasg.





## **Uned 29: Ymarfer Sgiliau Arweinyddiaeth gydag Eraill**

**Cod Uned: T/501/5808**

**Lefel FFCCH: Lefel 1**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn gallu ymarfer eu sgiliau gydag aelodau eraill y grŵp a deall sut i gyfrannu at dasgau a gweithgareddau grŵp mewn rôl arweinyddiaeth.

### **Cyflwyniad yr uned**

Rhaid datblygu sgiliau arweinyddiaeth wrth weithio ochr yn ochr ag eraill a'u gwerthuso o ystyried rhyngweithio ag eraill. Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn gallu ymarfer eu sgiliau arweinyddiaeth gydag aelodau eraill y grŵp a deall y math o sgiliau y maent yn eu dangos. Byddant hefyd yn deall sut i gyfrannu at dasgau a gweithgareddau grŵp mewn rôl arweinyddiaeth gynaliadwy neu sy'n gysylltiedig â gwaith ac yn ystyried effeithiolrwydd y sgiliau arwain y maent wedi'u hymarfer.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos ei fod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>		<b>Meini Prawf Asesu</b>	
		<b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>	
1	Deall y sgiliau arweinyddiaeth y gallent eu hymarfer gydag eraill	1.1	disgrifio'r sgiliau arweinyddiaeth y gallent ymarfer gydag eraill
2	Dangos sgiliau arweinyddiaeth mewn grŵp	2.1	trafod achosion pan wnaethant ddangos sgiliau arweinyddiaeth
3	Adolygu eu sgiliau arweinyddiaeth	3.1	trafod effeithiolrwydd y sgiliau arweinyddiaeth a ddangoswyd ganddynt
		3.2	nodi un agwedd a oedd yn dda ac yn un nad oedd cystal

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall y sgiliau arweinyddiaeth y gallent eu hymarfer gydag eraill

*Sgiliau arweinyddiaeth*: sgiliau arweinyddiaeth sy'n cynnwys rhyngweithio gydag eraill e.e. trosglwyddo cyfarwyddiadau, egluro nod neu amcan i eraill, gweithio gydag eraill i ddatrys problemau, helpu i annog neu ysgogi eraill, gwneud penderfyniadau, helpu eraill i weld yr hyn y maent yn ei wneud yn dda, rhoi a derbyn adborth.

### 2 Dangos sgiliau arweinyddiaeth mewn grŵp

*Sgiliau arweinyddiaeth*: rhoi cyfarwyddiadau e.e. dyrannu tasgau neu waith i aelodau'r tîm, dangos i rywun beth mae'n rhaid iddynt ei wneud i gyflawni tasg neu weithgaredd, dweud wrth rywun beth mae'n rhaid iddynt ei wneud a sut i'w wneud, pennu dyddiadau i gwblhau tasgau; gwneud penderfyniadau e.e. gwneud penderfyniad i ddatrys problem, penderfynu ar y ffordd orau o wneud rhywbeth, penderfynu pa aelod o'r tîm fydd yn gwneud pa weithgaredd; rhoi a derbyn adborth e.e. adroddiadau ysgrifenedig, gwerthusiadau, adborth llafar i unigolion, adborth i dîm ar berfformiad tasg.

### 3 Adolygu eu sgiliau arweinyddiaeth

*Cynnal adolygiad*: ffyrdd gwahanol o werthuso arweinyddiaeth e.e. gwerthusiad ffurfiol megis ffurflenni asesu, rhestrau gwirio neu werthuso anffurfiol e.e. trafodaeth gyda thiwtor/rheolwr llinell; effeithiolrwydd yr arweinyddiaeth e.e. a gyflawnodd y grŵp neu'r tîm ei nodau, priodoldeb penderfyniadau'r arweinydd, adborth a gafwyd gan aelodau'r grŵp neu'r tîm am yr arweinydd, a ddeallodd y grŵp bwrpas y gweithgaredd a'r hyn sy'n rhaid ei wneud i gyflawni'r pwrpas; nodi'r hyn a aeth yn dda a beth nad aeth yn dda e.e. rhoddwyd cyfarwyddiadau clir i'r grŵp ond roedd yr amser a dreuliyd yn rhoi'r cyfarwyddiadau yn rhy hir.



# **Unedau Lefel 2**



**Uned 30: Prosiect mewn Cynaliadwyedd****Cod Uned: Y/601/3172****Lefel FFCH: Lefel 2****Gwerth Credydau: 3**

---

**Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn galluogi dysgwyr i ymgymryd â phrosiect ymarferol neu brosiect bwrdd gwaith a fydd yn defnyddio gwybodaeth am gynaliadwyedd mewn perthynas â'r amgylchedd o'u dewis.

**Cyflwyniad yr uned**

Trwy gyflawni'r uned hon, bydd dysgwyr yn cael y cyfle i ddechrau astudio pob agwedd ar gynaliadwyedd yn fanwl ac yna archwilio prif faes pwnc o ddiddordeb iddynt.

Dylid dewis y testun o blith yr wyth porth thema cynaliadwyedd. Gellir cynnal y prosiect yng nghanolfan y dysgwr, neu mewn amgylchedd addas arall fel eu cartref neu yn y gymuned.

Bydd cyfle i ddysgwyr ddatblygu sgiliau rheoli prosiect drwy gynllunio a gweithredu eu prosiectau cynaliadwyedd. Drwy ymchwilio gwybodaeth ar gyfer eu prosiectau, gall dysgwyr ddechrau datblygu sgiliau drwy ddewis tystiolaeth berthnasol a gwrthod gwybodaeth sy'n dangos tuedd neu sy'n amherthnasol. Gall dysgwyr hefyd ddatblygu sgiliau gwerthuso ac adrodd.

Dylai dysgwyr gael y cyfle i ymchwilio i'r datblygiadau diweddaraf mewn cynaliadwyedd, deddfwriaeth, cytundebau rhyngwladol a phrotocolau sy'n amserol ar yr adeg y mae'r prosiect yn cael ei wneud.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gallu cynllunio prosiect i hyrwyddo cynaliadwyedd mewn amgylchedd a ddewiswyd	1.1 dod o hyd i brosiect addas 1.2 disgrifio'r rhesymau dros y prosiect a ddewiswyd 1.3 cynnal asesiad risg 1.4 cynllunio gweithgareddau a chytuno ar derfynau amser
2 Gallu ymgymryd â phrosiect cynaliadwyedd	2.1 defnyddio gwybodaeth o wahanol ffynonellau 2.2 gwerthuso pa mor berthnasol yw gwybodaeth a gafwyd 2.3 cynnal prosiect
3 Gallu adrodd ar brosiect cynaliadwyedd	3.1 cyflwyno canlyniadau'r prosiect 3.2 adrodd ar y casgliadau 3.3 gwneud argymhellion ar gyfer gwaith prosiect pellach
4 Gallu adolygu'r prosiect cynaliadwyedd a'u perfformiad eu hunain	4.1 egluro a gafodd amcanion y prosiect eu cwrdd 4.2 casglu adborth gan eraill i werthuso'r prosiect a'u perfformiad eu hunain 4.3 gwerthuso'u perfformiad eu hunain wrth gynllunio a chynnal y prosiect



## Cynnwys yr uned

---

### 1 **Gallu cynllunio prosiect i hyrwyddo cynaliadwyedd mewn amgylchedd a ddewiswyd**

*Prosiect:* dewis o brosiect cynaliadwyedd o blith wyth porth e.e. bwyd a diod, ynni a dŵr, teithio a thraffig, prynu a gwastraff, adeiladau a thiroedd, cynhwysiant a chyfranogiad, lles lleol, dimensiwn byd-eang.

*Risg:* rheoli risgiau e.e. nodi risgiau perthnasol, asesiadau risg priodol, iechyd a diogelwch, cyfarpar diogelu personol cywir.

*Cynllun:* nodau ac amcanion; pwnc perthnasol; deilliannau'r prosiect; cytuno ar gynlluniau gweithredu gydag amserlenni; cynlluniau wrth gefn.

### 2 **Gallu ymgymryd â phrosiect cynaliadwyedd**

*Ffynonellau gwybodaeth:* amrywiaeth o ffynonellau gwybodaeth e.e. deunydd ysgrifenedig, ymweliadau safle, y rhyngwrwyd, gwaith dysgwyr blaenorol.

*Perthnasedd gwybodaeth:* perthnasedd e.e. nodi gwybodaeth ragfarnllyd, 'gwyRDDgalchu', ffynonellau gwybodaeth annibynadwy neu gyffrogar, ffynonellau annibynnol o wybodaeth.

*Prosiect:* gweithredu; gweithrediadau; iechyd a diogelwch; cyfathrebu; dilysrwydd prosiect; ffynonellau gwybodaeth; dulliau a ddefnyddir; canlyniadau; arall e.e. dyddiadau ac amseroedd.

### 3 **Gallu adrodd ar brosiect cynaliadwyedd**

*Cyflwyno:* fformat e.e. ysgrifenedig, ar lafar, cyflwyniad TGCh; canlyniadau; deilliannau; a gyflawnwyd y nodau a'r amcanion gwreiddiol; llyfryddiaeth.

*Casgliadau:* llunio casgliadau; defnyddioldeb y prosiect; deilliannau'r prosiect.

*Argymhellion:* ar gyfer gwaith pellach e.e. awgrymu testun(au) ar gyfer gwaith yn y dyfodol, rhesymau dros ddewis.

### 4 **Gallu adolygu'r prosiect cynaliadwyedd a'u perfformiad eu hunain**

*Prosiect:* adolygu llwyddiant y prosiect o ran y nodau a'r amcanion gwreiddiol; cryfderau'r prosiect; argymhellion ar gyfer gwella.

*Casglu adborth:* dull e.e. holiaduron, cardiau sylwadau, adborth llafar, cofnodion arsylwi, datganiadau tystion.

*Gwerthusiad:* adborth (gan y tiwtor, cyfoedion, pobl eraill); eu perfformiad eu hunain a/neu berfformiad y grŵp; effeithiolrwydd y prosiect; cryfderau a meysydd ar gyfer gwella.



## **Uned 31: Ffyrdd Iach o Fyw**

**Cod yr uned: D/600/3405**

**Lefel FFCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn archwilio iechyd a lles emosiynol a'r ffactorau a all ddylanwadu arnynt. Anogir dysgwyr i edrych ar sut i sefydlu ffordd iach o fyw.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae iechyd corfforol, meddyliol, rhywiol ac emosiynol oll yn cyfrannu at ffordd iach o fyw. Mae'r uned hon yn canolbwyntio ar bwysigrwydd bod yn iach a gwneud dewisiadau iach. Rhaid i ddysgwyr allu gwneud penderfyniadau deallus am eu hiechyd a'u hymddygiad a chael mynediad at wybodaeth ddibynadwy. Mae hefyd yn bwysig ystyried canlyniadau tymor byr a thymor hir y dewisiadau a wneir mewn perthynas â ffordd iach o fyw a'r effaith bosib ar bobl eraill.

Wrth i bobl ifanc ddatblygu mwy o ymreolaeth, maent yn aml yn gorfod gwneud mwy o benderfyniadau anodd am eu ffordd o fyw. Mae dysgu am y ffactorau sy'n dylanwadu ar ffordd iach o fyw yn galluogi unigolion i fod yn fwy parod am eu rolau gwahanol mewn bywyd yn y dyfodol.

Mae'r uned yn dechrau drwy archwilio iechyd a lles emosiynol a'r ffactorau a all ddylanwadu arnynt.

Mae'r uned yn parhau drwy archwilio manteision a risgiau iechyd a dewisiadau ffordd o fyw. Bydd dysgwyr yn archwilio ystod o weithgareddau sy'n dylanwadu ar ffordd iach o fyw yn gadarnhaol ac yn negyddol.

Yn rhan olaf yr uned, bydd dysgwyr yn archwilio ffyrdd o chwilio am wybodaeth ddibynadwy o ran eu helpu i wneud dewisiadau deallus am ymddygiad iechyd. Caiff amrywiaeth o wybodaeth ei hymchwilio ac anogir y dysgwyr i chwilio am ffynonellau priodol, dibynadwy.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am bwysigrwydd iechyd emosiynol a meddwl	1.1 amlinellu pwysigrwydd iechyd a lles emosiynol 1.2 amlinellu pwysigrwydd iechyd a lles meddyliol 1.3 disgrifio achosion, symptomau a thriniaethau ar gyfer anhwylderau meddyliol ac emosiynol
2 Deall manteision a risgiau iechyd a dewisiadau ffordd o fyw	2.1 esbonio gweithgareddau sy'n cyfrannu'n gadarnhaol at ffordd iach o fyw 2.2 esbonio gweithgareddau a all fod yn niweidiol i ffordd iach o fyw
3 Gallu gwneud dewisiadau deallus er mwyn arwain ffordd iach o fyw	3.1 rhoi enghreifftiau o wybodaeth a chefnogaeth i fyw bywyd iach 3.2 disgrifio amrywiaeth o ddewisiadau deallus am ymddygiad iechyd

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod am bwysigrwydd iechyd emosiynol a meddwl

*Iechyd emosiynol*: ymddygiad e.e. gwydnwch, cryfder mewnol, teimlo'n ddiogel ac yn hyderus, ymdeimlad o les, hunan-gysyniad, hunan-barch, gallu i fynegi a rheoli teimladau, gallu dangos empathi.

*Iechyd meddwl*: diffiniadau e.e. pwyll meddwl, gallu i feddwl yn glir ac yn rhesymegol, yn rhesymol, yn bwrpasol, trefnu prosesau meddwl, gallu i ddatrys problemau.

*Pwysigrwydd*: effaith iechyd emosiynol a meddwl ar eu hunain ac ar eraill e.e. canlyniadau salwch meddwl, hunanhyder, y gallu i wneud a chynnal cysylltiadau a chyfeillgarwch; achosion, symptomau a thriniaeth ar gyfer anhwylderau meddyliol ac emosiynol e.e. anhwylderau bwyta, pryder, iselder ysbryd, hunanladdiad, cyflyrau sy'n gysylltiedig â straen, ymddygiad hunan-niweidiol.

### 2 Deall manteision a risgiau iechyd a dewisiadau ffordd o fyw

*Dewisiadau iechyd a ffordd o fyw*: mathau e.e. bwyta'n iach, deall diet cytbwys, argymhellion yr Adran Iechyd ar fwyta bwyd, ffrwythau a llysiau, llai o fwydydd wedi'u prosesu, bwyta bwydydd sydd yn eu tymor ac yn aml yn rhatach pan fydd llawer ohonynt, ymarfer corff yn rheolaidd, effaith ymarfer corff cymedrol fel cerdded, beicio, dawnio, nofio, ymarfer corff aerobig a chwaraeon gwahanol, ymddygiad rhywiol diogel, pwysigrwydd defnyddio condomau, risgiau perthnasoedd rhywiol achlysurol, gweithgareddau hamdden, gweithgareddau chwaraeon a hamdden, pwysigrwydd gweithgaredd ar gyfer iechyd corfforol a meddyliol.

*Buddion*: iechyd e.e. atal clefyd y galon, gordewdra, diabetes, clefydau heintus, caethiwed, lles corfforol a meddyliol, atal straen a salwch meddwl, sefydlu ymddygiad iechyd a ffordd o fyw gydol oes.

*Risgiau*: mathau e.e. cysylltiadau rhwng ysmegu a chlefyd y galon, ysmegu yn ystod beichiogrwydd, diet, gordewdra, diabetes, alcohol ac ymddygiad anghyfrifol, cyffuriau a ffyrdd o fyw caethiwus, ymddygiad a chlefydau rhywiol, cysylltiadau rhwng iechyd emosiynol, anhwylderau bwyta a hunan-niweidio, cysylltiadau rhwng iechyd meddwl, iselder ysbryd a hunanladdiad.

### 3 **Gallu gwneud dewisiadau deallus er mwyn arwain ffordd iach o fyw**

*Dewisiadau deallus:* mathau e.e. lleol a chenedlaethol e.e. FRANK, Swyddfa Cyngor Beichiogrwydd Prydain, Teenline, Kids Company, The 2BE Place, Ymddiriedolaeth Terrence Higgins, [www.ruthinking.co.uk](http://www.ruthinking.co.uk), [www.knowthescore](http://www.knowthescore); pwysu a mesur manteision ac anfanteision e.e. asesu canlyniadau tymor hir a byr, dylanwad cyfoedion, sefydliadau, ymgyrchoedd y llywodraeth ar ysmegu, cyffuriau, yfed a gyrru, y cyfryngau a'r rhyngwyd.

*Ffordd iach o fyw:* cynnwys e.e. pwysigrwydd iechyd corfforol, meddyliol, rhywiol ac emosiynol, iechyd fel statws cadarnhaol o les, pwysigrwydd penderfyniadau ffordd o fyw i atal afiechyd, cyfrifoldeb dros gynnal iechyd, dylanwad diet, ymarfer corff, ysmegu, alcohol, cyffuriau, straen, perthnasoedd rhywiol.

## **Uned 32: Adeiladau Cynaliadwy**

**Cod Uned: A/601/3178**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

### **Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn galluogi dysgwyr i adolygu defnyddio cynaliadwyedd wrth dylunio ac adeiladu adeiladau.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae cynaliadwyedd bellach yn rhan annatod o gynllunio, dylunio ac adeiladu adeiladau. Mae'r llywodraeth wedi cyflwyno deddfwriaeth i leihau faint o garbon a gaiff ei ryddhau i'r atmosffer gan achosi cynhesu byd-eang. Daw'r ddeddfwriaeth hon o dan y Rheoliadau Adeiladu, lle caiff lefelau inswleiddio a'r adeiladu a wneir eu rheoleiddio i leihau allyriadau. Mae'r llywodraeth wedi datgan y bydd pob cartref newydd yn garbon niwtral erbyn 2016. Mae hyn yn golygu na fydd y cartrefi'n ychwanegu at lefel yr allyriadau carbon.

Defnyddir nifer o ddulliau cynaliadwy i reoli allyriadau carbon y gellir eu cynnwys mewn cartref. Gallant fod mor syml â'r cyfeiriad y mae cartref yn ei wynebu, gan wneud y mwyaf o'r golau haul sydd ar gael. Mae dulliau mwy cymhleth yn cynnwys defnyddio gwres cudd a gedwir o fewn y ddaear ac y gellir ei dynnu a'i ddefnyddio i ddarparu dŵr poeth a gwres.

Trwy ymgorffori dulliau, prosesau a deunyddiau cynaliadwy gallwn leihau'r effaith y caiff adeilad newydd ar yr amgylchedd a rhyddhad gollyngiadau i'r aer yn sylweddol. Mae hyn yn gwneud ein hamgylchedd adeiledig yn lle gwell i fyw, gweithio a chwarae ynddo, gan fod pob agwedd wedi cael ei ystyried yn ofalus o ran ei effaith ar ein hamgylchedd.

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn archwilio rhai nodweddion dylunio cynaliadwy sylfaenol y gellir eu cynnwys yn y cartref ynghyd â'r deunyddiau cynaliadwy y gellir eu defnyddio i adeiladu'r cartref. Bydd hyn yn cynnwys archwilio swm y gwastraff a achosir gan ddefnyddio deunydd a lleoliad ffynhonnell y deunydd.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall y defnydd o gynaliadwyedd mewn perthynas â'r amgylchedd adeiledig	1.1 egluro'r defnydd o ddull cynaliadwy 1.2 gwerthuso dulliau cynaliadwy a ddefnyddir ar adeilad
2 Deall sut mae cynaliadwyedd o fantais i'n hamgylchedd adeiledig	2.1 esbonio sut mae defnyddio technegau adeiladu cynaliadwy yn gwarchod ein hamgylchedd
3 Gwybod sut mae dylunio ac adeiladu cynaliadwy yn gwella'n hamgylchedd adeiledig	3.1 dangos nodwedd dylunio cynaliadwy ar gyfer adeilad 3.2 nodi'r defnydd o ddeunyddiau cynaliadwy mewn adeilad



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall y defnydd o gynaliadwyedd ar yr amgylchedd adeiledig

*Dulliau cynaliadwy:* dulliau e.e. cymunedau cynaliadwy, seilwaith, cyfeiriad adeiladau, defnyddio golau a gwres naturiol, adeiladu ffrâm bren, adeiladu modiwlaid, rhagffurfio cartrefi (tai parod), creu mannau cymunedol.

### 2 Deall sut mae cynaliadwyedd o fantais i'n hamgylchedd adeiledig

*Cymhwyso:* technegau e.e. gostyngiad yn y gwres a gollir, lefelau inswleiddio uchel, systemau adfer gwres, cynaeafu dŵr glaw, systemau dŵr llwyd, cynlluniau glanweithdra gwelyau cyrs, pantiau, pyllau dyfrhau, technoleg tyrbin gwynt bach, gwresogi o'r ddaear.

### 3 Gwybod sut mae dylunio ac adeiladu cynaliadwy yn gwella'n hamgylchedd adeiledig

*Nodweddion dylunio cynaliadwy:* ar gyfer adeiladau e.e. defnyddio waliau gwydr, arwyneb, dwysedd adeiladau, cyfeiriad adeiladau, defnyddio safleoedd tir llwyd, y defnydd gorau o ôl-troed, ysgafellau daear, adeiladu to glaswellt, ffynonellau ynni amgen, gerddi dan do.

*Deunyddiau cynaliadwy:* mewn adeiladau e.e. defnyddio ffynonellau cynaliadwy ardystiedig, pren, strwythurau ffrâm derw, deunyddiau inswleiddio naturiol, cywarch, gwllân, cladin pren allanol, deunyddiau wedi'u hailgylchu, gwastraff dymchwel wedi'i falu, pren, brics, cynhyrchion naturiol, llechi, carreg, gwellt.



## **Uned 33: Caffael a Rheoli Gwastraff**

**Cod Uned: R/601/3185**

**Lefel FFCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Mae'r uned hon yn galluogi dysgwyr i ystyried gwelliannau i gynaliadwyedd drwy astudio gofynion caffael a pholisïau rheoli gwastraff cymuned.

### **Cyflwyniad yr uned**

Gall gweithdrefnau caffael a phenderfyniadau rheoli gwastraff gyfrannu at wella cynaliadwyedd cymdeithas. Drwy astudio'r uned hon, caiff dysgwyr eu hannog i ymchwilio i'r camau y gellir eu cymryd i wella cynaliadwyedd cymdeithas ar lefel gymunedol.

Mae hefyd yn bwysig i ddysgwyr ystyried sut i gael gwared ar bob gwastraff yn ddiogel yn y gymuned, yn enwedig o ran eitemau peryglus megis offer electronig gwastraff. Mae ystadegau a gyhoeddwyd gan Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (Defra) yn dangos bod achosion o dipio anghyfreithlon yn gyffredin yn Lloegr, yn enwedig mewn ardaloedd difreintiedig. Awdurdodau lleol sy'n mynd i'r afael â digwyddiadau yr adroddir amdanynt. Mae'n debygol bod gwir nifer y digwyddiadau yn uwch o lawer gan na roddir gwybod am rai sy'n digwydd ar dir fferm ar y cyfan. Drwy'r uned hon, bydd y dysgwyr yn dod i ddeall deddfwriaeth iechyd, diogelwch a gwaredu gwastraff cyfredol a materion sy'n gysylltiedig â gwaredu gwastraff gwrthgymdeithasol.

Mae'r uned wedi'i dylunio i annog dysgwyr i ystyried caffael a rheoli gwastraff ar lefel gymunedol, gan gynnwys eitemau nad ydynt o reidrwydd yn amlwg i ddysgwyr. Er enghraifft, peiriannau ffacs swyddfa neu brynu dodrefn swmp gan sefydliadau a fyddai'n rhan o ofynion caffael a rheoli gwastraff cymuned, ond nid o reidrwydd yn cael eu defnyddio'n uniongyrchol gan y dysgwyr eu hunain. At ddiben yr uned hon, ystyrir lle astudio dysgwyr fel rhan o'r gymuned.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall egwyddorion caffael cynaliadwy	1.1 egluro ystyr cynaliadwyedd 1.2 esbonio'r cysyniad gaffael cynaliadwy yn y gymuned
2 Deall yr hierarchaeth wastraff	2.1 esbonio'r hierarchaeth wastraff 2.2 esbonio lleoliad cynhyrchion gwastraff a nodir yn yr hierarchaeth wastraff 2.3 nodi mathau eraill o wastraff
3 Gwybod sut i reoli gwastraff yn ddiogel ac yn gyfreithlon	3.1 nodi cyfleusterau rheoli gwastraff yn y gymuned leol 3.2 disgrifio deddfwriaeth gwaredu gwastraff cyfredol 3.3 disgrifio materion sy'n gysylltiedig â sbwriel a thipio anghyfreithlon
4 Gallu ymgymryd ag archwiliad caffael/rheoli gwastraff i fodloni amcanion a roddwyd	4.1 cynnal archwiliad caffael/rheoli gwastraff i fodloni amcanion a roddir 4.2 gwneud argymhellion i wella caffael cynaliadwy a rheoli gwastraff yn y gymuned leol

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall egwyddorion caffael cynaliadwy

*Cynaliadwyedd*: diffiniad cynaliadwyedd e.e. Llywodraeth y DU – datblygiad sy'n diwallu anghenion y presennol heb beryglu gallu cenedlaethau'r dyfodol i ddiwallu eu hanghenion eu hunain; cynaliadwyedd cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd e.e. dewisiadau amgen i brynu (cyfnewid, gwneud, trwsio, rhannu, ffeirio), masnach deg, bwyd organig, prynu'n lleol.

*Caffael*: rheswm dros gaffael e.e. cefnogi dysgu ac addysgu mewn sefydliad; ystyriaethau e.e. tarddiad nwyddau, pecynnu, defnydd o ynni, prynu gormod.

*Cymunedol*: enghreifftiau addas e.e. y ganolfan, teulu estynedig, aneddiadau, grwpiau, ardal a ddiffinnir.

### 2 Deall yr hierarchaeth wastraff

*Hierarchaeth gwastraff*: arbed; ailddefnyddio; ailgylchu.

*Nodi gwastraff*: nodi e.e. gwastraff y gellir ei leihau, ei ailddefnyddio, ei ailgylchu; gwastraff arall e.e. a reolir, peryglus, y gellir ei gompostio.

### 3 Gwybod sut i reoli gwastraff yn ddiogel ac yn gyfreithlon

*Cyfleoedd rheoli/gwaredu gwastraff*: safleoedd e.e. safleoedd ailgylchu, cyfleoedd i ailddefnyddio gwastraff; gwaredu gwastraff peryglus.

*Deddfwriaeth*: deddfwriaeth gyfredol e.e. Rheoliadau Offer Trydanol ac Electronig Gwastraff 2006, Rheoliadau Gwastraff a Reolir 1992, Deddf Diogelu'r Amgylchedd 1990.

*Gwaredu gwastraff gwrthgymdeithasol*: materion e.e. tipio anghyfreithlon a sbwriel.

### 4 Gallu ymgymryd ag archwiliad caffael/rheoli gwastraff i fodloni amcanion a roddwyd

*Sefyllfa*: archwiliad caffael/rheoli gwastraff e.e. swm y gwastraff a gynhyrchir, y math o wastraff, gwaredu gwastraff, lleihau gwastraff drwy brynu a gynlluniwyd, lleihau tipio anghyfreithlon neu daflu sbwriel.

*Amcanion*: amcanion penodedig e.e. lleihau gwastraff, ailgylchu mwy, arbed deunyddiau, arian ac ynni ar orbrynu neu brynu diangen, cynhyrchu compost.

*Argymhellion*: i wella caffael cynaliadwy a rheoli gwastraff e.e. o fewn y gymuned.



**Uned 34: Deall Hunaniaeth Bersonol****Cod Uned: R/600/3403****Lefel FFCCH: Lefel 2****Gwerth Credydau: 1****Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw annog dysgwyr i werthfawrogi eu hunain, ac i werthfawrogi'r amrywiaeth o ffactorau sy'n effeithio ar hunaniaeth. Mae'r uned hefyd yn archwilio sut mae'r cyfryngau'n portreadu delwedd corff a materion iechyd, a chanlyniadau hynny i bobl ifanc.

**Cyflwyniad yr uned**

Mae deall amrywiaeth o ffactorau, personol a chymdeithasol, sy'n cyfrannu at ymdeimlad cadarnhaol o hunaniaeth bersonol yn hanfodol i ddatblygu hyder a hunan-barch. Nid oes amheuaeth bod pobl sy'n gwerthfawrogi eu hunain yn teimlo'n fwy hyderus ynghylch eu rolau a'u cyfrifoldebau mewn bywyd. Mae pobl o'r fath mewn gwell sefyllfa i wneud y gorau o'u galluoedd ac yn fwy abl i gyfrannu at greu dyfodol gwell.

Mae hunanhyder yn hynod o bwysig i les personol ac mae hefyd yn baratoad cadarn ar gyfer cyflogaeth. Mae dysgwyr hyderus yn fwy llwyddiannus gyda'u hastudiaethau, yn meddu ar well sgiliau chwilio am waith ac yn y pen draw yn dod yn weithwyr mwy gwerthfawr. Mae cysylltiadau hir-sefydlog rhwng hunaniaeth bersonol, hunan-barch a gwneud cyfraniad cadarnhaol i gymdeithas. Bydd yr uned hon yn galluogi dysgwyr i werthfawrogi ymhellach ystod o ddylanwadau, gan gynnwys y cyfryngau, ar gael ymdeimlad cadarnhaol o hunan, agwedd gadarnhaol ar fywyd a gweithredu er budd pobl eraill a thrwy hynny gryfhau cydlyniad cymunedol.

Mae rhan gyntaf yr uned yn datblygu archwiliad o natur hunaniaeth bersonol ac yn cynnwys gwybodaeth am bersonoliaethau a rhinweddau personol dysgwyr eu hunain i well dealltwriaeth o hunan a hunan-barch.

Mae hyn yn arwain at archwilio'r ffactorau sy'n gallu effeithio ar hunan-ganfyddiad, ac yn arbennig y ffordd y mae'r cyfryngau'n portreadu pobl ifanc, delwedd y corff a materion iechyd. Anogir dysgwyr i archwilio'r ffyrdd gwahanol y mae'r cyfryngau'n cynrychioli pobl ifanc a'r effaith y gall hyn ei gael ar hunan-barch a hyder.

Yn olaf, bydd dysgwyr yn myfyrio ar bwysigrwydd gwneud cyfraniad cadarnhaol i gymdeithas a sut mae meddu ar ymdeimlad cadarnhaol o hunan ac agwedd positif yn eu galluogi i wneud hyn.

Anogir dysgwyr i wneud cysylltiadau rhwng hyn ac unedau cysylltiedig eraill er mwyn cynyddu eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am ffactorau sy'n dylanwadu ar hunaniaeth bersonol	1.1 diffinio hunaniaeth bersonol 1.2 disgrifio'r ffactorau sy'n dylanwadu ar hunaniaeth bersonol 1.3 disgrifio sut mae'r ffactorau hyn yn effeithio ar hyder personol
2 Deall sut mae'r cyfryngau'n portreadu pobl ifanc	2.1 trafod gwahanol ffyrdd y mae'r cyfryngau'n portreadu pobl ifanc, delwedd y corff a materion iechyd 2.2 esbonio effaith y delweddau hyn ar hunan-barch
3 Gallu cysylltu hunaniaeth bersonol i wneud cyfraniad cadarnhaol i gymdeithas	3.1 gwneud cysylltiadau rhwng hunaniaeth bersonol a gwneud cyfraniad cadarnhaol i gymdeithas 3.2 cynllunio cyfraniadau cadarnhaol i'r gymdeithas



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod am ffactorau sy'n dylanwadu ar hunaniaeth bersonol

*Hunaniaeth bersonol*: agweddau e.e. diddordebau unigolion, patrymau ymddygiadol, ymatebion emosiynol, rolau cymdeithasol a nodweddion gwahaniaethol, nodweddion arbennig, nodweddion a rhinweddau personol, nodweddion adnabyddadwy gan gynnwys ymddangosiad corfforol, natur, bod yn allblyg neu'n encilgar, yn gymdeithasgar neu'n swil, bod â synnwyr digrifwch, bod yn sinigaidd, ysbrydoledig, carismatig.

*Dylanwadau allweddol*: ffactorau e.e. ffordd o fyw, teulu, cyfeillion a pherthnasoedd, y cyfryngau, profiadau (cadarnhaol a negyddol), oedran, rhyw, crefydd, diwylliant, gallu (neu anabled), agweddau a gwerthoedd, rolau a chyfrifoldebau gwahanol mewn bywyd e.e. rhiant, myfyriwr, mab, merch, aelod o'r gymuned.

### 2 Deall sut mae'r cyfryngau'n portreadu pobl ifanc

*Portreadau gwahanol yn y cyfryngau*: lluniau e.e. dillad a chyfwisgoedd ffasiwn, taldra, pwysau, gwallt (lliw, math, steil), math a lliw croen; personoliaethau e.e. 'hwdis', llabystiaid, gwamal, amlgymharus, ymwybodol o'r amgylchedd, ecoryfelwyr, goryfwyr mewn pyliau, beichiogrwydd yn yr ardegau, defnyddio cyffuriau, troseddau cyllyll, aelodau gang.

*Effaith ar hunan-barch*: gwahanol effeithiau e.e. niweidiol gan nad ydynt fel hwy, cenfigen, problemau pwysau, anhwylderau bwyta, awydd i ffitio i mewn, eisiau bod yn unigryw, anhapus gyda delwedd y corff, ei chael hi'n anodd sicrhau annibyniaeth ac ymreolaeth, effeithiau cadarnhaol bod yn rhan o 'ddiwylliant ieuentid', effeithiau negyddol derbyn baich poblogaeth sy'n heneiddio.

### 3 Gallu cysylltu hunaniaeth bersonol gyda gwneud cyfraniad cadarnhaol i gymdeithas

*Cysylltiadau*: pwysigrwydd gwerthfawrogi a pharchu eu hunain ac eraill e.e. bod yn ddinesydd hyderus a chyfrifol, bod â rhywbeth i'w gynnig, datblygu perthynas ag eraill, gwahanol ffyrdd o gyfrannu yn y gymdeithas, ymdeimlad o berthyn o fewn cymuned a chymdeithas ehangach.

*Cyfraniadau cadarnhaol*: rolau a chyfrifoldebau e.e. perthyn i wahanol grwpiau, arweinyddiaeth, mentora, bod yn gyfrifol yn amgylcheddol ac yn gymdeithasol; amser ac ymdrech wrth wirfoddoli.



## **Uned 35: Perthnasoedd Personol a Chymdeithasol**

**Cod Uned:** T/600/3412

**Lefel FFCCH:** Lefel 2

**Gwerth Credydau:** 1

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw helpu'r dysgwr i ystyried pwysigrwydd perthnasoedd yn ein bywyd o ddydd i ddydd. Ystyrir dylanwadau ar ymddygiad fel rhan o archwilio pwysigrwydd parch a chyfrifoldeb wrth ddatblygu perthynas.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae perthnasoedd personol a chymdeithasol yn effeithio ar bopeth a wnawn yn ein bywydau, a rhaid dysgu ac ymarfer sgiliau perthynas. Mae deall perthnasoedd yn hanfodol i les, a rhaid i ddysgwyr ddatblygu'r sgiliau sy'n gysylltiedig â ffurfio, cynnal a chwblhau perthnasoedd personol a chymdeithasol.

Mae'n bwysig i bobl ifanc ystyried sut i arfer cyfrifoldeb wrth iddynt ymdopi â'r pwysau a'r heriau emosiynol cysylltiedig. Gall perthnasoedd gynnwys teimladau cryf, ac mae'n bwysig i bobl ifanc ddysgu sut i ddeall a rheoli eu hemosiynau. Mae hyn yn rhan hanfodol o iechyd a lles emosiynol, ac mae'n galluogi dysgwyr i ddatblygu gwydnwch emosiynol ar ben sgiliau cymdeithasol. Mae'r gallu i ddatblygu a chynnal perthnasoedd cadarnhaol yn hanfodol ar gyfer cydweithio a chyfrannu'n gadarnhaol yn y gymdeithas.

Mae rhan gyntaf yr uned yn archwilio natur perthnasoedd cymhleth a phwysigrwydd sgiliau cymdeithasol wrth ddatblygu a chynnal perthnasoedd personol a chymdeithasol cymhleth.

Mae'r uned yn parhau drwy archwilio'r dylanwad y gall emosiynau ei chael ar berthnasoedd. Anogir dysgwyr i edrych ar ffyrdd o reoli eu teimladau mewn gwahanol sefyllfaoedd.

Bydd rhan olaf yr uned yn archwilio pwysigrwydd parch a chyfrifoldeb wrth ddatblygu perthynas. Bydd y dysgwyr yn myfyrio ar sut y mae perthnasoedd cymdeithasol cadarnhaol yn galluogi unigolion i wneud cyfraniad cadarnhaol mewn grwpiau ac yn y gymdeithas.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am bwysigrwydd sgiliau cymdeithasol mewn perthnasoedd cymhleth	1.1 amlinellu perthnasoedd cymhleth 1.2 disgrifio sgiliau cymdeithasol 1.3 amlinellu pwysigrwydd sgiliau cymdeithasol mewn perthnasoedd cymhleth
2 Deall sut mae emosiynau'n dylanwadu ar berthynas bersonol a chymdeithasol	2.1 egluro ystod o emosiynau gwahanol 2.2 egluro sut mae emosiynau'n dylanwadu ar berthnasoedd personol a chymdeithasol
3 Gallu dangos parch a chyfrifoldeb mewn perthynas bersonol a chymdeithasol	3.1 dangos perthynas barchus, gyfrifol 3.2 adolygu sut i fod yn barchus a chyfrifol mewn perthynas

## Cynnwys yr uned

---

### 1 **Gwybod am bwysigrwydd sgiliau cymdeithasol mewn perthnasoedd cymhleth**

*Sgiliau cymdeithasol:* gwahanol ffurfiau o gyfathrebu e.e. llafar, di-eiriau a gwranddo gweithredol, pwysigrwydd empathi a sut i empathieiddio'n briodol, sgiliau trafod a'r gallu i gyfaddawdu lle bo rhaid, pwysigrwydd pendantrwydd a sut i fod yn bendant mewn sefyllfaoedd gwahanol, cydweithredu a gweithio gyda'i gilydd, gwaith tîm, sgiliau rhyngbersonol.

*Perthnasoedd cymhleth:* mathau e.e. mewn grŵp o ffrindiau, yn y gwaith, yn yr ysgol gydag athrawon gwahanol, cymdogion, cynghorau plwyf, grwpiau cymunedol, ymgyrchwyr elusennau, grwpiau gweithredu, cynghorau ieuencid, clybiau ieuencid, timau chwaraeon; nodweddion e.e. gwahanol ddisgwyliadau, eisiau pethau gwahanol ar bersonoliaethau gwahanol, gwahanol gyfrifoldebau a rolau.

### 2 **Deall sut mae emosiynau'n dylanwadu ar berthynas bersonol a chymdeithasol**

*Emosiynau:* gwahanol e.e. hapus, trist, blin, ofnus, eiddigeddus, chwerw, rhwystredig, siomedig, embaras; archwilio sut mae gwahanol deimladau'n cael eu mynegi a'u rheoli e.e. ar lafar, yn gorfforol, drwy ymddygiad; pwysigrwydd cydnabod teimladau sy'n cael eu dal yn ôl neu eu cuddio.

*Dylanwad ar berthnasoedd:* effeithiau emosiynau e.e. pwysigrwydd gallu gwahaniaethu rhwng teimladau ac ymddygiad e.e. mae'n iawn bod yn ddi, ond nid yw bwrw pobl yn iawn, archwilio ffyrdd amgen a derbyniol o fynegi teimladau, effaith ymddygiad ymosodol, rhwystredigaeth, embaras a siom mewn perthnasoedd, datblygu sgiliau i reoli gwahaniaethau mewn perthynas e.e. goddefol, pendant, amharchus, meddiannol, dylanwadau cadarnhaol a negyddol, ymddygiad cefnogol, agweddau cadarnhaol neu negyddol, dealltwriaeth, tact a diplomyddiaeth.

### 3 **Gallu dangos parch a chyfrifoldeb mewn perthynas bersonol a chymdeithasol**

*Parch:* ystyr e.e. deall gwahanol safbwyntiau, cydnabod a derbyn gwahanol agweddau a gwerthoedd, gwerthfawrogi gwahanol syniadau a gweithredoedd, pwysigrwydd dangos ystyriaeth tuag at eraill, deall cysyniad cydsyniad.

*Cyfrifoldeb:* ystyr e.e. pwysigrwydd atebolrwydd ac ystyried canlyniadau eich gweithredoedd ar bobl eraill, natur dibynadwyedd a'i arwyddocâd mewn unrhyw berthynas, bod yn ddibynadwy, cysyniad dyletswydd, bod yn gydwytbodol, ymgymryd â rôl.

*Perthnasoedd personol:* mathau e.e. cysylltiad emosiynol gyda pherson arall o bwys, perthynas rywiol, pwysigrwydd cydraddoldeb rhwng y rhywiau, archwilio agweddau ar ymddygiad mewn perthnasoedd personol, atal ymddygiad ymosodol (llawer yn troi'n erbyn un a meddylfryd y pac).

*Perthnasoedd cymdeithasol:* mathau e.e. cyfeillgarwch, perthnasoedd teuluol, cyfranogiad grŵp a pherthnasoedd ehangach, cyfathrebu a chydweithredu, ymddygiad grŵp a gwaith tîm, ysgolion, gwaith, eglwys.

## **Uned 36: Archwilio Effaith Amrywiaeth yn ein Cymunedau**

**Cod Uned: A/600/3413**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw annog dysgwyr i nodi amrywiaeth mewn cymuned leol, ac yna ystyried eu hagweddau eu hunain at hyn, gan wneud newidiadau lle bo hynny'n briodol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r gallu i werthfawrogi nodweddion sy'n debyg ac yn wahanol rhwng unigolion yn sgîl pwysig wrth wneud a chynnal perthnasoedd personol a chymdeithasol. Mae dysgu i gydnabod a gwerthfawrogi amrywiaeth yn rhan bwysig o ddeall gwahaniaethu ac adeiladu dyfodol cynaliadwy. Mae'r gallu i uniaethu ag eraill yn helpu dysgwyr i gynnwys gwahaniaethau yn eu bywydau ac i dderbyn eu cyfrifoldeb i herio rhagfarn lle bynnag y mae'n eu hwynebu.

Wrth i bobl ifanc ddatblygu eu hagweddau tuag at bobl eraill yn y gymdeithas, mae'n hynod bwysig ystyried gwahaniaethau unigol ac annog dathlu amrywiaeth o fewn yr amgylchedd addysg, y gymuned leol a byd gwaith. Mae cysyniadau deall amrywiaeth a gwahaniaethu'n hanfodol i unigolion allu gwneud cyfraniad cadarnhaol yn y gymdeithas er mwyn cyfoethogiad personol a chyfoethogiad cenedlaethau'r dyfodol.

Yn rhan gyntaf yr uned bydd dysgwyr yn cael y cyfle i archwilio amrywiaeth mewn cymunedau lleol.

Yn ail ran yr uned, anogir y dysgwyr i ystyried eu hagweddau tuag at amrywiaeth, sut gall hyn ddylanwadu ar eu hymddygiad a phwysigrwydd parchu gwahaniaethau unigol.

Bydd yr uned yn parhau drwy archwilio natur gwahaniaethu a phwysigrwydd herio rhagfarn lle bynnag y bydd yn eu hwynebu, i greu cymdeithas gydlynol yn y dyfodol.

Yn rhan olaf yr uned, bydd dysgwyr yn myfyrio ar eu hagweddau a'u hymddygiad eu hunain tuag at amrywiaeth.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod natur amrywiol cymuned leol	1.1 disgrifio cymuned amrywiol 1.2 rhoi enghreifftiau o amrywiaeth mewn cymuned leol
2 Deall sut gall agweddau am amrywiaeth ddylanwadu ar ymddygiad	2.1 trafod gwahanol agweddau at amrywiaeth 2.2 esbonio sut y gall agweddau at amrywiaeth ddylanwadu ar ymddygiad
3 Gwybod sut i adnabod a herio gwahaniaethu	3.1 diffinio gwahaniaethu 3.2 disgrifio ffyrdd i herio gwahaniaethu
4 Deall eu hagweddau a'u hymddygiad eu hunain at agweddau	4.1 adolygu eu hagweddau a'u hymddygiad eu hunain at amrywiaeth 4.2 gwerthuso eu hagweddau a'u hymddygiad eu hunain at amrywiaeth



## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod natur amrywiol cymuned leol

*Natur amrywiol:* tebygrwydd a gwahaniaethau rhwng grwpiau ac unigolion e.e. hil, rhyw, oedran, diwylliant, crefydd, tueddfryd rhywiol neu anabledd, credoau a gwerthoedd gwahanol, blaenoriaethau gwahanol mewn bywyd, pwysigrwydd unigoliaeth.

*Cymunedol leol:* mathau e.e. tref neu ddinas gartref, rhanbarth neu ardal, archwilio'r boblogaeth o fewn amgylchedd neu ardal benodol y dysgwyr eu hunain.

### 2 Deall sut gall agweddau am amrywiaeth ddylanwadu ar ymddygiad

*Agweddau ynghylch amrywiaeth:* dylanwadau e.e. meddyliau a theimladau am gredoau a gwerthoedd gwahanol, natur amrywiaeth, bod yn wahanol e.e. crefydd, hil, rhyw, oedran, diwylliant, tueddfryd rhywiol, bod yn anabl.

*Agweddau'n dylanwadu ar ymddygiad:* ffyrdd e.e. archwilio'r cysylltiadau rhwng agweddau a gwerthoedd personol tuag at amrywiaeth, pwysigrwydd goddefgarwch, bod yn gynhwysol e.e. agwedd at grwpiau o ffrindiau, ysgolion, teuluoedd a chymdeithas ehangach e.e. aelodaeth mewn sefydliadau, cyflwyno amrywiaeth i ddatblygu dyfodol cynaliadwy.

### 3 Gwybod sut i adnabod a herio gwahaniaethu

*Gwahaniaethu:* ystyron e.e. natur rhagfarn; enghreifftiau o wahaniaethu e.e. homoffobia, gwahaniaethu ar sail hil, rhagfarn oed, rhywiaeth, diffyg darpariaeth ar gyfer pobl anabl, bwlio.

*Herio gwahaniaethu:* ffyrdd e.e. adnabod a labelu ymddygiad gwahaniaethol, cydnabod agweddau ac ymddygiad anaddas sy'n ymwneud â gwahaniaethu, strategaethau i dargedu agweddau ac ymddygiad amhriodol e.e. polisïau gwrth-fwlio, polisïau cynhwysiant, pwysigrwydd goddefgarwch, gwerthfawrogi gwahaniaeth.

### 4 Deall eu hagweddau a'u hymddygiad eu hunain at agweddau

*Agweddau:* diffiniad e.e. ystyried ac archwilio syniadau, archwilio agwedd unigol ar fywyd, meddyliau a theimladau am y gwahaniaethau rhwng unigolion a grwpiau, gwerthuso gweithredoedd, barnau.

*Ymddygiad:* gwerthuso gweithredoedd, ffyrdd o weithredu e.e. cyfathrebu agored, goddefgarwch tuag at gynhwysiant, deall a gwerthfawrogi gwahaniaeth, dathlu unigoliaeth, dysgu gan ei gilydd, dangos empathi.



## **Uned 37: Gweithio mewn Tîm**

**Cod Uned: R/501/6058**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 3**

---

### **Nod yr uned**

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn ystyried manteision gwaith tîm. Bydd dysgwyr yn cael gwybodaeth am sut i weithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm drwy gyfrannu at dasg tîm a sut i fyfyrio ar berfformiad tîm.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae sgiliau gweithio mewn tîm yn hynod werthfawr yn y gweithle ac maent hefyd yn trosglwyddo i feysydd eraill o fywyd. Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn ystyried manteision gwaith tîm a pham bod sgiliau a chryfderau amrywiol yn angenrheidiol i aelodau tîm gwblhau tasgau'n llwyddiannus.

Bydd dysgwyr yn cael gwybodaeth am sut i weithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm drwy gyfrannu at dasg tîm. Yn ogystal, bydd dysgwyr yn deall sut i fyfyrio ar eu heffeithiolrwydd eu hunain a'r tîm wrth gwblhau'r dasg. Byddant yn ystyried eu cyfraniad unigol at berfformiad y tîm ac yn ystyried meysydd lle gallai'r tîm wella eu sgiliau gweithio mewn tîm.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos ei fod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall manteision ac anfanteision cael tîm i gwblhau tasg.	1.1 esbonio manteision ac anfanteision cael tîm i gwblhau tasg
2 Deall yr angen i dîm weithio gan ddilyn cod ymddygiad y cytunwyd arno.	2.1 adnabod cod ymddygiad ar gyfer gwaith tîm effeithiol 2.2 esbonio canlyniadau tebygol aelodau tîm yn peidio â dilyn cod ymddygiad
3 Gallu adnabod y gwahanol gryfderau, sgiliau a phrofiadau y mae gwahanol bobl yn eu cyfrannu i dîm	3.1 egluro eu cryfderau, eu sgiliau a'u profiadau eu hunain, fel sy'n berthnasol i dasg a wneir gan dîm 3.2 adnabod rhai cryfderau, sgiliau a phrofiadau perthnasol y mae aelodau eraill yn eu cyfrannu at dîm penodol
4 Deall sut i ddsbarthu rolau a chyfrifoldebau mewn tîm mewn perthynas â thasg a roddwyd	4.1 cytuno gydag aelodau eraill y tîm ar rolau a chyfrifoldebau pob aelod o'r tîm 4.2 esbonio sut mae pob rôl yn cyfrannu at amcanion y tîm ac at gwblhau tasg y tîm
5 Gweithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm	5.1 disgrifio ffyrdd y cafodd parch ei ddangos tuag at syniadau ac awgrymiadau pobl eraill 5.2 adnabod syniadau ac awgrymiadau perthnasol gafodd eu cynnig ac a helpodd y tîm i gwblhau ei dasg 5.3 aisgrifio ffyrdd y cafodd cymorth, cefnogaeth neu gyngor ei roi i aelodau tîm lle'r oedd hynny'n briodol 5.4 esbonio pam ei bod hi'n bwysig ymateb yn gadarnhaol i gyngor neu feirniadaeth adeiladol 5.5 cwblhau tasgau a glustnodwyd i'r safon ofynnol ac mewn pryd
6 Myfyrio ar berfformiad tîm	6.1 trafodwch sut y cyfrannodd eu perfformiad unigol tuag at berfformiad cyffredinol y tîm 6.2 amlinellwch ffyrdd y bu i'r tîm fel cyfanwaith berfformio'n effeithiol 6.3 amlinellwch feysydd lle gallai'r tîm wella ei sgiliau gweithio fel tîm

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall manteision ac anfanteision cael tîm i gwblhau tasg.

*Manteision gwaith tîm:* gellir cydbwysu cryfderau a gwendidau gweithwyr/dysgwyr; aelodau tîm yn ysgogi/annog/cefnogi ei gilydd; defnyddio sgiliau pob aelod; rhannu cyfrifoldeb; aelodau'r tîm yn teimlo ymdeimlad o berthyn; unigolion yn teimlo'n werthfawr.

*Anfanteision gwaith tîm:* gofyn am gynllunio gofalus; cymryd amser i gynllunio a sefydlu; gofyn am gytundeb neu gydweithrediad yr holl aelodau; gall un person gyflawni tasg yn well; efallai y bydd angen tasg yn galw am gyfarwyddo gan arweinydd.

### 2 Deall yr angen i dîm weithio gan ddilyn cod ymddygiad y cytunwyd arno.

*Cod ymarfer ar gyfer gwaith tîm:* e.e. dylai pob aelod gyfrannu; gwrandao ar farn pob aelod o'r tîm; gwerthfawrogi cyfraniadau pobl eraill; derbyn beirniadaeth adeiladol; ymgynghori ag aelodau eraill o'r tîm; gwneud penderfyniadau fel grŵp; dilyn penderfyniadau grŵp; cyflawni cyfrifoldebau y cytunwyd arnynt.

*Canlyniadau aelodau'r tîm yn methu â dilyn cod ymddygiad:* tasg tîm heb ei chwblhau ar amser, tasg tîm heb ei chwblhau'n gywir neu i safon briodol, gwrthdaro rhwng aelodau tîm, dryswch ynghylch tasgau a chyfrifoldebau unigol, aelodau'r tîm yn teimlo'n siomedig, aelodau'r tîm yn teimlo'n amharod neu'n bryderus am weithio neu ddysgu gydag aelodau eraill y tîm yn y dyfodol.

### 3 Gallu adnabod y gwahanol gryfderau, sgiliau a phrofiadau y mae gwahanol bobl yn eu cyfrannu i dîm

*Sgiliau, cryfderau a phrofiadau gwaith tîm:* sgiliau ymarferol e.e. y gallu i goginio, peintio, defnyddio cyfrifiadur, yn dda gyda rhifau ac arian, sgiliau rhyngbersonol e.e. amyneddgar, cyfeillgar, brwdfrydig, ffyddlon, sgiliau cyfathrebu e.e. siaradwr hyderus, gwrandawr da, sgiliau cymell e.e. da am annog neu helpu eraill, sgiliau trefnu.

### 4 Deall sut i ddsbarthu rolau a chyfrifoldebau mewn tîm mewn perthynas â thasg a roddwyd

*Cytuno ar rolau a chyfrifoldebau:* ar sail amcanion tasg tîm; amserlen/terfyn amser cwblhau; ymwybyddiaeth o sgiliau a chryfderau pob aelod o'r tîm; cyfateb sgiliau a chryfderau aelodau'r tîm â thasgau unigol e.e. siaradwr hyderus yn addas i arwain cyflwyniad llafar, profiad wrth ddefnyddio'r rhyngwyd yn addas i chwilio am wybodaeth ar-lein.

## 5 **Gweithio'n gadarnhaol fel aelod o dîm**

*Parchu syniadau ac awgrymiadau pobl eraill:* gwrando'n gwrtais ar syniadau ac awgrymiadau pobl eraill, peidio â thorri ar draws rhywun sy'n egluro eu syniad neu awgrym, diolch i aelodau eraill y tîm am eu syniadau neu awgrymiadau.

*Cynnig syniadau neu awgrymiadau ar gyfer tasg tîm:* cynnig syniadau ar sut i gyflymu'r amser angenrheidiol i gyflawni tasg tîm, gwneud awgrymiadau ynghylch sut i wella safon yr eitem mae'r tîm yn ei chreu.

*Rhoi cymorth, cefnogaeth neu gyngor i bobl eraill:* cynnig helpu aelod o'r tîm sy'n cael anhawster wrth gyflawni ei dasg, awgrymu ffordd well o wneud rhywbeth, cytuno i dderbyn tasg ychwanegol tra bod cyd-aelod o'r tîm yn absennol.

*Ymateb yn gadarnhaol i gyngor neu feirniadaeth adeiladol:* gwerth cyngor neu feirniadaeth adeiladol gan bobl eraill e.e. codi ymwybyddiaeth o gryfderau a gwendidau personol, codi ymwybyddiaeth o safon y gwaith a'r meysydd i'w gwella; cynnal awyrgylch a pherthnasoedd cadarnhaol yn y tîm gan ymateb yn briodol i gyngor neu feirniadaeth adeiladol e.e. gwrando ar y cyngor a gynigir, peidio â thorri ar draws y person sy'n siarad, osgoi iaith amhriodol megis coegni, sylwadau tramgwyddus.

*Cwblhau eu tasg eu hunain yn llwyddiannus ac ar amser:* cyflawni eu tasg eu hunain i safon briodol o fewn amserlen y cytunwyd arni e.e. gorffen cydosod dau fwrdd arddangos gyda deunyddiau cywir un diwrnod cyn dyddiad cyflwyniad y tîm, cymharu prisiau am gynhwysion pobi a rhoi'r wybodaeth brisio i'r tîm ar yr adeg y gofynnwyd amdani, cafwyd taflenni adborth gan gwsmeriaid ac adroddwyd yn ôl i'r tîm o fewn dau ddiwrnod i'r dyddiad cau.

## 6 **Myfyrion ar berfformiad tîm**

*Perfformiad unigol fel aelod o dîm:* dilyn cod ymddygiad, cwblhau tasg unigol yn briodol ac yn brydlon, cyflawni cyfrifoldebau unigol, cynnig help i eraill, cynnig adborth neu gyngor i bobl eraill, cyfrannu at lwyddiant tasg gyfan.

*Perfformiad tîm:* gweithiodd y tîm yn dda gyda'i gilydd, cyfrannodd pob aelod o'r tîm, cwblhawyd tasg tîm i safon foddhaol, cwblhawyd tasg tîm ar amser.

## **Uned 38: Dysgu gan Bobl Fwy Profiadol**

**Cod Uned: R/600/3577**

**Lefel FFCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw i ymgeiswyr ddysgu sut y gallant adnabod dysgu pobl hŷn neu fwy profiadol, gwerthuso defnyddioldeb yr hyn y maent wedi'i ddysgu a rhoi'r sgiliau hyn ar waith eu hunain.

### **Cyflwyniad yr uned**

Un o'r ffyrdd allweddol y mae pobl yn dysgu ac yn datblygu yw drwy ryngweithio ag eraill sy'n fwy profiadol mewn maes gwaith neu astudio penodol. Gall y rhain fod yn arbenigwyr sy'n ymweld, fel pobl sy'n ymwybodol o fentrau datblygu cynaliadwy, cydweithwyr uwch neu bobl eraill sy'n gweithio ar lefel debyg sydd wedi treulio mwy o amser yn y maes hwnnw.

Yn yr uned hon, bydd ymgeiswyr yn dysgu sut i adnabod beth maent wedi'i ddysgu gan bobl hŷn neu fwy profiadol, gwerthuso defnyddioldeb yr hyn y maent wedi'i ddysgu a rhoi'r sgiliau hyn ar waith eu hunain.

Mae'r uned yn dechrau drwy gael dysgwyr i adnabod sefyllfaoedd lle byddant yn gallu rhyngweithio â phobl fwy profiadol.

Nesaf, bydd dysgwyr yn dewis dulliau effeithiol a chynaliadwy o weithio, gan esbonio pam mae hyn yn wir.

Bydd dysgwyr wedyn yn egluro sut y gallant wella'u perfformiad drwy ddysgu gan bobl sydd â mwy o brofiad a sut gall eu dewis o ffyrdd o weithio fod o fudd i'r dyfodol mewn ffordd gynaliadwy. Yn olaf, bydd dysgwyr yn cynnal adolygiad o'r hyn a ddysgwyd gan bobl fwy profiadol.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall sefyllfaoedd lle gallai dysgwyr ryngweithio â phobl fwy profiadol	1.1 disgrifio sefyllfaoedd lle gallent ryngweithio â phobl fwy profiadol
2 Deall sut mae pobl fwy profiadol yn gweithio'n effeithiol	2.1 disgrifio ffordd effeithiol o weithio a ddangoswyd gan berson mwy profiadol 2.2 esbonio pam bod y ffordd hon o weithio'n effeithiol
3 Deall sut y gallant wella'u perfformiad drwy ddysgu gan bobl sydd â mwy o brofiad	3.1 disgrifio enghraifft o sgîl neu broses y maent wedi'i dysgu gan bobl sydd â mwy o brofiad 3.2 esbonio sut y gallant ddefnyddio'r hyn y maent wedi'i ddysgu i wella'u perfformiad
4 Adolygu'r hyn a ddysgwyd ganddynt gan bobl fwy profiadol	4.1 cynnal gwerthusiad o'r sgiliau, yr wybodaeth neu'r ddealltwriaeth a ddysgwyd gan bobl fwy profiadol



## **Uned 39: Hawliau a Chyfrifoldebau Dinesydd mewn Democratiaeth**

**Cod yr uned: M/600/3425**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw cyflwyno dysgwyr i hawliau unigolion mewn democratiaeth a deall eu chyfrifoldebau i fod yn ddinasyddion mwy gweithgar.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae gwybod am hawliau dynol sylfaenol yn hanfodol i ddeall hawliau unigol a chyfrifoldeb ar y cyd. iâr gyfer dinasyddiaeth effeithiol, mae'n bwysig i ddeall hawliau dinasyddion y Deyrnas Unedig a rôl y Cenhedloedd Unedig a'r Undeb Ewropeaidd wrth ddiogelu hawliau dynol.

Mae gan ddinasyddion yn y DU hawliau fel defnyddwyr, cyflogeion a chyflogwyr, a rhaid i ddysgwyr ddeall cwrmpas y rhain. Mae cymryd rhan yn y gymuned yn galluogi dinasyddion i ddiogelu hawliau a hyrwyddo cyfiawnder cymdeithasol. Mae'r uned hon yn ceisio datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth yn y meysydd allweddol.

Yn rhan gyntaf yr uned, bydd dysgwyr yn ymchwilio hawliau gwleidyddol, cyfreithiol a dynol. Caiff rôl y Cenhedloedd Unedig a'r Undeb Ewropeaidd o ran amddiffyn hawliau dynol eu harchwilio yn yr adran hon.

Yn ail ran yr uned, bydd dysgwyr yn archwilio hawliau a chyfrifoldebau defnyddwyr, cyflogeion a chyflogwyr.

Yn olaf, bydd dysgwyr yn defnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth o'u chyfrifoldebau i fod yn ddinasyddion effeithiol drwy ddatblygu cynlluniau i gymryd rhan weithredol mewn dinasyddiaeth.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod sut caiff hawliau dynol eu diogelu	1.1 diffinio hawliau gwleidyddol, cyfreithiol a dynol 1.2 disgrifio sut y diogelir hawliau dynol yn y DU 1.3 amlinellu sut mae'r Cenhedloedd Unedig a'r Undeb Ewropeaidd yn amddiffyn hawliau dynol
2 Deall hawliau a chyfrifoldebau cyflogwyr, gweithwyr a defnyddwyr	2.1 egluro hawliau a chyfrifoldebau gweithwyr a chyflogwyr 2.2 archwilio hawliau defnyddwyr
3 Gallu cynllunio ar gyfer dinasyddiaeth weithredol	3.1 cynllunio ar gyfer dinasyddiaeth weithredol eu hunain

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod sut caiff hawliau dynol eu diogelu

*Hawliau dynol*: rhyddid e.e. caniatáu i unigolion fyw, gweithredu, a chyflawni eu potensial, sicrhau y caiff dinasyddion eu trin yn deg, hawliau dynol e.e. hawliau y mae gan bawb hawl iddynt; Hawliau Sifil a Gwleidyddol e.e. yr Hawl i Fwyd a Rhyddid, Rhyddid Mynegiant, Cydraddoldeb yn ôl y Gyfraith, cymryd rhan yn y broses wleidyddol, hawl i achos llys teg; hawliau cymdeithasol, diwylliannol ac economaidd e.e. yr hawl i gymryd rhan mewn Diwylliant, yr Hawl i Fwyd, yr Hawl i Waith a'r Hawl i Addysg.

*Gwarchod hawliau dinasyddion y DU*: hawliau sifil e.e. hawliau yn ôl y gyfraith e.e. siarad yn rhydd, achos llys teg, meddu ar eiddo, hawliau defnyddwyr, hawliau cyflogaeth, hawliau defnyddwyr, hawl i neb wahaniaethu yn eu herbyn; hawliau gwleidyddol e.e. pleidleisio, sefyll mewn etholiad; hawliau cymdeithasol e.e. i safon byw benodol e.e. incwm, addysg y wladwriaeth, gofal iechyd; cerrig milltir hanesyddol e.e. Magna Carta 1215, deddfwriaeth e.e. Deddf Hawliau Dynol 1998, Deddf Gwahaniaethu ar Sail Anabledd 1995, Deddf Cysylltiadau Hiliol 1976.

*Y Cenhedloedd Unedig a hawliau dynol*: rhesymau e.e. ceisio creu byd heb ryfel a chyflwyno cyfiawnder a chydraddoldeb, darparu cymorth dyngarol, helpu i gadw heddwch, hyrwyddo ailadeiladu a datblygu, Datganiad Cyffredinol o Hawliau Dynol 1948 (30 o Erthyglau, wedi'u llofnodi gan 48 o aelod-wledydd, prin yw pwerau'r CU i'w orfodi), Datganiad o Hawliau'r Plentyn 1959, Cyfraith Ddyngarol Ryngwladol; asiantaethau e.e. Sefydliad Iechyd y Byd, Banc y Byd, UNICEF, ILO (Sefydliad Llafur Rhyngwladol).

*Gwarchod hawliau dinasyddion yr UE*: rôl e.e. ymgyrchoedd yn erbyn hiliaeth a gwahaniaethu, Confensiwn yr UE ar Hawliau Dynol, Llys Hawliau Dynol Ewrop.

### 2 Deall hawliau a chyfrifoldebau cyflogwyr, gweithwyr a defnyddwyr

*Hawliau gweithwyr*: amrywiaeth e.e. talu teg, isafswm cyflog, gwahaniaethu yn y gweithle yn anghyfreithlon e.e. cyflog cyfartal i ddynion a benywod, gwrthod cyflogi rhywun oherwydd ei hil, bod yn ddiogel yn y gwaith, cyswllt, tâl salwch a thâl gwyliau mewn cyflogaeth amser llawn, tâl a chyfnod mamolaeth, wythnos weithio o leiaf 40 awr, dim llafur plant na llafur gorfodol.

*Cyfrifoldebau gweithwyr*: dyletswyddau e.e. cyflawni dyletswyddau dan gontract, dilyn gweithdrefnau cyflogaeth e.e. iechyd a diogelwch, peidio â gwahaniaethu, bwlio neu aflonyddu.

*Cyfrifoldebau cyflogwyr*: dyletswydd gyfreithiol i fodloni hawliau gweithiwr e.e. Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1974, Deddf Cyflog Cyfartal 1970, Cyfarwydddeb Amser Gweithio, safonau ILO.

*Hawliau defnyddwyr*: deddfwriaeth e.e. Deddf Gwerthu Nwyddau, Deddf Cyflenwi Nwyddau a Gwasanaethau, Deddf Disgrifiad Masnach, Swyddogion Safonau Masnach; cyfrifoldebau a dyletswyddau defnyddwyr e.e. cefnogi amodau llafur da wrth brynu nwyddau neu wasanaethau.

### 3 **Gallu cynllunio ar gyfer dinasyddiaeth weithredol**

*Dinasyddiaeth weithredol:* dulliau e.e. gweithredu ar y cyd, gweithredu unigol, aelodaeth o sefydliadau cymunedol, grwpiau pwysu, ymgyrchoedd cenedlaethol, gwirfoddoli; gweithredoedd e.e. cyfranogiad ar gyngor myfyrwyr/cyngor lleol, ymgyrchu am gadw cyfleusterau chwaraeon lleol, cael gwared ar sbwriel mewn cymuned leol, yn erbyn cynlluniau i adeiladu traffordd, bod yn weithgar wrth gynllunio ymgynghoriadau, diogelu bywyd gwylt lleol, glanhau graffiti, cymryd rhan mewn sefydliadau sy'n hybu hawliau dynol e.e. Amnest Rhyngwladol, Liberty.

# **Uned 40: Natur Newidiol Cymdeithas yn y Deyrnas Unedig**

**Cod Uned: J/600/3429**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

## **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw i ddysgwyr werthfawrogi hanes y Deyrnas Unedig a'r brwydrau a fu dros hawliau a rhyddid. Bydd hyn yn arwain at archwiliad o sut mae mudo wedi dylanwadu ar gymunedau amlddiwylliannol Prydain heddiw.

## **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r Deyrnas Unedig yn gymdeithas sy'n newid yn gyson, ac mae grwpiau o bob cwr o'r byd wedi symud yno dros y canrifoedd. Er mwyn deall bywyd yn y Deyrnas Unedig (DU) heddiw yn well, mae'n ddefnyddiol gwybod cyd-destunau hanesyddol rhai o'r newidiadau hyn.

Mae'n bwysig ystyried sut mae mudo wedi dylanwadu ar gymunedau yn y DU. Mae ffyrdd o ddatblygu cymdeithas fwy goddefgar, teg a thryloyw lle mae pob aelod yn rhannu ymdeimlad cyffredin o berthyn sy'n goresgyn eu gwahaniaethau yn agwedd bwysig ar yr uned hon ac yn rhoi'r wybodaeth i ddysgwyr gymryd camau deallus a chyfrifol fel dinasyddion i gefnogi cydlyniant cymunedol.

Yn rhan gyntaf yr uned hon, bydd dysgwyr yn ymchwilio i hanes a manteision y frwydr dros hawliau a rhyddid yn y DU. Caiff y manteision a geir drwy ymdrechion o'r fath eu hystyried.

Yn ail ran yr uned, disgwylir i'r dysgwr ystyried y cysyniad o hunaniaeth a pham ei fod yn bwysig mewn cymdeithas amlddiwylliannol.

Bydd dysgwyr yn archwilio amrywiaeth yn y DU yn nhrydedd rhan yr uned. Ystyrir y grwpiau sy'n creu ein cymdeithas amrywiol. Archwilir effaith mudo ar gymunedau a goblygiadau amrywiaeth ddiwylliannol.

Yn olaf, bydd dysgwyr yn archwilio ffyrdd y gall gwerthoedd a rennir cymdeithas amrywiol eu hyrwyddo, a sut mae hyn yn annog cydlyniant cymunedol. Ystyrir rolau'r sefydliadau sy'n gweithio i hyrwyddo amrywiaeth.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod am ddatblygiad hawliau a rhyddid unigolion yn y DU	1.1 amlinellu datblygiadau hawliau a rhyddid yn y DU 1.2 amlinellu manteision hawliau a rhyddid
2 Gwybod am hunaniaeth ddiwylliannol	2.1 rhestru'r ffactorau sy'n cyfrannu at hunaniaeth 2.2 amlinellu pam mae hunaniaeth yn bwysig
3 Deall tarddiad amrywiaeth yn y DU	3.1 esbonio effaith mudo ar hunaniaeth, grwpiau a chymuned 3.2 esbonio sut mae gwahanol grwpiau'n creu cymdeithas amlddiwylliannol yn y DU 3.3 trafod goblygiadau amrywiaeth diwylliannol
4 Gallu hyrwyddo cydlyniant cymunedol trwy werthoedd a rennir	4.1 esbonio sut y gall gwerthoedd a rennir mewn cymdeithas amlddiwylliannol hybu cydlyniant cymunedol 4.2 adrodd ar sut mae rolau gwahanol sefydliadau yn gweithio i hyrwyddo amrywiaeth

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod am ddatblygiad hawliau a rhyddid unigolion yn y DU

*Enghreifftiau o ddatblygiadau hawliau a rhyddid:* brwydrau e.e. ennill y bleidlais, rhyddfrenio menywod, hawliau i weithio, cyfle cyfartal, rhyddid rhywiol.

*Buddion:* mathau e.e. rhyddid, tegwch, diogelwch, cytgord, parch, cydraddoldeb mewn cymdeithas, democratiaeth, ymdeimlad o gymuned.

### 2 Gwybod am hunaniaeth ddiwylliannol

*Hunaniaeth:* mathau e.e. hunaniaethau lluosog, mae pob unigol yn wahanol ond mae nifer o bethau'n gyffredin rhyngddynt, rhyw, lliw croen, anabledd, ffactorau eraill y mae unigolion yn eu dewis eu hunain e.e. plaid wleidyddol, tîm pêl-droed; newid hunaniaeth e.e. rhieni.

*Hunaniaeth gymdeithasol:* y grwpiau mewn cymdeithas rydych yn teimlo'n rhan ohonynt; hunaniaeth leol e.e. tref/pentref lle rydych yn byw; hunaniaeth ranbarthol e.e. deheuol, Swydd Efrog; hunaniaeth genedlaethol e.e. Cymreig, Prydeinig, Siapaneaidd; hunaniaeth fyd-eang; hunaniaeth ethnig e.e. Asiaidd; hunaniaeth grefyddol e.e. Mwslimaidd, Cristnogol.

*Pwysigrwydd hunaniaeth:* rhesymau e.e. ymdeimlad o berthyn; teimlo bod pobl wedi eu derbyn, darparu ymdeimlad cryf o hunan, cydnabod yr hyn sy'n gyffredin rhwng unigolion yn ogystal â'r hyn sy'n gwneud unigolyn yn wahanol, annog cydlyniad ac ymdeimlad o gymuned ar gyfer dyfodol cynaliadwy.

### 3 Deall tarddiad amrywiaeth yn y DU

*Effaith mudo ar gymunedau:* effeithiau e.e. cymunedau'n newid yn gyson, integreiddio, arwahanu'n gallu digwydd, anghydraddoldebau e.e. pobl o leiafrifoedd ethnig wedi'u tangynrychioli yn y llywodraeth, llawer yn byw mewn tai gwael, yn gweithio mewn swyddi sy'n talu'n wael; tensiynau hiliol; trais.

*Cymdeithas amlddiwylliannol:* cyfansoddiad e.e. yn cynnwys pobl o gefndiroedd ethnig, crefyddol a diwylliannol gwahanol, mewnfudwyr i'r DU o nifer o wahanol wledydd e.e. Llychlynwyr, Normaniaid, ffoaduriaid Iddewig yn 1933-45, mewnfudwyr o'r Gymanwlad, aelodau o'r UE o 1992; rhesymau dros fewnfudo e.e. economaidd, gwleidyddol, ceiswyr lloches.

*Goblygiadau amrywiaeth ddiwylliannol:* effeithiau e.e. cadarnhaol, os caiff nodweddion diwylliannau gwahanol eu parchu, gwneud bywyd yn amrywiol ac yn ddiddorol, cyfoethogi profiadau bywyd, cyfrannu at ddiwydiant, mentergarwch, sgiliau, chwaraeon; bwyd, cerddoriaeth ac adloniant gwahanol; gall tensiynau hiliol ddigwydd; anghydraddoldeb hiliol yn bodoli e.e. mewn cyflogaeth, tai; diffyg integreiddio.

#### 4 **Gallu hyrwyddo cydlyniant cymunedol trwy werthoedd a rennir**

*Gwerthoedd a rennir:* amrywiaeth e.e. goddefgarwch, cwrteisi, rhyddid i siarad, parch at y gyfraith, parch at bob ffydd, ymdeimlad o berthyn.

*Hyrwyddo gwerthoedd a chydlyniant cymunedol:* gweithgareddau e.e. datblygu cymdeithas fwy goddefgar, teg a thryloyw lle mae pob aelod yn rhannu ymdeimlad cyffredin o berthyn sy'n goresgyn eu gwahaniaethau, cynhwysiant, parch at amrywiaeth, cydnabod gwerthoedd a rennir, dysgu gan ac am ei gilydd, dilyn ac amddiffyn hawliau dynol, herio rhagfarn, gwahaniaethu a stereoteipio, cymryd rhan a chymryd camau cyfrifol.

*Gweithredu unigol i hyrwyddo gwerthoedd cymdeithas amlddiwylliannol:* gweithredoedd e.e. peidio â stereoteipio, cydnabod unigoliaeth, dangos empathi, adrodd os ydych chi neu eraill yn cael eich cam-drin neu'n dioddef gwahaniaethu, e.e. i berson cyfrifol, rheolwr, yr heddlu, Cyngor Cydraddoldeb Hiliol lleol, Cyngor ar Bopeth, Comisiwn Cydraddoldeb Hiliol, Comisiwn Cwynion y Wasg.

*Sefydliadau sy'n gweithio i hyrwyddo amrywiaeth:* sefydliadau cenedlaethol e.e. Cyngor Cydraddoldeb Hiliol, Comisiwn Cydraddoldeb Hiliol, Cyngor Ffoaduriaid Prydeinig, Kick it Out, Stonewall.



## **Uned 41: Dinasyddiaeth Fyd-eang**

**Cod Uned: J/600/3432**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 1**

---

### **Nod yr uned**

Nod yr uned hon yw bod dysgwyr yn gwerthfawrogi cymhlethdod y byd rhyng-gysylltiedig a rôl y Deyrnas Unedig mewn materion byd-eang. Bydd dysgwyr yn cymryd camau i ddylanwadu ar eraill ar fater byd-eang.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae natur rhyng-gysylltiedig a chyd-ddibynnol ein byd yn golygu ein bod yn gysylltiedig ag eraill ledled y byd yn gymdeithasol, yn ddiwylliannol, yn economaidd, yn amgylcheddol ac yn wleidyddol. Felly, mae dinasyddiaeth effeithiol yn cwmpasu dimensiwn byd-eang ac yn gofyn am ddealltwriaeth o rôl y Deyrnas Unedig (DU) mewn materion byd-eang.

Mae datblygu'r wybodaeth, y sgiliau a'r gwerthoedd i gredu y gall unigolion wneud gwahaniaeth yn hanfodol.

Ffocws yr uned hon yw helpu dysgwyr i ddeall dinasyddiaeth weithredol ledled y byd a'u hysgogi i wneud rhywbeth cadarnhaol i greu newid.

Yn rhan gyntaf yr uned, bydd dysgwyr yn archwilio rôl y DU mewn materion byd-eang.

Caiff yr heriau sy'n wynebu'r gymuned fyd-eang eu harchwilio yn ail ran yr uned. Caiff effaith yr heriau hyn ar gymunedau ei harchwilio.

Yn nhrydedd rhan yr uned, bydd dysgwyr yn dewis mater byd-eang ar gynaliadwyedd i ymchwilio ac yn cymryd camau i ddylanwadu ar eraill. Bydd dysgwyr yn asesu'r sgiliau y maent yn eu defnyddio i ddylanwadu ar eraill ar fater byd-eang.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Gwybod rôl y Deyrnas Unedig mewn materion byd-eang	1.1 disgrifio ffyrdd y mae'r Deyrnas Unedig yn chwarae rhan mewn materion byd-eang
2 Deall heriau sy'n wynebu'r gymuned fyd-eang	2.1 trafod heriau byd-eang 2.2 esbonio effaith yr heriau hyn ar gymunedau
3 Gallu cymryd camau ar fater byd-eang penodol i ddylanwadu ar eraill	3.1 dewis mater byd-eang penodol ar gynaliadwyedd 3.2 dangos ymglymiad personol wrth weithredu i ddylanwadu ar eraill ar fater byd-eang 3.3 asesu eu sgiliau eu hunain a ddefnyddir wrth weithredu i ddylanwadu ar eraill ar fater byd-eang

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Gwybod rôl y Deyrnas Unedig mewn materion byd-eang

*Rôl y Deyrnas Unedig yn rhyngwladol:* drwy sefydliadau e.e. y Gymanwlad, Sefydliad Cytundeb Gogledd yr Iwerydd NATO, y Cenhedloedd Unedig, Uwchgynadledau'r Ddaear, yr Undeb Ewropeaidd, Banc y Byd, G8, cytundebau newid yn yr hinsawdd - Kyoto a Copenhagen.

### 2 Deall heriau sy'n wynebu'r gymuned fyd-eang

*Heriau byd-eang:* economaidd e.e. tanddatblygu, masnach annheg, cam-drin hawliau dynol; materion amgylcheddol e.e. newid yn yr hinsawdd, glaw asid, prinder adnoddau byd, prinder dŵr, dinistrio cynefinoedd; trychinebau e.e. tswnami, llifogydd, daeargrynfeydd, newyn; gwleidyddol e.e. tlodi, gwrthdaro; cynaliadwyedd (sut i wella safon bywyd pobl yn awr mewn ffordd a all barhau yn y dyfodol).

*Effaith materion byd-eang:* anghydraddoldeb o ran cyfoeth rhwng Gwledydd Incwm Uchel a Gwledydd Incwm Isel; cyflwr dynol e.e. tlodi'n achosi afiechyd, cyfradd marwolaethau uchel, prinder cyfleoedd addysg, dim cysgod, tai annigonol, diffyg cyflenwad dŵr glân neu lanweithdra, incwm annigonol i ddiwallu anghenion sylfaenol; gwadu a cham-drin hawliau dynol e.e. artaith, carcharu ar gam, masnach annheg; cynhesu byd-eang e.e. yn effeithio ar dwf cnydau, addasu i newid yn yr hinsawdd.

### 3 Gallu cymryd camau ar fater byd-eang penodol i ddylanwadu ar eraill

*Datblygiad cynaliadwy:* defnydd gofalus o adnoddau naturiol e.e. defnyddio ffynonellau ynni adnewyddadwy, lleihau ynni, lleihau gwastraff, ailgylchu; gwarchod yr amgylchedd e.e. atal llygredd, gwarchod bywyd gwyllt.

*Dylanwadu ar eraill:* cysylltu â sefydliadau sy'n gweithio ar faterion byd-eang e.e. cyngor lleol, WWF, Cyfeillion y Ddaear, Ysgolion Eco, Greenpeace, Unicef, Masnach Deg, Achub y Plant, Oxfam, Sefydliad Iechyd y Byd; mathau o weithredu e.e. posteri, dadl, cyflwyniad, codi arian, ymgyrchu e.e. hybu ailgylchu mewn ffreutur, siocled Masnach Deg yn unig ar werth mewn peiriannau gwerthu.

*Sgiliau:* amrywiaeth e.e. ymchwil, cyfathrebu, cyflwyno dadl yn gryno, cyddrafod, perswadio, defnyddio amser ac adnoddau'n briodol.



## **Uned 42: Datblygu Sgiliau Personol ar gyfer Arweinyddiaeth**

**Cod yr uned: K/501/5904**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn dod i ddeall prif nodweddion arweinyddiaeth a sut i baratoi eu hunain i ddangos sgiliau arwain mewn gweithgaredd arweinyddiaeth briodol.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae'r gallu i ddeall materion cynaliadwyedd a defnyddio sgiliau arweinyddiaeth personol effeithiol yn aml yn angenrheidiol i ddechrau mentrau cynaliadwy. P'un a ddefnyddir y sgiliau hyn yn ffurfiol fel arweinydd neu oruchwylydd tîm neu'n anffurfiol i arwain grŵp bach o bobl neu i gyfleu cyfarwyddiadau i eraill, mae'n bwysig bod dysgwyr yn gallu datblygu a myfyrio ar eu galluedd arweinyddiaeth personol.

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn ennill dealltwriaeth o brif nodweddion arweinyddiaeth a sut i baratoi eu hunain i ddangos eu sgiliau arweinyddiaeth mewn gweithgaredd arweinyddiaeth briodol.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos ei fod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall prif nodweddion arweinyddiaeth	1.1 disgrifio prif nodweddion arweinyddiaeth 1.2 esbonio sut mae eu sgiliau a'u rhinweddau eu hunain yn ymwneud â phrif nodweddion arweinyddiaeth
2 Cynllunio sut i ddangos sgiliau arweinyddiaeth	2.1 disgrifio'r amrywiaeth o sgiliau y byddant yn eu defnyddio i arwain eraill 2.2 esbonio sut y byddant yn rhoi'r sgiliau hyn ar waith er mwyn arwain pobl eraill
3 Paratoi ar gyfer gweithgaredd arweinyddiaeth	3.1 dewis gweithgaredd addas i ddangos eu sgiliau arweinyddiaeth 3.2 esbonio pam y dewison nhw'r gweithgaredd a sut y bydd yn eu galluogi i ddangos ystod briodol o sgiliau

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall prif nodweddion arweinyddiaeth

*Prif nodweddion arweinyddiaeth:* cyfrifoldeb dros eraill e.e. sicrhau bod y tîm yn gweithio gyda'i gilydd ac yn cyflawni ei nodau, sicrhau bod pobl yn iach ac yn ddiogel wrth gyflawni eu gwaith neu dasg, darparu cefnogaeth ac arweiniad e.e. helpu rhywun i fynd i'r afael â sefyllfa anodd yn effeithiol, annog rhywun i ddyfalbarhau i ddatrys problem; rhoi cyfarwyddiadau e.e. dyrannu gwaith i'r tîm; rhoi a derbyn adborth e.e. dweud wrth rywun eu bod wedi gwneud rhywbeth yn iawn neu awgrymu y gellid gwneud rhywbeth yn wahanol, gwranddo ar adborth gan bobl eraill a gweithredu arno; gwneud penderfyniadau e.e. penderfynu ar yr hyn mae'n rhaid i grŵp o bobl ei wneud, pwy sy'n gorfod gwneud pa weithgaredd, datrys problemau.

*Eu sgiliau a'u rhinweddau eu hunain:* cynnal adolygiad o'u datblygiad personol eu hunain; nodi meysydd cryfder a meysydd y maent yn llai sicr ohonynt/llai hyderus ynddynt; gofyn i bobl eraill am eu hadborth ar eich sgiliau arwain.

### 2 Cynllunio sut i ddangos sgiliau arwain

*Rhoi ystod o sgiliau ar waith:* rhoi cefnogaeth i bobl eraill e.e. drwy gymell ac annog eraill, darparu cyngor ac arweiniad, trafod problemau, nodi a deall teimladau pobl eraill; dyrannu tasgau a gweithgareddau e.e. trwy asesu cryfderau a diddordebau aelodau'r tîm, ystyried terfynau amser, penderfynu pwy sy'n fwyaf addas i gyflawni tasgau, trafod a chytuno ar dasgau gydag aelodau'r tîm; rhoi a derbyn adborth e.e. drwy ddulliau ffurfiol megis adroddiadau ysgrifenedig, arfarniadau, neu ddulliau anffurfiol fel adborth llafar i unigolion, adborth i'r tîm ar berfformiad tasg; gwneud penderfyniadau e.e. gwneud penderfyniad i ddatrys problem, penderfynu ar y ffordd orau o wneud rhywbeth.

### 3 Paratoi ar gyfer gweithgaredd arweinyddiaeth

*Dewis gweithgaredd addas:* ystyried cryfderau a gwendidau; defnyddio gwybodaeth am eu sgiliau penodol eu hunain i benderfynu ar y gweithgaredd priodol; trafod gyda'r tiwtor/rheolwr llinell a chytuno ar addasrwydd; dewis gweithgaredd y gallant ei gwblhau'n briodol.

*Pam y dewiswyd y gweithgaredd:* cyfateb i brofiad, sgiliau neu fuddiannau'r dysgwyr; galluogi dysgwyr i ddangos sgîl y maent yn teimlo'n hyderus ynddo yn ogystal â/neu sgîl y maent yn dymuno ei wella.





## **Uned 43: Ymarfer Sgiliau Arweinyddiaeth gydag Eraill**

**Cod yr uned: D/501/5916**

**Lefel FFCCH: Lefel 2**

**Gwerth Credydau: 2**

---

### **Nod yr uned**

Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn gallu ymarfer eu sgiliau arweinyddiaeth gydag aelodau eraill grŵp a gwerthuso eu gallu i arwain eraill.

### **Cyflwyniad yr uned**

Mae gweithio ochr yn ochr ag eraill yn darparu cyfleoedd gwerthfawr i ddysgu sut i arwain. Yn yr uned hon, bydd dysgwyr yn gallu ymarfer eu sgiliau arwain gydag aelodau eraill grŵp. Bydd dysgwyr yn dod i ddeall sgiliau fel rhoi adborth, gwneud penderfyniadau a dyrannu tasgau a'r cyfrifoldebau mewn cyd-destun arweinyddiaeth.

Yn ogystal â datblygu sgiliau arwain y dysgwr trwy weithio gydag eraill, mae'r uned hefyd yn ystyried sut y gall dysgwyr werthuso eu gallu i arwain eraill ac awgrymu meysydd i'w gwella mewn materion cynaliadwyedd.

## Canlyniadau dysgu a meini prawf asesu

Er mwyn llwyddo yn yr uned hon, mae angen i'r dystiolaeth y mae'r dysgwyr yn ei chyflwyno i'w hasesu ddangos eu bod yn gallu bodloni holl ganlyniadau dysgu'r uned. Mae'r meini prawf asesu'n disgrifio lefel y cyrhaeddiad sy'n ofynnol i fodloni'r canlyniadau dysgu.

<b>Canlyniadau dysgu</b>	<b>Meini Prawf Asesu</b> <b>I gyflawni pob canlyniad, rhaid i ddysgwr arddangos y gallu i:</b>
1 Deall sut i arwain gweithgaredd grŵp	1.1 esbonio sut y bydd eu sgiliau arwain yn cyfrannu at weithgaredd grŵp penodol
2 Dangos sgiliau arweinyddiaeth effeithiol gyda phobl eraill	2.1 rhoi cefnogaeth i aelodau eraill y grŵp 2.2 dyrannu tasgau a gweithgareddau'n briodol i aelodau eraill y grŵp 2.3 rhoi a derbyn adborth priodol 2.4 gwneud penderfyniadau am dasgau a gweithgareddau'n briodol
3 Gwerthuso'u perfformiad arweinyddiaeth	3.1 cynnal gwerthusiad o'u perfformiad arweinyddiaeth 3.2 awgrymu meysydd perfformiad arweinyddiaeth i'w gwella

## Cynnwys yr uned

---

### 1 Deall sut i arwain gweithgaredd grŵp

*Gweithgareddau grŵp:* yn y gweithle mewn tîm bach, mewn ysgol neu goleg (neu fan dysgu arall) mewn prosiect grŵp e.e. prosiect trawsgwricwlaidd, aseiniad o fewn maes galwedigaethol neu faes pwnc, ar sail cynaliadwyedd (a ddewiswyd o blith yr wyth porth cynaliadwyedd).

*Sgiliau arweinyddiaeth mewn gweithgaredd grŵp:* arwain mewn ffordd sy'n briodol i ofynion y sefyllfa a'r bobl dan sylw e.e. rhoi cefnogaeth i bobl eraill, dyrannu tasgau a gweithgareddau, rhoi a derbyn adborth, gwneud penderfyniadau priodol, ystyried terfynau amser; defnyddio sgiliau a rhinweddau personol i arwain yn effeithiol e.e. defnyddio sgiliau datrys problemau i wneud penderfyniadau effeithiol, defnyddio synnwyr digrifwch i gael sylw pobl wrth roi cyfarwyddiadau.

### 2 Dangos sgiliau arweinyddiaeth effeithiol gyda phobl eraill

*Rhoi cefnogaeth i bobl eraill:* ysgogi ac annog, rhoi cyngor ac arweiniad, trafod problemau, dangos ystyriaeth am les, iechyd a diogelwch aelodau'r tîm.

*Dyrannu tasgau a gweithgareddau:* asesu cryfderau a gwendidau aelodau'r tîm, blaenoriaethu tasgau o fewn terfynau amser, penderfynu pwy sydd yn y sefyllfa orau i wneud tasgau, trafod a chytuno gydag aelodau'r tîm.

*Rhoi a derbyn adborth:* adborth ffurfiol megis adroddiadau ysgrifenedig, gwerthusiadau; adborth anffurfiol e.e. adborth ar lafar i unigolion, adborth i dîm ar berfformiad tasg.

*Gwneud penderfyniadau:* gwneud penderfyniad i ddatrys problem, dod o hyd i ffordd ymlaen gyda thasg neu weithgaredd, penderfynu ar y dull gorau o wneud rhywbeth, penderfynu pan fydd tasg wedi'i chwblhau'n briodol.

### 3 Gwerthuso'u perfformiad arweinyddiaeth

*Cynnal gwerthusiad:* gwahanol fathau o werthuso arweinyddiaeth; gwerthuso ffurfiol e.e. ffurflenni asesu, rhestrau gwirio; gwerthuso anffurfiol e.e. trafod gyda thiwtor/rheolwr llinell; defnyddio adborth o wahanol ffynonellau wrth werthuso eich perfformiad; nodi beth oedd yn dda e.e. egluro pwrpas tasg tîm i'r grŵp yn llwyddiannus; nodi beth nad oedd cystal e.e. heb roi cyfarwyddiadau digon manwl am yr amser sydd ar gael i'r dasg.

*Awgrymu meysydd i'w gwella:* ar sail eu hasesiad eu hunain (ac adborth gan bobl eraill, os yw'n briodol) e.e. cael adborth ac awgrymiadau gan bob aelod o'r tîm cyn penderfynu ar ateb i broblem mewn tasg tîm.