



Coleg
Cymraeg
Cenedlaethol

Prentis-iaith Rhuglder

Cwrs Iechyd a Gofal

CYMRAEG



Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government



Coleg
Cymraeg
Cenedlaethol

Prentis-iaith Rhuglder

Enw'r Dysgwr:.....

Enw'r Asesydd:

Cynnwys

Uned 1

Ewch Amdani!

Mae'r cwrs yma wedi'i gynllunio'n arbennig ar gyfer prentisiaid sy'n siarad Cymraeg yn rhugl.

“Rydyn ni'n defnyddio'r Gymraeg am ein bod ni'n gwerthfawrogi ein cwsmeriaid lleol. Mae ein cwsmeriaid Cymraeg wrth eu bodd yn gweld yr iaith yn cael ei defnyddio ac rydyn ni'n cael adborth gwych yn rheolaidd gan ymwelwyr o bob rhan o'r byd.” José Lourenco, perchennog The Celtic Arms, Llaneurgain.

Fel siaradwr Cymraeg, mae gennych chi sgil arbennig iawn. Pwrrpas y cwrs yw rhoi cyfle i chi ymarfer y sgil arbennig yma. Drwy siarad Cymraeg yn eich gwaith, byddwch chi'n helpu i wneud gwahaniaeth i fywydau pobl eraill.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 2)

Darllenwch y cwestiwn. Yna dewiswch yr ateb cywir.

Faint o siaradwyr Cymraeg yng Nghymru sy'n meddwl bod rhoi gwasanaeth Cymraeg da yn helpu cwmni i greu argraff (*impression*) dda?

54%



74%



94%



(Gweithgaredd) (Sgrîn 3)

Fel gweithwyr o fewn y sector cyhoeddus, sut dylen ni drin yr iaith Gymraeg? Dewiswch yr ateb cywir.

Pan fydd yn gyfleus i ni wneud hynny, mae'n beth da cynnig gwasanaethau yn Gymraeg.

☐

Dylen ni drio ein gorau i drin y Gymraeg a'r Saesneg yn gyfartal bob amser.

☐

Rhaid i ni drin y Gymraeg fel y Saesneg bob amser neu gallen ni fod yn euog o dorri'r gyfraith.

☐

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 4)**Diolch i Gomisiynydd y Gymraeg am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Yn 2011, pasiodd Llywodraeth Cymru ddeddf sy'n rhoi statws cyfreithiol i'r iaith Gymraeg. Enw'r ddeddf ydy Mesur y Gymraeg. O ganlyniad i Fesur y Gymraeg, rhaid i gyrff cyhoeddus yng Nghymru gadw at safonau sy'n gwneud yn siŵr fod hawl gan eu cleientiaid i ddefnyddio'r Gymraeg. Darllenwch y trawsgrifiad i ddysgu mwy.

Beth yw Safonau'r Gymraeg?

Cafodd swydd y Comisiynydd a'r drefn Safonau eu creu gan Fesur y Gymraeg (Cymru) 2011.

Mae Mesur y Gymraeg yn rhoi statws swyddogol i'r iaith Gymraeg yng Nghymru.

Beth yw pwrpas Safonau'r Gymraeg?

Mae'r Safonau yn creu hawliau i bobl dderbyn gwasanaethau yn Gymraeg.

Y Comisiynydd sy'n penderfynu pa Safonau i'w gosod ar sefydliadau.

Mae dros 120 o gyrff cyhoeddus yn gweithredu'r Safonau yng Nghymru.

Mae gan bobl hawl i gysylltu â'r Comisiynydd i wneud cwyn os nad ydynt wedi gallu derbyn gwasanaeth yn Gymraeg.

Gall y Comisiynydd ymchwilio.

comisiynyddgymraeg.cymru

(Gweithgaredd) (Sgrîn 5)

Ysgrifennwch y brawddegau yn y bocsys.

Cywir**Anghywir**

Mae **bron 50** gweithle yng Nghymru yn gweithredu Safonau'r Gymraeg.

Mae **dros 120** gweithle yng Nghymru yn gweithredu Safonau'r Gymraeg.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 6)

Ysgrifennwch y brawddegau yn y bocsys cywir.

Cywir

Anghywir

Does neb yn cadw llygad i weld ydy
gweithleoedd yn dilyn y Safonau neu
beidio.

Mae Comisiynydd y Gymraeg yn monitro
gweithleoedd i wneud yn siŵr eu bod
nhw'n cadw at y Safonau.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 7)

Beth sy'n gallu digwydd os dydy cyflogwyr ddim yn cadw at y Safonau? Mae tri ateb yn gywir ac un yn anghywir. Cliciwch i wrando ar y brawddegau. Ysgrifennwch y brawddegau yn y bocsys cywir.

Cywir**Anghywir**

Gallai'r cyhoedd wneud cwyn swyddogol yn erbyn y cyflogwr.

Gallai cyflogwyr fod yn torri'r gyfraith a gallen nhw gael dirwy (*fine*).

Fydd dim byd yn digwydd.

Gallai pobl stopio defnyddio eu gwasanaethau.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 8)

Dyma rai o'r gwasanaethau mae'n rhaid i lawer o gyflogwyr (*employers*) yng Nghymru eu cynnig.



Rhaid siarad ar y ffôn yn Gymraeg.



Rhaid siarad wyneb yn wyneb yn
Gymraeg.



Rhaid i gyflogwyr dderbyn ac ateb
llythyron neu e-byst yn Gymraeg.



Rhaid dangos arwyddion dwyieithog.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 9)**Diolch i Gomisiynydd y Gymraeg am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Darllenwch farn un gweithiwr am sut mae cael gwasanaethau yn Gymraeg yn gallu gwneud cymaint o wahaniaeth.

Fi'n gweithio i Heddlu De Cymru fel swyddog

Cymorth Cymunedol yr heddlu.

Mae'n bwysig iawn i'r teuluoedd i wybod ein bod ni'n gallu rhoi

gwasanaeth iddyn nhw drwy gyfrwng y Gymraeg hefyd

oherwydd i rai teuluoedd, os mai Cymraeg yw eu hiaith

gyntaf nhw, dyna beth ma nhw'n gyfforddus gydag e,

yn enwedig pan mae'n dod i rannu gwybodaeth

eithaf sensitif, ma fe'n sialens mawr iddyn nhw

ma angen iddyn nhw fod mor gyfforddus

â ma nhw'n gallu bod i neud hynny.

Ma lot o bethe gwahanol ma nhw'n

gallu gwneud drwy gyfrwng y Gymraeg,

yr un cyntaf yw'r mwyaf amlwg,

bydde nhw'n gallu ffonio ni a siarad

a rhoi adroddiad drwy gyfrwng y Gymraeg

ma'n gwefan ni gyd yn ddwyieithog

ma nhw'n gallu cael gafael ar wybodaeth

gyhoeddus drwy gyfrwng y Gymraeg

neu ddatganiad drwy'r iaith Gymraeg,

felly mae digon o bethe iddyn nhw.

#MAE GEN I HAWL

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 10)**Diolch i Gomisiynydd y Gymraeg am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Dyma farn un cydweithiwr am siarad Cymraeg gyda phobl yn y gwaith. Darllenwch y sgript i ddysgu mwy.

Dw i'n defnyddio'r iaith bob dydd i ddweud y gwir.

Ma' fe mor bwysig i siarad Cymraeg gyda'r cleifion

yn enwedig os ydyn nhw wedi cael strôc,

achos falle eu bod nhw wedi colli eu Saesneg

neu ma' nhw'n teimlo yn 'vulnerable' yn yr ysbyty,

ma' popeth yn wahanol, ac os ti'n gallu

mynd atyn nhw a siarad Cymraeg,

ma mor bwysig, ac i gael asesiadau yn 'accurate'.

Dyw e ddim yn anodd i ddefnyddio'r Gymraeg bob dydd.

Chi jyst yn dechrau drwy ddweud 'Bore da',

'Shwt y'ch chi', a siarad efo pobl.

Mae'r cleifion mor hapus ac yn

cefnogi chi i ddysgu'r Gymraeg.

Bydd yr hyder yn dod os chi'n defnyddio'r iaith.

#MAE GEN I HAWL

(Gweithgaredd) (Sgrîn 11)

Faint o gwmnïau ydych chi'n feddwl sy'n dweud bod defnyddio'r Gymraeg yn gwella brand eu busnes? Dewiswch yr ateb cywir.

64%

☐

34%

☐

84%

☐

Trawsgrifiad (Sgrîn 12)

Does dim rhyfedd fod cyflogwyr yn awyddus i gyflogi siaradwyr Cymraeg. Maen nhw'n sylweddoli pa mor bwysig ydy sgiliau dwyieithog. Darllenwch farn un cyflogwr.

Mae cyflogi unigolion sy'n siarad Cymraeg yn bwysig iawn i ni fel cwmni. I ddechrau, mae nifer fawr o'n cwsmeriaid ni yn siaradwyr Cymraeg ac mae'n bwysig iawn iddyn nhw eu bod nhw'n gallu cael gwasanaeth yn Gymraeg wrthon ni. Heb os, mae nifer o'n cwsmeriaid ni wedi aros yn ffyddlon dros y blynyddoedd oherwydd bod y gwasanaeth yn Gymraeg ac o safon uchel hefyd.

Cymraeg yw mamiaith nifer fawr o'r henoed sy'n byw yn y cartref gofal hwn. Mae'n hanfodol eu bod nhw'n teimlo'n gartrefol ac yn gysurus yn ein gofal ni ac mae'r gallu i gyfathrebu â'r staff yn eu hiaith gyntaf yn rhan fawr iawn o hynny. Dyw pawb ddim yn gallu mynegi eu hunain yn hyderus yn yr iaith Saesneg, felly mae gallu gwneud hynny yn Gymraeg yn gwneud byd o wahaniaeth i lesiant yr unigolion hefyd. Yn ychwanegol at hyn, mae'n rhoi tawelwch meddwl i deuluoedd y preswylwyr bod yna staff yma sy'n siarad Cymraeg yn gofalu am eu hanwyliaid.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 13)**Diolch i Gomisiynydd y Gymraeg am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Sut mae pobl yn mynd i wybod eich bod chi'n barod i siarad Cymraeg gyda nhw?
Darllenwch y sgript i ddysgu mwy.

Beth bynnag yw dy swydd...

Dangosa dy fod di'n siarad Cymraeg!

Drwy wisgo bathodyn swigen oren laith Gwaith.

Mae gweithwyr sy'n gallu cynnig gwasanaethau Cymraeg i'r cyhoedd

yn gwisgo bathodyn neu gortynnau gwddf laith Gwaith.

Fel y gweithwyr hyn...

Wel, yn syth wrth iddyn nhw gyrraedd y dderbynfa

maen nhw'n gallu gweld bod y bobl sy'n gweithio yn y dderbynfa

yn gwisgo cortynnau gwddf sy'n dweud ein bod ni'n siarad Cymraeg.

Dw i'n gwisgo cortyn gwddf a bathodyn

sydd yn dangos i bawb fy mod i'n gallu siarad Cymraeg.

Y ffordd mae'r cyhoedd yn gwybod

ein bod ni'n darparu gwasanaethau yn y Gymraeg

ydy drwy'r ffaith bod staff yn gwisgo

cortynnau gwddf fel hyn, neu'r bathodyn,

neu welwch chi arwyddion tebyg i'r un hwn

o gwmpas yr adeilad sy'n dangos bod y staff yn medru'r Gymraeg

a'u bod nhw'n hapus i wneud hynny.

Ar gyfartaledd rydym yn dosbarthu 54,500 o fathodynau, cortyn gwddf a phosteri yn flynyddol.

Eisiau archebu bathodynau laith Gwaith? Cysylltwch â ni: post@cyg-wlc.cymru

(Gweithgaredd) (Sgrîn 14)

Dewiswch yr ateb cywir bwlch er mwyn gorffen y frawddeg.

Mae gan Lywodraeth Cymru darged i gael _____ erbyn y flwyddyn 2050.

10 mil o siaradwyr
Cymraeg

500 mil o siaradwyr
Cymraeg

Miliwn o siaradwyr
Cymraeg

(Gweithgaredd) (Sgrîn 15)

Beth os ydyn ni'n cwrdd â pherson yn y gwaith sy'n gallu siarad Cymraeg ond sydd ddim yn teimlo'n hyderus am wneud hynny? Beth sydd orau i wneud mewn sefyllfa fel yna? Meddyliwch am darged Llywodraeth Cymru erbyn y flwyddyn 2050.

Dewiswch yr ateb cywir.

Defnyddio'r Saesneg yn unig er mwyn i'r person deimlo'n gyfforddus. ☐

Siarad Cymraeg ond troi i'r Saesneg os ydy'r person arall yn araf yn ymateb yn Gymraeg. ☐

Siarad Cymraeg gyda nhw a rhoi'r cyfle iddyn nhw ddefnyddio'r Gymraeg gyda chi. ☐

(Sgrîn 16)

Diolch i BBC Cymru Fyw am ganiatâd i ddefnyddio'r erthygl.

Darllenwch yr enghraifft.

Disgrifiad o'r llun: Dyn yn siarad.



“Aethon ni i Gaernarfon am ddiwrnod allan blynnyddoedd yn ôl, ac o’n i wedi bod yn dysgu am lai na blwyddyn. Nes i drïo siarad Cymraeg efo rhywun tu ôl i’r cownter mewn siop ond oedden nhw’n siarad Saesneg pan o’n i’n trïo siarad Cymraeg. Roedden nhw’n siarad Cymraeg efo’r person cyn fi yn y ciw felly o’n i’n gwbod bod nhw’n siarad Cymraeg ond oedden nhw’n siarad Saesneg efo fi. Nes i adael y siop yn teimlo’n ddigalon.”

(Sgrîn 17)

Felly, drwy ddefnyddio eich sgiliau Cymraeg, cofiwch fod gennych chi'r gallu i wneud cymaint o wahaniaeth i bobl eraill a chynnig gwasanaeth o'r safon orau.



Disgrifiad o'r llun: Grŵp o bobl yn cael bwyd yn yr awyr agored.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 18)**Diolch i Ffederasiwn Hyfforddiant Cendlaethol Cymru am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Wrth gwrs, bydd defnyddio'r Gymraeg yn y gwaith nid yn unig yn fanteisiol i'r Llywodraeth, i'ch cyflogwr, i'ch cydweithwyr a'ch cleientiaid. Bydd hefyd yn fanteisiol i CHI! Mae'r iaith Gymraeg yn gallu agor drysau i chi'n bersonol. Darllenwch y trawsgrifiad i ddysgu mwy.

#CymraegYnYGweithle

Defnyddiodd Ifan ei iaith gyntaf, sef Cymraeg a Saesneg ysgrifenedig wrth wneud ei Brentisiaeth mewn Gwaith Brics.

Enwyd Ifan yn Brentis y Flwyddyn y CITB yng Nghymru yn 2018.

Enillodd Fedalau Aur yng nghystadleuaeth SkillBuild Ranbarthol Gogledd Cymru a chystadleuaeth Sector Cymru y Guild of Bricklayers yn 2018 a Medal Arian am Osod Brics yn Rownd Derfynol Prydain SkillBuild 2018.

Mae wedi cwblhau Prentisiaeth Sylfaen a Phrentisiaeth dwyieithog mewn Gwaith Brics gyda'r CITB ac wedi gwneud enw iddo'i hun mewn cystadlaethau gosod brics yng Nghymru a'r Deyrnas Unedig.

"Roedd yn haws i mi wneud y cymwysterau'n ddwyieithog".

Dywedodd darparwr hyfforddiant Ifan fod "ei allu i wneud ei gymwysterau'n ddwyieithog yn elfen hanfodol yn ei daith ddysgu ac mae wedi talu ar ei ganfed iddo."

Defnyddiwch eich Cymraeg yn y gwaith

Dewch draw i Gyrfa Cymru

neu ffonio 0800 028 4844

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wylïo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Cwsmer / Prentis = Person B



(Sgrîn 20)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Sut mae?

Shw' mae?

(Gweithgaredd) (Sgrînn 21)

Llenwch y bylchau drwy ddewis y geiriau cywir.

Dafydd: Bore da, Dafydd dw i. Dw i newydd ddechrau yma fel

_____.

Nia: Helô Dafydd. Croeso i ti. Nia dw i. Wyt ti'n setlo'n iawn gyda ni?

Dafydd: Ydw, diolch, mae pawb yn _____ iawn. Mae'n dda _____ â chi, Nia. Beth ydy'ch _____ chi yma?

Nia: Fi ydy _____ y swyddfa. Felly os oes angen unrhyw help gyda materion _____, cofia ddod i holi.

Dafydd: Diolch i chi. Dw i'n gwerthfawrogi hynny.

prentis

rôl

rheolwr

gyfeillgar

cyfarfod

gweinyddol

(Gweithgaredd) (Sgrîn 22)

Pam roedd Dafydd yn defnyddio “Chi” gyda Nia? Dewiswch y 4 ateb cywir.

Roedd Dafydd eisiau dangos parch at Nia.

☐

Roedd Dafydd yn siarad â pherson newydd yn y gwaith.

☐

Roedd Dafydd eisiau trin Nia fel ffrind.

☐

Roedd Dafydd eisiau bod yn gwrtais.

☐

Roedd y sefyllfa'n ffurfiol.

☐

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 23)

Mae'r ddau air, TI a CHI, yn golygu YOU. Felly, sut gallwn ni wybod pryd i ddefnyddio TI a phryd i ddefnyddio CHI yn y gwaith? Darllenwch y sgript i ddysgu mwy.

Beth yw'r gwahaniaeth rhwng TI a CHI? A pham mae'r gwahaniaeth yn bwysig yn y gwaith?

Wel, gadewch i ni edrych ar y gair TI i ddechrau.

Rydyn ni'n gallu defnyddio TI pan ydyn ni'n siarad ag un person yn unig.

Dydyn ni ddim yn gallu defnyddio TI gyda mwy nag un person ar y tro.

Fel arfer, mae'n iawn defnyddio TI gyda pherson rydyn ni'n 'nabod yn dda, fel aelod o'r teulu neu ffrind.

Mae TI hefyd yn iawn os ydyn ni'n siarad â rhywun sy'n ifancach na ni, felly gallwn ni ddefnyddio TI gyda phlentynt.

Ac wrth gwrs, gallwn ni ddefnyddio TI gyda'n ci neu'n cath hefyd!

Felly cofiwch mai TI sy'n iawn os ydyn ni'n siarad ag un person ac os ydyn ni'n agos at y person yna, neu os yw'n blentynt.

Ond beth, wedyn, am y gair CHI? Pryd dylen ni ddefnyddio CHI, nid TI?

Wel - fel TI - mae'n bosib defnyddio CHI hefyd pan ydyn ni'n siarad ag un person yn unig.

Ond mae CHI yn well os ydyn ni'n siarad â pherson dydyn ni ddim yn adnabod yn dda.

Fel arfer hefyd, mae CHI yn well mewn sefyllfa ffurfiol, fel yn y gwaith.

Mae'n syniad da defnyddio CHI gyda phobl fel y bôs, cleient, neu asesydd. Mae hyn yn ffordd dda o ddangos parch at bobl yn y gwaith.

Weithiau, wrth gwrs, bydd rhywun fel eich bôs yn dweud ei bod hi'n iawn newid o ddefnyddio "chi" i ddefnyddio "ti" gyda nhw. Ond heblaw am hyn, y gair CHI sydd orau!

Ac mae un peth pwysig arall am y gair CHI! Rhaid i ni ddefnyddio CHI hefyd i siarad â mwy nag un person. Dydyn ni byth yn gallu dweud TI i siarad â mwy nag un.

Cofiwch fod yn ofalus, felly, wrth ddefnyddio TI a CHI. Defnyddiwch TI gyda phobl rydych chi'n adnabod yn dda a phan ydych chi mewn sefyllfa anffurfiol.

Defnyddiwch CHI mewn sefyllfa ffurfiol, fel gyda rhai pobl yn y gwaith. Cofiwch hefyd mai CHI sy'n iawn wrth siarad â mwy nag un person.

A dyna ni! Dyna'r gwahaniaethau pwysig rhwng CHI a TI!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 24)

Gyda phwy mae'n well defnyddio CHI? Ticiwch y pedwar llun i ddangos gyda phwy dylen ni ddefnyddio CHI.



Person hŷn e.e. mewn cartref gofal /
ysbyty ☐



Grŵp o bobl mewn swyddfa ☐



Grŵp o blant ☐



Plentyn ☐



Rheolwr ☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 25)

Llenwch y bylchau drwy ysgrifennu'r geiriau cywir yn y bocsys cywir.

Ti**Chi**

Ffrind

Bòs

Chwaer / Brawd

Grŵp o bobl

Asesydd

Plentyn

Cleient

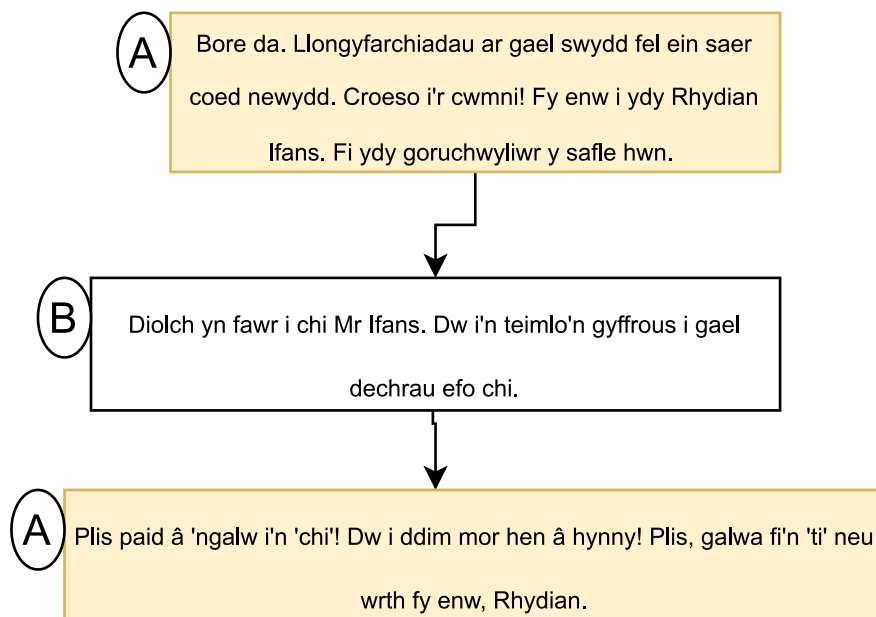
Trawsgrifiad o'r fideo canghennog (Sgrîn 26 & 27)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wylïo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng goruchwyliwr y safle a'r prentis ar ei ddiwrnod cyntaf fel saer coed.

Goruchwyliwr y safle = Person A

Prentis = Person B



Trawsgrifiad (Sgrîn 28)

Mae'n arbennig o bwysig defnyddio CHI mewn sefyllfaoedd ffurfiol fel cyfweiliadau swydd. Darllenwch y cwestiwn.

Meddyliwch hefyd sut byddech chi'n ateb y cwestiwn yma tasech chi mewn cyfweiliad?

Reit, jyst i ddechrau, hoffen ni ddysgu mwy amdanoch chi. Felly, wnewch chi ddweud rywfaint amdanoch chi eich hun? Teimlwch yn rhydd i siarad, er enghraifft, am unrhyw brofiadau gwaith neu ddiddordebau sydd gennych chi.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 29)

Sut byddai'n addas ateb cwestiwn sy'n gofyn i ni gyflwyno ein hunain ar ddechrau cyfweliad? Darllenwch y darn isod sy'n dangos un enghraifft o ateb. Beth ydy'ch barn chi am yr ateb yma? Pam?

Cyfwelydd:

Reit, jyst i ddechrau, hoffen ni ddysgu mwy amdanoch chi. Felly, wnewch chi ddweud rywfaint amdanoch chi eich hun? Teimlwch yn rhydd i siarad, er enghraifft, am unrhyw brofiadau gwaith neu ddiddordebau sydd gennych chi.

Person ifanc:

Wel, Alis Williams ydw i. Dw i'n byw yn Aberystwyth nawr. Symudais i i Aberystwyth rai misoedd yn ôl i fyw gyda fy nghariad. Cyn hyn, roeddwn i'n byw yn Abertawe. Yn fy amser sbâr, dw i'n licio cymdeithasu. Dw i hefyd yn hoffi siopa. Mae gen i bump TGAU sef Cymraeg, Saesneg, Hanes, y Cyfryngau a Chelf. Mae gen i BTEC hefyd mewn lechyd a Gofal. Dw i'n gweithio mewn siop ar hyn o bryd.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 30)

Sut gallai'r ymgeisydd yn y fideo diwetha fod wedi gwella ei ateb yn y cyfweiliad?

Dewiswch y tri ateb cywir.

Siarad mwy am brofiadau gwaith.

☐

Trafod enghreifftiau o sgiliau (e.e. cyfathrebu/gweithio mewn tîm).

☐

Siarad mwy am fywyd personol.

☐

Esbonio sut mae'r cymwysterau (e.e.TGAU/BTEC) yn addas i'r swydd.

☐

Siarad mwy am y dref lle mae'n byw.

☐

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 31)

Os gofynnir i chi gyflwyno'ch hun ar ddechrau cyfweiliad, cofiwch ei fod yn gyfle gwyh i ddechrau pwysleisio eich profiadau a'ch sgiliau. Sylwch ar yr ateb yma, sy'n canolbwyntio'n glir ar brofiad gwaith ac ar sgiliau personol.

Cyfwelydd:

Reit, jyst i ddechrau, hoffen ni ddysgu mwy amdanoch chi. Felly, wnewch chi ddweud rywfaint amdanoch chi eich hun? Teimlwch yn rhydd i siarad, er enghraifft, am unrhyw brofiadau gwaith neu ddiddordebau sydd gennych chi.

Person ifanc:

Dw i'n berson sy'n hoffi bod gyda phobl eraill.

Dros y flwyddyn ddiwetha, er enghraifft, dw i wedi bod yn gwneud swydd ran-amser mewn caffi lleol bob penwythnos ac yn ystod y gwyliau.

Dw i'n dod ymlaen yn dda gyda'r staff eraill yn y caffi a dw i hefyd yn mwynhau gweini ar y cwsmeriaid a chwrdd â phob math o gymeriadau diddorol.

Mae'r gwaith yn bendant wedi fy helpu i i ddatblygu fy sgiliau cyfathrebu. Dyma un o'r rhesymau pam bod y swydd yma gyda chi yn apelio ata i. Byddai'n rhoi cyfleoedd i fi weithio gydag eraill a pharhau i ddatblygu fy ngallu i fod yn effeithiol fel rhan o dîm.

Yn fy amser sbâr, dw i'n mwynhau mynd i'r gampfa leol a mynd allan i redeg. Felly, er fy mod i'n hoffi gweithio fel rhan o dîm, dw i hefyd yn berson sy'n ddigon hapus i wneud pethau ar fy mhen fy hun a dw i'n llawn hunan-gymhellant.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 32)

Dyma ateb arall sy'n addas mewn cyfweiliad. Wrth ddarllen, ystyriwch beth sy'n gwneud yr ateb yma hefyd yn un da.

Cyfwelydd:

Reit, jyst i ddechrau, hoffen ni ddysgu mwy amdanoch chi. Felly, wnewch chi ddweud rywfaint amdanoch chi eich hun? Teimlwch yn rhydd i siarad, er enghraifft, am unrhyw brofiadau gwaith neu ddiddordebau sydd gennych chi.

Person ifanc:

Wel, dw i newydd orffen yr ysgol ac yn aros am fy nghanlyniadau. Gwnes i saith TGAU. Astudiais i ddau BTEC hefyd, mewn Amaeth a Technoleg Gwybodaeth.

Dw i'n meddwl bod y ffaith fod gen i ddiddordeb mewn cyfrifiaduron ar un llaw, ac anifeiliaid a'r awyr agored ar y llaw arall, yn dangos fy mod yn berson sydd gydag amrywiaeth o ddiddordebau ac sydd felly'n gallu cynnig amrywiol sgiliau yn y lle gwaith.

Yn ogystal ag astudio, dw i wedi bod yn gweithio yn y sinema leol bob dydd Sadwrn ers dwy flynedd. Felly rwy'n gyfarwydd â gweithio gyda phobl o bob oed. Dw i'n gyfarwydd â bod yn gwrtais a gwneud yn siŵr fy mod yn rhoi gofal cwsmer da.

Yn fy amser sbâr, dw i'n helpu i edrych ar ôl fy mrawd a'm chwaer gan eu bod nhw'n llawer ifancach na fi. Felly rwy'n berson mae pobl eraill yn gallu ymddiried ynddo.

(Sgrîn 33)

Amser ymarfer!

“Hoffen ni ddysgu mwy amdanoch chi. Wnewch chi ddweud rhywfaint amdanoch chi eich hun? Teimlwch yn rhydd i siarad, er enghraifft, am unrhyw brofiadau gwaith neu ddiddordebau sydd gennych chi.”



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 34)

Cwestiynau eraill sy'n codi'n aml mewn cyfweiliadau ydy rhai sy'n gofyn i ni drafod sgiliau penodol. Er mwyn ateb cwestiynau fel hyn yn llwyddiannus, mae'n syniad da siarad am enghreifftiau clir o'n profiadau a'n sgiliau. Un ffordd dda iawn o ateb cwestiynau ydy drwy ddilyn dull STAR. Darllenwch y trawsgrifiad i ddysgu mwy.

Mewn cyfweiliadau, bydd cyflogwyr eisiau clywed sut rydyn ni'n gallu defnyddio ein sgiliau a'n profiadau mewn gwahanol sefyllfaoedd. Oherwydd hyn, dydy rhestru ein sgiliau a'n profiadau ar eu pen eu hunain ddim fel arfer yn ddigon i greu argraff. Mae angen trafod digon o enghreifftiau i ddangos ein defnydd o'r sgiliau mewn amrywiol sefyllfaoedd.

Mae techneg STAR yn gallu helpu gyda hyn. Beth ydy STAR?

Wel, mae'n ddull o ateb cwestiynau sy'n cynnwys pedwar cam. Mae'r dull yn cyfeirio at bedwar gair Saesneg, sef:

- *Situation* / Sefyllfa
- *Task* / Tasg
- *Action* / Gweithredu
- *Result* / Canlyniad

Y cam cyntaf ydy disgrifio'r **sefyllfa** (*Situation*).

Yr ail gam ydy egluro'r **dasg** a'r nod (*Task*).

Yn drydydd, **beth wnaethoch chi i gyflawni hyn?** Mae angen rhoi'r manylion (*Action*).

Y cam olaf ydy egluro beth oedd **canlyniad** eich gwaith neu eich gweithred (*Result*).

Dychmygwch, er enghraifft, fod panel cyfweld yn gofyn y cwestiwn yma i ymgeisydd:

"Mae gwaith tîm yn bwysig iawn i ni yn y cwmni yma. Siaradwch am eich gallu i weithio'n effeithiol fel aelod o dîm."

Sut byddech chi'n ateb y cwestiwn yna?

Dyma un enghraifft o ateb byr sy'n dilyn dull STAR:

- "Y llynedd, roeddwn i'n gweithio fel rhan o dîm gwerthu" (**SEFYLLFA**)
- "Fel tîm gwerthu, roedd angen i ni gynyddu ein gwerthiant misol." (**TASG**)
- "Dechreuais i gyfarfod wythnosol lle gallen ni fel tîm daflu syniadau a rhannu ein barn am dactegau gwerthu newydd. Gweithiais i gyda chydweithwyr i roi'r syniadau hyn mewn trefn a'u cyflwyno nhw i'r rheolwyr." (**GWEITHREDU**)
- "Yn y pen draw, cafodd nifer o syniadau'r tîm eu defnyddio, gan guro ein targed gwerthu blynyddol o 20%." (**CANLYNIAD**)

Yn y ffordd yma, mae'r dull STAR o ateb cwestiwn yn gallu ein helpu ni i adrodd stori sy'n amlinellu ein sgiliau a'n profiadau'n glir.

Beth am gwestiwn arall?

Beth am hyn: "Siaradwch am adeg pan ydych chi wedi dangos gallu i weithio'n effeithiol ar eich pen eich hun a chymryd cyfrifoldeb."

Sut byddech chi'n ateb hynny? Dyma un enghraifft o ateb:

“Pan o’n i’n gweithio fel cynorthwydd mewn meithrinfa, roedd bob amser llanast yn y cwpwrdd adnoddau. Roedd hynny’n ei gwneud yn anodd iawn i ni ddod o hyd i bethau.”
(SEFYLLFA)

“Felly roedd angen glanhau’r cwpwrdd a phenderfynais i wneud hynny”. **(TASG)**

“Ar ddiwrnod pan o’n i’n gwybod bod gen i amser sbâr, arhosais i ar ôl i bawb arall adael ac aildrefnu’r holl beth.” **(GWEITHREDU)**

“Nawr mae pob un ohonon ni’n gallu dod o hyd i’r adnoddau sydd eu hangen yn llawer cyflymach. Mae hynny hyd yn oed wedi arbed arian i’r feithrinfa achos cyn i fi roi trefn ar y cwpwrdd, roedden ni weithiau’n ailarchebu eitemau oedd gennyn ni’n barod. Nawr does dim angen gwneud hynny.” **(CANLYNIAD)**

Ewch ymlaen i’r dudalen nesaf i ystyried sut gallech chi ddefnyddio dull STAR mewn cyfweiliad.

Trawsgrifiad (Sgrîn 35)

Darllenwch y trawsgrifiad i glywed math arall o gwestiwn gallech chi ei gael mewn cyfweiliad. Meddyliwch sut byddech chi'n gallu ateb y cwestiwn yma gan ddefnyddio dull STAR.

Wnewch chi siarad am adeg pan ydych chi wedi gallu dangos eich gallu chi i ddelio gyda phroblem a ffeindio ateb i'r broblem yna? Felly, siaradwch am enghraifft yn y gorffennol pan ydych chi wedi llwyddo i ddatrys problem yn y gwaith.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 36)

Darllenwch un ateb posib i'r cwestiwn am sgiliau datrys problemau. Wrth ddarllen, ystyriwch sut mae'r ateb yn ffitio'r dull STAR.

Cyfwelydd:

Wnewch chi siarad am adeg pan rydych chi wedi gallu dangos eich gallu chi i ddelio gyda phroblem a dod o hyd i ateb i'r broblem yna? Felly siaradwch am enghraifft yn y gorffennol pan ydych chi wedi llwyddo i ddatrys problem yn y gwaith.

Person ifanc:

Ddechrau'r flwyddyn, yn y siop lle dw i'n gweithio, daeth cwsmer i fewn i gasglu dillad roedd hi wedi'u harchebu ar-lein ar gyfer priodas. Ond pan es i i'r stordy er mwyn nôl ei harcheb hi, sylweddolais i fod y dillad wedi mynd! Roedden nhw wedi cael eu gwerthu mewn camgymeriad. Roedd rhywun wedi eu symud nhw o'r stordy i'r siop ac, yn anffodus, roedd person arall wedi dod i fewn a'u prynu nhw. Doedd dim set arall ar gael gyda ni. Pan sylweddolais i hyn, ffoniais i un o'r siopau eraill sydd gan y cwmni a gofyn iddyn nhw a oedd ganddyn nhw'r un dillad ym maint y cwsmer. Fe wnaethon nhw gadarnhau bod ganddyn nhw'r dillad. Felly trefnais i gyda'r siop yna eu bod nhw'n postio'r dillad i gartref y cwsmer o fewn dau ddiwrnod. Trefnais i hefyd fod hyn yn cael ei wneud am ddim fel nad oedd rhaid i'r cwmser dalu am y camgymeriad oedd wedi digwydd.

Wythnos yn ddiweddarach, dysgais i fod y cwsmer yna wedi ffonio fy rheolwr i ddiolch am y gwasanaeth ro'n i wedi ei roi. O ganlyniad i hyn, ces i wobwr Gweithiwr y Mis yn y siop y mis hwnnw.

(Sgrîn 37)

Amser ymarfer!

Nawr dyma fwy o gyfle i chi ymarfer. Dyma ddau gwestiwn arall sydd weithiau'n codi mewn cyfweiliadau.

Sut gallech chi eu hateb gan ddefnyddio patrwm STAR?

Rydyn ni'n chwilio am berson sy'n gallu dangos gofal cwsmer da. Siaradwch am enghraifft / enghreifftiau pan ydych chi wedi dangos gofal cwsmer da yn eich gwaith.

Siaradwch am adeg neu adegau pan ydych chi wedi gweithio'n effeithiol ar eich pen eich hun yn y gwaith, gan ddangos eich bod yn gallu cymryd cyfrifoldeb.



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrîn 38)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Dafydd: Ydy Joseff yn barod? Mae ei dad wedi cyrraedd.

Trystan: Ydy, ond ble mae ei fag?

Dafydd: O, dyma ei fag fan hyn.

Trystan: A beth am ei gôt?

Dafydd: Wna i fynd i nôl ei gôt nawr.

Dafydd: Ydy Hannah yn barod? Mae ei thad wedi dod i'w chasglu.

Trystan: Ydy, ond ble mae ei bag?

Dafydd: O, dyma ei bag fan hyn.

Trystan: A beth am ei chôt?

Dafydd: Wna i fynd i nôl ei chôt nawr.

(Sgrîf 39)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Gweithiwr 1: Helo, ydy leuan Evans yn yr ystafell fyw? Dyma ei fab, Mr Rhys Evans. Mae wedi dod i weld leuan.

Gweithiwr 2: P'nawn da, Mr Evans.

Ymwelydd: P'nawn da

Gweithiwr 2: Ydy, mae leuan newydd gael ei ginio ac yn yfed ei baned nawr yn yr ystafell fyw.

Ymwelydd: Diolch i chi.

Gweithiwr 1: Helo, ydy Pat Evans yn yr ystafell fyw? Dyma ei mab, Mr Rhys Evans. Mae wedi dod i weld Pat.

Gweithiwr 2: P'nawn da, Mr Evans

Ymwelydd: P'nawn da.

Gweithiwr 2: Ydy, mae Pat newydd gael ei chinio ac yn yfed ei phaned nawr yn yr ystafell fyw.

Ymwelydd: Diolch i chi.

(Sgrîn 40)

Byddwch chi siŵr o fod wedi sylwi bod treigladau gwahanol yn digwydd ar ôl y gair Ei, gan ddibynnu a ydyn ni'n trafod merch neu fachgen. Ewch ymlaen i'r dudalen nesaf i ddysgu mwy am hyn.

Disgrifiad o'r llun: Menyw mewn car.



Ei **char**

Disgrifiad o'r llun: Dyn mewn car.



Ei **gar**

(Gweithgaredd) (Sgrîn 41)

Dyma dabl sy'n dangos rheolau'r treigladd meddal, ond mae angen ei orffen. Ysgrifennwch y llythrennau yn y lle cywir er mwyn gorffen y tabl.

Llythrennau		Llythrennau	
	P		B
	T		D
	C		
	B		F
	D		
	G		/
	LI		
	M		F
	Rh		R

Llythrennau

G

DD

L

(Sgrîn 42)

Darllenwch yr enghreifftiau.



Papur



Ei bapur



Teulu



Ei deulu

(Sgrîn 43)

Darllenwch yr enghreifftiau.



Cyfarfod



Ei gyfarfod



Desg



Ei ddesg

(Gweithgaredd) (Sgrîn 44)

Dewiswch y gair cywir bob tro.

Bore da, bawb. Dyma Huw, sy'n dechrau gweithio yma heddiw. Ei **1** fydd helpu Dylan yn y gweithdy. Ei **2** gwaith fydd dydd Llun a dydd Mercher. Alys, wyt ti'n fodlon trefnu bod Huw'n cael ei **3** adnabod? A Gareth, wnei di drefnu bod Huw'n cael ei **4** e-bost gwaith yr wythnos yma? Diolch i chi. Dw i'n siŵr y gwnewch chi i gyd roi croeso arbennig i Huw ar ei **5** cyntaf yn gweithio gyda ni.

1	gwaith ☐	waith ☐
2	diwrnodau ☐	ddiwrnodau ☐
3	cerdyn ☐	gerdyn ☐
4	cyfeiriad ☐	gyfeiriad ☐
5	bore ☐	fore ☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 45)

Ysgrifennwch y gair yn y bwlch bob tro.

Ydy Huw yma? Mae ei _____ ar y ffôn. [MENTOR]

Mae Mr Harries ar ei _____ yr wythnos yma. [GWYLIAU]

Mae Dafydd Bowen wedi cyrraedd ar gyfer ei _____. [CYFWELIAD]

Mae Geraint wedi gadael ei _____ yn y coleg. [PORTFFOLIO]

(Gweithgaredd) (Sgrîn 46)

Ysgrifennwch y llythrennau yn y lle cywir er mwyn gorffen y tabl.

Llythrennau	Treigladau
P	
C	Ch
T	

Llythrennau

Th	Ph
----	----

(Sgrîŋ 47)

Darllenwch yr enghreifftiau.



Papur



Ei phapur



Teulu



Ei theulu

(Sgrîn 48)

Darllenwch yr enghreifftiau.



Cyfarfod



Ei chyfarfod



Desg



Ei desg

(Gweithgaredd) (Sgrîn 49)

Ysgrifennwch y gair yn y bwlch bob tro.

Ydy Gwen yma? Mae ei _____ hi wedi cyrraedd. [PARSEL]

Mae Helen Jenkins wedi cyrraedd ar gyfer ei _____ hi. [CYFWELIAD]

Ydy Angharad wedi cael ei _____ hi eto? [TOCYN]

Mae Mrs Powell wedi gadael ei _____ hi yma. [BAG].

(Gweithgaredd) (Sgrîn 50)

Ysgrifennwch y gair yn y bwlch bob tro.

Gair	ei (his)	ei (her)
gwaith	ei _____	ei _____
prynhawn	ei _____	ei phrynhawn
cwrs	ei gwrs	ei _____
dyddiadur	ei _____	ei _____
rheolwr	ei _____	ei _____

gwaith

brynhawn

rheolwr

dyddiadur

waith

chwrs

reolwr

ddyddiadur

(Sgrîn 51)

Darllenwch yr enghreifftiau.



amser



ei hamser
(her time)



e-bost



ei he-bost
(her e-mail)



asesiad



ei hasesiad
(her assessment)

(Sgrîn 52)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Y llafariaid (vowels) yn Gymraeg: a, e, i, o, u, w, y



ei ystafell

ei amlen

ei egwyl



ei hystafell

ei hamlen

ei hegwyl

(Gweithgaredd) (Sgrîn 53)

Ysgrifennwch 2 yn y bocs “cywir” a 2 yn y bocs “anghywir”.

Y llafariaid (vowels) yn Gymraeg: a, e, i, o, u, w, y

Cywir**Anghywir**

Ei henw hi ydy Nia.

Ei enw e / o ydy Marc.

Ei enw hi ydy Nia.

Ei henw e / o ydy Marc.

(Sgrîn 54)

Sylwch ar y defnydd o “ei” yn y ddeialog. Darllenwch y sgwrs.

Ajai: Helô, oes munud gyda chi?

Sara: Oes, wrth gwrs, sut alla’ i helpu?

Ajai: Mae dyn o Lanemlyn wedi ffonio’r swyddfa y bore ‘ma. Mae o’n meddwl rhoi estyniad ar ei dŷ. John ydy ei enw. Mae wedi gofyn i ni alw draw i weld ei gynlluniau ar gyfer ei gartref. Dyma ei gyfeiriad (estyn darn o bapur) a hefyd ei rif ffôn... Bydd ar ei wyliau’r wythnos nesa ond mae unrhyw adeg arall yn gyfleus iddo.

Sara: Wyt ti’n gwybod ei gyfeiriad e-bost?

Ajai: Na, does gen i ddim ei fanylion e-bost.

Sara: Beth am ei gyfenw?

Ajai: O, Griffiths ydy ei gyfenw. John Griffiths.

Sara: I’r dim, diolch i ti am roi gwybod. Wna i gysylltu’r p’nawn ma.

(Sgrîm 55)

Sylwch ar y defnydd o “ei” yn y ddeialog. Darllenwch y sgwrs.

Ajai: Helô, oes munud gyda chi?

Sara: Oes, wrth gwrs, sut alla’ i helpu?

Ajai: Mae dynes o Lanemlyn wedi ffonio’r swyddfa y bore ‘ma. Mae hi’n meddwl rhoi estyniad ar ei thŷ. Anwen ydy ei henw hi. Mae wedi gofyn i ni alw draw i weld ei chynlluniau hi ar gyfer ei chartref. Dyma ei chyfeiriad (estyn darn o bapur) a hefyd ei rhif ffôn. Bydd ar ei gwyliau’r wythnos nesa ond mae unrhyw adeg arall yn gyfleus iddi.

Sara: Wyt ti’n gwybod ei chyfeiriad e-bost?

Ajai: Na, does gen i ddim ei manylion e-bost.

Sara: Beth am ei chyfenw?

Ajai: O, Lewis ydy ei chyfenw. Anwen Lewis.

Sara: I’r dim, diolch i ti am roi gwybod. Wna i gysylltu’r p’nawn ma.

(Sgrîn 56)

Amser i feddwl

Cymerwch amser nawr i feddwl am beth ydych chi wedi ei ddarllen wrth ymarfer y gair bach EI.

Meddyliwch am eich cydweithwyr neu am rai o'ch cleientiaid. Pa fath o bethau gallech chi eu dweud wrth eu cyflwyno nhw i berson arall yn y gwaith?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrîm 57)

Rydych chi newydd ddysgu am y rheolau dylen ni gofio wrth gyfeirio at bobl wrth ddefnyddio 'ei' benywaidd ac 'ei' gwrywaidd neu 'fe' a 'hi'. Mae nifer o bobl yn uniaethu â rhywedd sy'n wahanol i'r un y cawson nhw eu geni gyda. Mae'n bwysig ein bod ni bob tro'n dod i wybod pa ragenwau mae pobl yn uniaethu â nhw. Ni ddylen ni gymryd hyn yn ganiatâol na dyfalu rhagenw person. Dyma rhai esiamplau: ffurf luosog 'eu' neu 'Ze / Zir' a dylen ni sichrau ein bod yn parchu pawb drwy gyfeirio atyn nhw yn y ffordd maen nhw'n dymuno cael eu cydnabod fel person. Darllenwch y rhagenwau.

Fe / Fo

Hi

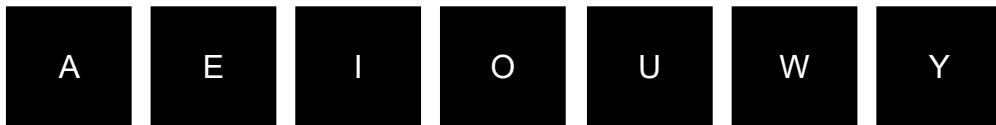
Nhw

Ze / zir

(Sgrîn 58)

Sylwch ar y rhagenwau yn yr enghreifftiau.

Darllenwch yr enghreifftiau.



Ydyn nhw wedi cyflwyno eu haseiniad?

Maen nhw'n rheoli eu hamser yn dda.

Rhaid iddyn nhw beidio â gwastraffu eu hegni.

Ydyn nhw wedi gwirio eu hyswiriant cyn teithio?

(Sgrîŋ 59)

Darllenwch y tabl.

Gair	ei benywaidd (her)	ei gwrywaidd (his)	eu lluosog (their)
coleg	ei choleg	ei goleg	eu coleg
aseiniad	ei haseiniad	ei aseiniad	eu haseiniad
portffolio	ei phortffolio	ei bortffolio	eu portffolio
tasg	ei thasg	ei dasg	eu tasg
ysgol	ei hysgol	ei ysgol	eu hysgol

(Sgrî'n 60)

Sylwch ar y rhagenwau gwahanol yn y sgwrs hon.

Darllenwch y sgwrs.

Rhys: Haia Sioned, wyt ti wedi cael cyfle i edrych dros bortffolio Sathya eto?

Sioned: Naddo sori, wnes i ddim sylweddoli ei bod hi wedi cyflwyno ei gwaith tan bore ma. Dw i'n siŵr bod ei phortffolio hi'n arbennig, yn ôl yr arfer.

Rhys: Ydy, mae'n wych. Beth am waith Nic? Beth oeddet ti'n feddwl am eu gwaith nhw?

Sioned: Do, dw i wedi edrych ar waith Nic. Dw i'n meddwl eu bod nhw wedi cyflwyno portffolio cynhwysfawr dros ben. Maen nhw wedi dadansoddi a gwerthuso eu profiadau yn y gweithle yn drylwyr iawn.

Rhys: Dw i'n cytuno'n llwyr. Byddan nhw wrth eu bodd.

Sioned: O byddan, heb os. Gest ti gyfle i edrych ar waith Cameron?

(Sgrîŋ 61)

Sylwch ar y rhagenwau gwahanol yn y sgwrs hon.

Darllenwch y sgwrs.

(Parhad)

Rhys: Do. Roeddwn i wedi gobeithio cael sgwrs â fe am ei brosiect. Dyw ei bortffolio ddim yn gyflawn yn fy marn i. Mae e wedi colli cyfle i drafod ei brofiadau ac yn anffodus, dyw e ddim yn ateb gofynion y dasg. Fe wna i anfon e-bost ato fe yn gofyn am sgwrs.

Sioned: Syniad da. Diolch i ti. Cofia roi gwybod os wyt ti eisiau i fi wneud rhywbeth arall.

Rhys: Wrth gwrs, dim problem. Diolch i ti Sioned. Hwyl!

(Sgrîb 62)

Edrychwch ar yr enghreifftiau yma o lofnodion e-bost ac yna ystyriwch mynd ati i addasu eich llofnod e-bost eich hun os nad ydych chi wedi gwneud yn barod.

Chris Healer

Prentis Iechyd a Gofal
Coleg Parc y Dre.
Sylwer, fy rhagenw yw: eu / nhw

Chris.h@ebost.cymru
078777665324

Ceri Samuel (hi)

Cynorthwydd Meithrin
Meithrinfa Adar Bach
Sylwer, fy rhagenw yw: hi

C.samuel@ebost.cymru
079945679123

Da iawn am gwblhau Uned 1.

Llongyfarchiadau!

Rydych chi wedi cwblhau Uned 1.

Rydych chi wedi:

- dysgu am bwysigrwydd defnyddio'r Gymraeg ym myd gwaith
- dysgu am eich hawliau i dderbyn gwasanaethau Cymraeg
- ymarfer cyflwyno eich hunain yn Gymraeg yn y gwaith
- ymarfer cyflwyno pobl eraill.

Ardderchog! Daliwch ati!

Uned 2

Gofyn ac Ateb Cwestiynau

Croeso i Prentis-iaith – Rhuglder.

Yn yr uned yma, rydyn ni'n mynd i ymarfer:

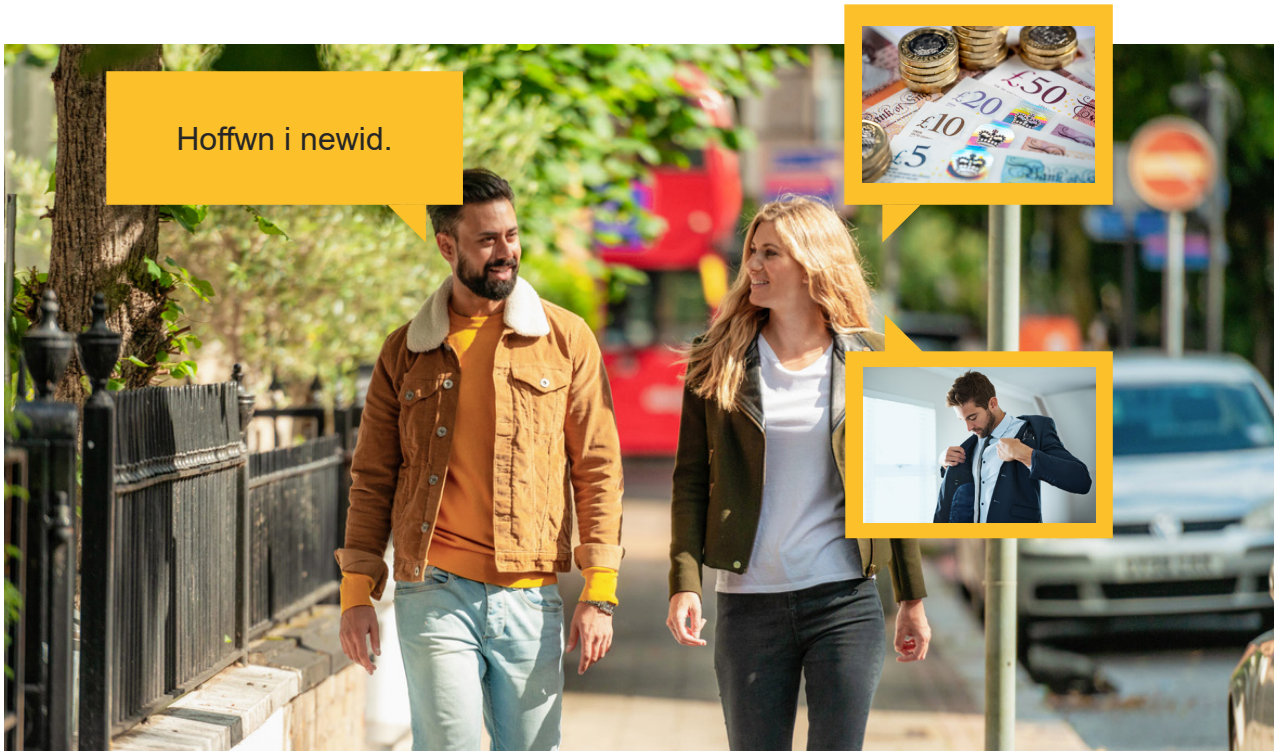
- gofyn ac ateb cwestiynau yn y gwaith
- trafod ein perfformiad
- ymdrin â chwsmeriaid
- datrys cwynion

Ewch amdani! Ymlaen â ni!

(Sgrîn 2)

Mae'r ffordd rydyn ni'n defnyddio iaith yn y gweithle yn gallu gwneud gwahaniaeth mawr i ba raddau rydyn ni'n llwyddo yn ein swydd. Mae cyfathrebu'n glir yn gallu gwneud byd o wahaniaeth.

Disgrifiad o'r llun: Dyn a menyw yn sgwrsio. . Mae'r dyn yn dweud "Hoffwn i newid." Mae'r fenyw yn ansicr os ydy'r dyn yn cyfeirio at arian neu newid dillad.



(Sgrîf 3)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Orffennaist ti'r dasg?

Ydych chi'n mynd ar y cwrs?

Ydy Huw wedi cyrraedd?

Oes cyfarfod heddiw?

Ga i'r cyfeiriad e-bost?

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 4)

Mae gofyn ac ateb cwestiynau yn un ffordd allweddol o'n helpu ni i rannu gwybodaeth yn eglur yn ogystal â deall beth mae pobl eraill yn ei ddweud wrthon ni. Darllenwch yr enghreifftiau.

Cwestiwn: Wyt ti'n brentis?

Ateb: Ydw, dw i'n brentis.

Cwestiwn: Wyt ti'n gweithio mewn ysgol?

Ateb: Nac ydw, dw i'n gweithio mewn swyddfa.

Cwestiwn: Wyt ti'n ddau ddeg un oed?

Ateb: Nac ydw, dw i'n dri deg chwech oed.

Cwestiwn: Wyt ti'n astudio mewn coleg?

Ateb: Ydw, dw i'n mynd i'r coleg un diwrnod yr wythnos.

Cwestiwn: Wyt ti'n gwisgo iwniform i'r gwaith?

Ateb: Nac ydw, dw i ddim yn gwisgo iwniform.

Cwestiwn: Wyt ti'n gweithio gyda phlant?

Ateb: Ydw, dw i'n gweithio mewn meithrinfa.

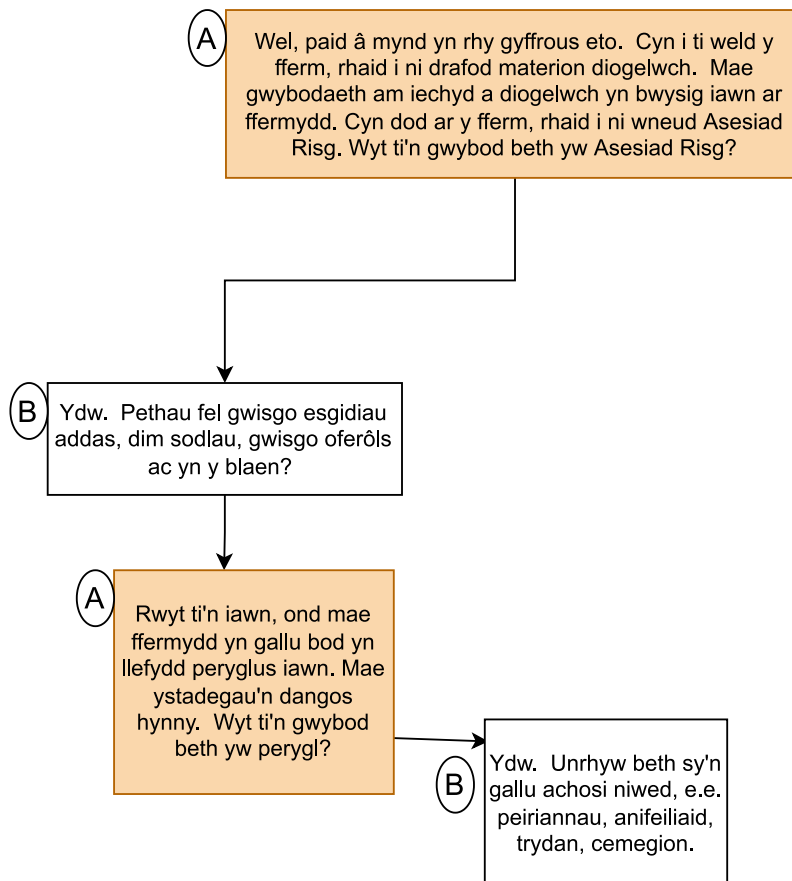
Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 5 & 6)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wyllo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng ffermwr a'r prentis ar ei ddiwrnod cyntaf yn ymweld â'r fferm.

Ffermwr = Person A

Prentis = Person B



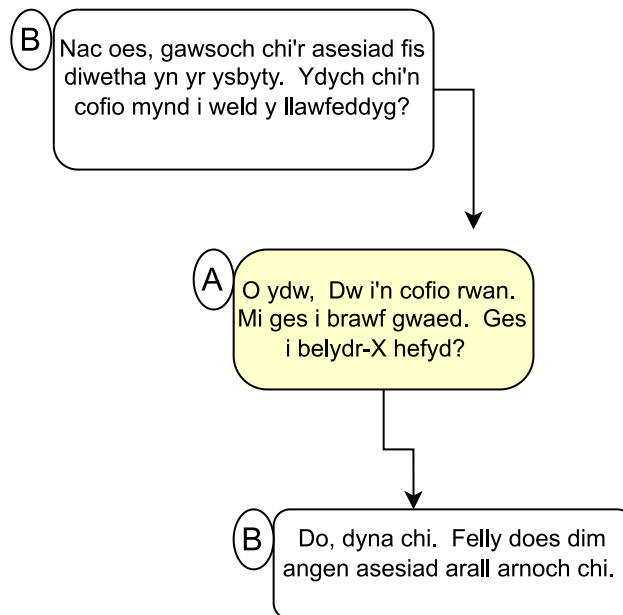
Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 7)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wyllo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng Mrs O'Sullivan a'r gofalwr mewn cartref gofal.

Mrs O'Sullivan = Person A

Gofalwr cartref gofal / Prentis = Person B



(Gweithgaredd) (Sgrîn 8)

Dewiswch y cwestiwn mwyaf addas bob tro.

Rydych chi'n gofyn cwestiwn...

i'r bôs	Wyt ti'n gwybod pryd mae'r cwrs? ☐	Ydych chi'n gwybod pryd mae'r cwrs? ☐
i blentyn	Wyt ti eisiau chwarae? ☐	Ydych chi eisiau chwarae? ☐
i asesydd	Wyt ti eisiau gweld y portffolio? ☐	Ydych chi eisiau gweld y portffolio? ☐
i ffrind	Wyt ti'n mynd allan heno? ☐	Ydych chi'n mynd allan heno? ☐
i gleient	Wyt ti wedi cael yr e-bost? ☐	Ydych chi wedi cael yr e-bost? ☐

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 10)

Pan fydd rhywun yn gofyn y cwestiwn “Ydych chi...?”, rydyn ni'n gallu ateb “Ydw” neu “Nac ydw”. Ond mae **dwy** ffordd o ddweud YES a **dwy** ffordd o ddweud NO i'r cwestiwn yma. Darllenwch y trawsgrifiad i ddysgu mwy.

Fel rydyn ni wedi gweld, rydyn ni'n gallu defnyddio **Ydych chi...?** i ofyn cwestiwn i **un** person.

Mae hyn yn addas ar gyfer pobl fel y bôs neu asesydd neu gleient.

Ond rydyn ni'n gallu defnyddio'r cwestiwn **Ydych chi...?** mewn ffordd wahanol. Achos gallwn ni hefyd ddefnyddio **Ydych chi...?** pan ydyn ni'n gofyn cwestiwn i **fwy** nag un person.

Felly mae'n bosib defnyddio'r cwestiwn yma ar gyfer **un** person...

neu hefyd ar gyfer grŵp o bobl.

Sylwch, er hyn, fod yr **atebion** yn wahanol. Mae'n dibynnu faint o bobl sy'n ateb.

Os yw'r cwestiwn i un person, yr ateb ydy **YDW**

neu **NAC YDW**.

OND os yw'r cwestiwn i fwy nag un person, yr ateb ydy **YDYN**

neu **NAC YDYN**

Felly, cofiwch...

Os yw'r cwestiwn i UN PERSON ac yn dechrau â'r geiriau **Ydych chi...?** yr ateb ydy **YDW** neu **NAC YDW**.

Ond os yw'r cwestiwn i FWY NAG UN PERSON ac yn dechrau â'r geiriau **Ydych chi...?** yr ateb ydy **YDYN** neu **NAC YDYN**.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 11)

Ysgrifennwch yr ateb yn y swigen siarad.



Disgrifiad o'r llun: Athrawes mewn dosbarth.

Bore da, blant. Ydych chi'n hapus bore 'ma?

rydyn ni'n hapus!



Disgrifiad o'r llun: Grŵp o blant.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 12)

Ysgrifennwch yr ateb yn y swigen siarad.



Disgrifiad o'r llun: Menyw yn sefyll a gwenu.

Helô Mrs Lewis, ydych chi'n gwybod lle mae'r cyfarfod?

ar y llawr uchaf.



Disgrifiad o'r llun: Menyw yn eistedd wrth ei desg yn gwenu.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 13)

Ysgrifennwch yr ateb yn y swigen siarad.



Disgrifiad o'r llun: Menyw yn sefyll a gwenu.

Ydych chi'n defnyddio'r ystafell yma heddiw?

rydyn ni'n defnyddio ystafell arall.



Disgrifiad o'r llun: Dyn a menyw yn sefyll a gwenu.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 14)

Ysgrifennwch yr ateb yn y swigen siarad.



Prynhawn da, ydych chi yma i
weld Asha?

Disgrifiad o'r llun: Derbynnydd tu ôl i ddesg.

dw i yma i weld Tom.



Disgrifiad o'r llun: Menyw wrth ddesg y dderbynfa.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 15)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau dros y ddwy dudalen nesaf.

Mentor: Bore da, Alisha a Dylan. Ydych chi'n setlo'n iawn yn eich gwaith newydd?

Alisha a Dylan: _____, diolch.

Mentor: Da iawn. Nawr 'te, ydych chi'n rhydd fory i ni gyfarfod?

Alisha: O, _____, yn anffodus.

Dylan: Rydyn ni yn y coleg fory.

Mentor: O, wrth gwrs. Alisha, _____ ti'n gallu cyfarfod dydd Mercher?

Alisha: _____, dw i'n rhydd yn y bore. Ydych chi?

Ydw

Nac ydyn

Ydyn

Ydych

Wyt

(Gweithgaredd) (Sgrîn 16)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau.

(Parhad)

Mentor: _____. Fe wnawn ni gyfarfod am ddeg o'r gloch, felly. Dylan, wyt ti'n rhydd am ddeg?

Dylan: Ydw, dim problem.

Mentor: Perffaith! Ydych chi'n gwybod lle mae fy swyddfa i?

Alisha a Dylan: _____, diolch.

Ydw

Nac ydyn

Ydyn

Ydych

Wyt

(Sgrîf 17)

Darllenwch y sgwrs.

Mentor: Bore da, Alisha a Dylan. Ydych chi'n setlo'n iawn yn eich gwaith newydd?

Alisha a Dylan: Ydyn, diolch.

Mentor: Da iawn. Ydych chi'n rhydd fory i ni gyfarfod?

Alisha: O, nac ydyn, yn anffodus.

Dylan: Rydyn ni yn y coleg fory.

Mentor: O, wrth gwrs. Alisha, Wyt ti'n gallu cyfarfod dydd Mercher?

Alisha: Ydw, dw i'n rhydd yn y bore. Ydych chi?

(Sgrîf 18)

Darllenwch y sgwrs.

(Parhad)

Mentor: Ydw. Fe wnawn ni gyfarfod am ddeg o'r gloch, 'te.
Dylan, wyt ti'n rhydd am ddeg?

Dylan: Ydw, dim problem.

Mentor: Perffaith! Ydych chi'n gwybod lle mae fy swyddfa i?

Alisha a Dylan: Ydyn, diolch.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 19)

Parwch y cwestiynau a'r atebion.

Ydy'r stordy'n llawn?	
Ydy'r portffolio'n barod?	
Ydy'r bocs cymorth cyntaf yma?	
Ydy'r adolygiad yn mynd yn dda?	
Ydy pawb yn cofio am y cwrs?	
Ydy'r ffenestri ar agor?	

Ydyn, maen nhw'n cofio.	Ydy, yn dda iawn.
Ydy, mae'r bocs ar y ddesg.	Ydy, does dim mwy o le.
Nac ydy, ond bydda i wedi ei orffen wythnos yma.	Nac ydyn, mae hi'n rhy oer!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 20)

YDY neu YDYN? Ysgrifennwch yr atebion yn y swigod siarad.

Ydy Mrs Patel yma?



Ydy'r staff i gyd yma?



(Gweithgaredd) (Sgrîn 21)

YDY neu YDYN? Ysgrifennwch yr atebion yn y swigod siarad.

Ydy'r stordy a'r gweithdy ar agor?



Ydy'r golau'n gweithio?



(Gweithgaredd) (Sgrîn 22)

Parwch y cwestiynau a'r atebion.

Oes cyfrifiadur sbâr yma?	
Oes unrhyw un yn defnyddio'r ystafell gyfarfod heddiw?	
Oes clustffonau ar dy ddesg?	
Oes argraffydd yma?	
Oes cwrs yfory?	

Oes, rhwng deg a hanner dydd.	Oes, ond dydy e ddim yn gweithio.
Nac oes, mae pob cyfrifiadur yn cael ei ddefnyddio.	Oes, mae Mr Griffiths yno'r bore 'ma.
Nac oes, maen nhw yn y cwpwrdd.	

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 23)

Darllenwch y trawsgrifiad o Sam yn mynd â ni ar daith o'r adeilad lle mae'n gweithio.

Sam ydw i.

Dyma'r adeilad lle dw i'n gwneud fy mhrentisiaeth ar y foment.

I ddechrau, dyma'r dderbynfa.

Mae Pat yn y dderbynfa yn hapus iawn i helpu bob amser.

Mae hi'n wych, chwarae teg.

Mae hi yma tan bedwar o'r gloch bob dydd.

Dyma ni'r ystafell staff.

Mae tegell yma i ni wneud paned pan ydyn ni eisiau.

Does dim cantîn gyda ni yn yr adeilad, felly mae llawer o'r staff yn dod i'r ystafell yma i fwyta eu cinio a chael sgwrs.

Dyma ystafell arall.

Mae'r un fach yma yn cael ei defnyddio'n aml i gael cyfarfodydd.

Mae yna ddwy sgrîn fawr gyda ni ar y wal.

Mae'n gyfleus pan ydyn ni eisiau cyfarfod â phobl ar-lein.

Beth am fy swyddfa i?

A dyma hi.

Mae wyth o ddesgiau yma i gyd.

Mae'r swyddfa yma yn llawn weithiau, ond fel rydych chi'n gallu gweld, mae'n dawel heddiw.

Mae'n ddydd Mercher, ac mae llawer o'r staff yn gweithio gartref ar ddydd Mercher.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 24)

Ysgrifennwch y cwestiynau yn y lle cywir.

Oes**Nac oes**

Oes rhywun yn y dderbynfa am hanner awr wedi pedwar bob dydd?

Oes sgrîn yn yr ystafell staff?

Oes llawer o bobl yn y swyddfa ar ddydd Mercher?

Oes mwy na phump desg yn y swyddfa?

(Gweithgaredd) (Sgrîn 25)

Parwch y cwestiynau a'r atebion.

Ga i ddefnyddio'r llungopiwr?

Ga i fenthyg y clustffonau?

Ga i siarad â chi nes ymlaen heddiw?

Ga i lifft bore yfory?

Ga i weld y portffolio?

Na chewch, yn anffodus! Mae fy nghar i yn y garej.

Cewch, maen nhw ar y ddesg.

Cewch, dyma'r ffeil i chi.

Cewch, ond mae angen rhoi papur ynddo.

Cewch, bydda i'n rhydd prynhawn yma.

(Sgrîn 26)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Ga' i weld yr e-bost?



Disgrifiad o'r llun: Menyw a dyn ar safle adeiladu yn edrych ar sgrîn.

Cei, dyma ti.

(Sgrîn 27)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Ga' i chwarae gyda'r siswrn?



*Disgrifiad o'r llun: Menyw a phlentyn
yn siarad mewn coridor.*

Na chei, Rhys! Mae'n rhy beryglus i ti!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 28)

Teipiwch yr ateb CEI neu CEWCH bob tro.

Mae ffrind yn gofyn “Ga i lifft i’r coleg?”

Mae eich mentor yn gofyn “Ga i weld y ffurflen?”

Mae eich bôs yn gofyn “Ga i baned?”

Mae plentyn yn gofyn “Ga i fynd i’r parc?”

(Gweithgaredd) (Sgrîn 29)

Sut basech chi'n ateb y cwestiwn yma? Ysgrifennwch eich atebion.

Wnaeth Ceri gloi'r gweithdy?



Yes



No

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 30)

Diolch i Ffederasiwn Hyfforddiant Cenedlaethol Cymru am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Darllenwch y trawsgrifiad am hyfforddiant wnaeth Matthew Lloyd Jones cyn dod yn brentis.

Ar ôl cael trafferthion yn yr ysgol a'r coleg, cafodd Matthew, 18 oed o Fwcle, ei gyfeirio gan Coleg Cambria at raglen Academi Adeiladu o 16 wythnos fel rhan o raglen Hyfforddeiaeth (Ymgysylltu).

Yno, bu mewn gweithdai adeiladu, prosiectau cymunedol a lleoliadau gwaith.

Cymerodd ran mewn dau brosiect cymunedol lle'r gwnaeth helpu i adnewyddu clwb pêl-droed Rhuthun a chanolfan gofal dydd Shotton.

Ar ôl gwneud cwrs diogelwch ar safle ac ennill Cerdyn Gwyrdd Labrwr y CSCS, mae contractwr adeiladu lleol wedi cynnig prentisiaeth i Matthew.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 31)

Teipiwch yr ateb DO neu NADDO bob tro.

Wnaeth Matthew gwrs amaeth?	
Fuodd Matthew yn gwneud gwaith yng nghlwb rygbi Wrecsam?	
Enillodd Matthew gymhwyster diogelwch safle lefel 1?	
Fuodd Matthew yn gweithio ar ganolfan ddydd Shotton?	
Gafodd Matthew gynnig prentisiaeth yn lleol?	

(Gweithgaredd) (Sgrîn 32)

Ysgrifennwch yr ateb YES cywir yn Gymraeg.

Oes amser i drafod hyn nawr?	
Wyt ti'n gweithio heno?	
Ydy'r plant yn mwynhau?	
Ydy'r rota'n barod?	
Est ti i'r parti staff?	
Ga i eich rhif ffôn chi?	

(Gweithgaredd) (Sgrîn 33)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Oes argraffydd ar y coridor yma?	Nac oes
Wyt ti'n mynd i'r gweithdy?	Nac ydw
Ga i ddau fis o wyliau?	Na chewch! NEU Na chei!
Ydy'r peiriant yn gweithio?	Nac ydy
Wnaeth Nia ei chyflwyniad ddoe?	Naddo

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 34)

Diolch i'r Ganolfan Dysgu Cymraeg Genedlaethol am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Darllenwch y trawsgrifiad o gyfweiliad swydd.

Y Cyfweiliad

A) Bore da, Hana. Beth am ddechrau trwy ddweud ychydig amdanoch chi'ch hunan wrthon ni a pam rydych chi eisiau'r swydd? Pam byddech chi'n hoffi bod yn gynorthwydd dosbarth?

Hana) Wel, bore da. Fy enw i yw Hana Lewis. Dw i'n dri deg pump oed a dw i'n gweithio mewn meithrinfa ar hyn o bryd. Dw i eisiau'r swydd yma achos fy mod i'n mwynhau gweithio gyda phlant bach. Dw i hefyd eisiau gweithio mewn ysgol Gymraeg i ymarfer fy Nghymraeg bob dydd. Dw i 'di bod yn dysgu Cymraeg ers pum mlynedd a basai oriau gwaith y swydd yma yn siwtio fi.

B) Y cwestiwn nesa' ...beth yw eich profiad chi o weithio gyda phlant ifanc?

Hana) Wel, fel dwedais i, dw i'n gweithio mewn meithrinfa ar hyn o bryd. Dw i ddim wedi gweithio mewn ysgol o'r blaen ond dw i wedi bod yn gwirfoddoli yn ysgol fy mab i helpu rhai o'r plant i ddarllen.

C) Allech chi ddweud rhywbeth am eich cymwysterau chi?

Hana) Mae gyda fi ddeg TGAU A-C, Lefel A Ffiseg, Cemeg a Mathemateg a gradd mewn Ffiseg. Ond, ar ôl cael fy mhiant, penderfynais i newid cyfeiriad. Do'n i ddim eisiau mynd yn ôl i weithio mewn labordy. Felly gwnes i ddiploma Gofal Dysgu a Datblygiad Plant a chael swydd ran-amser mewn meithrinfa. Gwnes i ddiploma arall yn y gwaith, felly mae'r cymwysterau cywir gyda fi i weithio mewn ysgol.

B) Fy nghwestiwn i yw ...pa fath o weithgareddau sy'n bwysig i blant yn y Cyfnod Sylfaen?

Hana) Wel, mae angen cadw diddordeb plant bach a gadael iddyn nhw symud o gwmpas, felly basai rhywbeth tu fas fel chwilio am lythrennau neu rifau ar yr iard yn hwyl i'r plant.

A) Wel, diolch yn fawr. Dyna'n cwestiynau ni. Oes gyda chi gwestiwn i ni?

Hana) Mae diddordeb gyda fi mewn gweithio â phlant ag anghenion addysgol arbennig, oes cyfle i hyfforddi i wneud hyn yn y gwaith?

C) Oes, wrth gwrs. Mae hyfforddiant a datblygu staff yn bwysig iawn yn Ysgol Y Ffynnon.

Hana) Ardderchog, diolch yn fawr.

A) Diolch yn fawr i chi, Hana. Byddwn ni mewn cysylltiad.

Hana) Diolch yn fawr.

(Sgrîŋ 35)

Parwch y cwestiynau a'r atebion yn seiliedig ar drawsgrifiad Y Cyfweliad.

Ydy Hannah yn 25 oed?	
Wnaeth hi weithio mewn coleg yn y gorffennol?	
Oes ganddi'r cymwysterau i weithio mewn ysgol?	
Weithiodd hi mewn labordy cyn cael plant?	
Oedd ganddi hi gwestiwn i'r panel?	

Oes	Naddo
Nac ydy	Do
Oedd	

(Gweithgaredd) (Sgrîn 36)

Ysgrifennwch y penawdau fel eu bod nhw'n cyfateb i'r testun.

Beth am ddod draw i Sioe Llanemlyn i weld cynnyrch a chwmnïau lleol? Cyfleoedd i gystadlu a digon o hwyl i'r teulu cyfan. Dydd Sadwrn, 9 Gorffennaf, 9:30am-6pm.

Dewch draw i'n gweld yn ein swyddfa yn Y Drenewydd. Neu cysylltwch â ni: gwybodaeth@cymru.com / ffoniwch ar 0553 782746.

Rydyn ni'n galw ar bobl i ddechrau eu taith i achub bywydau! Mae'n bosibl y gallai eich 1 rhodd arbed 3 bywyd. Ydych chi'n gwybod mai dim ond 3% o'r boblogaeth sy'n rhoi gwaed?

Mae pob un o'n gweithwyr wedi'u cofrestru ac yn siarad Cymraeg. Gallwch chi ddibynnu arnon ni i wneud gwaith o'r safon uchaf!

Beth ydych chi'n wneud ar 9 Gorffennaf?

Chwilio am blymiwr, trydanwr neu saer?

Ydych chi wedi rhoi gwaed o'r blaen?

Eisiau gwybod mwy?

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrin 37)

Mae cwestiynau hefyd yn allweddol pan fyddwn ni'n trafod ein gwaith ni gyda'n rheolwr neu'n mentor. Weithiau, byddwn ni'n trafod ein perfformiad mewn ffordd ffurfiol, fel mewn cyfarfodydd Datblygu Proffesiynol. Darllenwch i ddysgu mwy.

Yn ein gwaith, dylai fod cyfleoedd rheolaidd i sgwrsio'n anffurfiol â'n rheolwr neu â'n mentor am sut mae pethau'n mynd. Ond weithiau, bydd siawns hefyd i drafod hyn mewn cyfarfodydd mwy ffurfiol.

Felly, pa fath o gwestiynau allai godi mewn cyfarfodydd ffurfiol i drafod ein datblygiad yn y gwaith? A sut gallwn ni ateb y cwestiynau? Dyma rai tips allai helpu.

Dyma un enghraifft o gwestiwn:

Beth ydych chi'n fwynhau fwyaf am eich gwaith?

Wrth ateb cwestiwn fel yma, pa enghreifftiau ydych chi'n meddwl sy'n addas?

Beth am "Wel, dw i wrth fy modd yn cael egwyl am goffi bob bore"?

Wel, na, wrth gwrs, fyddai hynny ddim yn debygol o adael argraff dda ar y rheolwr!

Ar y llaw arall, basai dweud ein bod ni'n mwynhau'r sialens o

ddysgu sgiliau newydd a

chymryd cyfrifoldebau newydd

yn debygol o greu argraff well.

Beth am gwestiwn arall? Gadewch i ni edrych ar yr un yma:

Beth ydych chi'n fwynhau leiaf am eich gwaith?

Sut byddech chi'n ateb cwestiwn fel hwn?

Oes newidiadau wedi digwydd yn y gwaith, neu ar fin digwydd, ac sy'n cael effaith negyddol ar faint rydych chi'n mwynhau'ch gwaith? Neu ydych chi'n ei gweld hi'n anodd dod ymlaen gydag un o'ch cydweithwyr? Dyma gyfle i drafod pethau anodd gyda'ch rheolwr.

Mae angen bod yn ofalus, er hynny. Yn lle ymateb mewn ffordd emosiynol, mae'n llawer gwell glynu at y ffeithiau.

Beth am ysgrifennu'r pwyntiau neu unrhyw gwestiynau cyn y cyfarfod a mynd â'r rhain gyda chi? Mewn cyfarfodydd Datblygiad Proffesiynol, byddwch chi'n gwybod y cwestiynau o flaen llaw felly bydd yn bosib paratoi'ch atebion. Mae cael pwyntiau yn barod ar bapur yn gallu ein helpu ni i gyfathrebu ein gofidiau'n glir.

Nawr gadewch i ni feddwl am gwestiwn posib arall:

Oes unrhyw beth sy'n atal eich perfformiad yn y gwaith?

Mae angen bod yn ddiplomatig wrth ateb cwestiwn fel yma. Gallwn ni drafod, mewn ffordd onest, unrhyw beth sy'n ein effeithio'n negyddol yn y gwaith. Ond unwaith eto, rhaid peidio â bod yn rhy emosiynol. Rhaid osgoi swnio fel tasen ni'n cwyno neu'n rhoi'r bai ar rywun arall!

A beth am y cwestiwn yma, wedyn:

Oes angen rhywbeth gallai eich helpu i wella eich perfformiad yn y gwaith ymhellach?

Mae hwn yn gwestiwn gwerthfawr felly cymerwch amser i feddwl am yr ateb. Oes angen adnoddau penodol arnoch chi? Dyma gyfle i ddweud hynny.

Neu efallai hoffech chi fynd ar gwrs i'ch helpu gyda rhyw agwedd benodol ar eich gwaith?

Wrth ateb y cwestiwn, mae'n bwysig gofyn am rywbeth sy'n bosib ac yn ymarferol i'r rheolwr ei drefnu neu ei ddarparu. Basai gofyn am gwrs i'ch helpu gyda iechyd a diogelwch yn addas, er enghraifft, neu gwrs i'ch helpu gyda'ch sgiliau technoleg gwybodaeth.

Ond er mor braf fyddai cael car moethus i fynd nôl ac ymlaen i'ch gwaith, efallai nad dyma'r amser i drafod hynny!

(Sgrîŋ 38)

Sut byddech chi'n ymateb i'w cwestiynau hyn? Dyma amser i feddwl.

Beth ydych chi'n fwynhau fwyaf am eich gwaith?

Beth ydych chi'n fwynhau leiaf am eich gwaith?

Oes unrhyw beth sy'n atal eich perfformiad yn y gwaith?

Oes angen rhywbeth allai eich helpu i wella eich perfformiad yn y gwaith ymhellach?



Trawsgrifiad (Sgrîn 39)

Mae holi cwestiynau hefyd yn ffordd allweddol o gael gwybodaeth gan gleient. Darllenwch y neges ffôn yma sydd wedi ei gadael ar beiriant ateb mewn fferyllfa. Dychmygwch eich bod chi'n gweithio yno. Sut byddech chi'n delio gyda'r sefyllfa? Pe baech chi'n ffonio'r cleient yn ôl, meddyliwch pa gwestiynau fydddech chi'n eu holi iddi.

O helo, Alys Lloyd sydd yma. Dw i'n ffonio achos 'mod i wedi archebu inswlin drwy'r feddygfa ond heb glywed unrhyw beth wrthoch chi. Ydy'r inswlin wedi cyrraedd? Dw i'n mynd ar wyliau yr wythnos yma, felly mae ei angen arna i cyn gynted ag sy'n bosib. Allech chi fy ffonio i'n ôl ar 0178394955? Diolch i chi.

(Gweithgaredd) (Sgrîd 40)

Dewiswch y gair cywir i gwblhau'r sgwrs.

A: Bore da, Alys Lloyd?

B: Ie, yn siarad.

A: O helô, Jay sydd yma o'r fferyllfa. Dw i'n ffonio am eich inswlin. _____ yn union ydych chi'n mynd ar wyliau?

B: Wel, dw i'n hedfan ddydd lau.

A: Mae'n ddrwg gen i am yr oedi. Rydyn ni wedi cael problem gyda'r cyflenwr ond bydd yr inswlin yma erbyn bore 'fory. _____ chi'n rhydd i'w gasglu yfory?

B: Nac ydw, yn anffodus, dw i'n gweithio drwy'r dydd.

Pryd

Beth

Mwynhewch

Ydych

Oes

(Gweithgaredd) (Sgrîn 41)

Dewiswch y gair cywir i gwblhau'r sgwrs.

(Parhad)

A: _____ am fore dydd Mercher?

B: Fyddwch chi ar agor amser cinio ddydd Mercher?

A: Wel, rydyn ni'n cau am hanner dydd, yn anffodus.
_____ angen i ni drefnu bod yr inswlin yn cael ei
ddosbarthu i'ch cartref yn lle hynny?

B: O, diolch. Byddai hynny'n berffaith.

A: Dim problem! Mi wna i drefnu hynny, felly. _____
eich gwyliau!

Pryd

Beth

Mwynhewch

Ydych

Oes

(Sgrînn 42)

Darllenwch y sgwrs.

A: Bore da, Alys Lloyd?

B: Ie, yn siarad.

A: O helô, Jay sydd yma o'r fferyllfa. Dw i'n ffonio am eich inswlin. Pryd yn union ydych chi'n mynd ar wyliau?

B: Wel, dw i'n hedfan ddydd lau.

A: Mae'n ddrwg gen i am yr oedi. Rydyn ni wedi cael problem gyda'r cyflenwr ond bydd yr inswlin yma erbyn bore yfory. Ydych chi'n rhydd i'w gasglu yfory?

B: Nac ydw, yn anffodus, dw i'n gweithio drwy'r dydd.

(Sgrîŋ 43)

Darllenwch y sgwrs.

(Parhad)

A: Beth am fore dydd Mercher?

B: Fyddwch chi ar agor amser cinio ddydd Mercher?

A: Wel, rydyn ni'n cau am hanner dydd, yn anffodus. Oes angen i ni drefnu bod yr inswlin yn cael ei ddosbarthu i'ch cartref yn lle hynny?

B: O, diolch. Byddai hynny'n berffaith.

A: Dim problem! Mi wna i drefnu hynny, felly. Mwynhewch eich gwyliau!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 44)

Parwch y Gymraeg a'r Saesneg.

Ar raddfa o 1-10, pa mor fodlon oeddech chi gyda'n gwasanaeth?

Beth ydych chi'n ei hoffi fwyaf am ein gwasanaeth?

Pa mor aml ydych chi'n defnyddio ein gwasanaeth?

Beth fasech chi'n ei newid am ein gwasanaeth?

Ydy ein staff yn wybodus ac yn barod i helpu?

On a scale of 1-10, how satisfied were you with our service?

How often do you use our service?

Are our staff knowledgeable and ready to help?

What do you like most about our service?

What would you change about our service?

(Gweithgaredd) (Sgrîn 45)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau.

Sut _____ ?

Ga i gymryd rhagor o fanylion er mwyn trio _____ ? I ddechrau, beth yw natur y _____ ?

Beth ydy'ch _____ chi?

_____ chi aros am funud tra 'mod i'n edrych ar y system?

Pa adeg yr wythnos yma sy'n _____ i chi?

ga i helpu

datrys y mater

côd post

Wnewch

gyfleus

problem

(Gweithgaredd) (Sgrîn 46)

Parwch y Gymraeg a'r Saesneg.

iawndal

archwiliad / ymchwiliad

gwasanaeth diduedd

cofrestru cwyn

rhad ac am ddim

to register a complaint

investigation

compensation

free of charge

impartial service

(Gweithgaredd) (Sgrîn 47)

Parwch y diffiniadau â'r geiriau.

Rhywbeth (fel arfer arian) sy'n cael ei roi
i rywun ar ôl iddyn nhw ddioddef colled
neu anaf.

Ymchwilio i rywbeth yn fanwl er mwyn
gwybod y gwir.

Gwasanaeth sy'n delio â materion mewn
ffordd niwtral gyda meddwl agored.

Cwyno am rywbeth yn ffurfiol.

Does dim angen talu.

rhad ac am ddim

archwiliad / ymchwiliad

iawndal

cofrestru cwyn

gwasanaeth diduedd

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg iwylio'r fideo ar ffurf hygyrch.

Tiwtor = Person A

Prentis = Person B



(Sgrîn 52)

Ydych chi'n gallu meddwl am sefyllfa yn eich gwaith chi lle basai'n fanteisiol cael trafodaeth agored? Beth fydddech chi'n ei ddweud er mwyn esbonio'r sefyllfa mewn ffordd onest a chlr?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Da iawn am gwblhau Uned 2.

Llongyfarchiadau!

Rydych chi wedi cwblhau Uned 2.

Rydych chi wedi ymarfer:

- gofyn ac ateb cwestiynau yn y gwaith
- trafod ein perfformiad
- ymdrin â chwsmeriaid
- datrys cwynion

Ardderchog! Daliwch ati!

Uned 3

Siarad am y Gorffennol

Yn yr uned yma, rydyn ni'n mynd i ymarfer:

- trafod y gorffennol
- siarad am sgiliau a phrofiadau yn y gwaith.
- gwyllo / gwrando ar bobl eraill yn trafod eu sgiliau a'u profiadau.
- sgiliau darllen ac ysgrifennu

Ewch amdani! Ymlaen â ni!

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 2)

Darllenwch i weld un ffordd o ddechrau brawddegau sy'n trafod y gorffennol.

- Gwnes i archebu stoc newydd i'r stordy.
- Gwnes i weithio tu allan ar yr iard.
- Gwnes i aros yn y swyddfa ac ateb y ffôn.
- Gwnes i ddysgu sgiliau newydd.
- Gwnes i lenwi ffurflenni.
- Gwnes i drefnu cyfarfodydd.
- Gwnes i siarad â'r staff eraill.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 3)

Parwch y Gymraeg â'r Saesneg.

I made a cuppa for everyone this morning.

Jac made the arrangements yesterday.

We made a mistake.

They made a decision.

All the staff completed a first aid course.

Gwnes i baned i bawb bore 'ma.

Gwnaeth Jac y trefniadau ddoe.

Gwnaethon ni gamgymeriad.

Gwnaethon nhw benderfyniad.

Gwnaeth y staff i gyd gwblhau cwrs
Cymorth Cyntaf.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 4)

Ysgrifennwch y geiriau yn y bylchau cywir.

_____ i rannu fy syniadau â gweddill y tîm.

_____ hi'r adroddiad ddoe.

_____ gwrs diogelwch yn ddiweddar.

_____ nhw gyflwyniad wythnos diwetha'.

Geiriau

Gwnes

Gwnaeth

Gwnaethon ni

Gwnaethon



(Gweithgaredd) (Sgrîf 5)

Ysgrifennwch eich atebion yn y bylchau.

e.e. Gwnaethon nhw'r newidiadau ddoe.

1. _____ hi'r cyflwyniad y bore 'ma.

2. _____ ni rota newydd.

3. _____ Twm ddigon o gopïau i bawb.

4. _____ ni'r adroddiad yr wythnos diwetha'.

5. _____ nhw bwynt da.

(Sgrîŋ 6)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Fe wnes i drefnu parti'r staff.

Fe wnes i'r gwaith i gyd.

Mi wnes i drefnu parti'r staff

Mi wnes i'r gwaith i gyd.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 7)

Rydyn ni wedi gweld yn barod ein bod ni'n gallu defnyddio "Gwnes i" wrth siarad am bethau rydyn ni wedi gwneud yn y gorffennol. Darllenwch yr enghreifftiau a sylwch nawr sut mae'r bobl yma'n dechrau eu brawddegau mewn ffyrdd gwahanol i "Gwnes i".

- Archebais i stoc newydd i'r stordy.
- Gweithiais i tu allan ar yr iard.
- Arhosais i yn y swyddfa ac atebais i'r ffôn.
- Dysgais i sgiliau digidol newydd.
- Siaradais i am y dystiolaeth ar gyfer y portffolio gyda fy nhiwtor.
- Trafodais i iechyd a diogelwch yn y gwaith gyda'r staff eraill.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 8)

Yn y fideo yma, rydyn ni'n mynd i edrych ar fwy o enghreifftiau o siarad am bethau y gorffennol.

Er mwyn gallu trafod y gorffennol, rydyn ni'n defnyddio geiriau o'r enw **berfau**. Yn syml, berfau yw unrhyw eiriau sy'n dangos i ni beth sy'n **digwydd**. Er enghraifft:

- Siarad
- Anfon
- Symud
- Edrych

Fel rydyn ni wedi gweld yn barod, rydyn ni'n gallu rhoi **-ais** i ar ddiwedd y berfau hyn er mwyn siarad am bethau rydyn ni wedi gwneud yn y gorffennol.

Er enghraifft:

- Siarada**is** i
- Anfona**is** i
- Symuda**is** i
- Edrycha**is** i

Cymerwch ferf sy'n gorffen â llafariad (vowel), fel 'cofio'. Mae angen cael gwared ar y llafariad olaf cyn ein bod ni'n ychwanegu'r terfyniad. Rydych chi fwy na thebyg yn gwneud hyn heb feddwl ddwywaith amdano. Cymerwch y geiriau 'chwilio', 'datblygu' a 'trefnu'.

Rydyn ni'n cael gwared ar y llafariad olaf bob tro. Mae'r llafariad olaf yn diflannu...

....ac yna rydyn ni'n gallu ffurfio'r geiriau:

- Chwiliais i
- Datblygais i
- Trefnais i

Gadewch i ni edrych ar gategori arall. Mae'r berfau sy'n perthyn i'r categori nesaf yma yn rhai rydyn ni eto'n gyfarwydd â'u newid yn naturiol, efallai. Y grŵp yma ydy berfau sy'n gorffen ag '-ed' neu '-eg'. Rhai o'r enghreifftiau mwyaf amlwg ydy 'cerdded', 'ystyried' a 'rhedeg'.

Gyda'r geiriau yma sy'n gorffen ag **-ed** neu **-eg**, rydyn ni'n cael gwared ar y **ddwy** lythyren olaf bob tro cyn ffurfio'r ferf. Er enghraifft:

- Cerddais i
- Ystyriais i
- Rhedais i

Er y byddwn ni efallai'n defnyddio'r berfau hyn heb orfod meddwl gormod am sut i newid rhan gyntaf pob gair, mae rhai berfau ychydig yn fwy gwahanol eto ac mae angen mwy o waith meddwl arnyn nhw. Dyma rai enghreifftiau:

Mae 'aros' yn air sy'n newid ychydig gan ein bod yn ychwanegu'r llythyren 'h'. Mae 'aros', felly, yn newid i

- Arhosais i

Ar lafar, dydy'r llythyren 'h' ddim i'w chlywed yn glir felly dydy'r newid ddim yn gwneud llawer o wahaniaeth pan ydyn ni'n siarad. Pan ydyn ni'n *ysgrifennu*, er hynny, mae'r newid yn fwy amlwg.

Rydyn ni'n ychwanegu 'h' at y gair 'cyrraedd' hefyd, fel ei fod yn newid i 'cyrhaeddais i'.

Mae 'derbyn' yn ferf arall sy'n newid ychydig bach. Y tro hwn, mae'r llythyren 'i' yn cael ei hychwanegu. Felly mae 'derbyn' yn newid i 'derbyniais'.

Mae angen ystyried rhai geiriau'n fwy gofalus na'i gilydd, felly, wrth eu defnyddio i drafod y gorffennol.

Mae 'gorffen' hefyd ychydig yn wahanol, am ein bod ni'n ychwanegu "n":

- Gorffen > gorffennais i.

A dyna ni wedi edrych ar rai enghreifftiau:

- Siaradais i
- Chwiliais i
- Cerddais i

Ac yna, berfau sy'n gofyn am ychydig bach mwy o waith meddwl fel:

- Arhosais i
- Derbyniais i
- Gorffennais i

(Gweithgaredd) (Sgrîn 9)

Llenwch y bylchau.

A: Helo Sam, beth wnest ti yn y gwaith bore 'ma?

B: Wel, i ddechrau, _____ rai o'r e-byst ac atebais i'r rhai mwya' pwysig.

A: Beth wnest ti wedyn?

B: _____ â Mrs Daniels ar y ffôn. _____ y adolygiad gyda hi.

A: Da iawn. Wnest ti rywbeth arall?

B: Wel, _____ drwy'r bocsys yn y stordy a _____ bob bocs gwag allan o'r ffordd.

A: Ardderchog! Rwyd ti wedi bod yn brysur, Sam!

Darllenais i

Siaradais i

Trafodais i

Edrychais i

Symudais i

(Sgrîŋ 10)

Darllenwch y sgwrs.

A: Helo Sam, beth wnest ti yn y gwaith bore 'ma?

B: Wel, i ddechrau, darllenais i rai o'r e-byst ac atebais i'r rhai mwya' pwysig.

A: Beth wnest ti wedyn?

B: Siaradais i â Mrs Daniels ar y ffôn. Trafodais i fy adolygiad gyda hi.

A: Da iawn. Wnest ti rywbeth arall?

B: Wel, edrychais i drwy'r bocsys yn y stordy a symudais i bob bocsg wag allan o'r ffordd.

A: Ardderchog! Rwyt ti wedi bod yn brysur, Sam!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 11)

Ysgrifennwch eich atebion.

A: P'nawn da. _____ (ARCHEBU) i stoc newydd gyda chi wythnos ddiwetha ond yn anffodus does dim byd wedi cyrraedd eto.

B: P'nawn da. Beth ydy rhif eich archeb?

A: 9103934

B: Diolch. Pryd anfonoch chi eich archeb?

A: _____ (ANFON) i bopeth ddydd Llun diwetha.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 12)

Ysgrifennwch eich atebion.

(Parhad)

B: A sut cysylltoch chi gyda ni?

A: _____ (GYRRU) e-bost ond _____ (FFONIO) i
wedyn hefyd.

B: Iawn, dw i'n mynd i edrych ar hyn nawr a ffonio 'nôl. Rhowch bum
munud i fi.

A: Popeth yn iawn. Diolch.



(Gweithgaredd) (Sgrîn 13)

Ysgrifennwch yr ateb gan ddilyn yr enghraifft.

e.e. **Rhedeg**
Rhedais i i ddal y bws i'r gwaith.

1. **Gorffen:**
_____ bopeth cyn mynd adref.

2. **Gweld:**
_____ fod Clara yn brysur.

3. **Clywed:**
_____ am y prosiect ddoe.

4. **Aros:**
_____ i'n hwyr yn y gwaith neithiwr.

Trawsgrifiad (Sgrîn 14)

Darllenwch y trawsgrifiad yma sy'n dangos Alice yn ateb cwestiwn mewn cyfweiliad. Mae'r panel wedi gofyn iddi siarad am ei sgiliau cyfathrebu. Ydych chi'n gallu cyfrif faint o weithiau mae hi'n defnyddio berfau'n gorffen gyda "-ais i"?

Pan ddechreuais i weithio fel prentis adeiladu, gwelais i'n gyflym fod gwrando'n bwysig iawn er mwyn i fi wella fel adeiladwr. Ar y dechrau, adeiladais i wal yn anghywir a hynny jyst achos mod i heb wrando'n iawn. Tynnais i'r wal i lawr a dechreuais i eto, ond gwastraffais i amser y cwmni ac felly dysgais i bryd hynny pa mor bwysig ydy gwrando. Sylweddolais i'n gyflym hefyd ei bod hi'n bwysig bod yn barod i ofyn cwestiynau. Roedd y gweithwyr eraill yn brofiadol iawn, felly drwy ofyn cwestiynau iddyn nhw, llwyddais i i ddatblygu fy sgiliau adeiladu.

Trawsgrifiad (Sgrîn 15)

Faint o weithiau wnaethoch chi ddarllen geiriau'n gorffen gyda "ais i"?

1. dechreuais i
2. gwelais i
3. adeiladais i
4. tynnais i
5. dechreuais i
6. gwastraffais i
7. dysgais i
8. sylweddolais i
9. llwyddais i

Felly os gwnaethoch chi gyfrif 9, da iawn chi!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 16)

Parwch y llythrennau â'r camau.

Y cam cyntaf wrth ateb y cwestiwn ydy disgrifio'r sefyllfa (*Situation*).

Yr ail gam ydy egluro'r dasg a'r nod (*Task*).

Yn drydydd, beth wnaethoch chi i gyflawni hyn? Mae angen rhoi'r manylion (*Action*).

Y cam olaf ydy egluro beth oedd canlyniad eich gwaith neu eich gweithred (*Result*).

Llythrennau**S****A****T****R**

(Gweithgaredd) (Sgrîn 17)

Dewiswch y brawddegau sy'n cyfateb â'r cam cywir.

S (<i>Situation</i> – SEFYLLFA)	
T (<i>Task</i> – TASG)	
A (<i>Action</i> – GWEITHREDU)	
R (<i>Result</i> – CANLYNIAD)	

Ar y dechrau, adeiladais i wal yn anghywir a hynny jyst achos mod i heb wrando'n iawn.

Tynnais i'r wal i lawr a dechreuais i eto, ond gwastraffais i amser y cwmni.

Dysgais i bryd hynny pa mor bwysig ydy gwrando. Sylweddolais i'n gyflym hefyd ei bod hi'n bwysig bod yn barod i ofyn cwestiynau.

Roedd y gweithwyr eraill yn brofiadol iawn, felly drwy ofyn cwestiynau iddyn nhw, llwyddais i i ddatblygu fy sgiliau adeiladu.

(Sgrîn 18)

Nid mewn cyfweiliadau'n unig byddwn ni'n trafod enghreifftiau o'n sgiliau a'n profiadau. Ydych chi'n cofio Uned 2, lle wnaethon ni feddwl am gyfarfodydd gyda'n bôs neu'n mentor? Cyfarfodydd lle rydyn ni'n trafod ein perfformiad yn y gwaith?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 19)

Parwch y Gymraeg â'r Saesneg.

How well do I work with others?

Have I developed my digital skills?

Do I use feedback to improve my performance at work?

Am I flexible / willing to adapt?

Am I dependable?

Pa mor dda ydw i'n gweithio gydag eraill?

Ydw i wedi datblygu fy sgiliau digidol?

Ydw i'n defnyddio adborth i wella fy mherfformiad yn y gwaith?

Ydw i'n hyblyg / yn barod i addasu?

Ydw i'n ddibynadwy?

(Gweithgaredd) (Sgrîn 20)

Gwnewch hunan-asesiad o'r sgiliau hyn. Mae 1 yn wael a 10 yn ardderchog. Meddyliwch pam rydych chi'n rhoi'r sgôr yma i'ch hun.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Gweithio'n dda gydag eraill										
Sgiliau digidol										
Defnyddio adborth i wella fy mherfformiad										
Hyblyg / yn barod i addasu										
Dibynadwy										

(Gweithgaredd) (Sgrîn 21)

Dewiswch y gair cywir bob tro.

Mentor: Dw i'n gweld dy fod di wedi rhoi sgôr o 8 i ti dy hun ar gyfer sgiliau digidol. Yn ein cyfarfod diwetha', ro't ti wedi rhoi sgôr o 6, felly sut datblygaist ti dy sgiliau ers hynny?

Prentis: Wel, ers ein cyfarfod diwetha', _____ i fwy am bwysigrwydd cadw gwybodaeth yn ddiogel ar-lein. _____ i fod gwneud pethau bach yn gallu bod yn bwysig iawn, fel cloi'r cyfrifiadur pan dw i ddim yn ei ddefnyddio. Yn ddiweddar hefyd, _____ i WeTransfer am y tro cyntaf i rannu ffeiliau yn y gwaith. A _____ i gwrs am Outlook. Llwyddais i i ddysgu sut i ffeilio e-byst yn well a gwneud defnydd gwell o'r calendr ar Outlook.

Mentor: Wel, ardderchog. Dysgaist ti dipyn dros y misoedd diwetha', mae'n amlwg.

Gwnes

Dysgais

Sylweddolais

Defnyddiais

Edrychais

Creais

(Gweithgaredd) (Sgrîn 22)

Dewiswch y gair cywir bob tro.

(Parhad)

Prentis: O, ac un peth arall hefyd – _____ i ar fideos er mwyn dysgu sut i greu proffil ar LinkedIn. Felly _____ i'r proffil yna rai wythnosau'n ôl.

Mentor: Gwych! Da iawn ti!

Gwnes

Dysgais

Sylweddolais

Defnyddiais

Edrychais

Creais

(Sgrîn 23)

Nawr beth amdanoch chi? Ydych chi wedi cael cyfleoedd i ddatblygu eich sgiliau digidol yn ddiweddar? Meddyliwch sut byddech chi wedi ateb y cwestiwn. Sut byddech chi wedi defnyddio berfau fel DYSGAIS, DEFNYDDIAIS, SYLWEDDOLAIS ac ati wrth ateb?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Trawsgrifiad (Sgrîn 24)

Yn yr holiadur, roedd un o'r cwestiynau eraill yn holi am eich parodrwydd i addasu neu i fod yn hyblyg yn y gwaith. Pa sgôr wnaethoch ei roi i'ch hun am y sgil yna? Darllenwch am brentis yn sôn am y sgil o fod yn barod i addasu. Sylwch sut mae berfau yn y gorffennol mor ddefnyddiol iddi wrth drafod hyn.

Cyn dechrau gwneud prentisiaeth mewn amaeth, 'wnes i gael y profiad o weithio ar fferm ddefaid. Ond tri mis yn ôl, dechreuais i weithio fel prentis ar fferm laeth. Mae trefn y diwrnod yn gallu bod yn eitha gwahanol ar fferm laeth. Cyrhaeddais i'r parlwr godro am chwarter i bump bore 'ma, er enghraifft, felly dw i'n cychwyn yn gynnar iawn bob bore.

Prawf arall o fy ngallu i fod yn hyblyg ydy fy mod i'n gwneud pob math o swyddi ar y fferm. Ddoe, torrais i'r cloddiau a pheintiais i ffens ond y diwrnod cynt es i'r mart yn y dre'. Yr wythnos diwetha, gweithiais i ar y silwair a chlirio'r hen siediau. Mae ffermio'n fwy na swydd, mae'n ffordd o fyw, felly dw i'n sicr wedi dysgu i fod yn barod i addasu wrth weithio.

(Sgrîn 25)

Nawr beth amdanoch chi? Dychmygwch fod angen i chi drafod eich parodrwydd i addasu yn y gwaith. Pa dystiolaeth fydddech chi'n ei rhoi? Meddyliwch am enghreifftiau penodol sydd wedi codi yn eich gwaith dros yr wythnosau neu'r misoedd diwetha'.



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrîn 26)

Sylwch fod nifer fach iawn o ferfau sy'n dilyn patrwm eitha gwahanol i'r arfer.

Darllenwch yr enghreifftiau.

Mynd

Es i (*I went*)

Cael

Ces i (*I had*)

Dod

Des i (*I came*)

(Gweithgaredd) (Sgrîn 27)

Dewiswch y ferf gywir i lenwi'r bwlch bob tro.

1. _____ i ddiwrnod i ffwrdd o'r gwaith ddoe!

2. _____ i i weld y tiwtor ddydd Mercher.

3. _____ i newyddion da wythnos 'ma.

4. _____ i asesiad heddiw.

5. _____ i i'r iard i siarad â Menna.

Ces

Gwnes

Es

(Gweithgaredd) (Sgrîn 28)

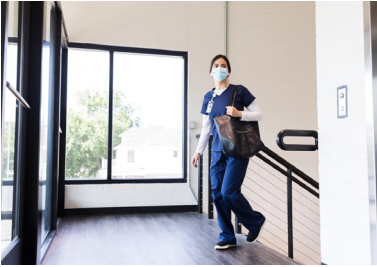
Ysgrifennwch y gair sydd ar goll bob tro.

Disgrifiad o'r llun: Menyw yn darllen.



_____ i farc da.

Disgrifiad o'r llun: Nyrs yn cerdded yn yr ysbyty.



_____ i yma ddoe i'ch gweld chi.

Disgrifiad o'r llun: Dyn mewn caffi.



_____ i i'r dre' amser cinio.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 29)

Dyma rai prentisiaid yn esbonio beth wnaethon nhw yn y gwaith ddoe. Ewch ati i ddarllen y trawsgrifiad a sylwch sut maen nhw'n siarad yn y gorffennol ac yn defnyddio llawer o'r pethau rydyn ni wedi bod yn ymarfer.

A) Shw mae? Dw i'n gweithio i gwmni adeiladu. Ces i ddiwrnod prysur ddoe. Gweithiais i gydag un person arall i osod patio mewn gardd. Roedd y tywydd yn braf, felly gwnes i ddiwrnod hir ond mwynheais i'r profiad.

B) Sut dach chi? Prentis Gwasanaethau Cyhoeddus ydw i. Ddoe, es i i'r coleg. Gwnes i gwrs cymorth cyntaf. Roedd yn ddefnyddiol iawn. Dysgais i lawer o bethau pwysig ar gyfer y gwaith, yn cynnwys sut i wneud CPR.

C) Helo, dw i'n gweithio mewn cartref preswyl. Yn y bore, helpais i rai o'r cleientiaid i ymolchi a gwisgo. Ac yn y prynhawn, gwnes i sesiwn greffttau gyda rhai ohonyn nhw yn yr ystafell fyw.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 30)

Ysgrifennwch eich atebion.

FI	Fe / Fo neu Hi
Dechreuais	Dechreuodd
Edrychais	Edrychodd
Penderfynais	
Siaradais	
Arhosais	
Derbyniais	

(Gweithgaredd) (Sgrîn 31)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau.

_____ mewn tîm mis diwetha' i drefnu digwyddiad i godi arian yn y gwaith.

_____ noson 'cyrri a chwis' ac roedd pawb yn hoffi'r syniad.

_____ e-bost at y staff i gyd i ofyn pwy oedd eisiau dod.

Hefyd, _____ Shapla Tandoori i drefnu noson.

_____ i Anya a Gareth drefnu'r cwis.

Hefyd, _____ fod y swyddfa gyllid yn casglu'r arian.

Geiriau

Gweithiodd hi

Awgrymodd hi

Anfonodd hi

Ffoniodd hi

Gofynnodd hi

Trefnodd hi

(Gweithgaredd) (Sgrîn 32)

Dewiswch y ferf gywir i lenwi'r bwlch bob tro.

Gweithiais i ddoe.

_____ Huw drwy'r wythnos.

_____ hi shifft nos.

Gweithiodd pawb yn galed.

_____ ni neithiwr.

_____ nhw dros y penwythnos.

Gweithiodd

Gweithion

(Gweithgaredd) (Sgrîn 33)

Llenwch y bylchau.

_____ nhw newid y rota.

_____ i fod te a choffi ar gael.

_____ Eilir yn gynnar.

_____ ni'r aseiniad yr wythnos diwetha.

_____ pawb y ffurflenni ddoe.

Geiriau

Penderfynon

Trefnais

Cyrhaeddodd

Gorffennon

Llofnododd

(Gweithgaredd) (Sgrîn 34)

Llenwch y bylchau.

_____ nhw â Mr Evans cyn mynd adre’.

_____ ni e-bost at y tiwtor.

_____ hi am anfoneb er mwyn gallu talu.

_____ ni sut i ddelio gyda’r sefyllfa.

_____ y bôs sut byddai’r trefniadau newydd yn gweithio.

Geiriau

Cysyllton

Ysgrifennon

Gofynnodd

Trafodon

Eglurodd

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 35)

Diolch i Tinopolis a S4C am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Darllenwch y trawsgrifiad yma am deulu wnaeth godi arian i elusen sy'n gysylltiedig â Chlefyd Motor Neurone. Bydd cwestiynau ar y dudalen nesaf.

Mam) Wnaeth e ddim croesi 'meddwl i gallai fe fod yn rhywbeth mor ofandwy.

Tad) Ychydig o anghrediniaeth ac ychydig bach o wadu, dwedwn i. "Fydd e ddim mor ddrwg ag maen nhw'n dweud" neu beth bynnag.

Mam) O'dd e'n deimlad ofnadwy i glywed y diagnosis. Fel dwedodd y Saes 'sledgehammer', 'na beth o'dd e'n teimlo fel. Bod rhywun wedi bwrw fi â morthwyl, on'd ife.

Wel, bywyd ni fel teulu on'd ife ers i Bob a fi gwrdd. Sa i'n credu bod dim un o ni 'di hala lot fawr o amser yn y tŷ. Bywyd weddol anturus - wnaeth Bob a fi gwrdd yn Periw. 'Dyn ni wedi dreifo Landrover ar draws Affrica.

Roedd Will ar gefn ceffyl cyn bod e'n gallu cerdded. Doedd e ddim yn lico bod yn pushchair felly o'n ni mas ar gefn ceffyl.

Fe wnaethon ni sylwi fod rhywbeth yn bod ar Bob nôl yn Hydref 2020. Aeth e i weld y doctor ac o'r fan hynny i weld niwrolegydd, ac wedyn 'ny gaethon ni y diagnosis ofnadwy on'd ife bod nhw'n meddwl bod clefyd motor niwron arno fe.

Tad) Pan glywais i'r diagnosis am y tro cyntaf... ie - roedd gen i wendid yn fy mraich chwith, a dyna pam dechreuon ni ymchwilio i'r peth i gychwyn ond doedd 'na ddim gwendid ofnadwy o wael. Nawr, mae'r gwendid hwnnw'n llawer mwy amlwg ac mae 'nghoesau i'n mynd bach yn wan hefyd. Y marciau 'na sy'n dangos cynnydd y cyflwr... dyna un o'r pethau sy'n ei gwneud yn anwadadwy, sbo.

Mab) Mae fe jyst yn newid bywyd chi shwd gymaint a chi efallai'n edrych ar y dyfodol a meddwl amboutu'r holl bethau o'ch chi'n bwriadu wneud, a sut mae hwn wedi newid ein cynlluniau ni.

Mam) Ar gyfartaledd, rhyw 2-5 mlynedd mae person yn byw ar ôl cael y diagnosis. Felly mae Bob wedi cael y diagnosis nôl ym mis Medi 2020. Wnaethon ni benderfynu dechrau ymgyrch Motor On Cymru achos o'n ni'n teimlo bod y sefyllfa mor annheg.

Siarad gyda chyfeillion, cymdogion a theulu... a phawb yn gweud "Beth gallwn ni wneud i helpu?" ac oedd 'da ni dri bwriad. Codi arian ar gyfer ymchwil, codi ymwybyddiaeth ar gyfer pa mor wael oedd y ddarpariaeth ar gyfer cleifion MND yng Nghymru, a gobeithio cael rhyw fath o 'legacy', bod rhywbeth positif yn dod allan o hyn. "Rydym yn gwthio ymlaen dros Motor On Cymru!"

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 35)

Tad) Ein targed cychwynnol ar gyfer codi arian oedd £10,000 ac o'n ni'n meddwl y bydden ni'n gwneud yn dda iawn i gyrraedd ein targed. T'mod, wedi'r cwbl, wnaethon ni godi ychydig dros £70,000 sy'n swm rhyfeddol o arian ac yn dangos pa mor rhoddgar gall pobl fod, on'd ydy?

Mam) 'Wna i byth anghofio sefyll ar gopa'r Wyddfa ac oedd hi'n ddiwrnod hyfryd - awyr las, o'dd hi'n dwym, a gweld jyst un llinell o aur a gwyrdd llachar (lliwiau'r crysau-t) yn dod i fyny'r llwybr, t'mod. O'dd e'n deimlad bythgofiadwy.

Mab) Dw i'n credu bod creu atgofion yn angenrheidiol ar hyn o bryd. Mae'n rhaid i ni gymryd mantais ar bob cyfle sydd gyda ni i greu atgofion newydd ac i jyst mwynhau'r amser, efallai byr, sydd 'da ni ar ôl.

Tad) Dw i'n poeni am y dyfodol, yn sicr. Ond, i mi, dw i'n canolbwyntio llawer mwy ar y rhan o fy mywyd lle dw i'n dal i allu cerdded, a dw i'n dal i allu gwneud pethau. Dyna'r rhan sy'n fwya pwysig i mi, beth bynnag.

Mam) Un o'r pethau dw i 'di dysgu - mae rhaid codi bob bore, trial ffeindio rhywbeth da yn y dydd i dy gario di trwyddo. Dyw hynny ddim wastad yn hawdd i wneud, ond os ti'n eiste' lawr a wneud dim byd fel o'dd lot o bobl, mewn gwirionedd, yn mo'yn i ni wneud fi'n credu bydd y diwedd yn dod yn gynt a bydd dy ddyddiau di lot yn waeth a gallai Bob a fi a Will byth fod wedi cyflawni beth yn ni wedi cyflawni heb gefnogaeth ein cymdeithas ni, ein cyfeillion ni a'n teulu ni.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 36)

Dewiswch y ffeithiau ar gyfer y bylchau cywir.

_____ godi arian a chodi ymwybyddiaeth.

_____ â'u perthnasau a'u ffrindiau.

Gosodon nhw darged o _____.

Codon nhw dros _____ yn y diwedd.

_____ i gopa'r Wyddfa.

Ffeithiau

Penderfynodd y teulu

Siaradon nhw

£10,000

£70,000

Cerddon nhw

(Gweithgaredd) (Sgrîn 37)

Dewiswch y geiriau.

MYND	DOD	CAEL
Es i	Des i	Ces i
Est ti	Dest ti	Cest ti
_____ e / o / hi	_____ e / o / hi	_____ e / o / hi
Aethon ni	_____	Cawson ni
Aethoch chi	Daethoch chi	Cawsoch chi
_____ nhw	Daethon nhw	_____ nhw

Geiriau

Aeth

Aethon

Daeth

Daethon ni

Cafodd

Cawson

(Sgrîŋ 38)

Darllenwch y tabl.

CAEL	Ar lafar yn Ne Cymru
Ces i	Ges i
Cest ti	Gest ti
Cafodd e /o / hi	Gaeth e
Cawson ni	Gaethon ni
Cawsoch chi	Gaethoch chi
Cawson nhw	Gaethon nhw

(Gweithgaredd) (Sgrîn 39)

Parwch y Gymraeg a'r Saesneg.

Aethon nhw i'r hyfforddiant.

Cawson ni hyfforddiant.

Daethon ni i'r hyfforddiant.

Aethon ni i'r hyfforddiant.

Cawson nhw hyfforddiant.

They went to the training.

We had training.

We came to the training.

We went to the training.

They had training.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 40)

Dewiswch y gair cywir bob tro.

_____ ni hyfforddiant ar-lein.

_____ ni i'r coleg y bore 'ma.

_____ nhw yma ddoe.

_____ hi i'r cyfweliad.

_____ nhw gyfle i fynd ar y cwrs.

Geiriau

Cawson

Aethon

Daethon

Aeth

Cawson

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 41)**Diolch i Slam Media a S4C am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Darllenwch y trawsgrifiad yma sy'n dangos heddlu'n dilyn fan amheus ar ffordd yng Ngogledd Cymru. Sylwch yn ofalus ar y manylion achos bydd cwis ar y dudalen nesaf.

882 Sierra 3233, Sierra 3233.

Pan 'dan ni'n gwybod pwy sy'n dreifio mae'n lot haws. 'Dan ni'n medru gwneud y checks a phasio'r warning markers. Pan mae wedi ei ddwyn, ti ddim y gwybod pwy sy'n dreifio.

Received. Can I make you aware of this vehicle for observations.

Mae'n anodd i ni achos mae'n registered i rywun arall. Does ganddon ni ddim ffordd o wybod pwy sy'n dreifio'r car...tan 'dan ni'n dal i fyny efo nhw.

Mae camerâu 'ANPR' wedi cofnodi platiau ffug ar fan wen oedd yn gyrru mewn i Ogledd Cymru.

Os ydy'r car wedi ei ddwyn...ti'n gwybod rhan amlaf bod o ddim yn mynd i stopio. Ti ddim yn gwybod pa mor beryg ydyn nhw...eu hanes nhw, pa intelligence sydd arnyn nhw. Mae'n mynd yn rhywbeth mwy wedyn.

A55 ger Llanfairfechan

Mae fan wedi dod i mewn i Gymru efo number plates...gafodd eu defnyddio mewn burglaries yr wythnos cynt.

Roedd Dan wedi gweld y fan. Roedd y fan yn gyrru'n normal. Mae Dan yn marked BMW patrol car.

ZERO-TWO.

STILL COMMITTED.

A55 WESTBOUND.

LANE ONE.

65 MPH.

Mae'n haws os ydy o ar yr A55 neu'r A483. 'Dan ni'n medru plotio off a chael rhywun yn disgwyl amdany'n nhw. Fedrwn ni gael stinger sites.

VEHICLE IS NOW LANE TWO OF TWO.

SPEED HAS INCREASED TO 80MPH.

TRAFFIC VEHICLE CAUGHT HIM.

'Sna'm pwynt rhoi goleuadau glas 'mlaen straightaway. Bydd o'n tanio i ffwrdd a ti'n rhoi pobl mewn risg. Y peth diwetha ti isio ydy pursuit. Roedd ganddon ni lot o tactical options yn yr area. Roedden ni'n gallu rhoi bach o plan at ei gilydd. Rhoi stingers ar Bont Britannia, a'r off-slips i gyd.

JUST PASSING THE TURNING FOR TAL-Y-BONT NOW.

Vinny wrthi'n tanio tu ôl i fi.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 41)

VINNY, WHAT'S YOUR PLAN? DO YOU WANT TO TRY AND TAKE IT OFF AT 11?

Yeah, OK. I'm going to go ahead.

Y plan oedd un o'r blaen, un o'r tu nôl. Dwi'n cofio trio mynd ymlaen ac roedd y fan just yn dod allan syth o mlaen i. Ac ar y pwynt yna dwi'n meddwl, Game on, 'rwan! Amdano pursuits maen nhw'n dweud - They'll always want to get away more than you want to catch them So, Dan - blue lights on, fi - blue lights on. Ac roedd y fan yn trio ramio fi, felly roedd rhaid gwneud tipyn bach o dawns.

A na'th o just gweithio'n berffaith - O'dd Vinny 'di force-o'r fan off ar Junction 11 am Llandygai.

Ro'n i'n gwybod ma' 'na pobl ar yr off-slip. Ac roedd ceir yn disgwyl ar top efo stinger. O'dd e'n bonus hefyd bod HGV wedi stopio ar top yr on-slip, so o'dd hwnna wedi blocio'r ffordd. Ma'r transit 'di trio gwasgu drwadd a ma' 'di mynd yn stuck. Na'th o just gweithio'n grêt... O'dd e'n textbook a dweud y gwir.

Mae e wedi dwyn y fan...Ti'n meddwl, oes 'na weapons wedi cael eu defnyddio? Achos mae hwn yn criminal.

Cafwyd y gyrrwr yn euog o: gwrthod stopio, gyrru'n beryglus, gyrru tra wedi'i wahardd, gyrru heb yswiriant.

Cafodd ei garcharu am 10 mis a'i wahardd rhag gyrru am 42 mis.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 42)

Rhowch y pwyntiau yn y lle cywir.

Cywir**Anghywir**

Defnyddiodd yr heddlu'r golau glas yn syth er mwyn rhybuddio gyrrwr y fan.

Cawson nhw drafferth mawr yn stopio'r fan.

Penderfynon nhw ddefnyddio *stinger*.

Triodd y fan ramio car yr heddlu.

Stopiodd bws a blocio'r fan.

Aeth y gyrrwr i'r carchar am 10 mis.

(Sgrîŋ 43)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Ro'n i eisiau gofyn cwestiwn.

Ro'n i'n gobeithio gadael yn gynnar ddoe.

Ro'n i'n hapus gyda'r adborth.

(Sgrîŋ 44)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Ro'n i ar y ffôn.

Roeddwn i ar y ffôn hefyd!

Trawsgrifiad (Sgrîn 45)

Sylwch yn y trawsgrifiad yma, sut mae Jon yn defnyddio “Ro’n i” i drafod lleoliad gwaith wnaeth e/o yn y gorffennol.

Ddwy flynedd yn ôl, ro’n i’n gwneud prentisiaeth lechyd a Gofal. Ro’n i’n gweithio mewn canolfan ddydd lle roedd pobl yn gallu dod i gael help a chwmni. Ro’n i’n canu gyda nhw, yn gwneud cwis weithiau, ac yn gwneud crefftau gyda nhw hefyd. Ro’n i’n gweithio yno pedwar diwrnod bob wythnos. Ro’n i’n mwynhau’n fawr. Ro’n i’n cael llawer o bleser yn gweld y cleientiaid yn ymlacio a chael hwyl. Weithiau, ro’n i’n helpu i drefnu tripiâu iddyn nhw, fel trip i’r traeth neu drip i fferm.

Ro’n i’n teimlo fel mod i wedi gwneud cynnydd da yn ystod fy amser fel prentis. Ar ôl gorffen y cwrs, ro’n i’n gwybod ‘mod i eisiau para i weithio ym maes ieuchyd a gofal. Felly dw i nawr yn hyfforddi i fod yn nyrs a dw i wrth fy modd.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 46)

Parwch y Gymraeg â'r Saesneg.

I was on work placement.

She was on work placement.

We were on work placement.

They were on work placement.

Roeddwn i ar leoliad gwaith / Ro'n i ar
leoliad gwaith.

Roedd hi ar leoliad gwaith.

Roedden ni ar leoliad gwaith / Ro'n ni ar
leoliad gwaith.

Roedden nhw ar leoliad gwaith / Ro'n
nhw ar leoliad gwaith.



(Gweithgaredd) (Sgrîf 47)

Ysgrifennwch eich atebion.

1. _____ ni allan ar yr iard.

2. _____ nhw yn y coleg.

3. _____ y bôs allan drwy'r dydd.

4. _____ i'n clirio'r stordy.

5. _____ y plant ar drip ysgol.

Trawsgrifiad (Sgrîn 48)

Da iawn chi. Rydych chi wedi ymarfer sawl ffordd o siarad am eich gwaith yn y gorffennol. Dyma gyfle nawr i adolygu wrth orffen. Darllenwch y trawsgrifiad yma.

Cyfwelydd:

Croeso i'r cyfweiliad, Anwen, a diolch am wneud cais i weithio gyda ni. I ddechrau, ga' i ofyn i chi esbonio pam rydych chi eisiau gweithio i ni fel swyddog tân...neu *fire officer* yn Saesneg?

Person ifanc:

Wel, mae gen i ddiddordeb mawr ers blynyddoedd mewn bod yn swyddog tân. Gwnes i BTEC mewn Gwasanaethau Cyhoeddus yn yr ysgol pan o'n i'n 16 oed ac wedyn penderfynais i wneud prentisiaeth. Fel rhan o'r prentisiaeth, ces i leoliad gwaith gyda'r gwasanaeth tân. Ro'n i'n rhoi cyngor i fusnesau am sut i gadw adeiladau'n ddiogel rhag tân. Dysgais i lawer o sgiliau newydd, fel sut i gyfathrebu'n well a sut i ddatrys problemau. Ro'n i'n hoffi'r gwaith yn fawr. Nawr dw i eisiau defnyddio a datblygu fy sgiliau i weithio fel swyddog tân a helpu mwy o bobl.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 49)

Llenwch y bylchau.

Mae gan Anwen ddiddordeb mawr ers blynyddoedd mewn bod yn swyddog tân. _____ BTEC mewn Gwasanaethau Cyhoeddus yn yr ysgol _____ 16 oed ac wedyn _____ wneud prentisiaeth. Fel rhan o'r prentisiaeth, _____ leoliad gwaith gyda'r gwasanaeth tân. Roedd hi'n rhoi cyngor i fusnesau am sut i gadw adeiladau'n ddiogel rhag tân. _____ lawer o sgiliau newydd, fel sut i gyfathrebu'n well a sut i ddatrys problemau. _____ hoffi'r gwaith yn fawr. Nawr mae hi eisiau defnyddio a datblygu ei sgiliau i weithio fel swyddog tân a helpu mwy o bobl.

Gwnaeth hi

Penderfynodd hi

Pan oedd hi'n

Cafodd hi

Dysgodd hi

Roedd hi'n

(Sgrîn 50)

Dychmygwch eich bod chi mewn cyfweiliad ar gyfer un o'r swyddi yn y lluniau yma. Pa swydd fasech chi'n ei dewis? Sut fasech chi'n ymateb i'r cwestiwn "Pam hoffech chi wneud y rôl yma?"

Disgrifiad o'r llun: Gweithiwr fferm



Disgrifiad o'r llun: Heddlu



Disgrifiad o'r llun: Nyrs



Disgrifiad o'r llun: Diffoddwr tân



Disgrifiad o'r llun: Plymiwr



Disgrifiad o'r llun: Adeiladwr



Disgrifiad o'r llun: Cynorthwydd dosbarth mewn ysgol



Da iawn am gwblhau Uned 3.

Llongyfarchiadau!

Rydych chi wedi cwblhau Uned 3.

Rydych chi wedi ymarfer:

- trafod y gorffennol
- siarad am sgiliau a phrofiadau yn y gwaith.
- gwylio / gwrandio ar bobl eraill yn trafod eu sgiliau a'u profiadau.
- sgiliau darllen ac ysgrifennu

Ardderchog! Daliwch ati!

Uned 4

Trafod Ein Hunain a'r Dyfodol

Croeso i Prentis-iaith 4 – Rhuglder.

Yn yr uned yma, rydyn ni'n mynd i ymarfer:

- trafod ein nodweddion personol wrth ystyried y dyfodol a byd gwaith
- trafod ein gobeithion am y dyfodol
- gofyn ac ateb cwestiynau gan ddefnyddio berfau yn y dyfodol a'r amodol
- geirfa
- deialogau
- sgiliau siarad
- sgiliau darllen
- sgiliau gwylio
- sgiliau gwrando

Ewch amdani! Ymlaen â ni!

(Sgrînn 2)

Darllenwch yr enghreifftiau. Tybed sawl un o'r nodweddion hyn sy'n wir amdanoch chi?

Person diwyd sy'n mwynhau gweithio'n annibynnol.

Unigolyn brwdfrydig sy'n hoffi cydweithio ag eraill.

Cymeriad hoffus sy'n barod i weithio'n galed.

Unigolyn medrus sy'n dwlu ar waith ymarferol.

Cymeriad disgybledig sy'n gyfarwydd â gweithio oriau hir.

Person hyblyg sy'n gallu addasu i bob sefyllfa.

Unigolyn sy'n berchen ar sgiliau Technoleg Gwybodaeth a Chyfathrebu.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 3)

Ticiwch 2 nodwedd bersonol fyddai eu hangen ar gyfer y swydd isod.

Disgrifiad o'r llun: Grŵp o bobl mewn swyddfa yn cael cyfarfod.



Unigolyn sy'n...

mwynhau mewn tîm

☐

hoffi gweithio allan yn yr awyr agored

☐

gallu cyfrannu syniadau'n hyderus

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 4)

Ticiwch 2 nodwedd bersonol fyddai eu hangen ar gyfer y swydd isod.

Disgrifiad o'r llun: Nyrs yn gwenu.



Person sy'n...

gallu gweithio oriau hir

☐

hoffi gweithio mewn tawelwch

☐

gyfarwydd â (*used to*) gweithio o dan bwysau

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 5)

Ticiwch 2 nodwedd bersonol fyddai eu hangen ar gyfer y swydd isod.

Disgrifiad o'r llun: Athrawes mewn dosbarth o blant.



cymeriad sy'n...

gallu ysbrydoli (*inspire*) plant bach

☐

gallu addasu (*adapt*) i bob sefylla

☐

mwynhau delio â chwsmeriaid

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 6)

Ticiwch 2 nodwedd bersonol fyddai eu hangen ar gyfer y swydd isod.

Disgrifiad o'r llun: Rheolwr yn siarad ag aelod o staff mewn archfarchnad.



Unigolyn sy'n...

gyfarwydd â hyfforddi prentisiaid

☐

berchen ar sgiliau tîm

☐

mwynhau gweithio'n annibynnol (*independent*)

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 7)

Ticiwch 2 nodwedd bersonol fyddai eu hangen ar gyfer y swydd isod.

Disgrifiad o'r llun: Gweithiwr yn gwisgo siaced lachar ar lawr y ffatri.



Unigolyn sy'n...

hoffi gweithio mewn swyddfa

☐

berchen ar sgiliau ymarferol

☐

hapus i fod yn hyblyg (*flexible*) gydag oriau gwaith

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 8)

Ticiwch 2 nodwedd bersonol fyddai eu hangen ar gyfer y swydd isod.

Disgrifiad o'r llun: Menyw yn ateb y ffôn ac yn cymryd nodiadau.



Unigolyn sy'n...

mwynhau gweithio sifftiau nos

☐

berchen ar sgiliau cyfathrebu

☐

hoffi cadw swyddfa'n drefnus

☐

(Sgrîŋ 9)

Dyma fanc o ansoddeiriau defnyddiol gallwch chi eu defnyddio i ddisgrifio chi eich hunain.

amyneddgar (<i>patient</i>)	cymwynasgar (<i>obliging / helpful</i>)	meddylgar (<i>thoughtful</i>)
brwdfrydig (<i>enthusiastic</i>)	dibynadwy (<i>reliable</i>)	gweithgar (<i>diligent</i>)
cymdeithasgar (<i>sociable</i>)	goddefgar (<i>tolerant</i>)	penderfynol (<i>determined</i>)
call (<i>sensible</i>)	profiadol (<i>experienced</i>)	proffesiynol (<i>professional</i>)
cefnogol (<i>supportive</i>)	egniol (<i>energetic</i>)	pwylllog (<i>prudent</i>)
cwrtais (<i>courteous</i>)	hoffus (<i>likeable</i>)	teg (<i>fair</i>)

(Sgrîn 10)

Dyma fanc o ansoddeiriau defnyddiol gallwch chi eu defnyddio i ddisgrifio chi eich hunain.

chwilfrydig (<i>curious</i>)	hyblyg (<i>flexible</i>)	ymarferol (<i>practical</i>)
dawnus (<i>gifted / talented</i>)	ymarferol (<i>practical</i>)	trefnus (<i>orderly / organised</i>)
deallus (<i>intelligent / wise</i>)	medrus (<i>capable</i>)	uchelgeisiol (<i>ambitious</i>)
diwylliedig (<i>cultured</i>)	prydlon (<i>punctual</i>)	teyrngar (<i>loyal</i>)
disgybledig (<i>disciplined</i>)	gofalgar (<i>mindful</i>)	diwyd (<i>diligent</i>)
cyfrifol (<i>responsible</i>)		

(Sgrîn 12)

Wrth drafod â chyflogwr neu â thiwtor am eich nodweddion personol, gallen nhw ofyn cwestiynau penodol i chi mewn ffyrdd gwahanol. Yn gyntaf, gallen nhw ofyn cwestiwn tebyg i 'Wyt ti'n berson cyfrifol?' neu 'Ydych chi'n berson cyfrifol?' ac wrth gwrs, rydych chi eisoes yn gwybod i ateb gydag '**ydw**' neu '**nac ydw**'. Ond, gallen nhw hefyd ofyn i chi '**Fyddet ti'n** disgrifio dy hun fel person cyfrifol?' neu '**Fyddech chi'n** disgrifio eich hun fel person cyfrifol?'. Yn yr achos hwn, dylech chi ateb gyda '**Byddwn**' neu '**Na fyddwn**'.

Ydw

Nac Ydw

Byddwn

Na fyddwn

(Sgrîŋ 13)

Darllenwch y cwestiynau a meddyliwch, beth yw'r ateb sy'n wir amdanoch chi.

YDW / NAC YDW
BYDDWN / NA FYDDWN

1. Wyt ti'n berson diwyd?

6. Wyt ti'n unigolyn sylwgar?

2. Fyddech chi'n dweud eich bod chi'n unigolyn call?

7. Fyddet ti'n disgrifio dy hun fel person chwilfrydig?

3. Ydych chi'n hoffi gweithio o fewn tîm?

8. Ydych chi'n hoffi bod yn brydlon?

4. Wyt ti'n mwynhau cael cyfrifoldeb?

9. Fyddech chi'n dweud eich bod yn ddisgybledig yn y gweithle?

5. Fyddet ti'n disgrifio dy hun fel person goddefgar?

10. Wyt ti'n gymeriad penderfynol?

(Sgrînn 14)

Darllenwch y sgwrs.

Cyflogwr: Ydych chi'n berson sy'n hoffi gweithio yn yr awyr agored?

Prentis: Ydw. Dw i'n gyfarwydd â gweithio allan mewn pob math o dywydd, mae awyr iach yn gwneud byd o les i mi!

Cyflogwr: Da iawn. Fyddech chi'n dweud eich bod yn unigolyn hyblyg?

Prentis: Byddwn yn sicr. Mae gen i brofiad o orfod addasu i amrywiaeth o sefyllfaoedd yn y gweithle.

Cyflogwr: O wir? Fyddech chi'n disgrifio eich hun fel person disgybledig?

Prentis: Byddwn, dw i'n weithiwr diwyd a sylwgar iawn sy'n llawer o help wrth orfod wynebu heriau yn y gweithle.

Cyflogwr: Ydych chi'n mwynhau gweithio oriau hir?

Prentis: Nac ydw, ond weithiau mae'n rhaid i mi a dw i'n derbyn hynny.

(Sgrîn 15)

Meddylwch beth yw eich nodweddion personol chi. Pa ansoddeiriau byddech chi'n eu dewis i ddisgrifio eich hun i gyflogwr neu i diwtor yn y coleg?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrîn 16)

Y Treigladd Meddal.

Llythrennau	Treigladd / <i>Mutation</i>
P	B
T	D
C	G
B	F
D	Dd
G	/
LI	L
M	F
Rh	R

(Sgrîn 17)

Darllenwch yr enghreifftiau. Sylwch ar y treigladau meddal bob tro ar ôl y ferf 'Hoffet ti'.

Hoffet ti gwrdd yn y swyddfa am sgwrs?

Hoffet ti goffi i'w yfed?

Hoffet ti ddod gyda fi i'r hyfforddiant cenedlaethol fis nesaf?

Oes 'na unrhyw beth hoffet ti wirio cyn i ni fynd allan i'r safle?

Hoffet ti weld unrhyw enghreifftiau penodol?

Hoffet ti dreulio amser gyda'r plant hynaf bore ma?

Pa agweddau hoffet ti ddysgu mwy amdany'n nhw?

(Gweithgaredd) (Sgrîn 18 & 19)

Darllenwch y brawddegau a'r cwestiynau canlynol. Llenwch y bylchau a chofiwch am y treigladd meddal.

1. Hoffet ti _____ (trafod) y gwaith?

2. Beth hoffet ti _____ (bwyta) i ginio?

3. Yn y dyfodol, hoffet ti _____ (parhau) ar y llwybr yma?

4. Hoffet ti _____ (dysgu) am unrhyw dechneg penodol?

5. Hoffet ti _____ (taith) o gwmpas y feithrinfa?

6. Hoffet ti _____ (cyfrannu) at y cyfarfod tîm?

7. Pan fyddwn ni'n cwrdd â'r rheolwr yfory, hoffet ti _____ (crybwyll) unrhyw fater penodol?

(Gweithgaredd) (Sgrîn 20)

Darllenwch y cwestiwn a dewiswch yr ateb sy'n cyfateb i'r llun.

Disgrifiad o'r llun: Person yn lliwio'i gwallt.



Hoffet ti liwio dy wallt?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

Disgrifiad o'r llun: Ffermwr yn bwydo lloi.



Hoffet ti fwydo'r lloi?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

Disgrifiad o'r llun: Person yn deialu 999 ar y ffôn.



Hoffet ti ffonio'r heddlu?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 21)

Darllenwch y cwestiwn a dewiswch yr ateb sy'n cyfateb i'r llun.

Disgrifiad o'r llun: Clowniaid ar y stryd,



Hoffet ti weithio mewn ysbyty?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

Disgrifiad o'r llun: Adeiladwr yn gweithio mewn adeilad.



Hoffet ti weithio ar safle adeiladu?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 22)

Darllenwch y cwestiwn a dewiswch yr ateb sy'n cyfateb i'r llun.

Disgrifiad o'r llun: Cogydd yn siarad â chwsmeriaid.



Hoffet ti gwrdd â'r cogydd?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

Disgrifiad o'r llun: Plentyn yn cysgu ar ben pentwr o lyfrau.



Hoffet ti glywed stori?

Hoffwn

☐

Na hoffwn

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 23, 24, 25, 26)

Rydyn ni'n mynd i edrych ar y patrwm Hoffech chi? Rydyn ni'n defnyddio'r patrwm hwn pan rydyn ni'n siarad â mwy nag un person, neu pan rydyn ni'n siarad â pherson mewn sefyllfa ffurfioll ac yn cyfeirio atyn nhw fel 'chi'. Darllenwch y cwestiynau a dewiswch yr un sy'n cyfateb i'r llun.

Disgrifiad o'r llun: Menyw yn siarad â dyn a menyw.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

Disgrifiad o'r llun: Athrawes yn siarad â phlentyn.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

Disgrifiad o'r llun: Dyn a menyw yn siarad â'i gilydd.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

Disgrifiad o'r llun: Bòs yn siarad ag aelod o staff.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 27, 28, 29, 30)

Darllenwch y cwestiynau a dewiswch yr un sy'n cyfateb i'r llun.

Disgrifiad o'r llun: Menyw yn siarad â dyn a menyw.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

Disgrifiad o'r llun: Athrawes yn siarad â phlentyn.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

Disgrifiad o'r llun: Dyn a menyw yn siarad â'i gilydd.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

Disgrifiad o'r llun: Bòs yn siarad ag aelod o staff.



Hoffet ti?

☐

Hoffech chi?

☐

(Sgrîŋ 31)

Darllenwch y cwestiwn ac atebion posib.

Beth hoffet ti wneud yn y dyfodol?

Hoffwn i weithio gyda phlant bach.

Hoffwn i weithio ar fferm fy nhad.

Hoffwn i deithio'r byd.

Hoffwn i ddysgu mewn ysgol uwchradd.

Hoffwn i ofalu am yr henoed.

Hoffwn i fod yn ddyn tân.

Hoffwn i reoli fy musnes fy hun.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 32)

Mae'r hyn hoffen ni wneud yn y dyfodol yn dibynnu ar lawer iawn o bethau, e.e. cymhwyso yn fy mhroffesiwn, arian, iechyd ac yn y blaen. Wrth sôn am ein gobeithion am y dyfodol gallwn ddefnyddio ffurf yr amodol: **Byddwn i....** **Pe bawn i...** Dyma fyfyrwyr yn sôn am eu gobeithion am y dyfodol. Darllenwch y trawsgrifiad.

Cwestiwn:

Beth hoffech chi wneud yn y dyfodol?

Ateb:

Pe bawn i'n llwyddo i dderbyn graddau da,

byddwn i'n hoffi mynd i'r brifysgol i astudio lechyd a Gofal.

Hoffwn i ofalu am blant bach yn y dyfodol. Dyna yw fy uchelgais.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 33)

Darllenwch y trawsgrifiad.

Cwestiwn:

Beth hoffech chi wneud yn y dyfodol?

Ateb:

Pe bawn i'n gallu casglu digon o arian, byddwn i'n mynd ar daith o gwmpas America am flwyddyn.

Hoffwn i ddringo mynyddoedd yr Andes a sefyll wrth ymyl yr Hafn Fawr i wireddu un o fy mreuddwydion.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 34)

Darllenwch y trawsgrifiad.

Cwestiwn:

Beth hoffech chi wneud yn y dyfodol?

Ateb:

Pe bawn i'n cael cynnig lle yn y coleg, byddwn i'n ymroi yn llwyr i'r cwrs ac yn hyfforddi i fod yn adeiladwr.

Hoffwn i weithio ar safle adeiladu gyda chwmni adeiladu llwyddiannus ac uchel ei barch.

(Sgrîn 35 & 36)

Dyma fanc o eiriau a thermau defnyddiol y gallwch chi eu defnyddio wrth drafod eich gobeithion chi am y dyfodol.

cynllunio <i>to plan / planning</i>	fy natblygiad personol <i>my personal development</i>
datblygu fy sgiliau <i>to develop / developing my skills</i>	fy natblygiad proffesiynol <i>my professional development</i>
dymuno <i>to wish for / wishing for</i>	gobeithio <i>to hope / hoping / hopefully</i>
ehangu fy ngorwelion <i>to expand / expanding my horizons</i>	hunanddisgyblaeth <i>self-discipline</i>
fy nghynllun(iau) <i>my plan(s)</i>	hyfforddiant <i>training</i>
llwyddiannus <i>successful</i>	penderfynu <i>to decide / deciding</i>
llwyddo <i>to succeed / succeeding</i>	profiad(au) <i>experience(s)</i>
magu hunanhyder <i>to develop / developing self-confidence</i>	uchelgais <i>ambition</i>
penderfyniad(au) <i>decision(s)</i>	uchelgeisiol <i>ambitious</i>

(Gweithgaredd) (Sgrîn 37)

Parwch y termau Cymraeg â'r termau Saesneg.

cynllunio	
fy natblygiad personol	
dymuno	
datblygu fy sgiliau	
fy nghynllun(iau)	
ehangu fy ngorwelion	

<i>to expand / expanding my horizons</i>	<i>my plan(s)</i>
<i>my personal development</i>	<i>to develop / developing my skills</i>
<i>to plan / planning</i>	<i>to wish for / wishing for</i>

(Gweithgaredd) (Sgrîn 38)

Parwch y termau Cymraeg â'r termau Saesneg.

fy natblygiad proffesiynol	
llwyddiannus	
hunanddisgyblaeth	
gobeithio	
llwyddo	
hyfforddiant	

<i>my professional development</i>	<i>successful</i>
<i>self-discipline</i>	<i>to hope / hoping</i>
<i>to succeed / succeeding</i>	<i>training</i>

(Gweithgaredd) (Sgrîn 39)

Parwch y termau Cymraeg â'r termau Saesneg.

penderyniad(au)	
penderynu	
uchelgeisiol	
uchelgais	
magu hunanhyder	
profiad(au)	

<i>decision(s)</i>	<i>to decide / deciding</i>
<i>ambitious</i>	<i>ambition</i>
<i>to develop / developing self-confidence</i>	<i>experience(s)</i>

(Gweithgaredd) (Sgrîn 40)

Edrychwch ar y lluniau, ac yna ysgrifennwch frawddeg addas yn y bylchau.

Disgrifiad o'r llun: Arian mân ac arian papur ar y bwrdd.



Disgrifiad o'r llun: Menyw yn eistedd ac yn edrych ar y pyramidiau yn y pellter.



Pe bawn i'n...

byddwn i'n...

Geiriau

llwyddo yn fy arholiadau

teithio'r byd

magu hunan hyder

cynilo digon o arian

gweithio mewn siop trin gwallt

(Gweithgaredd) (Sgrîn 41)

Edrychwch ar y lluniau, ac yna ysgrifennwch frawddeg addas yn y bylchau.

Disgrifiad o'r llun: Prentis yn derbyn hyfforddiant.



Disgrifiad o'r llun: Prentis yn gwenu.



Pe bawn i'n...

byddwn i'n...

Geiriau

profiad

datblygu fy sgiliau

penderfynu

cael hyfforddiant

gweithio ar fferm

(Gweithgaredd) (Sgrîn 42)

Edrychwch ar y lluniau, ac yna ysgrifennwch frawddeg addas yn y bylchau.

Disgrifiad o'r llun: Dyn yn cynllunio ar bapur.



Taswn i'n...

Disgrifiad o'r llun: Dyn yn dal tystysgrif.



Baswn i'n...

Pe bawn i'n...

byddwn i'n...

Geiriau

cael hyfforddiant

gallu llwyddo yn fy arholiadau

gobeithio am y gorau

cynllunio'n ofalus

gwastraffu amser

(Gweithgaredd) (Sgrîn 43)

Parwch y ddau hanner.

Pe bawn i'n unigolyn amyneddgar...

Pe bawn i'n berson dewr...

Pe bawn i'n unigolyn ymarferol...

Pe bawn i'n berson trefnus...

byddwn i'n gweithio gyda phlant bach.

byddwn i'n hyfforddi i fod yn saer coed.

byddwn i'n hyfforddi i fod yn ddiffoddwr
tân.

byddwn i'n gweithio fel swyddog
gweinyddol.

(Sgrîŋ 44)

Darllenwch y tabl.

Pe bawn i	Byddwn i
Pe baet ti	Byddet ti
Pe bai e / o / hi	Byddai e / o / hi
Pe baen ni	Bydden ni
Pe baech chi	Byddech chi
Pe baen nhw	Bydden nhw

(Sgrîŋ 45)

Edrychwch ar yr enghreifftiau canlynol.

Pe baen nhw'n gweithio'n gyflymach, bydden nhw'n medru gorffen yn gynnar heddiw!

Pe bai e'n pasio ei brawf gyrru, byddai e'n gallu gyrru i'r gwaith.

Pe baech chi'n dod i'r dderbynfa erbyn 9 o'r gloch, byddech chi'n brydlon i'r cyfarfod.

Pe baet ti'n cwblhau'r hyfforddiant yr wythnos nesaf, byddet ti'n gymwys i wneud y cwrs yn y coleg.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 46)

Llenwch y bylchau.

1. _____ e'n gorffen erbyn diwedd y dydd, byddai e'n bwrw ei darged.

2. _____ nhw'n prynu tocyn tymor, bydden nhw'n arbed llawer o arian.

3. Pe baech chi'n cwblhau'r holiadur _____ chi'n gymwys i ennill y wobr.

4. Pe baen ni'n cwyno am y gwasanaeth _____ ni'n achosi straen i'r staff.

5. _____ ti'n ffonio'r heddlu, _____ ti'n gwneud y peth cywir.

Pe bai

Pe baen

byddech

bydden

Pe baet

byddet

(Sgrînn 47)

Darllenwch y cwestiynau yma ac yna meddyliwch beth fyddai eich ateb chi yn onest i bob cwestiwn. **Byddwn** neu **Na fyddwn**?

BYDDWN / NA FYDDWN

1. Pe baet ti'n mynd i Iwerddon, fyddet ti'n teithio ar fferi?

5. Pe baet ti'n cysgu mewn pabell fis Tachwedd, fyddet ti'n oer?

2. Pe baet ti'n mynd ar wyliau i Ffrainc, fyddet ti'n ymweld â'r Tŵr Eiffel?

6. Pe baet ti'n cael cynnig, fyddet ti'n chwarae pêl-droed i Gymru?

3. Pe baet ti'n gweld yr actor Tom Holland yn siopa yn y dre, fyddet ti'n gofyn am ei lofnod?

7. Pe baet ti'n mynd i wylïo dy hoff fand yn perfformio mewn gig, fyddet ti'n hapus?

4. Pe baet ti'n ennill y loteri, fyddet ti'n rhannu'r arian gyda rhywun?

8. Pe baet ti'n gyfoethog, fyddet ti'n hapus?

(Sgrîŋ 48)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Beth yw dy freuddwyd di?
Beth yw eich breuddwyd chi?

Fy mreuddwyd i yw gweithio i'r
gwasanaeth ambiwlans.

Fy mreuddwyd i yw gweithio ar y fferm
deuluol gyda phawb arall.

Fy mreuddwyd i yw rheoli fy musnes fy
hun.

Fy mreuddwyd i yw mynd i'r coleg.

Fy mreuddwyd i yw bod yn drydanwr.

(Sgrînn 49)

Darllenwch y cwestiynau a'r atebion.

Beth yw dy freuddwyd di?
Beth yw eich breuddwyd chi?

Fy uchelgais i yw magu hunanhyder.

Fy uchelgais i yw cael swydd sy'n talu'n
dda.

Fy uchelgais i yw ennill graddau da.

Fy uchelgais i yw cael lle yn y brifysgol.

Fy uchelgais i yw datblygu fy sgiliau
personol.

(Sgrîn 50)

Darllenwch yr enghreifftiau.

Hoffwn i gael gyrfa fel nyrs.

Fy uchelgais i yw cael swydd mewn siop ddillad.

Fy mreuddwyd i yw cael gyrfa fel actor mewn ffilmiau.

Pe bawn i'n llwyddo yn fy arholiadau, byddwn i'n cael gyrfa fel athro.

Fy mreuddwyd i yw bod yn ffermwr llwyddiannus.

Fy mreuddwyd i yw bod yn drydanwr.

(Sgrîŋ 51)

Meddylwch, beth yw eich breuddwyd neu eich uchelgais chi? Ble hoffech chi fod mewn 5 neu 10 mlynedd?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrînn 52)

Darllenwch y brawddegau.

Disgrifiad o'r llun: Athrawes mewn dosbarth gyda myfyrwyr.



Fy ngyrfa ddelfrydol i fyddai gweithio
gyda phobl ifanc.

Disgrifiad o'r llun: Nyrs mewn ysbyty.



Fy ngyrfa ddelfrydol i fyddai gweithio
mewn ysbyty.

Disgrifiad o'r llun: Dyn yn sefyll ac yn gwenu.



Fy ngyrfa ddelfrydol i fyddai bod yn
rheolwr banc.

Disgrifiad o'r llun: Ffermwr yn bwydo gwartheg.



Fy ngyrfa ddelfrydol i fyddai gweithio
gydag anifeiliaid.

(Sgrînn 53)

Darllenwch y brawddegau.

Disgrifiad o'r llun: Gofalwr yn siarad â chlaf.



Fy swydd ddelfrydol i fyddai gofalu am yr henoed.

Disgrifiad o'r llun: Triniwr gwallt gyda chwsmer.



Fy swydd ddelfrydol i fyddai gweithio mewn siop trin gwallt.

Disgrifiad o'r llun: Adeiladwr ar safle adeiladu.



Fy swydd ddelfrydol i fyddai bod yn adeiladwr.

Disgrifiad o'r llun: Actores yn ymarfer.



Fy swydd ddelfrydol i fyddai actio mewn theatr ddrama.

(Sgrînn 54)

Darllenwch y negeseuon yma sy'n sôn am y dyfodol.
Tybed sawl un ohonyn nhw sy'n wir amdanoch chi?

Bydda i'n (*I will / I will be*)

Bydda i'n gadael y swyddfa am bump o'r gloch.

Bydda i'n coginio pasta i swper nos yfory.

Bydda i'n dechrau fy swydd newydd ar ôl yr haf.

Bydda i'n cyrraedd y safle adeiladu am wyth o'r gloch.

Bydda i'n hwyr heno.

Bydda i'n mynd ar gwrs hyfforddi wythnos nesaf.

Bydda i'n cwrdd â fy nhiwtor am dri o'r gloch.

Bydda i'n codi'n gynnar yfory.

(Sgrîŋ 55)

Darllenwch y darn gan y lanhawraig yn ei chyfweliad gyda rheolwr cwmni glanhau.

Fyddda i ddim yn (*I will not / I will not be*)

Gadewch i mi wneud hyn yn glir! Byddda i'n glanhau'r ystafelloedd gwely, ond fyddda i ddim yn hwfro nac yn brwsio'r llawr. Fyddda i ddim yn gwagio'r biniau sbwriel a fyddda i ddim yn golchi'r llestri. Byddda i'n sychu'r llwch ymhob ystafell ond fyddda i ddim yn glanhau'r ystafell ymolchi. Byddda i'n golchi dillad a byddda i'n gosod y dillad ar y lein os bydd y tywydd yn sych. Fyddda i ddim yn smwddio. Fyddda i ddim yn gwagio'r peiriant golchi llestri. Fyddda i ddim yn bwydo'r ci ond byddda i yn rhoi dŵr i'r blodau. Byddda i'n paratoi swper i'r teulu ond byddda i'n gadael am bump o'r gloch a fyddda i ddim yn ôl tan ddeg o'r gloch y bore wedyn. Fyddda i ddim yn gweithio yn ystod y penwythnosau - byddda i'n ymlacio!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 56)

Ar ôl darllen y darn, llenwch y bylchau drwy ysgrifennu'r geiriau cywir yn y bocsys cywir.

Bydda i'n...**Fydda i ddim yn...**

glanhau'r ystafelloedd gwely

brwsio'r llawr

golchi dillad

paratoi swper i'r teulu

gwagio'r biniau sbwriel

golchi'r llestri

bwydo'r ci

glanhau'r ystafell ymolchi

(Gweithgaredd) (Sgrîn 56)

Ar ôl darllen y darn, llenwch y bylchau drwy ysgrifennu'r geiriau cywir yn y bocsys cywir.

Bydda i'n...	Fydda i ddim yn...
sychu'r llwch ymhob ystafell	smwddio
gosod y dillad ar y lein	hwfro
rhoi dŵr i'r blodau	gwagio'r peiriant golchi llestri
ymlacio	gadael am bump o'r gloch
gweithio yn ystod y penwythnosau	

(Sgrîŋ 58)

Edrychwch ar yr enghreifftiau yma o gwestiynau sy'n defnyddio berfau'r dyfodol.

Fyddda i...?	Fyddda i'n cael mynd ar brofiad gwaith yr wythnos nesaf?
Fydddi di...?	Fydddi di'n gorffen yn gynnar heddiw?
Fydd e / o...?	Fydd e'n mynd i'r ddarlith?
Fydd hi...?	Fydd hi'n cael cyfweiliad?
Fyddwn ni...?	Fyddwn ni'n mynd i'r goedwig gyda'r plant?
Fyddwch chi...?	Fyddwch chi'n mynd â Niamh i'r apwyntiad?
Fyddan nhw....?	Fyddan nhw'n derbyn copi o'r asesiad risg?

(Gweithgaredd) (Sgrîd 59)

Darllenwch y cwestiynau ac ysgrifennwch y ferf yn gywir yn y bwlch bob tro.

1. _____ di'n gorffen yn y coleg eleni?

2. _____ o'n gwneud y cyflwyniad?

3. _____ chi'n gallu datrys y broblem?

4. _____ nhw'n cael mynediad i'r safle?

5. _____ i'n clywed wrth y tiwtor heddiw?

(Sgrîŋ 60)

Darllenwch y darn gan Siôn am yr hyn fydd e'n wneud heddiw.

Bore 'ma, bydda i'n mynd ar y bws i siopa am fwyd. Bydda i'n prynu llysiau a ffrwythau, a bydda i'n prynu llaeth hefyd achos does dim llawer ar ôl yn y tŷ. Bydda i'n coginio cyrri i swper heno felly bydda i'n prynu reis a chyw iâr. Mae'n rhaid i mi arbed arian felly fydda i ddim yn prynu potel o win heddiw, ond bydda i'n prynu ychydig o siocled! Bydda i'n casglu'r car o'r garej amser cinio a bydda i'n dod adre. Wedyn, bydda i'n cael brechdan a phaned o de a bydda i'n darllen nofel drwy'r prynhawn. Fydda i ddim yn meddwl am waith heddiw achos dydd Sadwrn yw hi.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 61)

Chi yw Siôn. Dewiswch **Byddaf** neu **Na Fyddaf**.

Bydda i'n mynd ar y bws i siopa am fwyd.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n prynu llysiau a choffi.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n prynu potel o win.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n prynu siocled.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n coginio cyrri cig oen.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n casglu'r car o'r garej heno.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n darllen nofel.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐
Bydda i'n gweithio.	BYDDAF ☐	NA FYDDAF ☐

(Sgrîm 62 & 63)

Darllenwch y sgwrs.

Tiwtor: Bore da. Shw mae?

Prentis: Bore da, iawn diolch, a chi?

Tiwtor: Ydw, yn dda iawn diolch. Sut mae'r profiad gwaith? Beth fyddi di'n wneud ar ôl i ti orffen yn y cartref gofal?

Prentis: O, dw i wrth fy modd ar brofiad gwaith. Dw i wedi dysgu llawer. Bydda i'n dechrau ar leoliad yng nghartref gofal Troed yr Aur ymhen pythefnos. Mae'r amser wedi hedfan ar leoliad y tro hwn a dw i wedi dwlu cydweithio gyda Zack sy ar brofiad gwaith yno hefyd.

Tiwtor: O, mae'n braf bod dau ohonoch chi ar brofiad gwaith gyda'ch gilydd. Beth fydd Zack yn gwneud ar ôl gorffen?

Prentis: Bydd e'n gweithio dros yr haf cyn ail-ddechrau ar leoliad ym mis Medi. Mae e a Trystan yn gobeithio cael profiad o weithio mewn cartref nyrsio hefyd. Beth fydd angen iddyn nhw wneud i drefnu hynny?

Tiwtor: Dw i ddim yn siŵr i fod yn onest. Bydd angen iddyn nhw gysylltu â'r swyddfa i holi. Fyddet ti'n hoffi'r cyfle i fynd i gartref nyrsio

Prentis: Na fyddwn, ddim ar hyn o bryd. Efallai yn y dyfodol ar ôl i fi fagu mwy o hyder a phrofiad.

(Sgrîŋ 64)

Darllenwch y ddeialog.

Aleksy: Beth fyddi di'n wneud heno?

Dafydd: Bydda i'n mynd am dro.

Aleksy: Ble byddi di'n mynd am dro?

Dafydd: Bydda i'n mynd i'r parc.

Aleksy: Pryd byddi di'n mynd am dro?

Dafydd: Bydda i'n mynd ar ôl swper.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 65)

Darllenwch y cwestiynau a dewiswch yr ateb cywir.

Bydda i'n gwneud gwaith ymarferol ac yn gweithio ar y safle.

Bydda i'n ateb galwadau ffôn ac yn cadw trefn ar y ffeiliau.

Bydda i'n gweithio mewn labordy.

adeiladwr

rheolwr siop

cogydd

gwyddonydd

athro

swyddog gweinyddol

(Gweithgaredd) (Sgrîn 66)

Darllenwch y cwestiynau a dewiswch yr ateb cywir.

Bydda i'n rheoli staff ac yn delio â
chwsmeriaid.

Bydda i'n paratoi bwyd mewn bwyty.

Bydda i'n dysgu Cymraeg i bobl ifanc.

rheolwr siop

adeiladwr

swyddog gweinyddol

athro

gwyddonydd

cogydd

Da iawn am gwblhau Uned 4.

Llongyfarchiadau!

Rydych chi wedi cwblhau Uned 4. Rydych chi wedi ymarfer:

- trafod ein nodweddion personol wrth ystyried y dyfodol a byd gwaith
- trafod ein gobeithion am y dyfodol
- gofyn ac ateb cwestiynau gan ddefnyddio berfau yn y dyfodol a'r amodol
- y treigladau meddal wrth ddefnyddio berfau amodol
- geirfa
- deialogau
- sgiliau siarad
- sgiliau darllen
- sgiliau gwyllo
- sgiliau gwrando

Ardderchog! Daliwch ati!

Uned 5

Ymarfer Cyfathrebu

Yn yr uned yma, rydyn ni'n mynd i ymarfer:

- defnyddio'r geiriau bach
- ysgrifennu e-byst
- gwneud nodiadau
- ysgrifennu cyfarwyddiadau
- defnyddio'r treigladau meddal

Ewch amdani! Ymlaen â ni!

(Sgrîn 2)

Darllenwch yr enghreifftiau.

I

Ydy Lisa wedi mynd i Abertawe?

AT

Rwy'n mynd at y deintydd

AR

Wyt ti wedi gwranddo ar y neges?

WRTH

Wnaethoch chi ddweud wrth rywun?

GAN

Rydyn ni'n gobeithio clywed gan y cwmni cyn hir.

(Sgrîŋ 3)

Beth ydy'r gwahaniaeth rhwng “mynd at” a “mynd i”? Darllenwch yr enghreifftiau.

Mae hi'n meddwl mynd at y pennaeth er mwyn gofyn am ganiatâd.

Rhaid i fi fynd i Aberystwyth yfory.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 4)

Mae “mynd at” yn cael ei ddefnyddio’n union cyn **person** a “mynd i” yn cael ei ddefnyddio cyn **lle**. Llenwch y bylchau.

Os bydd angen help, dylech chi _____ Gareth.

Ar ôl cyrraedd y ganolfan, dylech chi _____ dderbynfa’r adeilad.

fynd at

fynd i

(Gweithgaredd) (Sgrîn 5)

Mae “anfon at” yn cael ei ddefnyddio’n union cyn **person** ac “anfon i” yn cael ei ddefnyddio cyn **lle**. Llenwch y bylchau.

Wnewch chi _____ bawb heddiw?

Wnewch chi _____ swyddfa Llanelli?

anfon y ffurflen at

anfon y bil i

(Gweithgaredd) (Sgrîn 6)

Mae “at” ac “i” hefyd yn gweithio yn yr un ffordd ar ôl y gair “ysgrifennu”.

Llenwch y bylchau.

_____ y warden.

_____ swyddfa Caerdydd.

Ysgrifennais i at

Ysgrifennais i i

(Gweithgaredd) (Sgrîn 7)

Dewiswch **at** neu **i** bob tro.

Mae'r perchennog wedi mynd _____ Abertawe heddiw.

Wnewch chi anfon e-bost _____ Lowri cyn diwedd y dydd?

Dylech chi anfon y manylion _____ Ysbyty Gwynedd erbyn diwedd yr wythnos.

Wnewch chi fynd â'r ffeiliau _____ swyddfa Rhodri?

Mae croeso i chi anfon neges _____ y pennaeth.

Maen nhw wedi mynd _____ Wrecsam heddiw i gyfarfod â chwsmer.

i

at

(Gweithgaredd) (Sgrîn 8)

Yn Saesneg, rydyn ni'n dweud "*listen to*" ond yn Gymraeg rydyn ni'n dweud "gwrando ar", nid "gwrando i". Aildrefnwch y frawddeg.

Gwrando ar

wrando ar

Ydych chi'n

y cyflwyniad

prynhawn 'ma?

dod i

(Gweithgaredd) (Sgrîn 9)

WRTH ydy'r gair bach sy'n mynd gyda'r gair **DWEUD**. Aildrefnwch y frawddeg.

Dweud wrth

y staff eraill

Wyt ti wedi

am yr

alwad ffôn?

dweud wrth

(Gweithgaredd) (Sgrîf 10)

Ysgrifennwch y geiriau sydd ar goll (e.e. ar, i, at, wrth).

Bore da Morgan,

Wyt ti'n fodlon dweud _____ Llinos am wrando _____
y neges dw i wedi ei gadael ar ei pheiriant ateb? Dw i wedi anfon e-bost
_____ Llinos ei hun hefyd, ond dw i ddim yn credu ei bod hi wrth ei desg
y bore 'ma.

Mae'r neges ffôn yn gofyn iddi fynd _____ swyddfa Llanemlyn
cyn diwedd y dydd. Dw i ddim yn rhydd, yn anffodus, gan fod angen i fi fynd
_____ y cyfrifydd.

Diolch o galon,

Rhys

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 11)

Mae'r ddau air bach "o" a "gan" hefyd yn rhai allweddol. Mae'r ddau'n gallu golygu "*from*" yn Saesneg. Felly, beth ydy'r gwahaniaeth rhyngddyn nhw? Darllenwch y trawsgrifiad.

Mae sawl ffordd o ddweud y gair bach '*from*' yn Gymraeg. Yn aml, rydyn ni'n defnyddio 'o'. Ond weithiau byddwn ni'n defnyddio gair gwahanol. Sylwch ar y brawddegau yma:

- Rydyn ni wedi **derbyn** e-bost **gan** y cwmni yr wythnos 'ma.
- Wyt ti wedi **cael** llythyr **gan** y clinig eto?
- Dylech chi **glywed gan** y ganolfan erbyn yfory.

Felly, cofiwch...ar ôl geiriau fel

- **derbyn**
- **clywed**

fel arfer rydyn ni'n defnyddio GAN, nid "o".

Er hynny, mae'n bosib defnyddio 'o' ar ôl geiriau fel 'derbyn', 'cael' a 'clywed' os ydyn ni'n **cyfeirio at le** e.e.

- Rydw i wedi derbyn neges **o Wrecsam**.
- Rydyn ni wedi cael parcel **o Aberteifi**.

Felly cofiwch, rydyn ni'n ysgrifennu

- derbyn gan
- cael gan
- clywed gan

oni bai ein bod ni'n cyfeirio at le.

Efallai byddwch chi hefyd yn gweld rhai pobl yn defnyddio "oddi wrth" yn lle "gan". Er enghraifft:

- Wyt ti wedi **cael** e-bost **oddi wrth** Marc?
- Ydych chi wedi **derbyn** anrheg **oddi wrth** Lowri?

Mae'n iawn defnyddio "oddi wrth" yn lle "gan" fel hyn.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 12)

Dewiswch y gair cywir bob tro.

Dw i wedi derbyn gwybodaeth _____ John.

Wyt ti wedi clywed unrhyw beth _____ Aberystwyth.

gan

o

(Gweithgaredd) (Sgrîn 13)

Dewiswch y gair cywir bob tro.

Rydyn ni newydd dderbyn parcel _____ Gaerdydd.

Ydych chi wedi derbyn neges _____ Elen?

o

gan

(Gweithgaredd) (Sgrîn 14)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau.

Wyt ti wedi cael amser i wrando _____ y recordiad?

Os oes unrhyw broblem, cofiwch ddweud _____ Geraint.

Rhaid i fi anfon e-bost _____ Sioned.

Ydych chi wedi clywed _____ Mrs Griffiths eto?

Gest ti gyfle i anfon y gwaith _____ Gaerfyrddin?

ar

wrth

at

gan

i

(Gweithgaredd) (Sgrîn 15)

Dewiswch y geiriau bach i lenwi'r bylchau. Defnyddiwch Wrth, Gan, Ar.

Mae'n well i ni wrando _____ ei gyngor.

Wyt ti wedi derbyn e-bost _____ y tiwtor?

Os nad yw'r cyfrifiadur yn gweithio, dylet ti ddweud _____ Hannah.

Byddwch chi'n cael ateb _____ y cwmni cyn hir.

Cofiwch ddweud _____ Aled os oes gennych chi unrhyw bryderon.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 16)

Un o'r ffurfiau mwyaf amlwg rydyn ni'n ei ddefnyddio yn y gweithle, wrth gwrs, ydy'r e-bost. Faint o negeseuon e-bost mae person sy'n gweithio mewn swyddfa fel arfer yn derbyn mewn 1 diwrnod?
Dewiswch yr ateb.

26

☐

27

☐

121

☐

(Sgrînn 17)

Dyma rai tips am ysgrifennu e-bost ar gyfer y gwaith.

Tip 1: Dechrau eich e-bost

Os dydyn ni ddim yn adnabod y person yn dda, rydyn ni'n defnyddio Annwyl ar y dechrau yn lle Helô. Os dydyn ni ddim yn siŵr, wrth gwrs, mae Bore da neu Prynhawn da yn opsiynau posib. Os ydyn ni'n adnabod y person yn dda, er hynny, ac yn gallu bod yn anffurfiol (informal) gyda nhw, mae'n iawn i ni ddefnyddio Helô ar ddechrau'r e-bost.

Tip 2: Enw'r person

Os dydyn ni ddim yn adnabod y person o gwbl, mae'n well defnyddio eu teitl nhw a'r enw olaf, er enghraifft:

Mr Aslam
Mrs Harris
Ms Taylor
Dr Jenkins

Pan fydd y person yn ateb eich e-bost, sylwch ar sut maen nhw'n gorffen eu neges. Ydyn nhw'n defnyddio eu henw cyntaf? Er enghraifft, os ydyn nhw'n ysgrifennu:

Cofion,
David

yna mae'n iawn hefyd i ni ddefnyddio'r enw cyntaf wrth ysgrifennu e-bost yn ôl.

Tip 3: Paragraffau byr

Mae'n well cadw ein paragraffau'n fyr. Mae pobl sy'n derbyn llawer o negeseuon e-bost fel arfer yn eu darllen nhw'n gyflym ac yn sgimio'n unig. Felly mae'n bwysig bod ein negeseuon ni'n glir ac yn syml.

Tip 4: Bod yn gwrtais

Wrth ysgrifennu eich e-bost, dylech chi agor yr e-bost mewn ffordd broffesiynol a chwrtais bob tro.

(Sgrînn 17)

Dyma rai tips am ysgrifennu e-bost ar gyfer y gwaith.

Tip 5: Sicrhau bod pwrpas yr e-bost yn glir

Mae dweud beth yw pwrpas yr e-bost yn bwysig iawn. Pam ydych chi'n ysgrifennu'r e-bost yn y lle cyntaf? Gwnewch yn siŵr bod eich rheswm yn amlwg ac yn glir.

Tip 7: Rhoi cyfle i'r darlennydd ymateb

Mae'n beth da rhoi cyfle i'r darlennydd ymateb i'ch neges, neu gynnig iddyn nhw gysylltu â chi os oes ganddyn nhw unrhyw gwestiynau. Mae hyn yn dangos eich bod yn hapus i drafod y mater ymhellach.

Crynodeb

Felly cofiwch y tips hyn am ddechrau eich e-bost yn addas a pha enw i'w ddefnyddio ar gyfer y person rydych chi'n anfon yr e-bost atyn nhw. Cofiwch hefyd ysgrifennu paragraffau byr ac adeiladu eich e-bost mewn ffordd glir.

Tip 6: Atodiadau (*Attachments*)

Ydy eich e-bost yn cynnwys atodiad neu atodiadau? Yn eich neges, cyfeiriwch at unrhyw atodiadau sydd gennych chi.

Tip 8: Gorffen eich e-bost

Ac i orffen, wrth gwrs, cofiwch ddefnyddio gair neu eiriau addas.

Er enghraifft:

Yn gywir

Gyda diolch

Yr eiddoch yn gywir

Cofion

Cofion gorau.

(Sgrînn 18)

Darllenwch yr e-bost a'r tips rydych chi newydd eu dysgu.

Helô Natalia,

1

2

Gobeithio eich bod chi'n cadw'n iawn.

4

Dw i'n ysgrifennu atoch chi am y cyflwyniad wythnos nesaf. Dw i wedi paratoi'r sleidiau ac maen nhw yn yr atodiad. Ydy'r sleidiau hyn yn iawn i chi? Baswn i'n ddiolchgar am eich adborth.

5

6

3

Os oes unrhyw gwestiwn, croeso i chi gysylltu.

Diolch o flaen llaw am eich help.

7

Cofion,

7

Dylan.

#1: Dechrau eich e-bost – Sylwch sut mae'r e-bost yn dechrau mewn ffordd addas.

#2: Enw'r person – Cofiwch gyfeirio at yr unigolyn yn gywir.

#3: Paragraffau byr - Sylwch sut mae'r paragraffau'n fyr ac i'r pwynt.

#4: Bod yn gwrtais - Sylwch sut mae'r e-bost yn dechrau'n gwrtais ac yn gyfeillgar.

#5: Pwrpas clir - Sylwch sut mae pwrpas yr e-bost yn cael ei nodi'n glir ar y dechrau.

#6: Atodiadau - Sylwch fod yna gyfeiriad clir at yr atodiadau.

#7: Rhoi cyfle i'r darllenydd ymateb - Sylwch ar y frawddeg hon yn cynnig i'r darllenydd gysylltu gydag unrhyw gwestiynau.

#8: Gorffen eich e-bost – Sylwch sut mae'r e-bost yn gorffen yn gwrtais a phroffesiynol.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 19)

Aildrefnwch y paragraffau fel bod yr e-bost yn gwneud synnwyr.

Gobeithio eich bod yn cadw'n iawn.

Diolch o flaen llaw am eich help gyda hyn.

Dw i a'r tîm yn paratoi cyflwyniad ar gyfer yr aseiniad Sgiliau Hanfodol dydd Mercher. Yn anffodus, er hynny mae Joel yn sâl. Fydd hi'n iawn i ni wneud yr asesiad yr wythnos nesa' yn lle dydd Mercher?

Cofion gorau,

Alex

Bore da Steffan,

(Gweithgaredd) (Sgrîn 20)

Aildrefnwch y paragraffau fel bod yr e-bost yn gwneud synnwyr.

Cofion gorau,

Alex

Mae Marian wedi gofyn i fi roi gwybod i chi am y cyfarfod dydd Gwener. Bydd yn cael ei gynnal yn y pencadlys ar 30 Gorffennaf am 2 o'r gloch. Mae cofnodion y cyfarfod diwethaf a'r agenda yn yr atodiad.

Bore da Anna,

Gobeithio eich bod chi wedi mwynhau'r penwythnos.

Croeso i chi gysylltu os oes unrhyw gwestiwn.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 21)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau.

Diolch am eich _____. Dydw i ddim yn y _____ ar _____.
Byddaf nôl ar ddydd Llun, 14 _____ 2022 a byddaf yn _____ i'ch
e-bost ar ôl _____.

ymateb

swyddfa

neges

Awst

hyn o bryd

dychwelyd

(Sgrîŋ 22)

Meddyliwch, ym mha sefyllfaoedd dylech chi fod yn cymryd nodiadau?



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrîn 23)

Darllenwch y neges ffôn yma.

Bore da, Emma Davies sydd yma. Dw i'n ffonio o Ysgol Maes-y-Llan. Mae rhywun wedi torri ffenest yn yr ysgol. Roedd popeth yn iawn neithiwr pan wnes i adael tua 5 o'r gloch, ond pan gyrhaeddais i am chwarter i wyth bore 'ma roedd y ffenest wedi torri. Wnewch chi ddod draw i'r ysgol? Y cod post ydy SA4 9RR. Diolch.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 24)

Llenwch y bylchau yn seiliedig ar y neges ffôn.

Mae _____ wedi ffonio o Ysgol _____. Mae _____ wedi torri
yn yr ysgol. Fyddai'n bosib i rywun fynd draw i'r ysgol? Y cod post ydy _____.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 25)

Darllenwch y neges ffôn yma.

Bore da, Wyn Rees sy'n siarad. Dw i jyst yn ffonio achos mod i'n meddwl cael gwaith adeiladu wedi'i wneud yma. Dw i'n meddwl troi'r sied yn yr ardd yn fwthyn gwyliau bach. Hoffwn i drafod hyn gyda chi. Ydych chi'n gallu dod draw i weld y sied a chael sgwrs? Yn Aberystwyth dw i'n byw. Dyma fy rhif ffôn i: 01167 992054. Fy nghyfeiriad i ydy 26, Ffordd y Gogledd. Diolch. Hwyl nawr!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 26)

Llenwch y bylchau yn seiliedig ar y neges ffôn.

Mae _____ wedi ffonio i drafod ei _____ yn y fwthyn gwyliau. Mae'n byw yn _____. Ei gyfeiriad ydy _____, Ffordd y _____. Ei rif ffôn ydy _____.

(Sgrîn 27)

Darllenwch y sgwrs ffôn yma. Bydd cwestiynau ar y dudalen nesaf.

A: Bore da, Fferm Llwyn Ifan.

B: Helô, Rhys Tomos sydd yma o Ysgol Llanaber. Sut ydych chi?

A: O helo Rhys. Dw i'n iawn diolch. Mae'n ddigon prysur yma ond popeth yn iawn fel arall. Sut ga' i helpu?

B: Wel, meddwl o'n i a fasai'n bosib i ni ddod draw â phlant i gael gweld y fferm? Daethon ni'r flwyddyn ddiwetha ac roedd y plant wrth eu boddau.

A: Wel, mae'n amser da i ddod, gyda'r ŵyn bach newydd gael eu geni. Popeth yn iawn, wrth gwrs - croeso i'r plant ddod draw. Pryd oeddet ti'n meddwl dod?

B: Beth am ddydd Mawrth, 1af o Fai?

A: Mmm, dw i ddim yn siwr a ydy'r 1af yn bosib a dweud y gwir. Mae tipyn yn digwydd yma'r diwrnod hwnnw. Beth am yr 2il?

B: Dylai hynny fod yn gyfleus.

A: Iawn, gad i fi wneud nodyn o'r dyddiad neu bydda i wedi anghofio.

B: Bydd tua 23 o blant. Ydy hynny'n iawn gyda chi?

A: Ydy, ydy, popeth yn iawn. Faint ydy eu hoed nhw?

B: Maen nhw i gyd rhwng 7 ac 8 oed.

A: I'r dim!

B: Bydd angen i fi wneud asesiad risg cyn dod draw â'r plant. Fasai'n iawn i fi ddod i wneud asesiad ar y fferm wythnos nesa? Beth am brynhawn dydd Mercher, er enghraifft, ar ôl cinio?

A: Bydd hynny'n iawn. Bydda i o gwmpas bryd hynny. Edrycha i mlaen at dy weld di.

B: Gwych, diolch yn fawr i chi. Hwyl nawr!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 28)

Ysgrifennwch y brawddegau yn y bocsys yn seiliedig ar y sgwrs ffôn.

CYWIR**ANGHYWIR**

35 o blant yn dod

Asesiad risg - Dydd Mercher

Y plant yn ymweld ar 2 Mai

Asesiad risg - Dydd Iau

Enw'r athro - Rhys Tomos

Ysgol Llanaber

Plant 3-4 oed

Enw'r athro - Geraint Tomos

(Sgrîm 29)

Darllenwch y sgwrs ffôn yma.

A: Helô, su'mae? Megan Young dw i o Gwmni Ted Jones a'i Ferched. Ffoniais i ddoe i drefnu mod i'n dod i'ch gweld chi.

B: O helô Megan. Wrth gwrs, dw i'n cofio – rwyt ti'n trefnu parti ymddeol i gydweithiwr, on'd wyt ti.

A: Ydw, dyna ni. Mae Ted Jones wedi bod yn fôs ar y cwmni ers tri deg o flynyddoedd ond mae e'n ymddeol ar ddiwedd yr haf.

B: A ti sydd wedi cael y jobyn o drefnu'r digwyddiad.

A: Dyna ni!

B: Oes gyda ti ddyddiad arbennig mewn golwg?

A: Wel...beth am y nos Wener cynta ym mis Medi? Ydy hynny'n bosib i chi?

B: Tyrd i fi gael edrych (yn edrych ar y cyfrifiadur)... Ydy, mae hynny'n iawn i ni. Yr 8fed o fis Medi, ie?

A: O bydd hynny'n wych.

B: A faint o bobl wyt ti'n eu disgwyl?

A: Wel, mae rhaid i fi gasglu enwau, wrth gwrs, ond dw i'n meddwl bydd o leia pedwar deg.

B: Iawn. Hoffet ti'r stafell i fyny'r grisiau?

A: Ga' i weld y stafell? Dw i ddim wedi bod yno o'r blaen.

B: Wrth gwrs, wna i ddangos i ti mewn munud. Wyt ti eisiau gweld y bwydlenni – menus - yn gynta'?

A: Wel, dw i wedi cael golwg ar y bwydlenni ar-lein, a dweud y gwir. Rydyn ni'n teimlo mai'r un ar gyfer buffet fasai'n siwtio'n dda.

B: Wrth gwrs, mae hynny'n gallu gweithio'n dda ar gyfer parti. Wnest ti weld bod yna fwydlen buffet sy'n £14 punt y pen ac un arall sy'n £19.50 y pen, do? Pa un wyt ti'n meddwl sydd orau?

A: £19.50 y pen dw i'n meddwl. Mae'r fwydlen yna'n swnio'n hyfryd.

B: Mae'n un boblogaidd iawn. Wel, dyna ni, mae'r digwyddiad yn y calendr nawr. Gallwn ni drafod mwy o fanylion yn agosach at y dyddiad, efallai? Ond cyn i ti fynd, beth am weld yr ystafell 'na i fyny'r grisiau i weld beth wyt ti'n feddwl?

A: Basai hynny'n grêt. Diolch i chi.

B: Beth ydy dy rif ffôn, rhag ofn bydd eisiau cysylltu?

A: Fy rhif ffôn i ydy 0697 44556.

B: Gwych – 0697 44556. Diolch i ti.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 30)

Ysgrifennwch y wybodaeth yn y bylchau yn seiliedig ar y sgwrs ffôn.

	Nodiadau am y parti
Enw'r person sy'n trefnu'r parti:	_____
Enw'r Cwmni:	_____ a'i ferched
Dyddiad y parti:	8fed o _____
Faint o bobl sy'n dod:	tua _____
Rhif ffôn:	_____
Pris y pen ar gyfer y bwyd:	£ _____

(Sgrîn 31)

Mae'r sgil o gymryd nodiadau wrth wrando hefyd yn cynnwys nifer o sgiliau eraill. Dyma enghreifftiau o'r sgiliau hynny.

Sgiliau gwrando

Sgiliau trefnu

Sgiliau meddwl yn
feirniadol



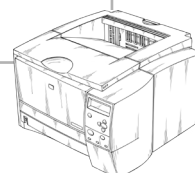
Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Sgrîn 32)

Edrychwch ar yr enghreifftiau ar y sgrîn am rai syniadau o gyfarwyddiadau.

Defnyddio'r Llungopiwr

Dylech chi:	Peidiwch â:
- ailosod y peiriant ar ôl gorffen. - ailgylchu unrhyw bapur diangen. - rhoi mwy o bapur yn y peiriant os oes angen.	- mynd â chopïau pobl eraill. - gadael y copïau gwreiddiol ar ôl. - defnyddio'r peiriant am resymau personol. - bod ag ofn gofyn am gymorth.



Sut i gyrraedd Gwersyll yr Urdd, Bae Caerdydd

Gadewch yr M4 ar Gyffordd 33 (arwydd Gorllewin Caerdydd, Y Barri, Penarth a Maes Awyr Caerdydd a'r A4232) Ewch ar yr A4232 am 9.3 milltir. Gadewch yr A4232 cyn twnnel Butetown a dilynwch yr arwyddion am Techniquet. Ewch ar hyd Stryd Stuart a throwch i'r dde ar y goleuadau traffig i mewn i Blas Bute; mae'r ffordd yn mynd i'r chwith. Trowch i'r dde (heibio Crefft yn y Bae), dilynwch y ffordd yma tua'r chwith yn ôl ar Blas Bute. Mae'r Gwersyll ar y dde gyferbyn â'r Senedd.

(Sgrîŋ 33)

Darllenwch yr enghreifftiau o orchmynion.

Cofio

Cofiwch

Gadael

Gadewch

Peidio

Peidiwch

Mynd

Ewch

Dod

Dewch

Cymryd

Cymerwch

(Gweithgaredd) (Sgrîn 34)

Ysgrifennwch y gorchmynion yn y bylchau.

e.e DEWCH draw i'n gweld. [DOD]

_____ ar ein gwefan. [EDRYCH]

_____ ni ar Instagram! [DILYN]

_____ neges ar y peiriant ateb. [GADAEL]

_____ â ni! [YMUNO]

(Gweithgaredd) (Sgrîn 35)

Parwch y Gymraeg â'r Saesneg.



Diogelwch yn y gweithle / Safety at the Workplace

You are responsible for your own safety & the safety of others.

All accidents are preventable.

Do not take short cuts. Always follow the rules.

If you are not trained, do not do it!

Mae'n bosib osgoi pob damwain.

Os nad ydych chi wedi cael eich hyfforddi, peidiwch â'i wneud!

Peidiwch â thorri corneli. Dilynwch y rheolau bob amser.

Chi sy'n gyfrifol am eich diogelwch eich hunain a diogelwch pobl eraill.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 36)

Parwch y Gymraeg â'r Saesneg.



Diogelwch yn y gweithle / Safety at the Workplace

Use the right tools & equipment for the job.

Assess the risks before you approach your work.

Never wear loose clothing or slippery footwear.

Do not indulge in horseplay while at work.

Peidiwch byth â gwisgo dillad llac neu esgidiau llithrig.

Defnyddiwch yr offer a'r cyfarpar cywir.

Aseswch y risgiau cyn i chi ddechrau ar y gwaith.

Peidiwch â chwarae o gwmpas tra byddwch chi yn y gwaith.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 37)

Parwch y Gymraeg â'r Saesneg.



Diogelwch yn y gweithle / Safety at the Workplace

Unwaith byddwch chi'n clywed y larwm tân, _____

Ewch allan _____

Peidiwch â defnyddio'r _____

Ewch i'r _____

Peidiwch â mynd yn ôl i'r adeilad _____

man ymgynnull.

liffwrth adael.

stopiwch weithio.

drwy'r allanfa dân agosaf.

tan i chi wybod yn swyddogol fod hynny'n
ddiogel.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 38)

Llenwch y bylchau.

Ydych chi wedi golchi'ch dwylo?

Defnyddiwch _____ gwrthfacterol a dŵr
_____.

_____ eich dwylo am o leiaf
_____ eiliad.

Glanhewch rhwng eich _____ ac o dan eich
_____.

_____ eich dwylo â thywel glân neu dywel
_____.



bysedd

Sychwch

Golchwch

cynnes

ugain

ewinedd

papur

sebon

(Gweithgaredd) (Sgrîn 39)

Ysgrifennwch y gorchmynion yn y bylchau.

	CHI	TI
MYND	Ewch	Cer / Dos
DOD	Dewch	
PEIDIO	Peidiwch	
CYMRYD	Cymerwch	
GWNEUD	Gwnewch	
GOFYN	Gofynnwch	

Cymera

Dere / Tyrd

Gwna

Paid

Gofynna

(Gweithgaredd) (Sgrîn 40)

Ysgrifennwch y gorchmynion yn y bylchau.

Dilynwch _____ 'r cwmni.

Rhowch _____ os bydd cwestiwn.

Cymerwch _____ o amser os oes angen.

Cofia _____ pob ffenest cyn mynd adref.

Gwisga _____ addas.

wybod

reolau

gau

fwy

ddillad

(Gweithgaredd) (Sgrîn 41)

Ysgrifennwch y llythrennau yn y lle cywir er mwyn gorffen y tabl.

Llythrennau	Treigladd Meddal
P	
T	
C	G
B	F
D	
G	/
LI	L
M	F
Rh	

Llythrennau

B	DD	D	R
---	----	---	---

(Sgrînn 42)

Dewiswch y gair sydd wedi treiglo ym mhob brawddeg.

Anfonwch gopi o'r adroddiad at Catrin

Archebwch beiriant newydd.

Esboniwch rai o'r pwyntiau pwysicaf.

(Sgrînn 43)

Dewiswch y gair sydd wedi treiglo ym mhob brawddeg.

Anfonais i dderbynneg at y cwmni.

Archebodd hi gyfrifiadur newydd ddoe.

Esbonion ni lawer o'r pwyntiau pwysicaf.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 44)

Dewiswch y geiriau er mwyn gorffen y brawddegau.

Rhoddodd y meddyg _____ i'r claf.

Anfonaist ti _____ am y gwaith?

Trefnon ni _____ i'r cwsmeriaid.

Cafodd y rheolwr _____ ffôn gan y cwmni.

Gwnaethon nhw _____ newidiadau i'r rota.

Trafodon nhw _____ newydd ar gyfer yr offer.

rai

ddisgownt

alwad

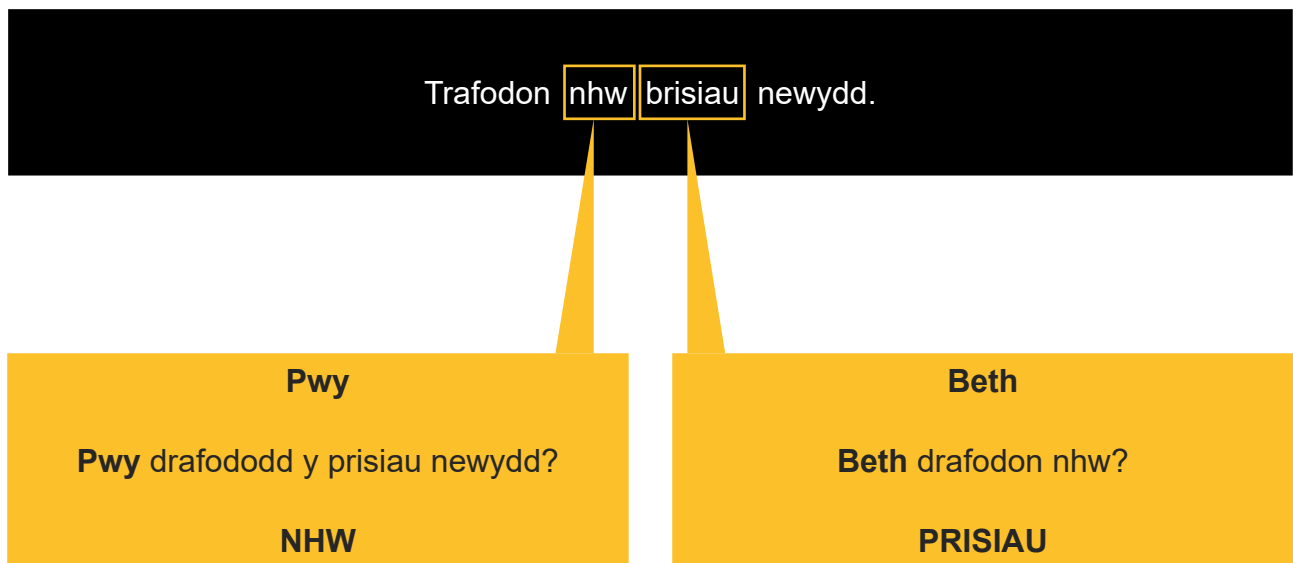
gyngor

fil

brisiau

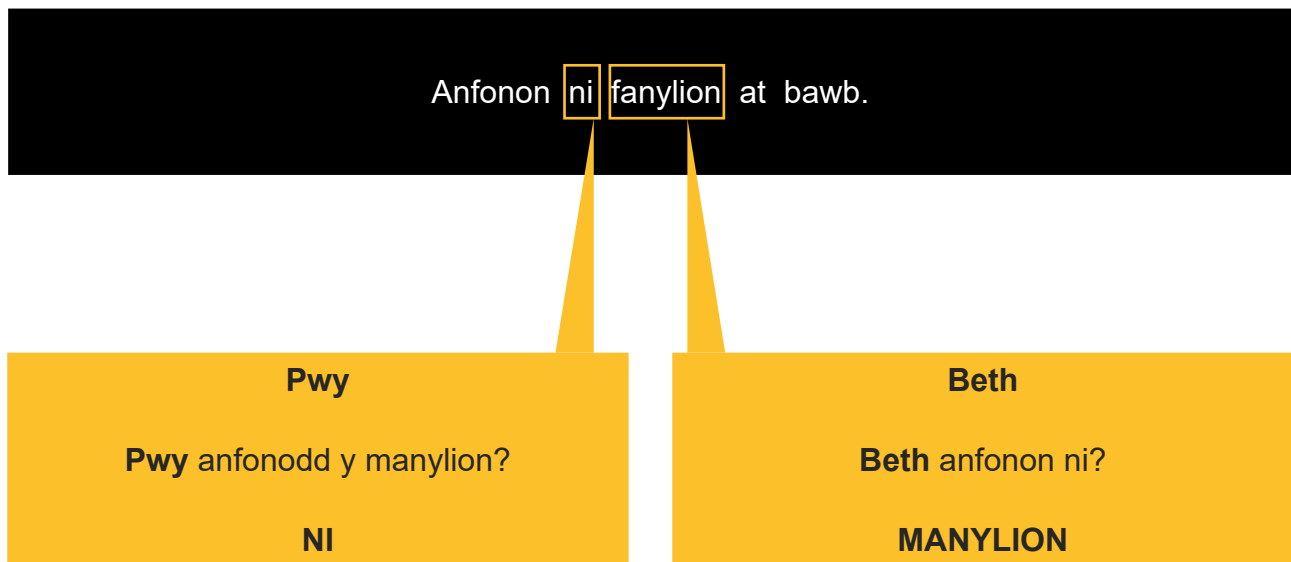
(Sgrîn 45)

Sylwch ar y frawddeg ar y dudalen. “Trafodon nhw brisiau newydd.” Pe baen ni’n gofyn y cwestiwn “Pwy drafododd y prisiau newydd?” yr ateb fyddai “Nhw”. Pe baen ni’n gofyn cwestiwn gwahanol, sef “Beth drafodon nhw?” yr ateb y tro yma fyddai “Prisiau”. Prisiau ydy’r BETH yn y frawddeg. Ar ôl berf yn y gorffennol, mae’r BETH yma yn treiglo.



(Sgrîn 46)

Sylwch ar y frawddeg ar y dudalen. Pe baen ni'n gofyn y cwestiwn "Pwy anfonodd y manylion?" yr ateb fyddai "Ni". Pe baen ni'n gofyn cwestiwn gwahanol, sef "Beth anfonon ni?" yr ateb y tro yma fyddai "Manylion". Manylion ydy'r BETH yn y frawddeg ac felly "manyion" ydy'r gair sy'n treiglo. Efallai byddwch chi'n clywed rhai pobl yn cyfeirio at y BETH fel GWRTHRYCH ond peidiwch â phoeni gormod am y term yma . Yr hyn sy'n bwysig ydy mai'r BETH sy'n treiglo.



(Sgrîn 47)

Yn yr enghreifftiau, mae'r PWY ym mhob brawddeg wedi ei danlinellu. Dewiswch y BETH bob tro.

Gorffennon ni weithio am chwech o'r gloch.

Darllenodd Owen lawer o'r adroddiad neithiwr.

Anfonon nhw wybodaeth yn yr e-bost.

Gofynnodd y cwmseriaid gwestiynau i'r staff.

Gwnaeth warden yr ysgol gloi'r gatiau'n gynnar.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 48)

Rydyn ni wedi gweld bod y BETH yn y frawddeg yn treiglo ond nid y PWY. Lle mae'r PWY a'r BETH yn y brawddegau yma? Rhwch y PWY a'r BETH yn y bocsys cywir.

PWY	BETH (Gair arall am hyn ydy "gwrthrych")

Archebodd hi **g**ardiau busnes ar gyfer pawb.

Siaradon ni **G**ymraeg â'n gilydd.

Cynigiodd perchennog y safle **dd**angos y lle i ni.

Anghofion nhw **b**opeth am hynny!

Ysgrifennodd y meddyg **b**resgripsiwn ar gyfer Mr Jones.

(Sgrîŋ 49)

Dewiswch y frawddeg gywir.

Daliodd Wyn bws i'r gwaith.

☐

Daliodd Wyn fws i'r gwaith.

☐

(Sgrîf 50)

Dewiswch y frawddeg gywir.

Dangosodd rhai pobl diddordeb yn y contract.

☐

Dangosodd rhai pobl ddiddordeb yn y contract.

☐

(Sgrîn 51)

Dewiswch y frawddeg gywir.

Gwnaeth y prentis lawer o waith da.

☐

Gwnaeth y prentis llawer o waith da.

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 52)

Treiglwch y gair mewn cromfachau bob tro er mwyn llenwi'r bylchau. Ysgrifennwch eich atebion.

Gwnes i _____ y bore yma. [POPETH]

Gorffennodd pawb _____ am bump o'r gloch. [GWEITHIO]

Derbyniodd hi _____ am ei gwaith. [CLOD]

Casglais i _____ o'r ystafell bost. [PARSEL].

Gwnaeth staff y gegin _____ i bawb. [BRECHDANAU]

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 53)

Mae'r math o dreigladau rydyn ni wedi bod yn ei hymarfer yn digwydd ar ôl berf gryno bersonol. Beth ydy berf gryno bersonol? Darllenwch y trawsgrifiad.

Mae *berf gryno bersonol* yn un gair sy'n dweud **tri** pheth wrthon ni. Cymerwch y gair

COFIAIS er enghraifft.

Mae'n dweud tri pheth.

I ddechrau, mae'n dweud wrthon ni **beth ddigwyddodd**, sef **COFIO**.

Mae'r ferf COFIAIS hefyd yn dweud wrthon ni **pryd** ddigwyddodd hyn, sef yn y **gorffennol**.

Ac yn drydydd, mae'r ferf yn dweud wrthon ni **pwyl** wnaeth gofio, sef **FI**.

Does dim *rhaid* i ferfau cryno fod yn rhai sy'n cyfeirio at y gorffennol. Fel rydyn ni wedi gweld, er enghraifft, mae **gorchmynion** hefyd yn ferfau cryno. Meddyliwch am y gair

ANFONWCH

Pa dri darn o wybodaeth mae'r gair **ANFONWCH** yn eu rhoi i ni?

I ddechrau, beth sy'n digwydd? Wel, **anfon**, wrth gwrs.

ANFONWCH

Pryd mae hyn yn digwydd? Ie, dyna ni - nawr neu yn y dyfodol.

A phwy sy'n gwneud hyn? Wel, yr ateb i hynny ydy **CHI**!

Dyma ragor o enghreifftiau o ferfau cryno. Meddyliwch pa dri darn o wybodaeth sy'n gwneud pob un o'r rhain yn ferfau cryno:

- Gweithiodd
- Darllenwch
- Gyrrais
- Ysgrifennwch

Sylwch nawr ar y treigladau sy'n digwydd ar ôl berfau cryno personol fel hyn. Sylwch sut mae'r **BETH** sy'n dilyn y berfau'n treiglo:

- Anfonais i lythyr at y perchennog
- Gwnaeth Huw baned i bawb
- Adeiladodd y cwmni dai newydd
- Defnyddiwch bapur i gofnodi'ch sylwadau
- Cofiwch ddod i'r cyfarfod staff am ddau o'r gloch.

(Sgrîm 54)

Treiglwch ac ysgrifennwch y geiriau mewn cromfachau.

Agor Canolfan Iechyd Newydd yn Llanemlyn.

Heddiw, agorodd Prif Weinidog Cymru _____ [canolfan] iechyd newydd yn Llanemlyn, sy'n cynnwys ysbyty ar gyfer cleifion allanol a meddygfa.

Mae'r ganolfan yn ddatblygiad gan y Gwasanaeth Iechyd, Cyngor Llanemlyn a Chwmni Adeiladu Davies a'i Ferched. Prynnon nhw _____ [tir] ddwy flynedd yn ôl a derbynion nhw _____ [caniatâd] cynllunio wedyn i adeiladu'r ganolfan newydd. Cafodd pobl Llanemlyn _____ [cyfleoedd] o'r dechrau i drafod syniadau ar gyfer y ganolfan.

Dywedodd Alun Edwards, Arweinydd y Cyngor: 'Cawson ni _____ [diwrnod] arbennig heddiw'n dathlu ein canolfan newydd, a dim ond y dechrau ydy hyn.'

(Sgrîm 55)

Treiglwch ac ysgrifennwch y geiriau mewn cromfachau.

Ar Ebrill 21, 2020, yng ngweithdy Cwmni Collen, Abersteffan, dechreuodd Paul Jenkins _____ [DEFNYDDIO] llif i dorri darn o bren. Neidiodd y llif i'r llawr a glanio ar ei law.

Torrodd y llif _____ [BAWD] chwith Paul a chollodd _____ [LLAWER] o waed. Daeth cydweithwyr i'w helpu a mynd ag ef i'r ysbyty lle cafodd Paul _____ [PWYTHAU].

Wrth i reolwr y safle archwilio'r gweithdy, sylweddolodd nad oedd y person diwethaf i ddefnyddio'r llif wedi ailosod y clo diogelwch yn iawn.

Penderfynodd y perchennog _____ [CYNNAL] hyfforddiant i wneud yn siŵr fod y staff i gyd yn deall y rheolau diogelwch.

(Sgrîn 56)

Dros yr unedau diwethaf, rydyn ni wedi ymarfer nifer o bwyntiau iaith. Meddyliwch beth arall hoffech chi ei ddysgu neu ei ymarfer i ddatblygu eich sgiliau Cymraeg ymhellach? Beth am drafod hyn gyda'ch mentor neu'ch tiwtor a beth am edrych ar wefannau fel hyn i barhau i ymarfer eich iaith?

<https://dysgucymraeg.cymru/cymraeg-gwaith/cyrsiau-cymraeg-gwaith/>

<https://gwellar-gair.peniarth.cymru/>

<https://www.bangor.ac.uk/cymorthcymraeg/fideo/index.php.cy>



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Da iawn am gwblhau Uned 5.

Llongyfarchiadau!

Rydych chi wedi cwblhau Uned 5.

Rydych chi wedi ymarfer:

- defnyddio'r geiriau bach
- ysgrifennu e-byst
- gwneud nodiadau
- ysgrifennu cyfarwyddiadau
- defnyddio'r treigladd meddal

Rydych chi hefyd wedi meddwl am pam mae'r Gymraeg mor bwysig yn y lle gwaith.

Ardderchog! Daliwch ati!

Uned 6 - Iechyd a Gofal

Croeso i Prentis-iaith 6 – Iechyd a Gofal

Yn yr uned yma, rydyn ni'n mynd i edrych yn benodol ar eich maes arbenigol chi, sef Iechyd a Gofal. Byddwn ni'n edrych ar

- ofyn ac ateb cwestiynau
- cywair iaith – defnyddio 'ti' a 'chi'
- dysgu geirfa allweddol
- trafod llesiant (wellbeing) cleientiaid
- trafod deiet a maeth (nutrition)
- trafod gofal personol

Ewch amdani! Ymlaen â ni!

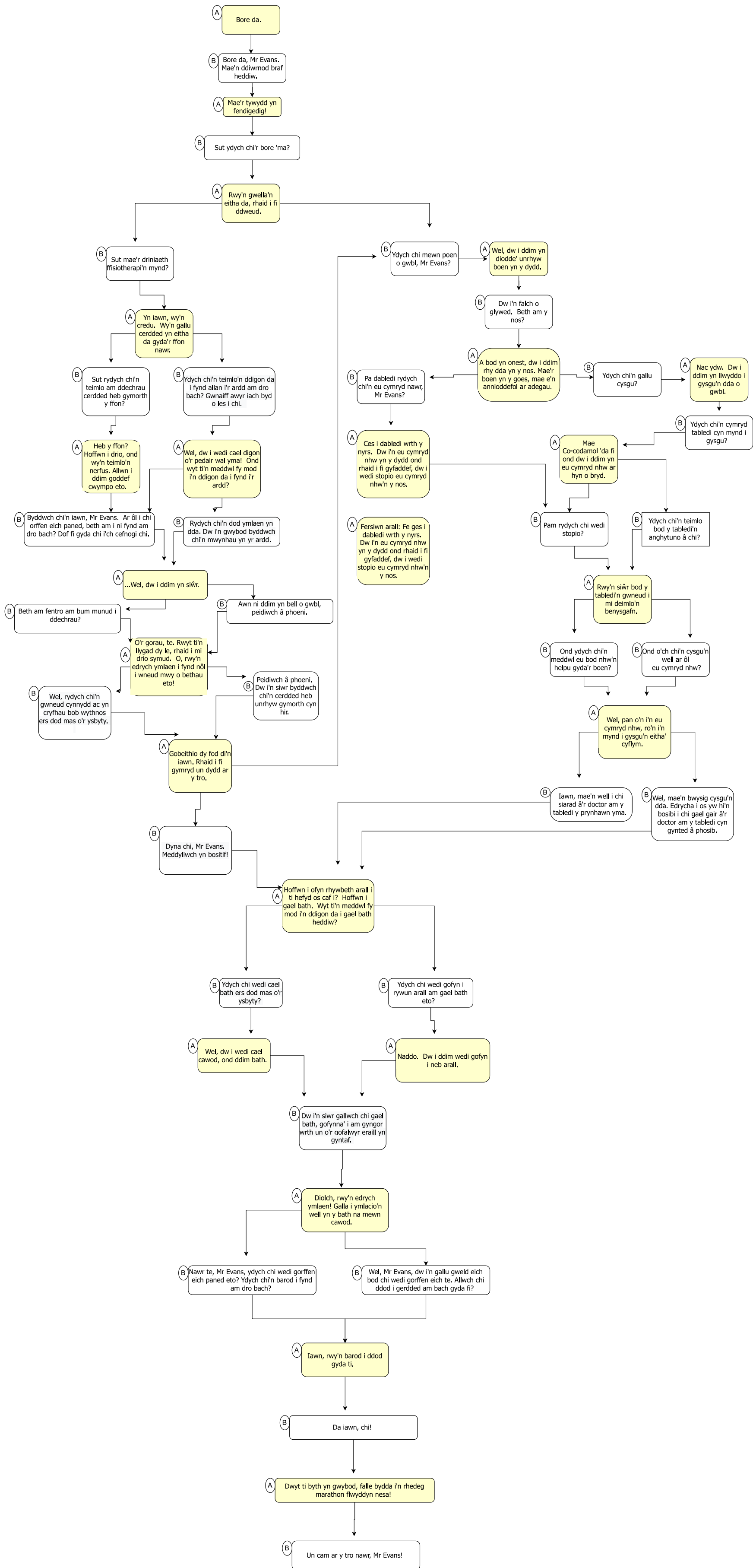
(Sgrîn 2)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wylïo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng Mr Evans a'r gofalwr mewn cartref gofal.

Mr Evans = Person A

Gofalwr cartref gofal / Prentis = Person B



(Gweithgaredd) (Sgrîn 3)

Ysgrifennwch y gair cywir yn y bwlch cywir.

_____ ydych chi'r bore 'ma?

_____ mae'r driniaeth ffisiotherapi'n mynd?

_____ chi'n gallu cysgu?

_____ ti'n meddwl fy mod i'n ddigon da i gael bath hedddiw?

_____ chi ddod i gerdded am bach gyda fi?

_____ am fentro am bum munud i ddechrau?

(Sgrîn 4)

Yn ystod y sgwrs rhwng Mr Evans a'r prentis, defnyddiwyd llawer o idiomau ac ymadroddion. Oeddech chi'n gyfarwydd â nhw? Darllenwch yr enghreifftiau.

Un dydd ar y tro

Un cam ar y tro

Rwyt ti'n llygad dy le

Byd o les

(Gweithgaredd) (Sgrîn 5)

Gosodwch y sgwrs yn y drefn gywir. Mae rhai brawddegau eisoes wedi eu cwblhau.

1**2****3****Gofalwr:** Un dydd ar y tro yw hi!**4****5****6****Miss Parry:** Mae'n sicr yn gwella, diolch yn fawr.**Gofalwr:** Rydych chi'n iawn. Mae hwnna'n ddywediad addas iawn. Sut mae'r goes?**Miss Parry:** Reit dda diolch, yn well na ddoe.**Gofalwr:** Bore da! Sut mae pethau heddiw?**Miss Parry:** Neu mae un cam ar y tro yn fwy addas efallai.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 6)

Gosodwch y sgwrs yn y drefn gywir. Mae rhai brawddegau eisoes wedi eu cwblhau.

(Parhad)

6

Miss Parry: Mae'n sicr yn gwella, diolch yn fawr.

7**8****9****10****11**

Gofalwr: Dw i'n falch o glywed eich bod yn gwella. Nawr te, hoffech chi baned?

Miss Parry: Rwyf ti'n llygad dy le.

Miss Parry: Maen nhw'n gwneud byd o les. Byddaf yn eu gwneud ddwywaith y dydd.

Gofalwr: A'r ymarferion? Sut ydych chi'n dod ymlaen gyda nhw?

Gofalwr: Maen nhw'n esmwytho'r corff a'i gryfhau ar yr un pryd.

(Sgrîn 7)

Mwyaf y brys, mwyaf y rhwystr. Dyna hen ddywediad doeth. Mae nifer o idiomau a dywediadau gennym yn y Gymraeg sy'n ymwneud â chymryd gofal ac amser dros rywbeth. Darllenwch yr enghreifftiau.

Pwyll piau hi

Mwyaf y brys, mwyaf y rhwystr

Pwyso a mesur

Taro deuddeg

Gorau po gynta'

Mae chwarae'n troi'n chwerw wrth
chwarae â thân

(Gweithgaredd) (Sgrîn 8)

Parwch y cyfieithiad Saesneg â'r dywediad Cymraeg.

Mwyaf y brys, mwyaf y rhwystyr	
Pwyll piau hi	
Taro deuddeg	
Gorau po gynta'	
Mae chwarae'n troi'n chwerw wrth chwarae â thân	
Pwyso a mesur	

<i>The greater the hurry, the greater the hindrance</i>	<i>It pays to take care</i>
<i>To be convincing / To strike the right note</i>	<i>The sooner the better</i>
<i>Play with fire and you'll get burned</i>	<i>To weigh up / consider carefully</i>

(Gweithgaredd) (Sgrîn 9)

Llenwch y bylchau er mwyn gorffen y ddeialog.

Asesydd: Bore da! Wyt ti'n barod i ddechrau arni? _____
medden nhw!

Prentis: Bore da. Ydw, dw i'n barod amdani! Beth sydd gyntaf ar y rhestr?

Asesydd: Wel _____. Y peth pwysicaf i wneud ydy dechrau gyda'r galwadau ffôn. _____ y gwnawn ni ddechrau arni, ond rhaid cymryd ein hamser rhag gwneud camgymeriad! Wedi'r cyfan _____.

Deuparth gwaith, ei ddechrau

gorau cam, cam cyntaf

Gorau po gynta'

mwyaf y brys, mwyaf y rhwystr

pwysu a mesur

Pwyll piau hi

(Gweithgaredd) (Sgrîn 10)

Llenwch y bylchau er mwyn gorffen y ddeialog.

(Parhad)

Prentis: Ie wir.

Asesydd: Byddwn yn dechrau gyda'r rhai sydd angen mynd i'r ysbyty. Byddwn wedyn yn _____ y dyletswyddau sy'n weddill a blaenoriaethu y rhai pwysicaf.

Prentis: Dw i ddim wedi gwneud y galwadau o'r blaen, dw i'n edrych ymlaen i ddysgu.

Asesydd: Dw i'n falch clywed. Dere, gad i ni ddechrau arni.

deuparth gwaith, ei ddechrau

gorau cam, cam cyntaf

gorau po gynta'

mwyaf y brys, mwyaf y rhwystr

pwysu a mesur

pwyl piau hi

(Sgrîf 11)

Darllenwch y sgwrs.

Gofalwr: Prynhawn da Mr Isaac! Dw i'n ffonio i ddweud y bydda i'n eich casglu chi fory am 10 y bore ar gyfer eich apwyntiad.

Mr Isaac: Diolch yn fawr iawn i chi. Dw i'n edrych ymlaen at fynd achos mae arna i ofn bod pethau'n mynd o ddrwg i waeth gyda'r droed yma.

Gofalwr: Rwy'n flin iawn i glywed hynny. Pam eich bod chi'n meddwl hynny?

Mr Isaac: Wel dyma'r eildro i mi gael triniaeth arni ac rwy'n ofni y bydd angen un arall. Ond dyna ni, tri chynnig i Gymro, medden nhw.

Gofalwr: Does dim angen mynd o flaen gofid, Mr Isaac.

Mr Isaac: Eitha gwir. Ond mae'n anodd peidio â digalonni a rhoi'r ffidl yn y to.

(Sgrîm 12 & 13)

Darllenwch y sgwrs.

(Parhad)

Gofalwr: Gŵr dieithr yw yfory, Mr Isaac!

Mr Isaac: Dyna wirionedd arall! Mae hiraeth arna i am y dyddiau pan nad oedd rhaid i fi boeni am y droed yma.

Gofalwr: Mae hynny'n ddigon naturiol.

Mr Isaac: Dw i ar bigau'r drain eisiau gwybod beth fydd yn digwydd nesaf. Ro ni'n gallu dweud ar lygaid y nyrs nad oedd hi'n hapus gyda sut yr oedd pethau'n gwella. Ond rwy'n benderfynol o wella – a cheffyl da yw ewyllys!

Gofalwr: Efallai y cewch chi siom ar yr ochr orau fory! A dweud y gwir Mr Isaac, mi fyddai'n well i ni adael ychydig yn gynt fory – cyntaf i'r felin yw hi gyda'r parcio yno. Bydda i gyda chi am hanner awr wedi naw.

Mr Isaac: Syniad arbennig. Nawr te, dw i am droi'r gath yn y badell a holi sut oedd dy wyliau?

Gofalwr: Roedd y gwyliau yn hyfryd diolch yn fawr! Cawson ni amser bendigedig. Bydd eisiau i mi arbed arian nawr i gael mynd eto!

Mr Isaac: Ie wir, o geiniog i geiniog yr â'r arian yn bunt! Tan yfory felly!

(Gweithgaredd) (Sgrîn 14)

Cysylltwch yr ymadrodd Cymraeg gyda'r cyfieithiad Saesneg.

Ar bigau'r drain	
Gŵr dieithr yw yfory	
Y cyntaf i'r felin caiff falu	
O geiniog i geiniog yr â'r arian yn bunt	
Dweud ar ei lygaid	
Cael siom ar yr ochr orau	
Rhoi'r ffidl yn y to	
Troi'r gath yn y badell	

To be pleasantly surprised	To change the subject
To tell from one's eyes	On pins / On tenterhooks
First come, first serve	To give up
Look after the pennies and the pounds look after themselves	Tomorrow is a stranger

(Gweithgaredd) (Sgrîn 15)

Ystyriwch yr ymadroddion yr ydym wedi eu trafod. Ydych chi'n gallu meddwl am rai eraill?
Cofnodwch eich rhai chi yn y blwch isod.



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Cofnodwch ymadroddion eraill rydych chi wedi dod ar eu traws yma...

(Gweithgaredd) (Sgrîn 16)

Nesaf, ysgrifennwch bump brawddeg yn defnyddio'r idiomau.



Ysgrifennwch bump brawddeg yn defnyddio'r idiomau yn y blwch yma...

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 17)**Diolch i Tinopolis am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.**

Mae Prentisiaeth Gofal Iechyd yn ymgyrch gan Fwrdd Iechyd Hywel Dda i annog mwy o bobl i weithio yn y maes iechyd.

Dyma Annmarie Thomas sy'n gweithio i'r Bwrdd a Morgan Williams a Heidi Jones sy'n brentisiaid yn barod, yn trafod y cyfle arbennig. Darllenwch y trawsgrifiad.

Siân a Rhodri = Cyflwynwyr

Siân) Croeso nôl aton ni. Nawr 'te, ni i gyd yn clywed o ddydd i ddydd on'd ŷn ni fod y Gwasanaeth Iechyd dan bwysau. Dim digon o bobol yn mynd i mewn i'r maes iechyd ac ati, ond mae Bwrdd Iechyd Hywel Dda wedi lansio ymgyrch i benodi mwy o brentisiaid.

Rhodri) Yma nawr i drafod, mae Annmarie Thomas sy'n gweithio i'r Bwrdd, a Morgan Williams a Heidi Jones sy'n brentisiaid yn barod. Croeso i chi'ch tri. Annmarie, wna i ddechrau gyda chi. Soniwch dipyn bach am y cynllun nawr, bach o'r cefndir.

Annemarie) Wel mae pwysau ar y Gwasanaeth Iechyd i gyd, yn enwedig Hywel Dda i benodi mwy o bobl mewn i lenwi'r bwlch nyrsio ac mae'r cynllun hwn yn rhoi cyfle i bobl sy'n byw yn ein hardaloedd ni i fyw ac aros gartre, ennill trwy weithio, i gyrraedd y nod o fod yn nyrs gofrestredig yn y pen draw. Mae'n gyfle arbennig i bobl leol a rhoi swyddi iddyn nhw mewn sefydliad sefydlog 'te, 'job security' am y dyfodol.

Siân) Achos rydyn ni'n dueddol o feddwl am bobl yn mynd i hyfforddi fel nyrsys a threulio blynyddoedd yn y coleg a mewn a mas o'r ysbyty i gael profiad wedyn, on'd ife?

Annemarie) Dyw hwnna ddim yn siwtio amgylchiadau pawb, t'mod. Mae rhai amgylchiadau personol, teuluol, wedi gadael ysgol efallai am wahanol resymau ac mae hwn yn rhoi cyfle iddyn nhw ennill wrth ddysgu ac aros yn lleol gyda'u teuluoedd nhw.

Siân) Mae hwn yn rhywbeth eitha' newydd, felly chi 'di cael ymateb da.

Annemarie) O, ymateb arbennig. Y flwyddyn hon, mae dros 50 gyda ni.

Siân) Waw!

Annemarie) Siaradwyr Cymraeg, bechgyn, merched. Felly mae'r cynllun i bawb, mae'r criw y flwyddyn hon o 16 i 46 oed dyw hi byth yn rhy hwyr i rywun i feddwl... Os maen nhw wir wedi mo'yn bod yn nyrs, mae hwn yn gyfle arbennig iddyn nhw.

Rhodri) Wel mae 'na ddau drws nesaf fel rydyn ni wedi sôn - mae 'da ni Heidi a Morgan. Hyfryd i weld chi'ch dau. Morgan, wna i ddechrau gyda ti. Shwd wnest ti glywed am y cyfle 'ma, i ddechrau?

Morgan) O'n i 'di gweld yr hysbyseb ar Facebook a wedyn o'dd mam fi 'di hela fe ata i, aethon ni i ddiwrnod agored ac o'dd y cyfle jyst yn anhygoel a rhywbeth i ddim colli allan arno wedyn o'n i 'di ymgeisio a wedyn o'n i'n llwyddiannus yn mynd trwyddo, o'n i 'di cael y lle!

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 17)

Diolch i Tinopolis am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Siân) Wyt ti'n enjoio'r gwaith wyt ti'n wneud ar hyn o bryd?

Morgan) Ie, mae'r cyfle yn anhygoel. Mae fe'n anhygoel.

Rhodri) A beth yn union wyt ti'n neud?

Morgan) Reit nawr, fi gyda therapi. Felly ffisiotherapi a therapi galwedigaethol, dw i jyst yn helpu mas gyda nhw, gweld pobl wahanol bob dydd.

Siân) A mwynhau e.

Morgan) Ydw.

Siân) Ti'n dysgu wrth i ti fod yna wrth gwrs, on'd wyt ti?

Morgan) Ie.

Siân) Be' amdanat ti, Heidi? Shwt glywaist ti?

Heidi) Yr un peth â Morgan, clywais i ar Facebook a ges i pip arno fe, o'n i'n meddwl, "ie, t'mod, hwn yw'r un i fi." A fi'n neud admin ar y Cardiac Ward. Mae wedi bod yn brofiad gwyach, fi yn joio.

Siân) Felly wyt ti ar yr ochr admin, yr ochr gwaith papur yn fwy na

Heidi) Ie.

Siân) t'mod, ymarferol wedyn 'de, ife?

Heidi) Achos 'da ni 4 'placements' - admin, physiotherapy, facilities, a healthcare. O'dd e'n chwech mis ym mhob un ond nawr mae fe'n ddeg wythnos. Felly ni'n mynd rownd bob man a chael y 'feel' o bob un.

Siân) Ie!

Rhodri) A Morgan, faint yw dy brentisiaeth di, faint fyddi di 'na nawr?

Morgan) 7 mlynedd fydd e, dros yr amser cyfan.

Rhodri) A dy obeithion di wedyn erbyn y diwedd?

Morgan) Bod yn nyrs efallai, yn Intensive Care gobeithio.

Siân) Felly, Heidi, ti'n neud admin nawr.

Heidi) Ie.

Siân) Tithau mewn therapi, felly fyddwch chi'n symud o waith i waith wedyn i gael profiad, ar bob math o bethau ife?

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 17)

Diolch i Tinopolis am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Heidi) Ie. Ni jyst newydd bennu placement cynta' ni heddi, a dydd Llun nawr bydda i ar speech and language therapy. Felly bydda i ar hwnna am ddeg wythnos.

Siân) A ble wyt ti'n mynd wedyn, Morgan?

Morgan) Bydda i'n mynd i facilities, felly portering and domestics.

Siân) Reit. Nawr mae hwn yn gyfle da on'd yw e, ti'n gwybod?

Annemarie) Maen nhw'n mynd i'r coleg unwaith yr wythnos wedyn felly maen nhw'n cael y cymwysterau NVQ fel maen nhw'n symud ymlaen trwy'r cynllun.

Rhodri) Oes 'na fath o oedran arbennig ac ati o ran yr unigolion sy'n cael? Achos, yn amlwg, y ddau wedi gweld y cyfan yn cael ei hysbysebu ar y gwefannau cymdeithasol. Beth yw'r rheolau, fel petai?

Annemarie) Wel mae'n rhaid fod yn 16 ar y cynta' o fis Medi y flwyddyn hon ond mae'n agored i unrhyw oedran. Felly fel dwedais i yn gynharach, mae'r criw sy gyda ni nawr o 16 i 46 oed.

Rhodri) Mae hwnna'n wych, on'd ydy?

Annemarie) Ydy - felly pawb i wneud cais. Mae pecyn gwybodaeth ar fin cael ei gyhoeddi ar-lein gyda ni. By'n ni'n cynnal diwrnodau rhannu gwybodaeth ym mis Mehefin i benodi criw arall i ddechrau ym mis Medi y flwyddyn hon, rhyw 50 yn ni'n chwilio am.

Siân) A pha fath o ardal 'ych chi'n trio denu? Fi'n gwybod bod chi'n sôn am ardal Hywel Dda.

Annemarie) Ie. Hywel Dda i gyd, felly lan i Geredigion, Sir Benfro a Sir Gaerfyrddin.

Siân) Felly... a gweithio mewn ysbytai gwahanol wedyn, ie?

Annemarie) Ydy. Felly mae'n bwysig i bawb pan maen nhw'n tial am y swydd i weud pa ysbyty hoffon nhw weithio ynddo. Felly os chi'n byw Aberystwyth, allwch chi weud taw yn Aberystwyth hoffech chi weitho.

Rhodri) Felly, Morgan, be' fyddai dy neges di nawr i rywun sy gartre yn gwylio hyn a fatha ti wedi ystyried mentro i'r maes yma on'd e?

Morgan) Mae'r cyfle'n anhygoel. Dylai pawb, os chi'n mo'yn bod yn nyrsys, geisio amdano wneud e achos mae'n gyfle anhygoel.

Siân) Ie, ac rwy'ti 'di enjoio hefyd, on'd wyt ti?

Heidi) Ydw. Fi'n dysgu mwy ar y job. Mae'n well i bobl sy'n dysgu mwy (ar leoliad) na gyda'r essays 'ma.

Siân) Ie, tra bod ti'n neud e! Ti'n dysgu tra bod ti'n neud e yn hytrach na bod yn y coleg.

Rhodri) -Yn hytrach na eistedd mewn dosbarth, ife.

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 17)

Diolch i Tinopolis am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Rhodri) Ti'n cael neud e yn ymarferol. Dyna sy'n wych. Wel mae'n gyfle grêt, on'd 'dy?

Siân) Ydy!

Annemarie) Ond mae cymdeithas gyda chi nawr o 50. Mae grŵp social media - chi'n cwrdd lan. Felly mae'r gefnogaeth yna. Os mae rhywun yn cael amser bach caled, t'mod, mae'r gefnogaeth i gyd 'na. Yn y Bwrdd Iechyd a gyda'ch gilydd, oes e?

Siân) Wel, syniad gwych.

Rhodri) Ydy.

Siân) Ydy wir. A phob hwyl i chi'ch dau.

Rhodri) Ie, llongyfarchiadau. Diolch yn fawr iawn.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 18)

Ydych chi'n gallu ateb y cwestiynau hyn? Atebwch ar lafar mewn brawddeg lawn.
Her ychwanegol – beth am amrywio eich brawddegau wrth ymateb yn hytrach nag ailadrodd y cwestiwn?

Beth yw ystod oedran y criw sydd yn ymwneud â'r cynllun prentisiaid ar hyn o bryd?

Sawl adran wahanol y maen nhw'n ymweld â nhw yn ystod y cynllun?

Sawl wythnos maen nhw'n treulio gyda phob adran?

Sut wnaeth Heidi a Morgan ddarganfod y cyfle hwn?

Pa leoliad mae Morgan newydd ei gwblhau?

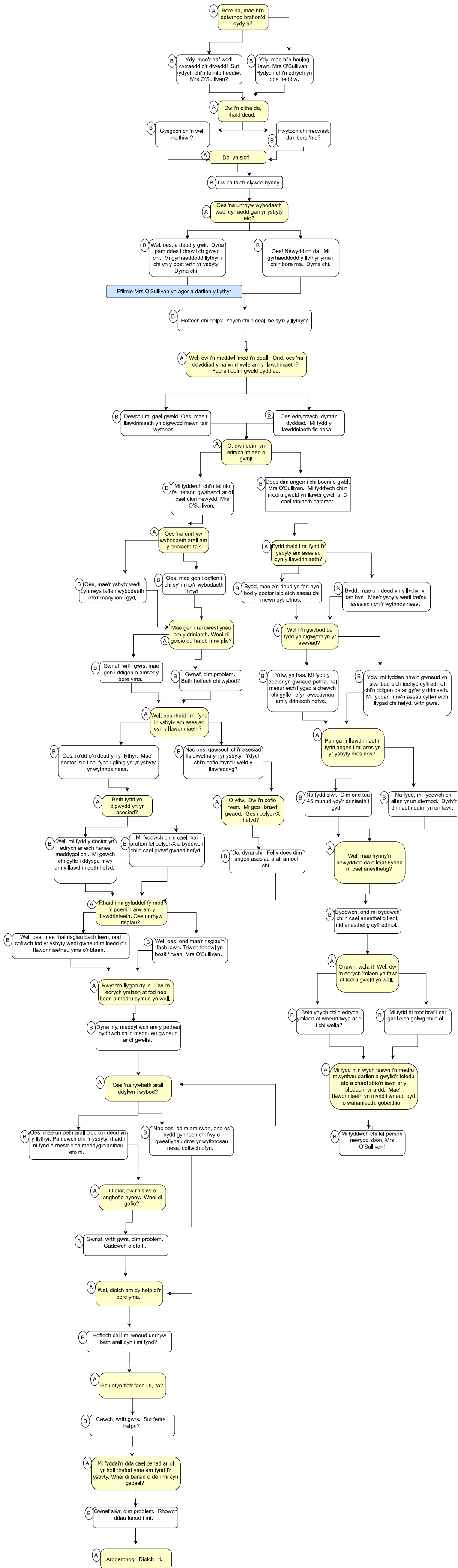
Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 19)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wylïo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng Mrs O'Sullivan a'r gofalwr mewn cartref gofal.

Mrs O'Sullivan = Person A

Gofalwr cartref gofal / Prentis = Person B



(Gweithgaredd) (Sgrîn 20)

Parwch y cwestiynau a'r atebion.

Wnaethoch chi gysgu'n well neithiwr?

Wyt ti'n fodlon fy helpu i?

Oes 'na unrhyw wybodaeth wedi
cyrraedd gan yr ysbyty?

Ga i ofyn ffafr?

Do, yn sicr.

Ydw, wrth gwrs.

Oes, newyddion da!

Cewch, wrth gwrs.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 21)

Yn y sgwrs rhwng y prentis a Mrs O’Sullivan, holwyd llawer o gwestiynau. Ysgrifennwch y gair cywir i gwblhau’r cwestiynau.

_____ chi’n well neithiwr?

_____ chi frechwast bore ma?

Gysgoch

Fwytoch

Bwytoch

Cysgoch

(Gweithgaredd) (Sgrîn 22)

Mae cymryd yr amser i siarad â'n cleientiaid yn helpu eu llesiant. Mae LLESIANT yn air pwysig mewn Iechyd a Gofal.

Beth ydy ystyr y gair yma yn Saesneg?

Llesiant

Nutrition



Hygiene



Wellbeing



(Gweithgaredd) (Sgrîn 23)

Ysgrifennwch eich cynnig i gwblhau'r frawddeg.

"Well-being is the state of being comfortable, healthy or happy."

"Llesiant ydy'r stâd o fod yn _____ yn iach neu'n _____."

(Sgrîn 24)

Ai rhywbeth tebyg oedd gyda chi?

Llesiant

‘Llesiant ydy’r stâd o fod yn gyfforddus, yn iach neu’n hapus’.

(Sgrîn 25)

Rydyn ni wedi nodi bod cymryd yr amser i siarad â chleientiaid am eu bywydau yn gallu helpu gyda llesiant. Mae llawer o ffyrdd eraill i helpu eu llesiant. Cymerwch funud i feddwl am enghreifftiau.

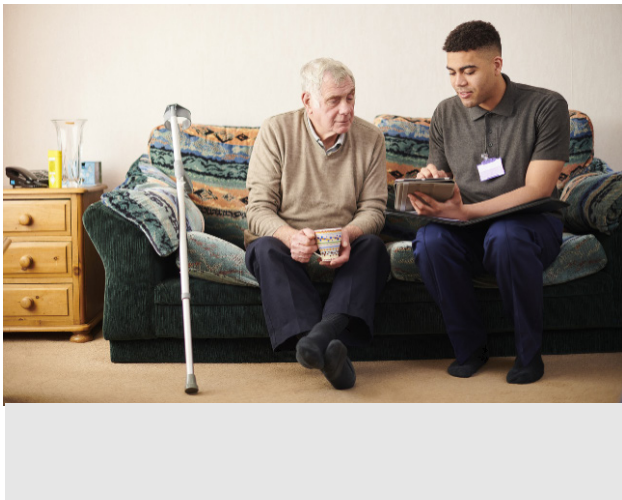


Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 26)

Parwch y lluniau â'r brawddegau.

Disgrifiad o'r llun: Dyn ifanc a dyn hŷn yn eistedd ar soffa ac yn siarad.



Disgrifiad o'r llun: Menyw hŷn yn garddio.



Siarad am deimladau.

Gwneud pethau sy'n eu gwneud nhw'n hapus.

Disgrifiad o'r llun: Amrywiaeth o fwydydd iach.



Disgrifiad o'r llun: Dau berson wrth wal ddringo.



Cadw'n brysur.

Deiet a maeth.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 27)

Parwch y lluniau â'r brawddegau.

Disgrifiad o'r llun: Menyw yn gwneud ymarfer corff.



Disgrifiad o'r llun: Pobl mewn dosbarth paentio.



Disgrifiad o'r llun: Menyw yn gorwedd ac yn ymlacio.



Gwneud ymarfer corff.

Cael digon o orffwys.

Dysgu sgiliau newydd.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 28)

Cysylltwch y gair Cymraeg â'r gair Saesneg.

<i>Advocacy</i>	
<i>Professional Boundaries</i>	
<i>Discrimination</i>	
<i>Equality, Diversity and Inclusion</i>	
<i>Accountability</i>	
<i>Confidentiality</i>	

Atebolrwydd	Eiriolaeth
Gwahaniaethu	Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiant
Ffiniau Proffesiynol	Cyfrinachedd

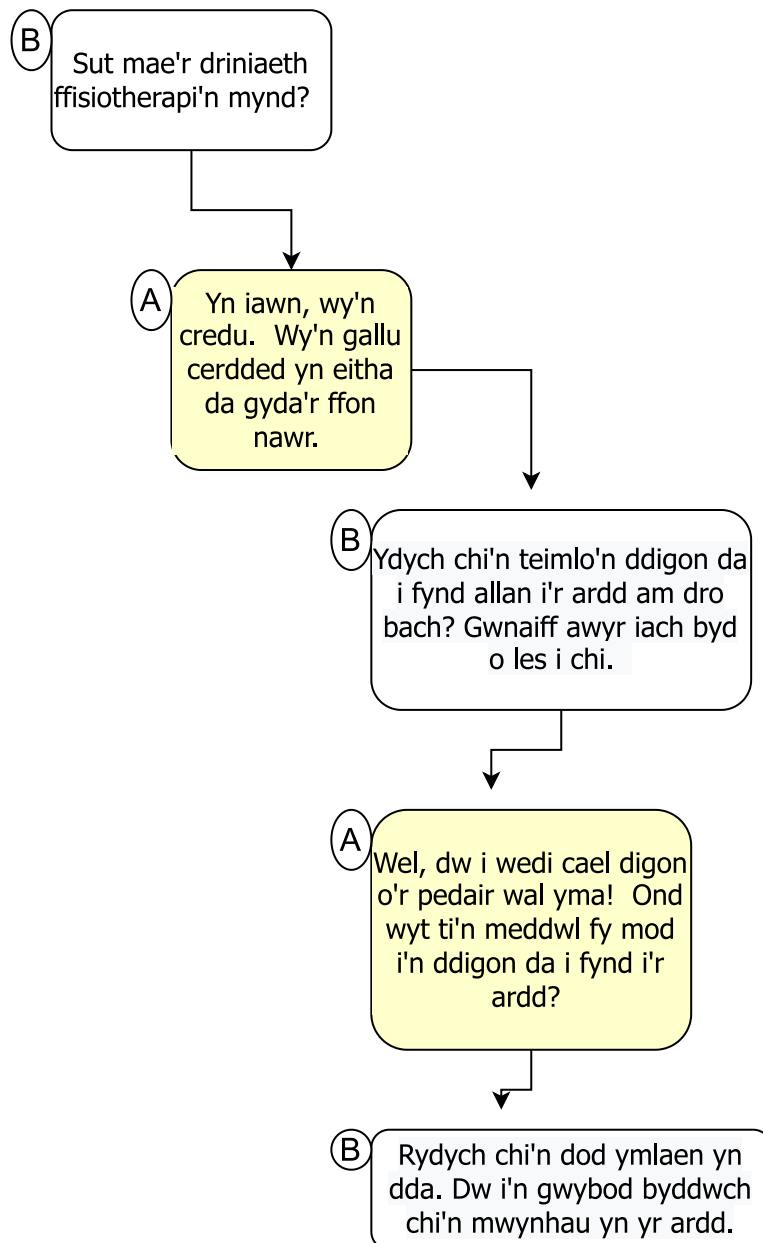
Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 29 & 30)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wylïo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng Mr Evans a'r gofalwr mewn cartref gofal.

Mr Evans = Person A

Gofalwr cartref gofal / Prentis = Person B



(Sgrîn 31)

Darllenwch yr enghreifftiau.



defnyddio'r synhwyrau



helpu gyda hunan-barch



amgylchedd da



ymarfer corff

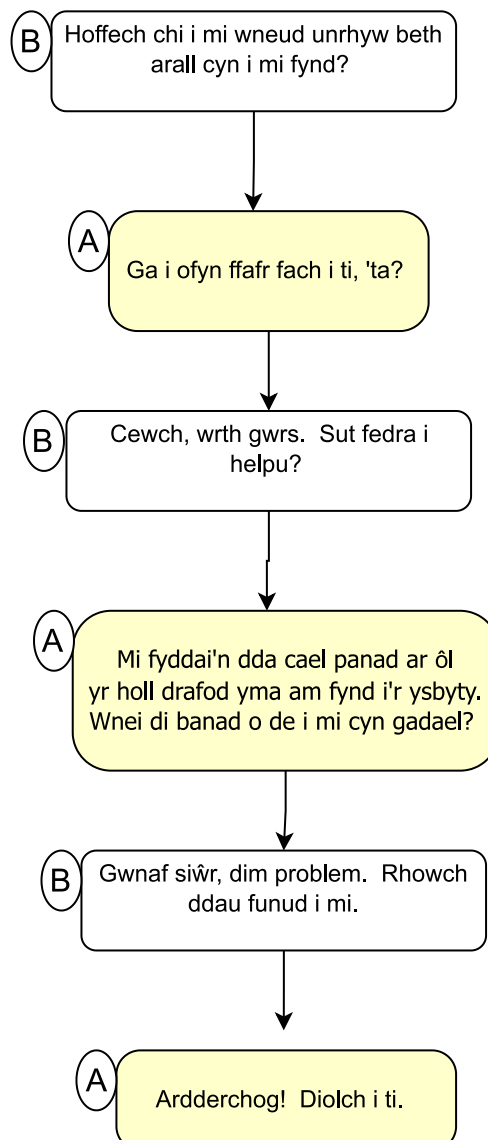
Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 32 - 34)

Ewch i Borth Adnoddau'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol neu lwyfan eich coleg i wylïo'r fideo ar ffurf hygyrch.

Sgwrs rhwng Mrs O'Sullivan a'r gofalwr mewn cartref gofal.

Mrs O'Sullivan = Person A

Gofalwr cartref gofal / Prentis = Person B



Trawsgrifiad (Sgrîn 35)

Sut gallai'r gofalwr fod wedi gwneud yn well yn y ddeialog gyda Mrs O'Sullivan?
Darllenwch yr ateb.

“Mae’n beth da fod y gofalwr yn helpu Mrs O’Sullivan i yfed digon. Er hynny, gallai fod wedi annog Mrs O’Sullivan ei hun i wneud y baned o de, gan gynnig help pe bai angen. Mae’n bwysig annog cleientiaid i wneud pethau drostyn nhw eu hunain pan yw’n bosib. Mae hynny’n helpu cleientiaid i fod yn annibynnol. Mae hefyd yn dda i’w teimlad nhw o hunan-werth.”

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 36)

Diolch i Alzheimer's Society am ganiatâd i ddefnyddio'r fideo.

Darllenwch y trawsgrifiad yma yn Saesneg sy'n trafod Dementia. Mae Linda yn siarad am y pethau sydd wedi helpu ei llesiant hi ers iddi gael diagnosis. Bydd cwestiynau yn dilyn.

It took me about two years for my diagnosis.

I had an MRI scan, and that's when it was definitely diagnosed as vascular dementia.

I was in quite a low state of mind at that time, because I thought "Oh, I don't know if I want to talk to anybody about it." And when you do talk to people they want to start controlling your life and want to start doing things for you that you know you can still do.

The consultant referred the Alzheimer's Society to me and they came to visit, they do art classes, they do the memory cafe, they do choir and I did laugh because I said, "I can't sing to save my life, I've never sung!" And I said, "I'm no good at art, I can't even do a straight line" But she said, do come to the memory cafe.

And that's how I started with the Alzheimer's Group. And so I went to the choir and I Just loved it. I really, really loved it. Even though I can't sing, I don't care now.

If you spend time with people with dementia...they don't try and help you finish their sentence, but they give you time to finish your sentence.

It's like a community, and we give each other support as well as our carers. I know that my husband as my supporter he gets a lot of care, he knows where to go if there's a problem.

It's like a safe haven for us. I never think now "Why me?" I think I've got a better life now I do much more through the Alzheimer's Society. I do things I would never have done before. I've got a higher quality of life now, than what I would have had if I hadn't have joined the Alzheimer's Society.

It's not all doom and gloom. A lot of us can live for quite a few years and have a really good quality of life. Just by having that knowledge, will help us, and help people to remember that we're a person.

Underneath all this we're still a person.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 37)

Ysgrifennwch adroddiad am hanes Linda, sef y person rydych chi newydd ddarllen amdani.



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Ysgrifennwch adroddiad am hanes Linda yma...

(Sgrîn 38)

Ardderchog! Rydych chi newydd ddefnyddio'r sgil arbennig yna o symud rhwng dwy iaith, gan wyllo fideo yn Saesneg ac ymateb yn Gymraeg. Gwych!



Disgrifiad o'r llun: Dyn yn gwenu.

(Sgrîn 39)

Pa fath o bethau all eich helpu wrth ystyried eich iechyd meddwl? Darllenwch yr enghreifftiau.

Llesiant

Wellbeing

Iechyd

Health

Iechyd Meddwl

Mental Health

Siarad

To talk

Rhannu

To share

Gofalu

To care

Trafod

To discuss

(Sgrîn 40)

Nawr, cymerwch amser i feddwl sut y gallwch chi ofalu am eich iechyd meddwl. Efallai ei bod hi'n haws meddwl pa gyngor y byddech yn ei roi i ffrind.



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 41)

Ysgrifennwch y geiriau coll yn y llyfdd priodol.

“Personal care is help given to elderly or infirm people with essential everyday activities such as washing, dressing and meals.”

“Gofal personol ydy _____ sy’n cael ei roi i bobl oedrannus neu fethedig gyda gweithgareddau hanfodol bob _____ fel ymolchi, _____ a phrydau _____.”

(Sgrîl 42)

Ai rhywbeth tebyg oedd gyda chi?

“Personal care is help given to elderly or infirm people with essential everyday activities such as washing, dressing and meals.”

“Gofal personol ydy help sy’n cael ei roi i bobl oedrannus neu fethedig gyda gweithgareddau hanfodol bob dydd fel ymolchi, gwisgo a phrydau bwyd.”

(Gweithgaredd) (Sgrîn 43)

Cysylltwch y gair Cymraeg â'r gair Saesneg.

cael cawod / bath

mynd i'r toiled / defnyddio comôd

gwisgo a dadwisgo

eillio

having a shower / bath

going to the toilet / using a commode

dressing and undressing

shaving

(Sgrîn 43)

Darllenwch yr enghreifftiau.



Gofalu am y traed



Gofal gwallt



Brwsio dannedd



Symud yn y gwely i osgoi
briwiau pwyso (*pressure
ulcers*)



Glanhau teclynnau clywed
(*hearing aids*)

Trawsgrifiad o'r fideo (Sgrîn 45)

Wnaethoch chi sylwi ar y term am 'briwiau pwyso' neu '*pressure ulcers*' ar y dudalen ddiwethaf? Darllenwch i ddysgu mwy amdany'n nhw.

Mae ***pressure ulcers*** yn broblem gyffredin sy'n codi gyda phobl sy'n derbyn gofal. Y term Cymraeg ydy **briwiau pwyso**.

Mae **briwiau pwyso'n** golygu bod rhannau o'r croen a'r meinweoedd (*tissues*) dan y croen yn cael niwed ac yn mynd yn boenus. Maen briwiau pwyso'n digwydd achos bod llawer o bwysau (*pressure*) ar rannau o'r corff neu lawer o ffrithiant (*friction*).

Mae nifer o bethau'n gallu achosi hyn. Er enghraifft, mae briwiau pwyso'n gallu digwydd pan fydd cleifion yn gorwedd yn y gwely am gyfnodau hir neu'n eistedd ar gadair am amser hir.

Mae pedwar prif gam yn y broses o ddatblygu briwiau pwyso.

Os dydyn ni ddim yn cadw llygad ar y briwiau pwyso ac yn gwneud rhywbeth amdany'n nhw, mae'r problemau'n gallu tyfu'n rhai difrifol iawn.

Er enghraifft, maen nhw'n gallu achosi sepsis sy'n beryglus.

Os ydyn ni'n sylwi ar friwiau pwyso ar groen claf, mae'n bwysig iawn dweud wrth aelodau eraill o staff.

Un ffordd o osgoi cael briwiau pwyso yw bod y claf yn symud ychydig yn y gwely neu yn ei gadair yn rheolaidd. Os nad yw'r claf yn gallu symud ei hun, bydd angen help arno i symud.

Efallai eich bod chi wedi dysgu am friwiau pwyso'n barod fel rhan o'ch cwrs prentisiaeth. Os dydych chi ddim yn gwybod llawer amdany'n nhw, beth am ofyn am fwy o wybodaeth yn eich lle gwaith neu'r coleg?

(Gweithgaredd) (Sgrîn 46)

Beth ydych chi'n ei gofio am friwiau pwyso? Dewiswch yr ateb cywir.

Mae gorwedd yn y gwely heb symud yn gallu achosi briwiau pwyso.

☐

Mae deiet iach yn achosi briwiau pwyso.

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 47)

Beth ydych chi'n ei gofio am friwiau pwyso? Dewiswch yr ateb cywir.

Mae briwiau pwyso'n niwsans ond byth yn beryglus.

☐

Mae briwiau pwyso'n gallu troi'n beryglus.

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 48)

Beth ydych chi'n ei gofio am friwiau pwyso? Dewiswch yr ateb cywir.

Mae saith cam yn y broses o ddatblygu briwiau pwyso.

☐

Mae pedwar cam yn y broses o ddatblygu briwiau pwyso.

☐

(Gweithgaredd) (Sgrîn 49)

Parwch y geiriau Saesneg â'r geiriau Cymraeg.

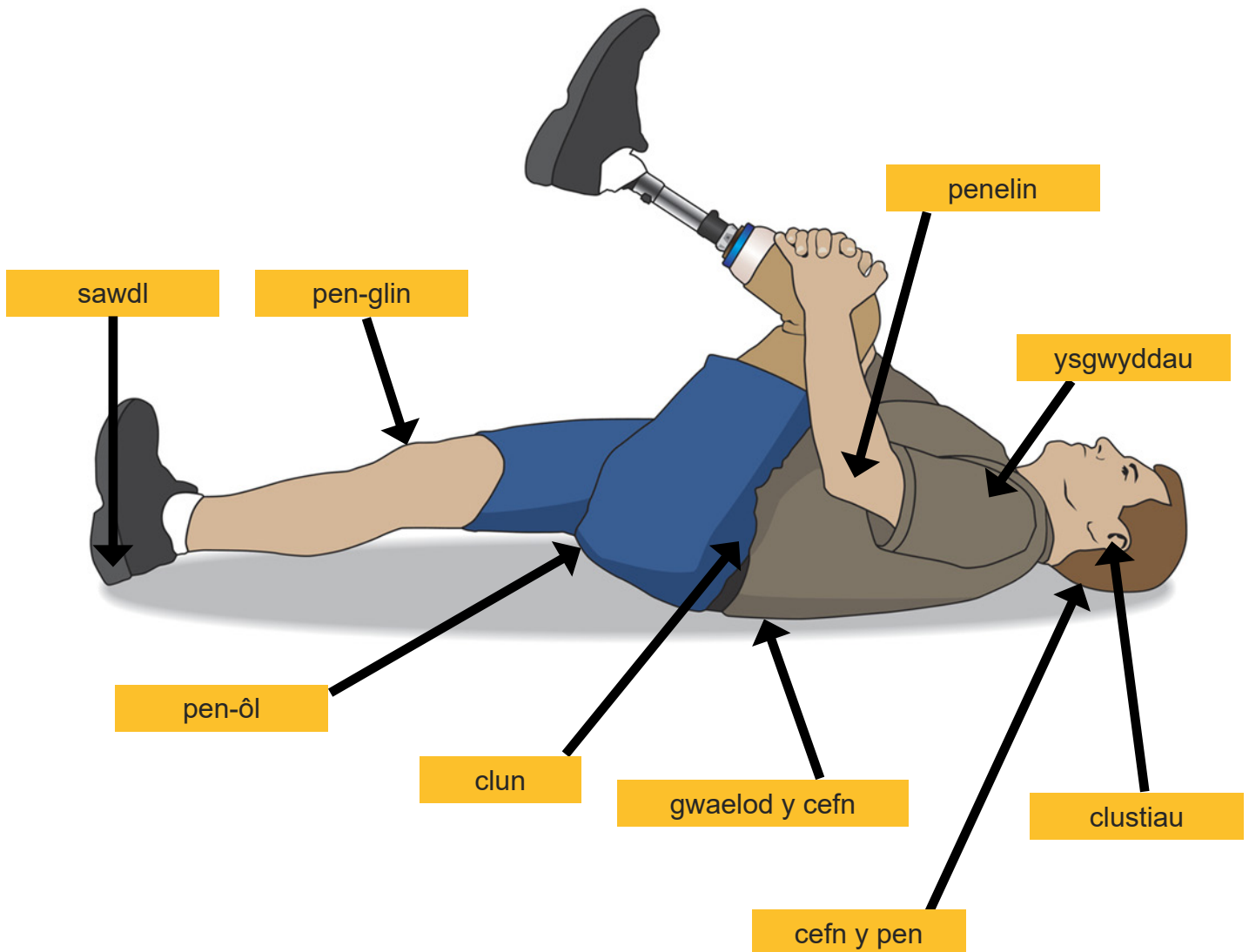
Anweithgarwch Parhaus	
Blaengyfarwyddiadau	
Blaengynllunio Gofal	
Cylch Gorchwyl	
Datblygiad Dynol	
Technoleg Gynorthwyol	

<i>Prolonged Inactivity</i>	<i>Advanced Directives</i>
<i>Advanced Care Planning</i>	<i>Remit</i>
<i>Human Development</i>	<i>Assistive Technology</i>



(Sgrîn 50)

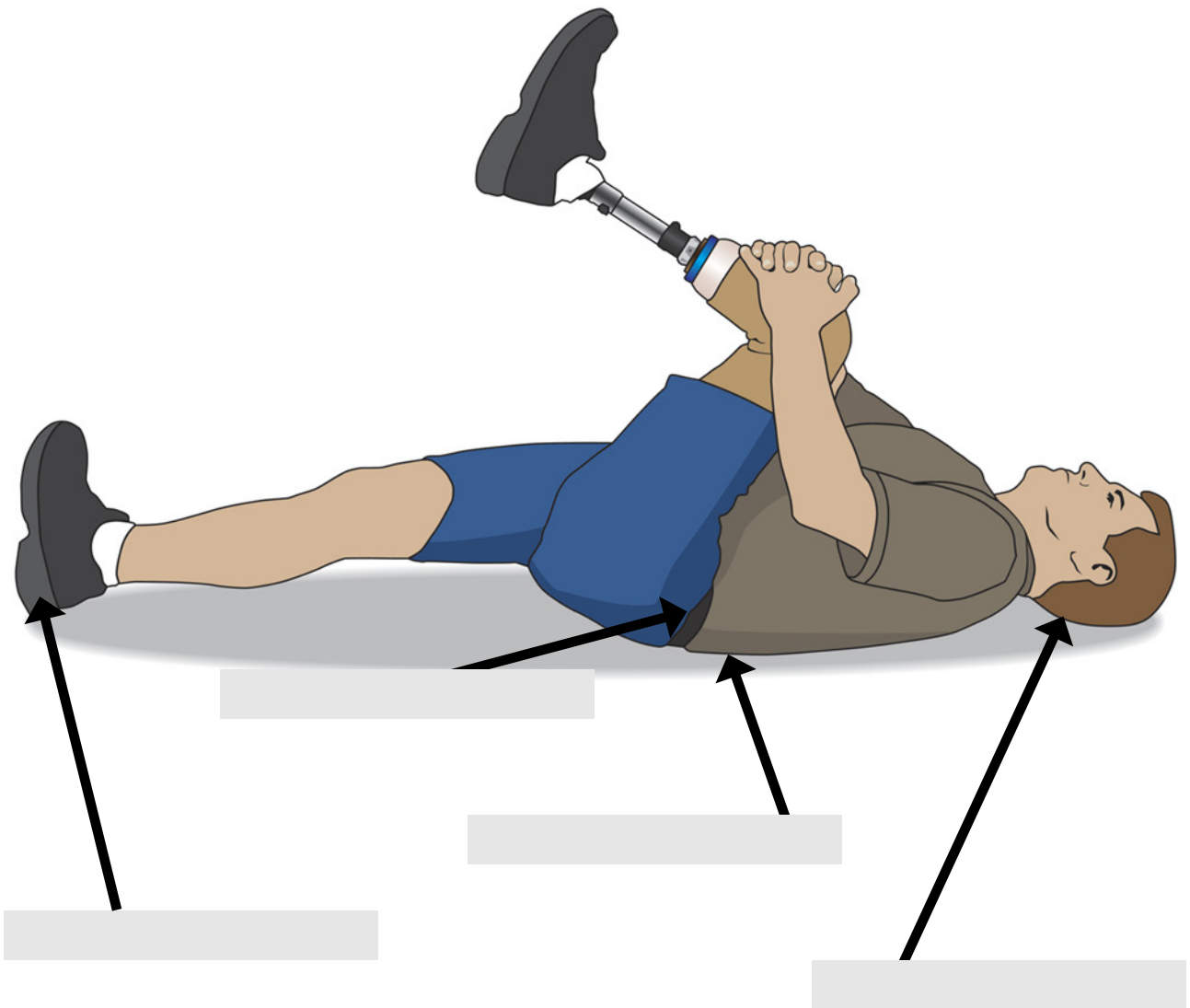
Edrychwch ar y llun yma.





(Gweithgaredd) (Sgrîn 51)

Labelwch y llun.



Geiriau

clun

cefn y pen

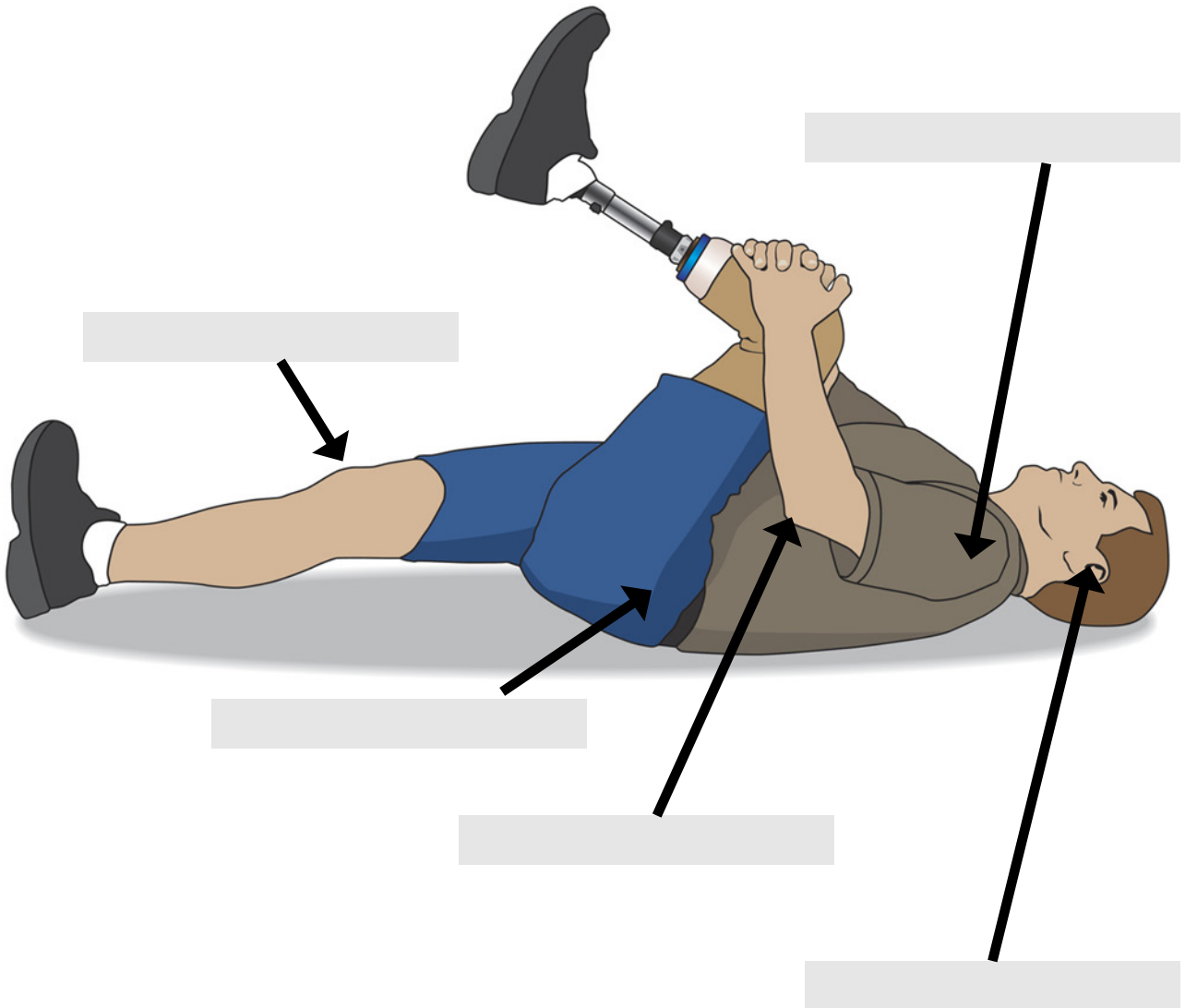
gwaelod y cefn

sawdl



(Gweithgaredd) (Sgrîn 52)

Labelwch y llun.



Geiriau

ysgwyddau

clustiau

penelin

pen-ôl

pen-glin

(Gweithgaredd) (Sgrîn 53)

Parwch y brawddegau â'r lluniau cywir.

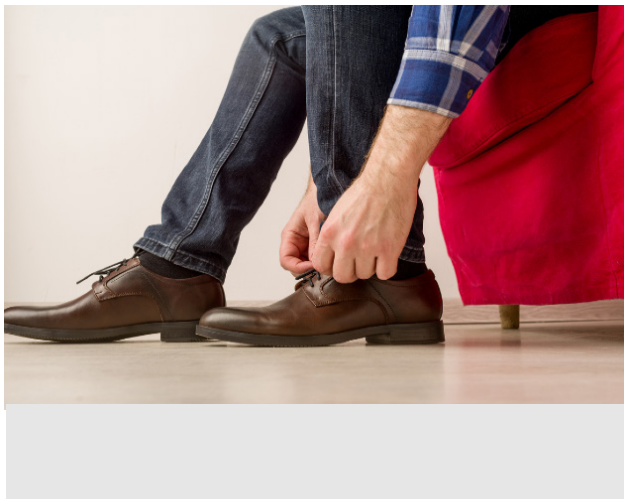
Disgrifiad o'r llun: Dyn yn baglu dros ceblau.



Disgrifiad o'r llun: Goleuadau yn hogian o'r nenfwd.



Disgrifiad o'r llun: Dyn yn gwisgo esgidiau.



Disgrifiad o'r llun: Dyn yn cael prawf llygaid.



Symudwch unrhyw geblau trydan allan
o'r ffordd.

Gwisgwch esgidiau cadarn.

Gwnewch yn siŵr bod golau da ym mhob
ystafell.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn cael prawf
llygaid yn rheolaidd.

(Gweithgaredd) (Sgrîn 54)

Dewiswch y geiriau cywir i lenwi'r bylchau.

A: Rydych chi'n dweud eich bod chi'n poeni am gwmpo, Sue.

B: Wel, ydw, Rhys. Dw i'n deall ei bod hi'n helpu os dw i'n cadw'n iach, wrth gwrs, felly dw i'n mynd i ddosbarth _____ ysgafn bob wythnos.

A: Syniad ardderchog, Sue. Mae'n bwysig hefyd gwirio a oes sgil-ffeithiau gyda'ch _____. Gofynnwch i'ch _____ os nad ydych chi'n sicr.

B: Mi wna i hynny. Diolch, Rhys.

A: A beth am eich _____ a'ch sliperi, Sue? Mae angen gwneud yn siŵr eu bod nhw i gyd yn ffitio'n dda.

B: Wel, maen nhw'n ffitio'n dda ond mae fy sliperi i'n hen. Bydda i'n well i mi brynu rhai newydd, efallai. Diolch am y _____, Rhys.

esgidiau

ymarfer corff

meddyginiaeth

doctor

cyngor

(Sgrîn 55)

Nawr mae'n amser i feddwl. Ystyriwch beth ydych chi wedi'i ddysgu yn yr uned yma. Pa eiriau newydd ydych chi wedi eu defnyddio? Beth am wneud nodyn o'r rhai pwysicaf a mynd ati i'w defnyddio gyda'ch cleientiaid a'ch cydweithwyr?
Ewch amdani!



Disgrifiad o'r llun: Bylb golau.

Da iawn am gwblhau Uned 6 Iechyd a Gofal.

Llongyfarchiadau!

Rydych chi wedi cwblhau Uned 6. Rydych chi wedi ymarfer:

- ymarfer gofyn ac ateb cwestiynau
- dysgu geirfa allweddol i'ch maes
- dysgu am idiomau a dywediadau perthnasol i'ch maes
- trafod llesiant a iechyd meddwl
- dysgu am ofal personol i'ch cleientiaid

Ardderchog! Daliwch ati!