

MAE REGGIE'N MYND I'R LLEUAD

Dall/Nam ar y golwg

Lefel:

Wrth iddyn nhw ddatblygu
Wrth iddyn nhw symud ymlaen

Cyfarpar:

Creigiau gofod – unrhyw fath o bêl, sanau wedi'u rhoio,
balwnau, gwrthrychau sy'n gwneud synau e.e. pêl gloch
Gwrthrychau i'w gwthio – unrhyw fath o bêl, drws,
cadeiriau, bocsys ac ati



Mae Reggie'n Mynd i'r Lleuad yn llyfr i deuluoedd ei ddefnyddio gyda'i gilydd. Y nod yw i'ch plentyn ddilyn y stori a gosod sticer wrth ymyl y camau mae'n eu cwblhau. Pan fydd eich plentyn wedi cwblhau'r holl gamau, gall ddylunio ei fedal bersonol ei hun. Mwynhewch a helpwch Reggie i gyrraedd y Lleuad.

MAE REGGIE'N MYND I'R LLEUAD



Dall/Nam ar y golwg

Lefel:

Wrth iddyn nhw ddatblygu

Wrth iddyn nhw symud ymlaen

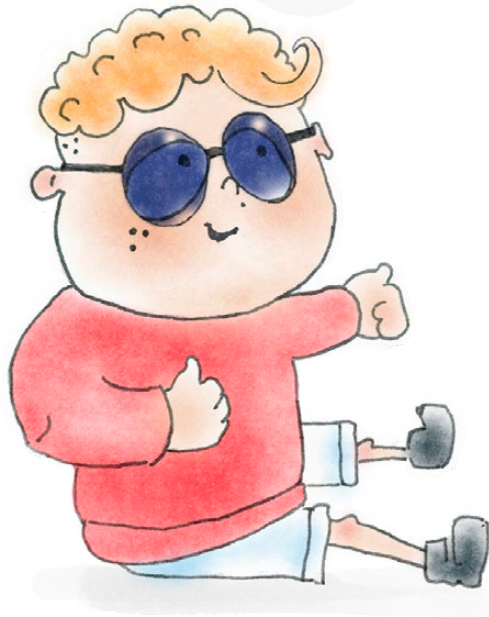
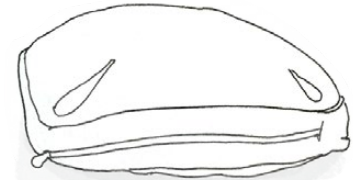
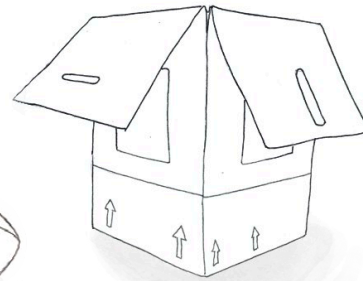
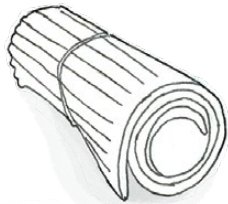
Cyfarpar:

Creigiau gofod — unrhyw fath o bêl, sanau wedi'u rholio, balwnau,
gwrthrychau sy'n gwneud synau e.e. pêl gloch

Gwrthrychau i'w gwthio:

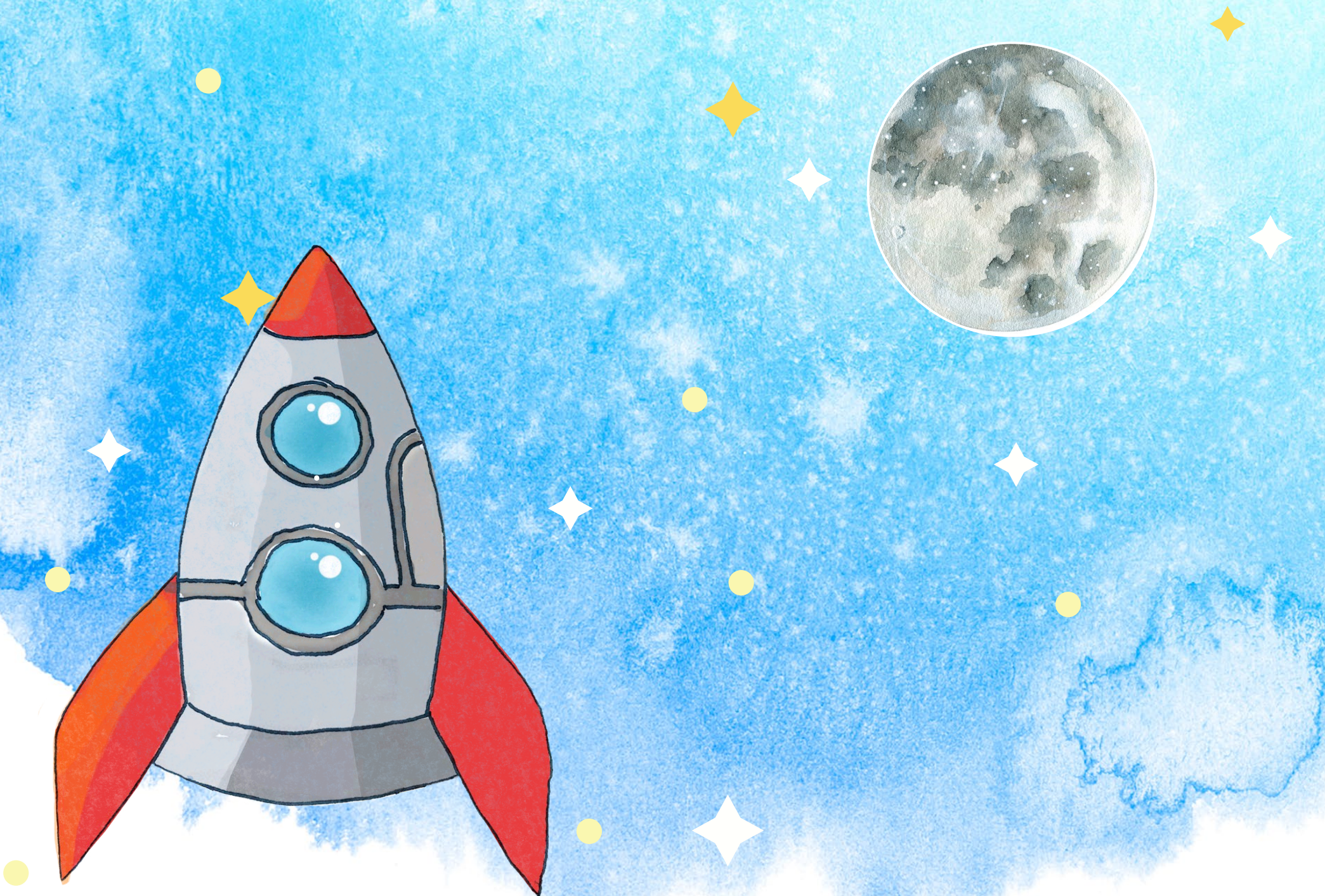
unrhyw fath o bêl, drws, cadeiriau, bocsys ac ati

Mae Reggie yn mynd ar antur i'r gofod. Mae angen rhywun arno i fynd gydag ef a'i helpu i hedfan y roced ofod.



Allwch chi ei helpu i gael ei holl offer yn barod i lansio?



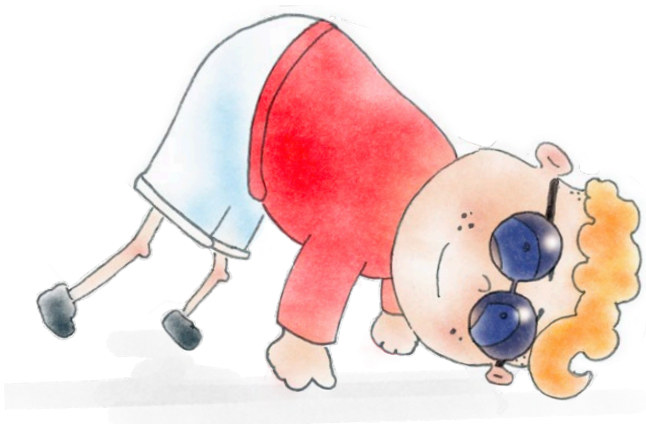


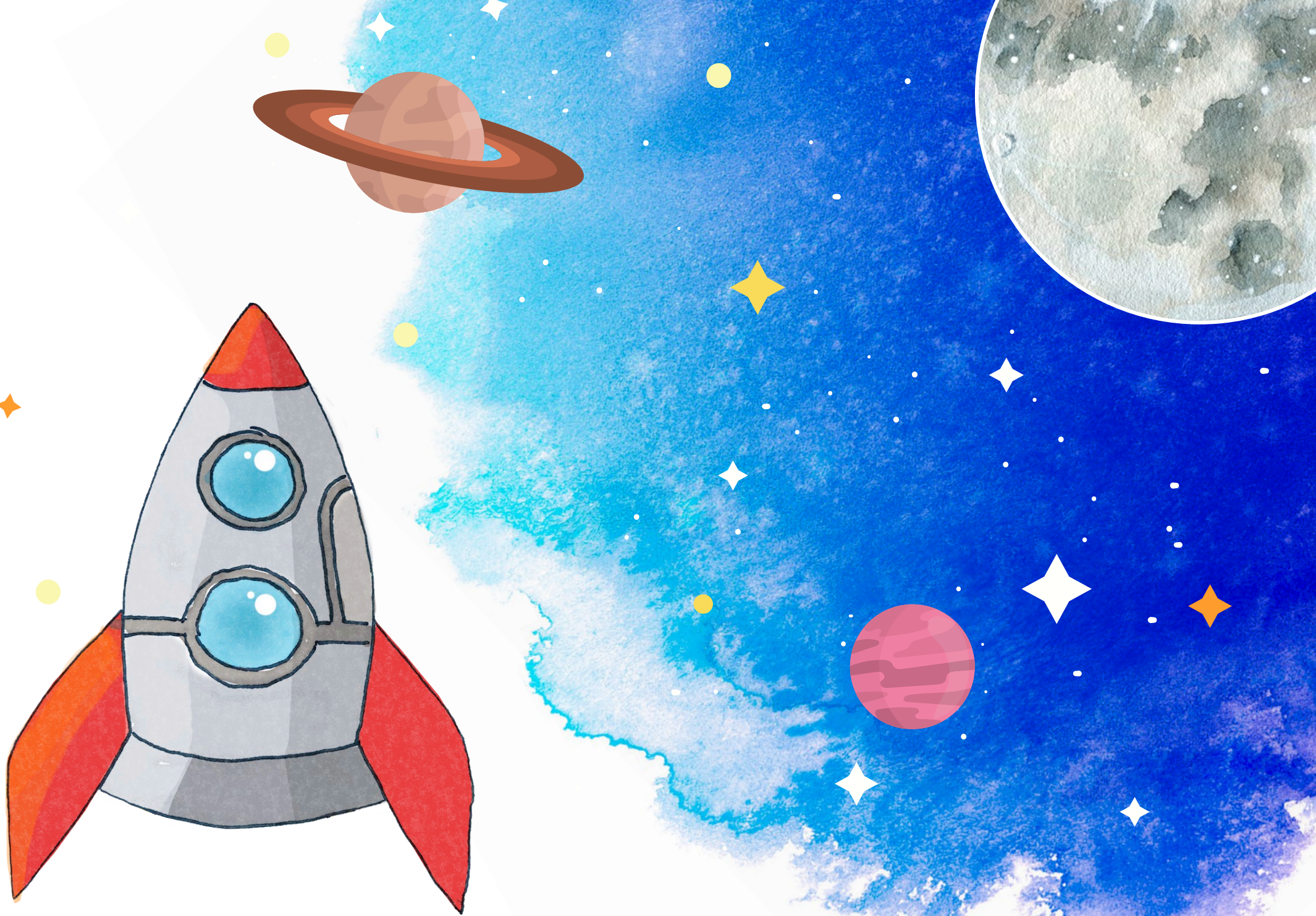
Mae Reggie yn mynd i deithio i'r lleuad ar roced ofod.

Mae Reggie yn gwneud ei ffordd i'r roced ofod ac yn paratoi i lansio

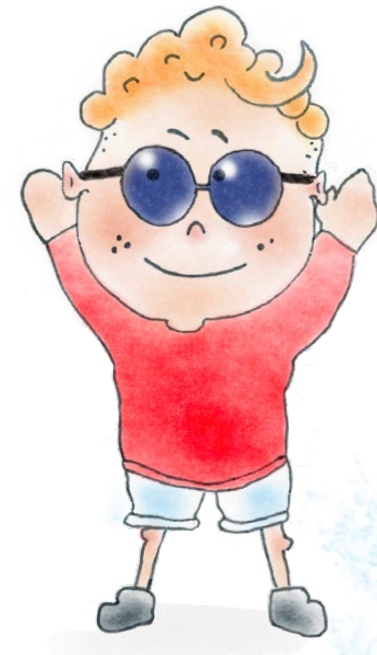
Mewn sawl ffordd wahanol allwch chi symud tuag at eich roced ofod?

- Cropian
- Cerdded ar eich pedwar
- Cerdded (gyda neu heb ganllaw)
- Loncian (gyda neu heb ganllaw)



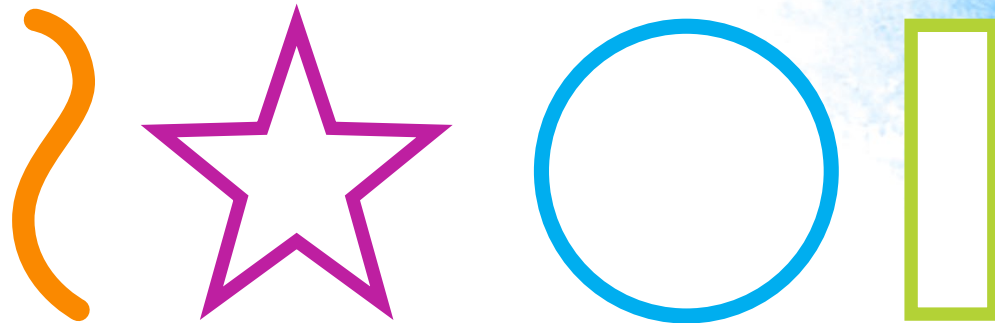


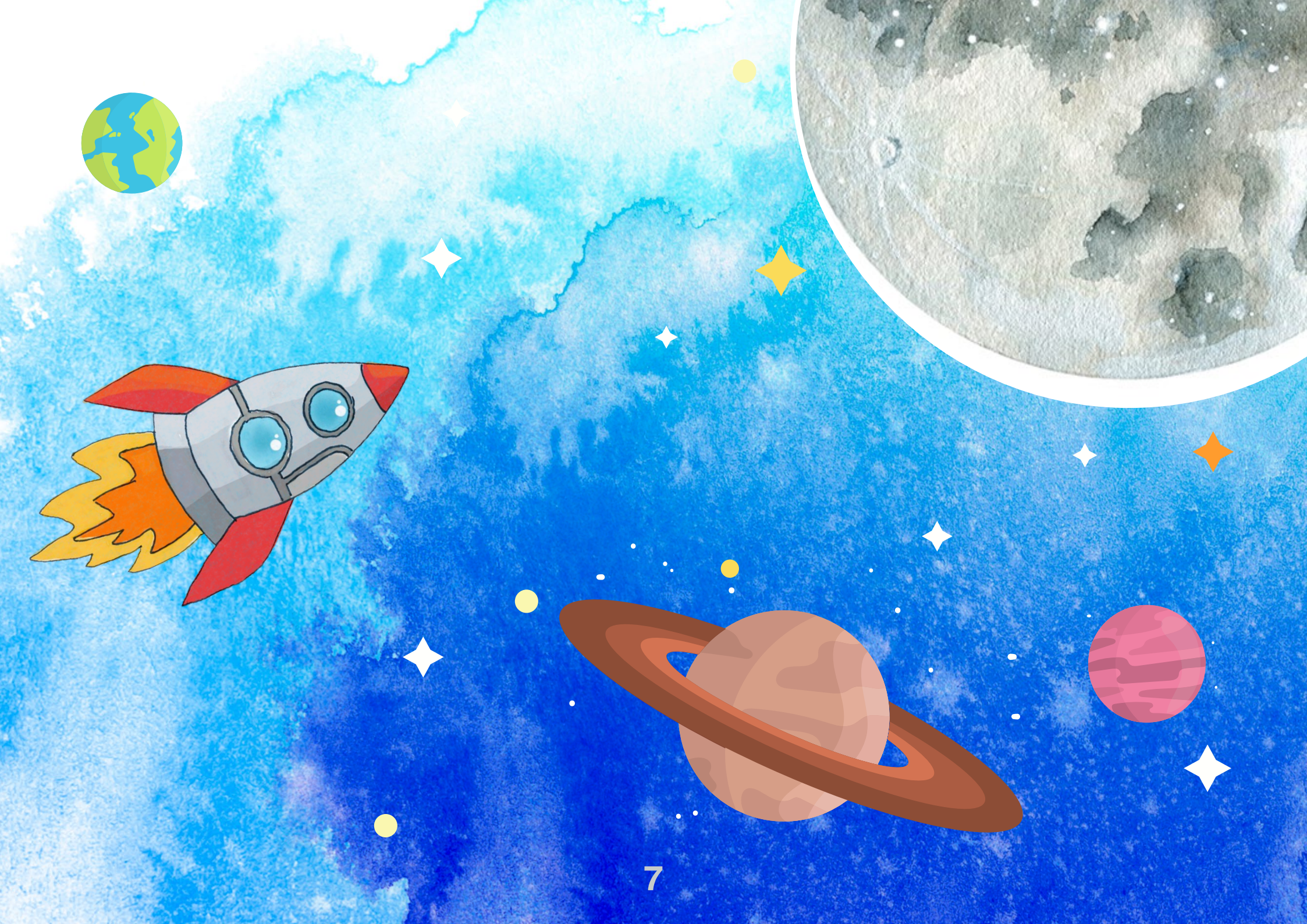
Mae'r roced yn ffrwydro i'r Gofod, gan droelli tuag at y lleuad a'r sêr



Allwch chi greu siapiau fel rocedi, lleuadau a sêr gan ddefnyddio eich corff?

- Siâp Syth
- Siâp Seren
- Cydbwyso ar un droed
- Siapiau Crwn
- Siapiau fel Cryman





Wrth hedfan i'r lleuad, mae'n rhaid i Reggie wisgo ei siwt ofod yn barod i lanio.

Mae'r siwt ofod ym mhen arall y roced, felly mae'n rhaid i Reggie gropian ar hyd y llong ofod i gyrraedd ato.



Pa fathau o symudiadau gwahanol allwch chi eu gwneud heb fod ar eich traed?

Cropian

Cropian fel Milwr

Cropian ar eich Dwylo a'ch Pen-gliniau

Rholio fel Boncyff

Cropian fel Arth

Llwynogod



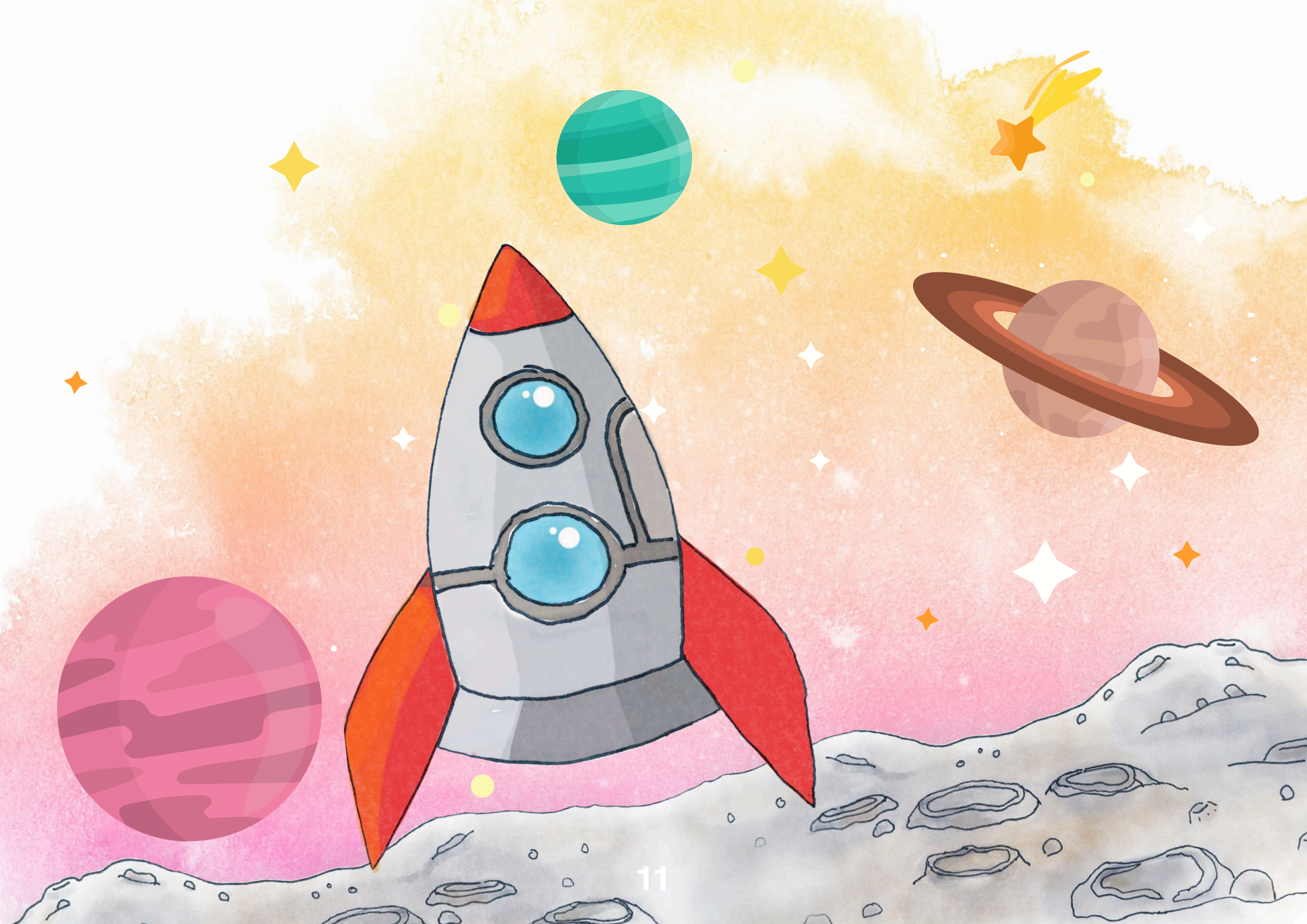


**Mae'r roced wedi glanio ar y lleuad,
ac mae Reggie yn barod i fynd i fforio.**

**Mae Reggie yn ceisio agor y drws ond
mae'n sownd, mae'n rhaid iddo wthio
mor galed ag y gall ac mae'n agor.**

Pa fathau o wrthrychau allwch chi eu gwthio a'u symud?

- Gwrthrychau Crwn
- Drysau
- Cadeiriau
- Bocsys



Mae Reggie yn neidio drwy'r drws ac ar wyneb y lleuad.



Mewn sawl ffordd wahanol allwch chi neidio cyn glanio'n ddiogel?

- Neidio ar Un Droed (Glanio ar un neu ddwy droed)
- Neidio ar Ddwy Droed (Glanio ar un neu ddwy droed)
- Naid Broga
- Naid Cwningen
- Neidio mor uchel ag y gallwch

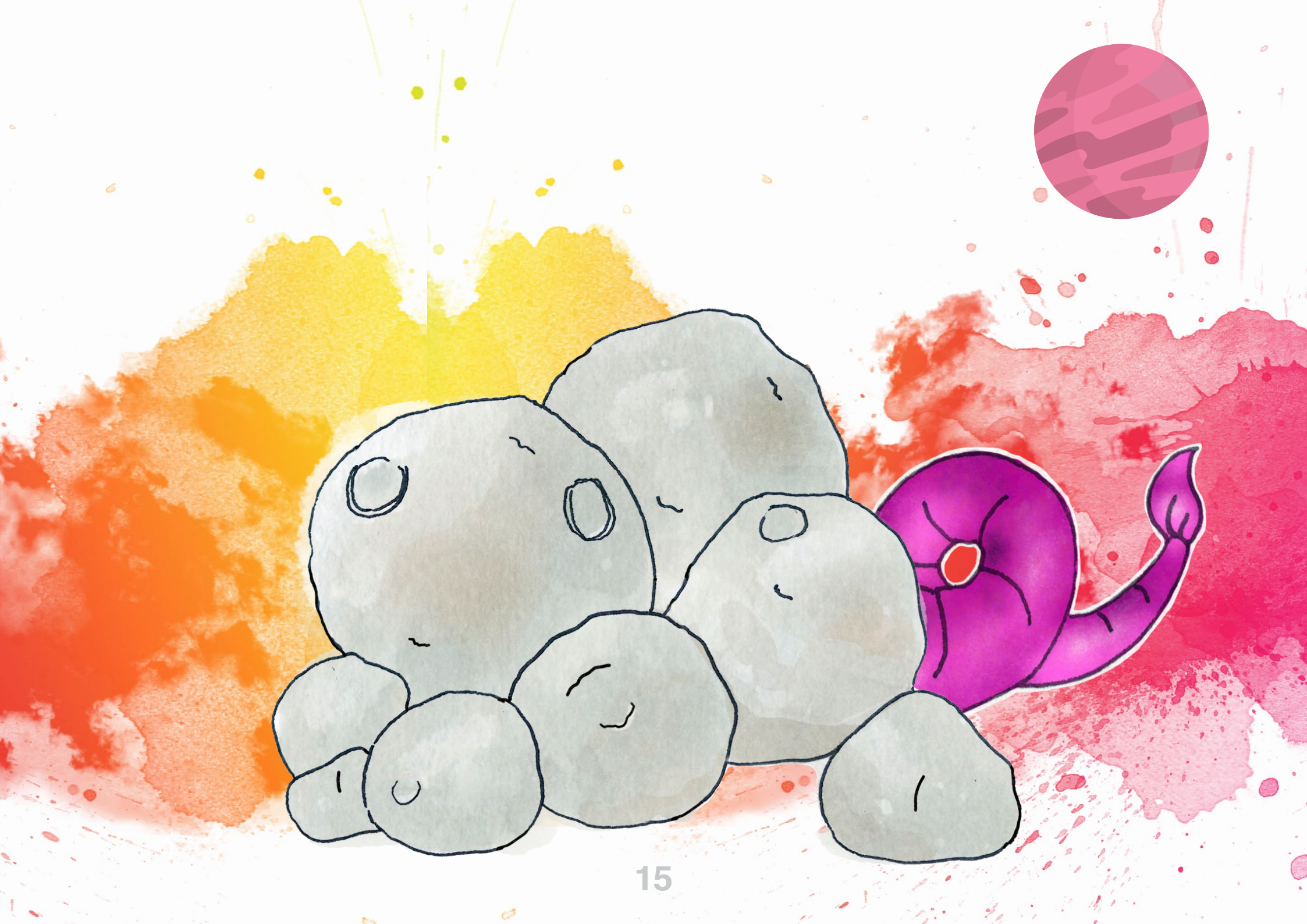


Mae Reggie'n gallu gweld cynffon creadur estron yn ymddangos o dan bentwr enfawr o greigiau gofod; mae'n rhaid iddo fynd draw yno cyn gynted â phosibl i'w helpu.



Ym mha fath o ffyrdd y gallech chi symud pe baech chi yn y gofod?

- Neidio'n untroed yn yr un safle
- Neidio'n untroed (gyda neu heb ganllaw)
- Rhedeg (gyda neu heb ganllaw)
- Neidio (pellter)

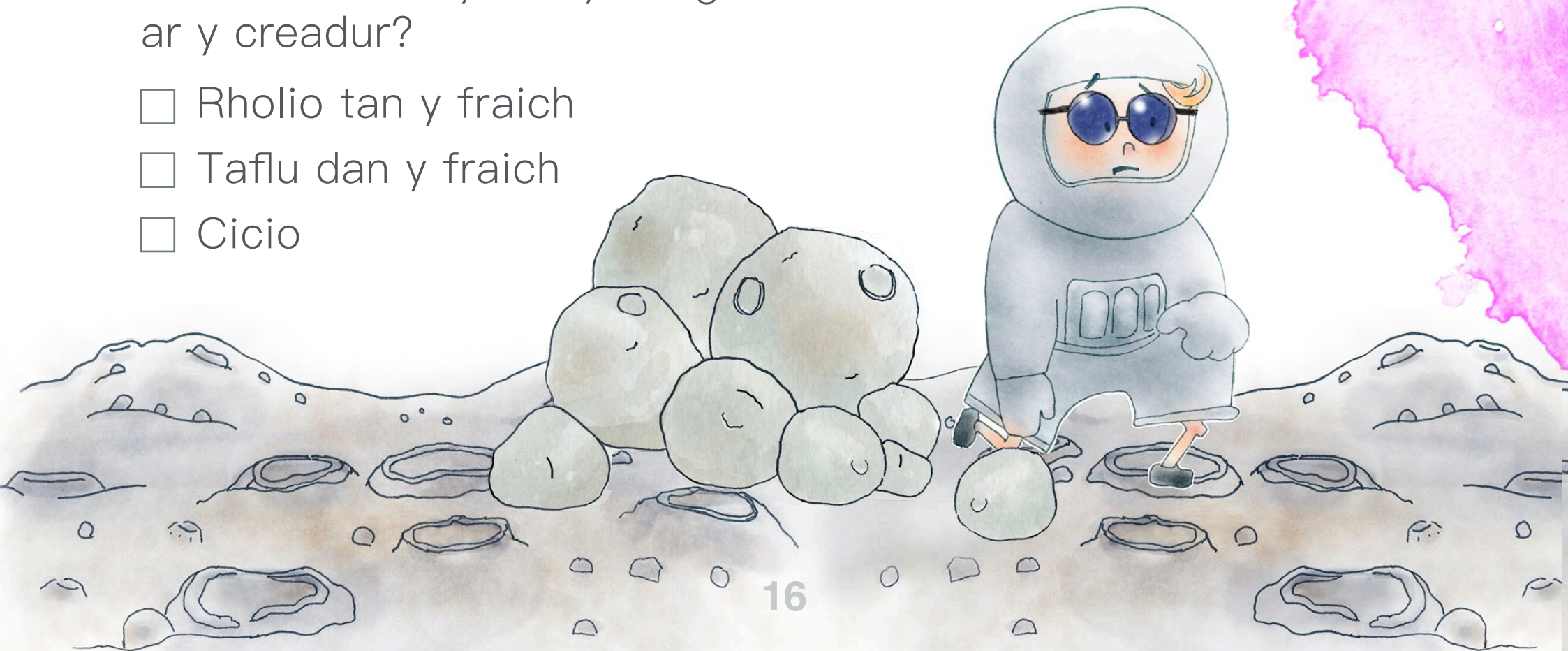
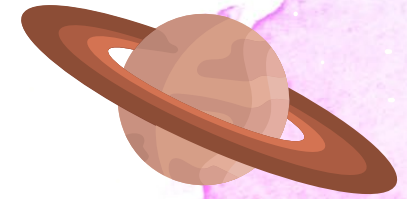




Mae'n rhaid i Reggie gael gwared â'r holl greigiau ar ben y creadur estron.

Sut allech chi symud y creigiau oddi ar y creadur?

- Rholio tan y fraich
- Taflu dan y fraich
- Cicio



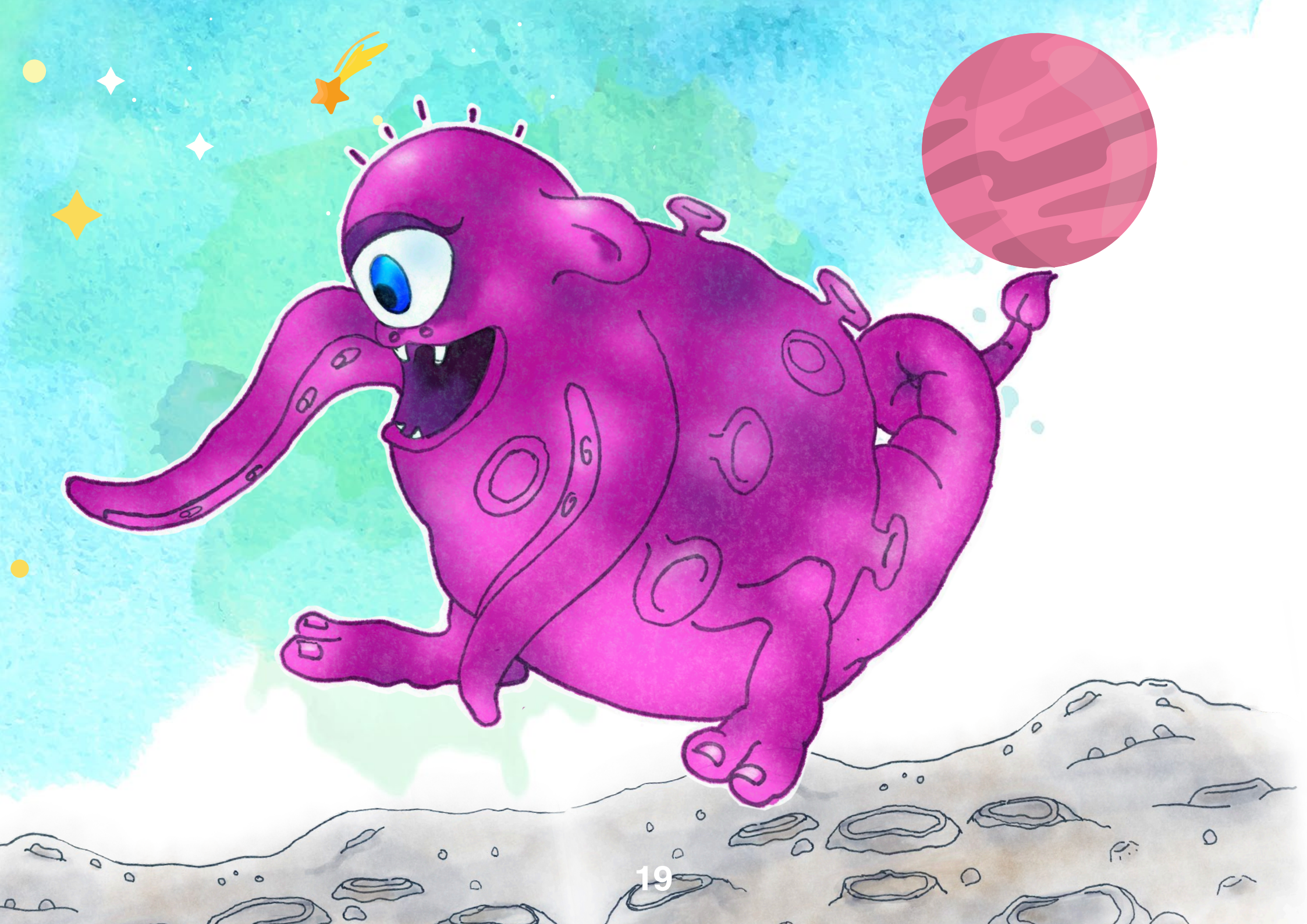


Mae Reggie yn gwneud ffrindiau gyda'r creadur estron ac yn ei ddysgu i chwarae rhai gemau o'r Ddaear.

Sawl ffordd allwch chi basio gwrthrych rhyngoch chi a phartner?

- Rholio pêl i'ch partner (Ar eich eistedd)
- Rholio pêl i'ch partner (Yn sefyll)
- Derbynn y bêl gan eich partner (Ar eich eistedd)
- Derbynn y bêl gan eich partner (Yn sefyll)
- Taflu o dan y fraich a dal
- Cicio a stopio'r gwrthrych



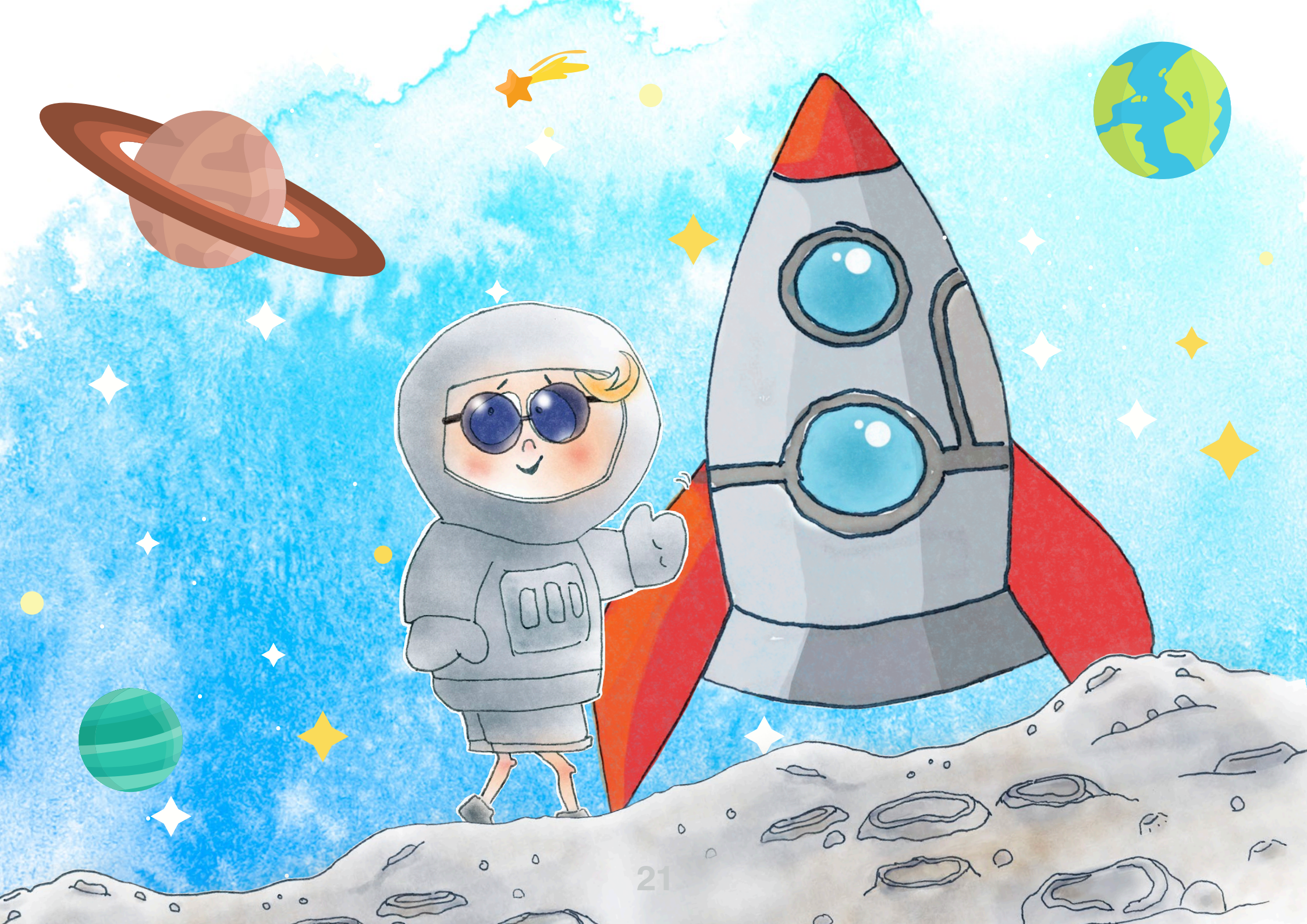


Mae Reggie a'i ffrind estron yn gorffen chwarae gan fod yn rhaid i Reggie ddychwelyd i'r Ddaear. Mae Reggie yn dringo ar fwrdd ei roced ofod ac yn hedfan yn ôl i'r Ddaear mewn pryd ar gyfer ei De.

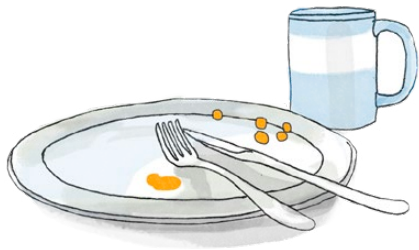


Allwch chi ddringo unrhyw beth?

- I fyny'r grisiau
- Ysgol
- Ffrâm ddringo



Mae Reggie yn gorffen ei de ac yn mynd yn syth i'r gwely. Mae wedi cael cymaint o hwyl fel ei fod am ddweud popeth amdano wrth ei ffrindiau drannoeth.



Allwch chi ddysgu unrhyw un o'r symudiadau rydych chi wedi'u gwneud yn ystod stori Reggie i rywun?

PETHAU YCHWANEGOL

DANGOSWCH I MI BETH ALLWCH CHI EI WNEUD

Allwch chi greu rhai symudiadau a fyddai'n helpu Reggie yn ystod ei daith?

Beth oeddech chi'n ei gael yn anodd? Pam wnaethoch chi ei chael hi'n anodd? Allwch chi ei gwneud hi'n haws?

Pa gamau oedd y mwyaf hwyliog i'w gwneud? Pam oedden nhw'n hwyl?

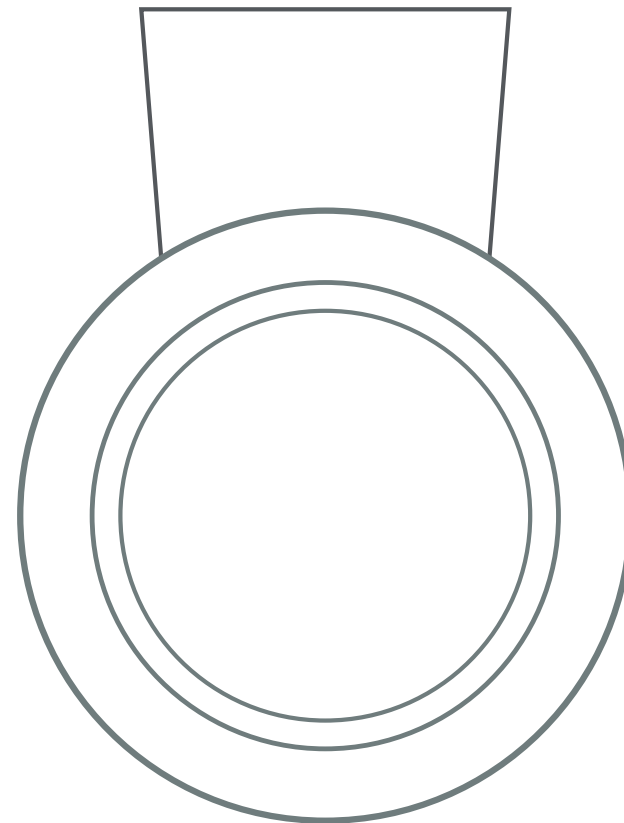
Allwch chi greu eich stori eich hun gyda champau newydd?

Allwch chi ddangos eich stori i ffrind a mynd drwyddi gyda'ch gilydd?

DA IAWN CHI

Rydych chi wedi cwblhau ‘Mae Reggie’n Mynd i’r Lleuad’ sy’n golygu eich bod wedi ennill medal arbennig fel anturiaethwr gofod.

Allwch chi ddylunio medal i ddangos i’ch ffrindiau i gyd?



BETH ALLWCH CHI EI WNEUD GYDA'R CAMAU HYN

Allwch chi feddwl am unrhyw weithgareddau neu chwaraeon
lle defnyddir y camau rydych chi wedi'u dysgu?

Gweithgareddau / Chwaraeon

Cropian	
Cerdded ar eich pedwar	
Cerdded (gyda chanllaw neu hebdo)	
Loncian (gyda chanllaw neu hebdo)	
Siapiau Syth	
Siapiau Seren	
Siapiau Crwn	
Siapiau fel Cryman	
Cropianl	
Cropian fel Milwr	

Gweithgareddau / Chwaraeon

Cropian ar eich Dwylo a'ch Pen-gliniau	
Gwthio Gwrthrych	
Neidio Un Droed (Glanio ar un neu ddwy droed)	
Neidio Dwy Droed (Glanio ar un neu ddwy droed)	
Neidio mor uchel ag ygallwch	
Rhedeg (gyda chanllaw neu hebdo)	
Neidio (pellter)	
Rholio dan y fraich	
Cicio	
Derbyn pêl gan eich partner	

Mae gweithgareddau addasu yn ffordd wych o gynllunio eich sgiliau o fewn 'Mae Reggie'n Mynd i'r Lleud'

GOFOD Sut allwch chi newid yr ardal rydych chi'n chwarae ynddi?

Ble allwch chi chwarae?

Allwch chi wneud y lle yn fwy neu'n llai?

Allwch chi gael mwy nag un rhan yn eich ardal?

TASG A all pobl chwarae'r gweithgaredd yn wahanol?

Sut allwch chi newid y gêm fel y gall pawb ei chwarae?

Allwch chi newid y gweithgaredd i'w wneud yn haws ac yn anoddach?

Allwch chi chwarae'r gweithgaredd mewn safleoedd gwahanol?

CYFARPAR Pa gyfarpar allwch chi ei ddefnyddio?

Allwch chi ddefnyddio cyfarpar o liw gwahanol?

Allwch chi ddefnyddio cyfarpar ysgafnach?

Allwch chi ddefnyddio cyfarpar mwy o faint?

Allwch chi ddefnyddio cyfarpar wedi'i wneud o ddeunyddiau gwahanol?

POBL Pwy all chwarae?

Allwch chi newid nifer y bobl sy'n chwarae?

A all pob chwaraewr gael sgiliau gwahanol i'w cwblhau?



MAE REGGIE'N MYND I'R LLEUAD

Simon Jones, Swyddog Datblygu Chwaraeon Anabledd Cymru
sljones@valeofglamorgan.gov.uk



www.valeofglamorgan.gov.uk/sportsandplay

🐦 Dewch o hyd i ni ar Twitter @Valesportnews www.disabilitysportwales.com