Tag Troi mewn Cylch

Pwyntiau addysgu

- **Gweithiwch mewn grwpiau**
- **Rhowch sbot neu farc ar y llawr i farcio'r man canol**
- **Bydd angen i bob un o'r disgyblion roi eu traed yn y canol a gwneud ystum Ymgynnal Blaen â'u dwylo yn y man pellaf posibl o'r canol**
- **Bydd pob un o'r disgyblion yn symud eu dwylo ac yn ceisio tagio dwylo disgybl arall**
- **Rhaid i draed pawb aros yn y canol**



Cwestiynau

- **Pa gêm arall ydych chi wedi'i chwarae sy'n debyg i'r gêm hon?**
- **Pam y mae'r gêm hon yn anos?**
- **Beth fydd angen i chi ei wylio'n ofalus er mwyn bod yn llwyddiannus yn y gweithgaredd hwn?**

PE & School Sport
AG a Chwaraeon Ysgol

sports council wales
cyngor chwaraeon cymru

Ariennir gan Lywodraeth Cynulliad Cymru
Funded by Welsh Assembly Government

Tag Troi mewn Cylch

Addasu'r gweithgaredd

Galluogi

- **Ewch ati i ymarfer yr ystum Ymgynnal Blaen**
- **Ewch ati ar eich pen eich hun i ymarfer symud eich dwylo a chadw'ch traed ar sbot**
- **Enwebwch ddisgyblion penodol i fod yn dagwyr, gan newid drosodd ar ôl cyfnod penodol**

Herio

- **Ceisiwch chwarae ag un goes wedi'i chodi oddi ar y llawr**
- **Chwaraewch â'ch traed ar fwrdd symud isel neu ar dop bocs**

Iechyd, ffitrwydd a lles

- **Cryfder***
- **Sadrwydd craidd***
- **Tyndra'r corff***
- **Sgiliau cydsymud**



PE & School Sport
AG a Chwaraeon Ysgol

sports council wales
cyngor chwaraeon cymru

Ariennir gan Lywodraeth Cynulliad Cymru
Funded by Welsh Assembly Government