

Tasg 2

Nid da lle gellir gwell

1. Beth yw ystyr y ddihareb **Nid da lle gellir gwell**?

Pam mae'n addas yn y cyd-destun hwn?

2. Mae'r ystadegau'n dangos bod pethau'n gwella yng Nghymru – bod mwy o bobl ifanc yn gwneud chwaraeon, ac felly mae mwy o bobl ifanc yn heini. Ond mae lle i wella eto. Cyfrifwch:

Yn 2015...

Faint o bobl ifanc oedd ddim yn gwneud chwaraeon o leiaf dair gwaith yr wythnos?	
Faint o bobl ifanc oedd ddim yn mwynhau addysg gorfforol "yn fawr"?	
Faint o bobl ifanc oedd ddim yn mwynhau chwaraeon tu allan i'r ysgol "yn fawr"?	
Faint o bobl ifanc oedd ddim yn hyderus i roi cynnig ar weithgaredd newydd?	
Faint o bobl ifanc oedd ddim yn cymryd rhan mewn gweithgareddau clwb tu allan i'r ysgol?	

3. Sut mae ysbrydoli'r bobl ifanc hyn – a rhai pobl ifanc yn eich dosbarth chi efallai – i wneud mwy o chwaraeon?

Trafodwch hyn mewn grŵp.

Sut mae eu hysbrydoli nhw / eu helpu nhw i...?

- wneud rhyw fath o chwaraeon o leiaf tair gwaith yr wythnos
- cael mwy o bleser o wersi addysg gorfforol yn yr ysgol
- mwynhau chwaraeon tu allan i'r ysgol "yn fawr"
- rhoi cynnig ar weithgareddau newydd
- cymryd rhan mewn clwb neu wersi chwaraeon tu allan i'r ysgol.

4. Cymharwch syniadau'r gwahanol grwpiau fel dosbarth.

5. Ysgrifennwch lythyr at eich papur bro lleol sy'n dangos sut all ysgolion neu ganolfannau hamdden lleol neu glybiau chwaraeon yn yr ardal ysbrydoli ac annog pobl ifanc i wneud mwy o chwaraeon a'u mwynhau.