

Adnodd Addysgiadol SchoolBeat

LLYFR

5

PARCHU FI: PARCHU TI

CA3
BLWYDDYN
7/8




SchoolBeat.cymru



Sut i ddefnyddio'r llyfr Gweithgareddau hwn.

Mae'r llyfryn hwn yn llawn gweithgareddau sy'n trafod pynciau pwysig am fyw'n iach gyda'n gilydd a ffynnu yn y gymuned.

I'ch helpu i ddeall y pynciau sydd wedi'u cynnwys yn y llyfr gweithgareddau hwn, byddwch yn gweld bod rhai geiriau wedi'u tanlinellu a bod symbol seren goch wrth eu hymyl. 

Os byddwch yn dod ar draws y symbol seren goch, gallwch ddod o hyd i ystyr y gair hwn yn y **rhestr o eiriau** yng nghefn y llyfryn.



Mae Parch yn hollbwysig*

Mae parch yn bwysig wrth gyd-dynnu ag eraill. Bydd y llyfr gweithgareddau hwn yn rhoi cyfle i chi feddwl sut y gallwn ni barchu eraill.

Gadewch i ni feddwl am yr hyn y mae PARCH yn ei olygu.

Cyfrifoldeb – Mae gan bob un ohonom gyfrifoldeb i barchu ein hun ac eraill.

Empathi – Dylai pob un ohonom ystyried teimladau pobl eraill.

Diogel – Dylai pob un ohonom deimlo'n ddiogel gartref a ble bynnag y byddwn yn mynd.

Cadarnhaol – Dylai pob un ohonom gael cymorth i ystyried ein hunain mewn ffordd gadarnhaol.

Ymgysylltu – Dylai pob un ohonom gael ein cynnwys ac ni ddylai unrhyw un gael ei adael allan.

Dewrder – Mae angen dewrder ar bob un ohonom er mwyn peidio â chymryd rhan pan fydd pobl eraill yn dangos diffyg parch.

Dweud – Dylem bob amser ddweud wrth oedolyn rydym yn ymddiried ynddo os ydym ni'n cael ein amharchu, neu os bydd rhywun arall yn cael ei amharchu.

Beth mae cael eich parchu yn ei olygu i chi? Cwblhewch y frawddeg isod.

Rwy'n teimlo fy mod yn cael fy mharchu pan _____

Rhowch gylch o amgylch pob gair isod sy'n cyfleu ffyrdd y gallwch chi ddangos parch.

Bod yn anghwrtais am rywun y tu ôl i'w gefn Cynnwys rhywun

Gwranddo'n dda Torri ar draws rhywun pan fydd yn siarad

Rhoi negeseuon sarhaus ar-lein Bod yn amyneddgar â rhywun

Anghytuno mewn ffordd gwrtais Anwybyddu barn rhywun

Deall sut mae rhywun yn teimlo

Gwneud hwyl am ben rhywun

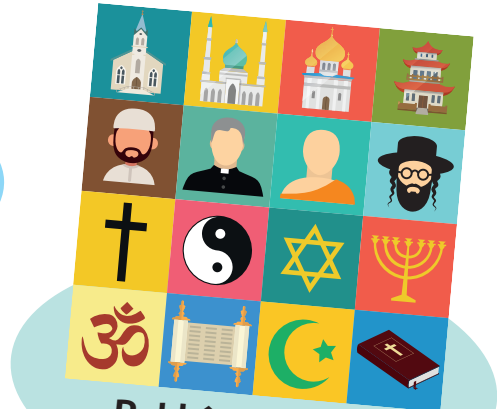
Cymryd eich tro i siarad

Cymuned fy ysgol

Rhowch gylch o amgylch y lluniau neu'r geiriau isod i ddangos faint o wahanol bobl sy'n rhan o gymuned eich ysgol.




Pobl o hiliau gwahanol



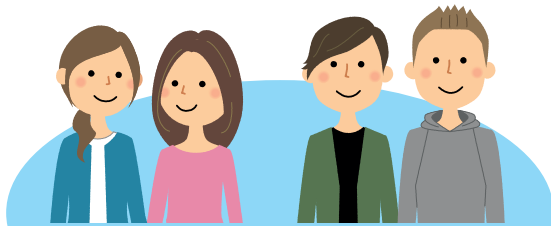
Pobl â chredoau gwahanol



Pobl ag anabledd 



Pobl hŷn



Pobl o gyfeiriadedd rhywiol gwahanol 



Pobl drawsrywiol 



Pobl o rywiau gwahanol



Pobl sy'n siarad ieithoedd gwahanol



Pobl â diddordebau gwahanol

Tebyg ac unigryw!

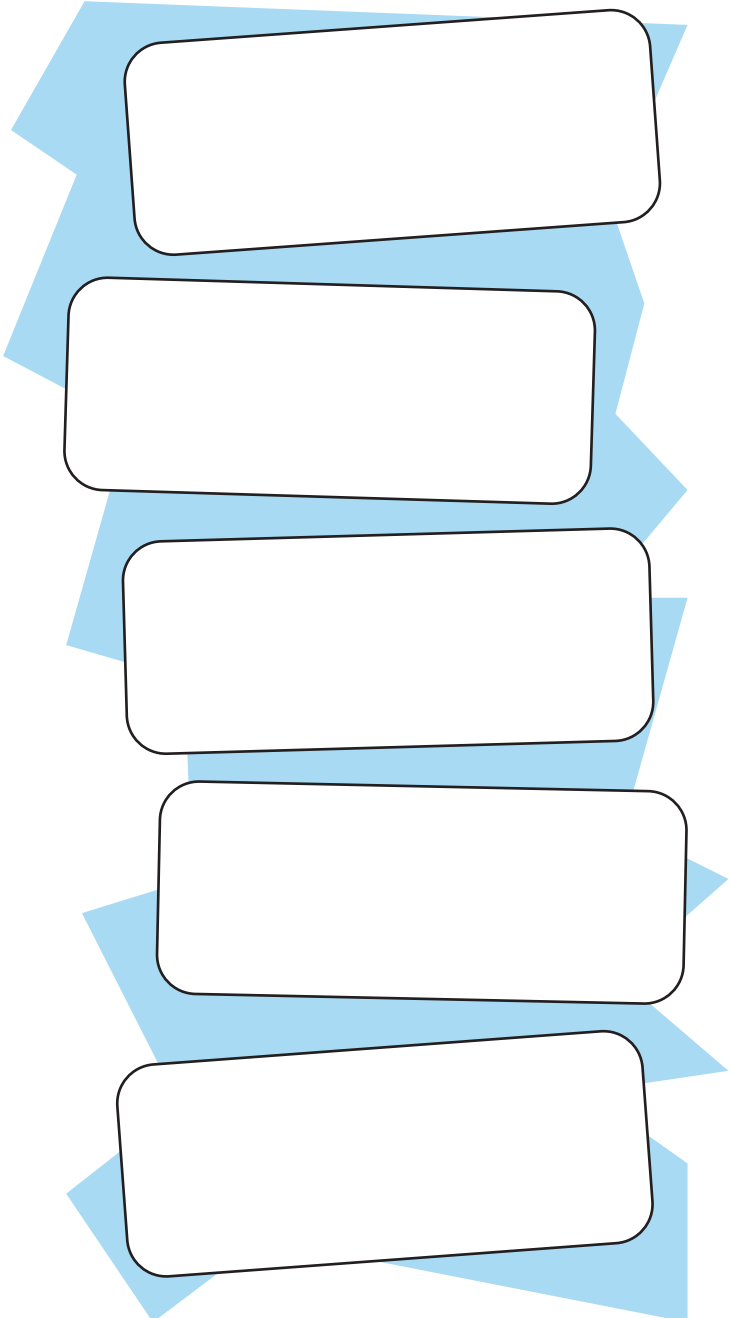
Ystyriwch yr hyn sy'n eich gwneud chi'n debyg i'ch ffrindiau a'r pethau sy'n eich gwneud chi'n unigryw.

Dylech ystyried eich iaith, diddordebau, cyflawniadau, ymddangosiad, cefndir, ble rydych chi'n byw, hobiau ac ati.

Fi

Unigryw

Tebyg



tegwch

Pan nad yw pawb yn cael ei drin mewn ffordd deg*

Yn y tabl isod, rhwch dic yn y blwch isod i ddisgrifio pa mor debygol y byddai person o gael ei drin mewn ffordd annheg, yn seiliedig ar ffactorau dylanwadol 1-14.

	Ffactor dylanwadol	Annhebygol	Tebygol	Tebygol iawn
1	Dillad			
2	Rhywedd			
3	Lliw croen			
4	Pwysau			
5	Anabledd			
6	Cyfeiriadedd rhywiol			
7	Trawsrywedd			
8	Crefydd			
9	Gwisgo sbectol			
10	Gweithio'n galed yn yr ysgol			
11	Dannedd cam			
12	Dioddef o anhwylder iechyd meddwl			
13	Oedran			
14	Treffadaeth ddiwylliannol			
15	Acen			

Penbleth Gareth

Mae pob un ohonom yn debyg, ac yn unigryw! Rydym yn galw hyn yn 'amrywiaeth' ('diversity' yn Saesneg). Mae'n annheg trin rhywun yn wahanol am rywbeth sy'n ei wneud yn unigryw. Mae'r dull hwn o drin rhywun mewn ffordd annheg yn cael ei alw'n wahaniaethu. ✨

Darllenwch stori Gareth a nodwch eich safbwyntiau ar y dudalen ganlynol.



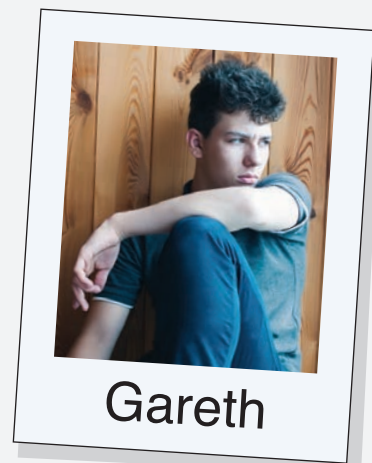
Mae Gareth yn 14 oed ac yn byw gyda'i dad sy'n anabl a'i chwaer hŷn. Cafodd ei dad ddamwain car a achosodd anaf i'r ymennydd.

Nid yw tad Gareth yn gallu cerdded heb help bellach, mae'n cael trafferth siarad ac mae ganddo epilepsi.

Mae Gareth a'i chwaer yn treulio llawer o amser yn gofalu am eu tad. Er bod ei dad yn hapus i ffrindiau Gareth ddod i'r tŷ i gadw cwmni iddo, maent yn aml yn gwneud esgusodion dros beidio â dod draw ac mae Gareth yn dechrau teimlo'n fwy unig ac yn teimlo ei fod yn cael ei adael allan o'u gweithgareddau.

Pan ofynnodd i un o'i ffrindiau am hyn, dywedodd fod ei dad yn gwneud i sawl un o'r grŵp deimlo'n anniddig ac nad oeddent am dreulio amser gyda Gareth bellach.

Maent hefyd wedi ysgrifennu neges amharchus am anabledd ei dad ar y cyfryngau cymdeithasol.



Gareth

Stori Gareth

Ar ôl ystyried stori Gareth, atebwch y cwestiynau isod. Ysgrifennwch eich atebion yn y blychau gwag.

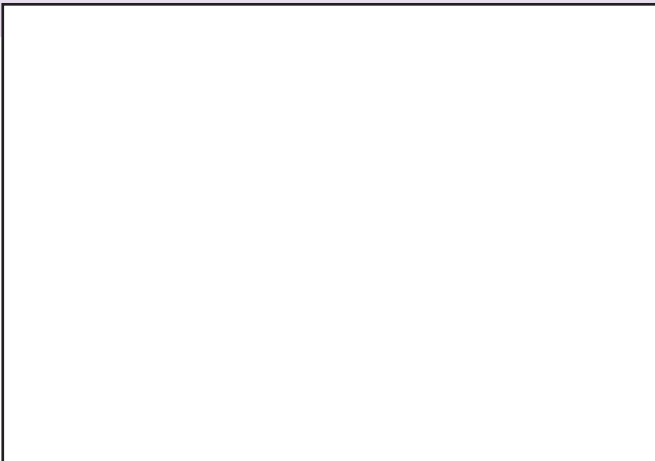
1. Beth ddigwyddodd yn y stori?



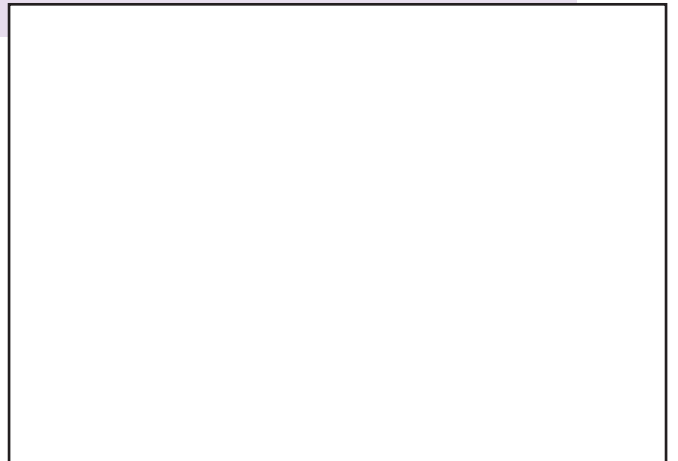
4. Pa gyngor fydddech chi'n ei roi i brif gymeriad y stori?



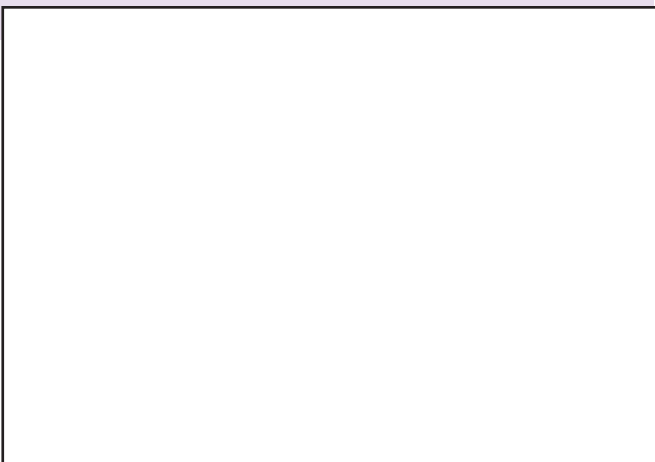
2. Pwy wnaeth gweithredoedd y ffrindiau yn y stori effeithio arnynt?



5. Pwy allai helpu Gareth?



3. Sut y byddai'r unigolyn/unigolion yr effeithiwyd arno/ arnynt yn teimlo?



6. Ydych chi'n gallu meddwl am ddiweddglo cadarnhaol i'r stori hon?



Yn esgidiau rhywun arall

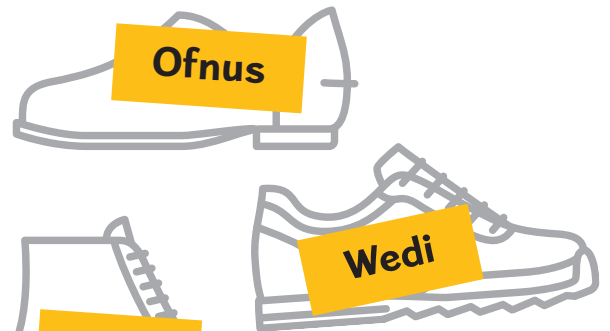
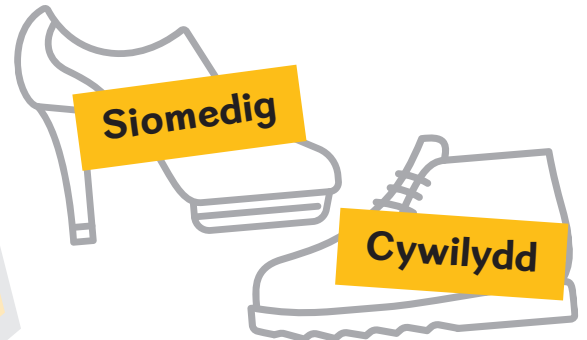
Isod, ceir disgrifiad o brofiadau tri pherson gwahanol o wahaniaethu. Tynnwch linell rhwng y disgrifiad a'r emosiynau y gallai pob cymeriad fod wedi'u teimlo.

Mae **Tanya** wedi bod yn edrych ymlaen at fynd i'w phrom. Mae pob un o'i chyd-ddisgyblion wedi bod yn trafod yr hyn y byddant yn ei wisgo a gyda phwy y byddant yn mynd. Mae wedi prynu ei ffrog ac mae'n bwriadu mynd gyda'i ffrind gorau, Emily, mewn car limo wedi'i rentu gyda rhai ffrindiau eraill.

Gwnaeth Emily sôn wrth y lleill y byddai Tanya yn hoffi dod gyda nhw yn y car, ond gwnaethant ddadlau na fyddai digon o le iddi. Ni chafodd Tanya fynd yn y car limo gyda'r lleill, er bod digon o le iddi. Bu'n rhaid iddi gyrraedd ar ei phen ei hun yng nghar ei thad.

Roedd **Kayleigh**, sy'n 15 oed, a'i hefaill yn aros am y lifft ar yr ail lawr yn eu canolfan siopa leol. Pan agorodd drysau'r lifft, roedd ar fin camu i mewn pan wnaeth y tri pherson a oedd yn y lifft ei hatal gan ddweud wrthi y dylai aros am yr un nesaf. Gwnaeth un o'r dynion ifanc sylw sarhaus am ei hil a chwarddodd y lleill wrth i'r drysau gau.

Mae **Ravi** sy'n 13 oed, newydd ddechrau mewn ysgol newydd. Symudodd i Gymru o Lundain i fyw'n agosach at ei deulu estynedig. Mae Ravi yn Hindw. Mae wedi gwneud ffrindiau gyda rhai o'r bechgyn yn ei ddosbarth. Roedd un o'i ffrindiau, Rhys, yn cael parti ar ei ben-blwydd yn 14 oed mewn canolfan gymunedol leol. Cafodd bawb wahoddiad heblaw am Ravi. Pan ofynnodd i Rhys pam nad oedd wedi cael gwahoddiad, dywedodd Rhys wrtho'n chwithig nad oedd ei dad yn grefyddol ac nad oedd yn fodlon ymwneud â phobl grefyddol.



Pam na ddangoswyd parch?

A allwch chi feddwl am resymau pam y cafodd pob un o'r bobl ifanc eu trin yn annheg ac y gwahaniaethwyd yn eu herbyn yn y straeon?

Tanya



A large, empty rectangular box with a dashed border, intended for writing a response.



Kayleigh

A large, empty rectangular box with a dashed border, intended for writing a response.

Ravi



A large, empty rectangular box with a dashed border, intended for writing a response.

Beth y gallwn ni ei wneud i helpu?

Dychmygwch mai chi yw Emily, ffrind gorau Tanya. Penderfynwch ar yr hyn y gallech chi ei wneud er mwyn helpu Tanya i gael profiad gwell yn y prom. Rhowch gylch o amgylch y cam/camau gweithredu y byddech yn ei gymryd/eu cymryd, a/neu awgrymwch rywbeth gwahanol.



1. Trafod pa mor annheg yw'r sylwadau gyda'r lleill a siarad ag oedolyn rwy'n ymddiried ynddo a all helpu gyda'r sefyllfa.
2. ewis mynd i'r prom gyda'ch ffrind gorau, hyd yn oed os yw hyn yn golygu mynd mewn car gwahanol gyda hi.

Byddwn i'n...

Dychmygwch eich bod chi'n ffrind i Kayleigh a'i bod newydd ddweud wrthyhch am ei phrofiad yn y ganolfan siopa. Penderfynwch ar yr hyn y gallech chi ei wneud i helpu Kayleigh. Rhowch gylch o amgylch y camau gweithredu y byddech yn eu cymryd, ac awgrymwch rywbeth gwahanol.



1. Siarad ag oedolyn rwy'n ymddiried ynddo a all helpu i roi cymorth i Kayleigh â'r sefyllfa.
2. Rhoi gwybod am y digwyddiad casineb i 101 (rhif yr heddlu ar gyfer achosion nad ydynt yn rhai brys) neu gan ddefnyddio'r ap Fearless. (Ni fyddai angen i chi roi eich enw).

Byddwn i'n...

Dychmygwch eich bod chi'n un o ffrindiau Ravi a'i fod newydd roi gwybod i chi nad yw'n gallu mynd i'r parti gan nad yw tad Rhys am iddo fod yno oherwydd ei gred grefyddol. Penderfynwch ar yr hyn y gallech chi ei wneud i helpu Ravi. Rhowch gylch o amgylch y camau gweithredu y byddech yn eu cymryd, ac awgrymwch rywbeth gwahanol.



1. Siarad ag oedolyn rwy'n ymddiried ynddo a all helpu i roi cymorth i Ravi â'r sefyllfa.
2. Dweud wrth Ravi nad ydych yn gyfforddus gyda phenderfyniad tad Rhys a threfnu i chi a'ch ffrindiau wneud rhywbeth gyda'ch gilydd ryw bryd arall er mwyn.

Byddwn i'n...

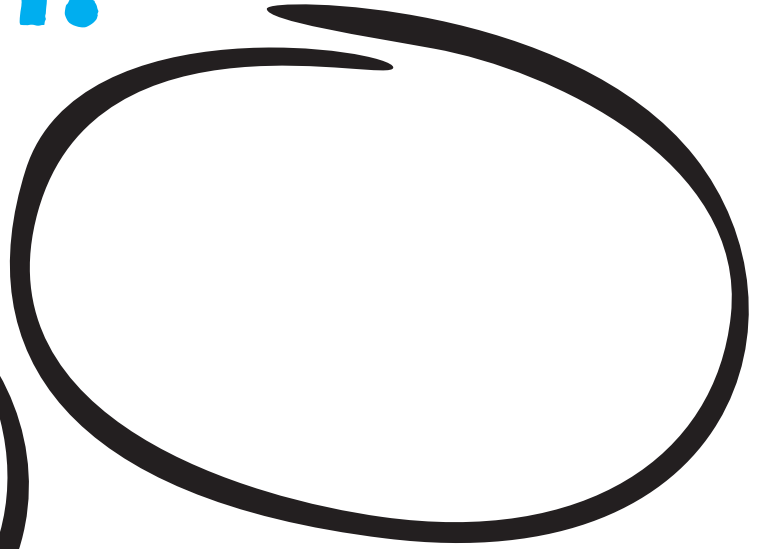
Bod yn fy esgidiau i!



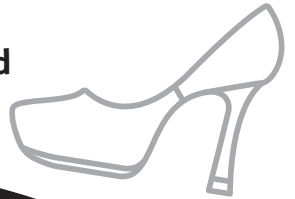
Yr heriau rwy'n eu hwynebu!



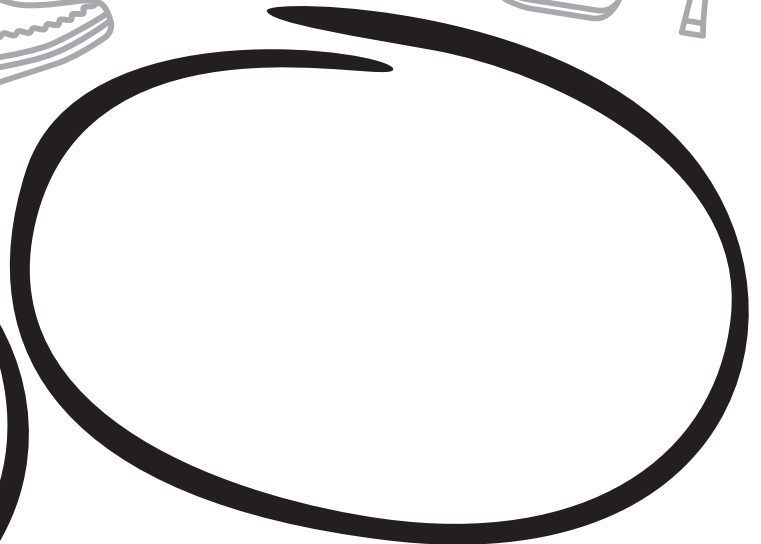
Mae'r pethau sy'n gweithio'n dda i mi yn...



Pan fydd rhywbeth yn mynd o'i le, gallaf fynd at...



Rwy'n aml yn teimlo...



Ar ddiwedd y llyfr gweithgareddau hwn, ceir nifer o linellau cymorth defnyddiol os byddwch yn teimlo bod angen rhywfaint o help neu gymorth arnoch.

Chwilotwr barn...

Darllenwch y datganiadau canlynol a nodwch i ba raddau rydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â phob datganiad drwy roi croes ar y llinell.


Cytuno

Anghytuno



E.e. Dylai pawb gael eu trin â pharch.



1. Mae gan bawb yr hawl i ffynnu  mewn bywyd, er gwaethaf eu.



2. Dylai pawb gael eu trin yn deg, er gwaethaf eu gwahaniaethau.



3. Mae'n gwneud gwahaniaeth mawr os yw eich ffrindiau yn wahanol i chi.



4. Mae gwahanol fathau o bobl yn gwneud cymunedau yn fwy.



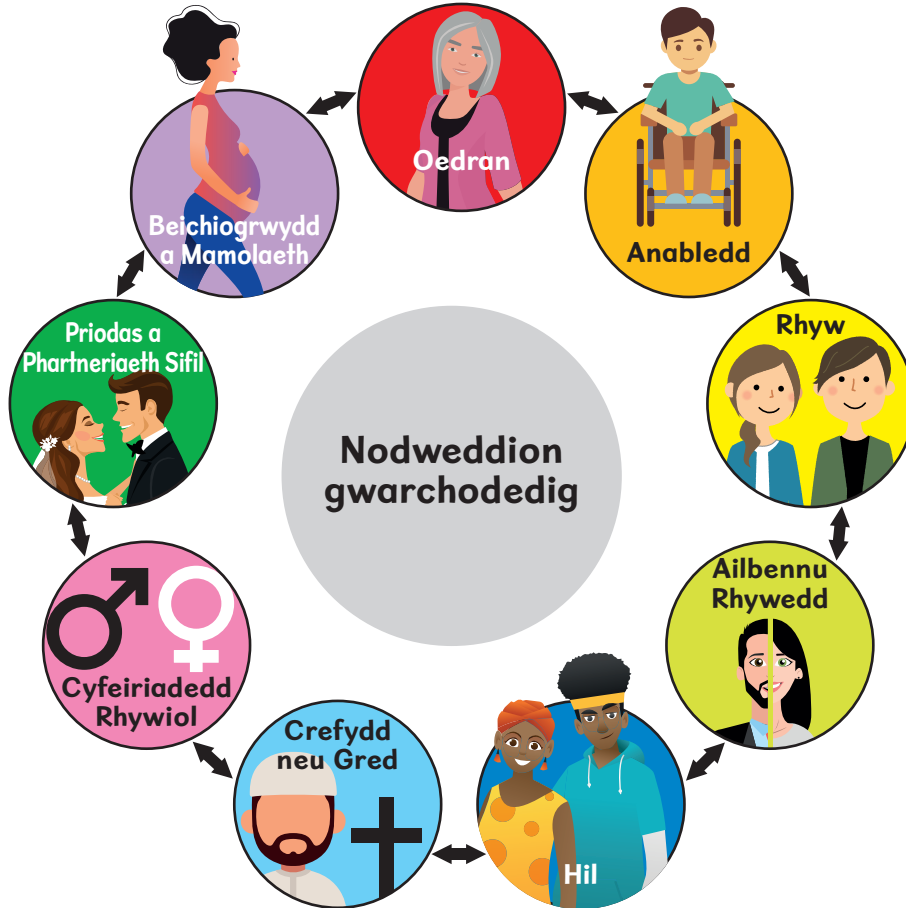
5. Mae gan bob un ohonom gyfrifoldeb i helpu i ddiogelu ein gilydd rhag troseddau casineb .



Y darn anodd!

Y gyfraith a gwahaniaethu

Yn ôl Deddf Cydraddoldeb 2010, mae nodweddion gwarchoddedig yn cyfeirio at agweddau ar hunaniaeth person sy'n eu gwneud nhw'n unigryw. Mae gennym gyfreithiau i ddiogelu pobl rhag achosion o wahaniaethu.




Ni chaniateir achosion o drin pobl yn annheg ***** yn seiliedig ar unrhyw un o'r nodweddion gwarchoddedig ***** hyn mewn ysgolion na gweithleoedd.

Os bydd rhywun yn cael ei frifo neu ei niweidio oherwydd y nodweddion hyn, yna byddai'n cael ei ystyried fel trosedd casineb. Gall enghreifftiau o droseddau casineb gynnwys ymosodiad, dwyn, aflonyddu, difrod troseddol ac hyd yn oed lofruddiaeth. Mae'r enghreifftiau uchod eisoes yn droseddau, ond os cânt eu cyflawni ar sail un o nodweddion gwarchoddedig yr unigolyn, cânt eu hystyried yn droseddau casineb.

Rhowch gylch o amgylch y geiriau isod a fyddai'n enghreifftiau o droseddau casineb.

- Torri pren mesur rhywun
- Gwneud hwyl am ben esgidiau rhywun
- Anfon sylw hiliol sarhaus mewn neges destun
- Galw person hoyw yn enw cas
- Gwthio rhywun am ei fod yn gwisgo hijab
- Bwrw het dyn oedrannus i'r llawr am ei fod yn hŷn
- Poeri ar berson trawsryweddol
- Gwneud sylw sarhaus am ddillad rhywun
- Gwneud sylw cas ar-lein am anhawster dysgu rhywun

Ymddygiad gwahaniaethol: Meddwl am ein ffordd o feddwl!

Mae ein hymddygiad yn seiliedig ar ein ffordd o feddwl neu ar ddiffyg meddwl! Os ydym yn dewis trin rhywun mewn ffordd amharchus oherwydd yr hyn sy'n ei wneud yn wahanol, mae'n golygu ein bod yn ymddwyn mewn ffordd wahaniaethol. Drwy ystyried ein ffordd o feddwl am y gwahaniaeth hwnnw, efallai y byddwn yn sylweddoli ein bod yn meddwl mewn ffordd negyddol am rywun oherwydd ei ymddangosiad yn unig. Mae hyn yn enghraifft o ragfarn . Gwneud rhagdybiaethau negyddol am rywun, naill ai gan nad ydym yn ei ddeall neu am ein bod yn meddwl bod yr hyn sy'n ei wneud yn wahanol yn golygu y dylem ei drin yn llai teg.

Ydych chi'n gallu gweld unrhyw achosion o ragfarn yn y swigod meddwl isod?

Gus

Ni ddylai merched gael chwarae criced. Gêm i fechgyn ydw. Byddai merched yn difetha'r gêm

Sophie

Dydw i ddim yn hoffi Cerys gan ei bod bob amser mor gas i mi. Dydw i ddim yn mynd i'w gwahodd i fy mharti.

Owain

Dydw i ddim yn hoffi gorfod eistedd wrth ymyl Kaz am ei fod yn dod o dramor!

Molly

Rwy'n credu ei bod yn well treulio amser gyda phobl sy'n edrych yn debyg i chi!

Lottie

Byddai'n well gennyf pe na fyddai Karla yn treulio amser gyda ni yn ystod amser chwarae, dydw i ddim yn gwybod pam bod angen iddi wisgo'r hijab yna!!

Brandon

Dydw i ddim eisiau rhoi benthyg fy mhren mesur i Jack am fy mod yn credu ei fod yn hoyw!

Rochelle

Mae cariad Amy, Leo, yn mynd i ddifetha'r parti, mae'n siŵr o fod yn ddiflas, gan ei fod yn grefyddol.

Amir

Mae Robbie yn anobeithiol yn y gôl. Rwy'n gobeithio na fydd.

Anya

Roeddwn i'n meddwl bod Jay yn olygus iawn i ddechrau pan wnaeth anfon cais i fod yn ffrind ataf. Newidiais fy meddwl ar ôl sylweddoli ei fod mewn cadair olwyn.

Rhys

Mae gan Max gymaint o feddwl ohono'i hun. Mae'n meddwl ei fod yn well na fi ym mhopeth.

Meddwl am ein ffordd o feddwl!

Cyfeiriwch yn ôl at y swigod meddwl drosodd. Cwblhewch y tabl isod drwy roi tic yn y blwch cywir ac egluro pam eich bod yn credu hynny.



Enw'r person sy'n meddwl	Mae'r ffordd hon o feddwl yn enghraifft o ragfarn ✓	Nid yw'r ffordd hon o feddwl yn enghraifft o ragfarn ✓	Oherwydd
Gus			
Owain			
Molly			
Sophie			
Brandon			
Lottie			
Amir			
Rochelle			
Anya			
Rhys			

Dewiswch ddau berson o'r tabl ac awgrymwch sut y gellid eu helpu i feddwl yn wahanol.

1. _____

2. _____

Cymryd camau

Nid yw'n hawdd herio eraill pan fyddant yn mynegi teimladau sy'n dangos rhagfarn. Mae angen dewrder. Weithiau, mae'r ffordd hon o feddwl yn dangos nad yw'r person yn deall y ffeithiau'n iawn ac efallai ei fod wedi dysgu rhywbeth sy'n anghywir o rywle.

Weithiau, mae pobl yn dysgu ffyrdd anghywir o feddwl am eraill gan bobl eraill o'u cwmpas, ar y cyfryngau cymdeithasol neu ar y Rhyngrwyd.

Cwblhewch y brawddegau yn y diagram. Gallech ddefnyddio rhai o'r geiriau yn y blwch isod i'ch helpu.

Mae'r ffordd hon o feddwl yn...


Gallech ymateb i hyn mewn ffordd gadarnhaol drwy...

Efallai bod y person yn meddwl fel hyn oherwydd...

Gallai'r agwedd hon achosi niwed oherwydd...

Byddai mynegi'r ffyrdd hyn o feddwl yn gwneud i berson ifanc deimlo'n...



 gwahaniaethu ar sail oedran	dangos rhagfarn	gwahaniaethu	amharchus	tegwch	newyddion ffug
niweidiol	cas	anhydraddoldeb	y cyfryngau	ffobia	rhagfarn
rhoi gwybod am rhywbeth	y cyfryngau cymdeithasol	stereoteipio	annheg	annibynadwy	

Cymerwch olwg ar y rhestr o eiriau yn y cefn i weld ystyr yr holl eiriau yn y tabl uchod.

Bwlio am fod yn wahanol?



Weithiau, caiff pobl eu bwlio am eu bod yn **wahanol**. Os bydd hyn yn digwydd i ni neu rywun rydym yn ei adnabod, **gallwn wneud rhywbeth am hynny**.

Mae pobl a sefydliadau ar gael a all ein helpu. Gallwn hyd yn oed roi gwybod am droseddau casineb yn **ddienw** ✨ (heb orfod dweud pwy ydym).

Mae'n bwysig iawn ein bod yn **DWEUD** wrth rywun ac yn rhoi gwybod am y math hwn o ymddygiad pan fydd yn digwydd.

Mae'n debygol iawn y bydd angen cymorth ar y person sy'n bwlio i'w atal rhag ymddwyn yn y ffordd hon. **Mae gan y person sy'n cael ei fwlio yr hawl i deimlo'n ddiogel ac i fod yn ddiogel!**

Pwy all roi help a chymorth?



www.fearless.org

Gwefan ddwyieithog ac ap i alluogi pobl ifanc i roi gwybod am droseddau'n ddienw.



www.meiccymru.org

Meic yw'r gwasanaeth llinell gymorth dwyieithog i blant a phobl ifanc hyd at 25 oed yng Nghymru.



<http://eyst.org.uk>

Mae'r Tim Cymorth Lleiafrifoedd Ethnig ac Ieuenctid yn cefnogi pobl ifanc BAME rhwng 11 a 25 oed drwy ddarparu gwasanaeth cymorth cyfannol wedi'i dargedu sy'n sensitif i ddiwylliannau er mwyn diwallu eu hanghenion.



www.childline.org.uk

Llinell gymorth 24 awr i blant yn y DU.



www.stonewallcymru.org.uk

Gwybodaeth a chymorth i gymunedau LGBT a'u cynghreiriaid. Ffoniwch Wasanaeth Gwybodaeth Stonewall RHADFFON 0800 0502020. Mae'r llinellau ar agor rhwng 9:30 a 4:30 o ddydd Llun i ddydd Gwener.



Rhestr o Eiriau sy'n cael eu defnyddio yn y llyfr weithgareddau hwn

Gwahaniaethu ar sail oedran	Rhagfarnu neu wahaniaethu yn erbyn grŵp oedran penodol.
Yn ddiennw	Gwneud rhywbeth heb orfod dweud pwy ydych, heb roi eich enw.
Dangos rhagfarn	Rhagfarnu o blaid neu'n erbyn un person neu grŵp, yn enwedig mewn ffordd sy'n cael ei ystyried yn annheg.
Gwahaniaethu	Trin person penodol neu grŵp penodol o bobl yn annheg
Gwahaniaethol	Trin person neu grŵp yn annheg neu'n wahanol i eraill, gan eu trin fel arfer yn waeth na phobl eraill.
Anabledd	Unrhyw gyflwr sy'n ei gwneud hi'n anoddach i berson wneud gweithgareddau penodol neu ryngweithio â'r byd o'i gwmpas o gymharu ag eraill.
Amharchus	Dangos diffyg parch yn y ffordd rydych chi'n siarad â rhywun neu'n ymddwyn tuag ato.
Empathi	Bod yn ymwybodol o deimladau ac emosiynau pobl eraill, hyd yn oed os nad yw'r hyn sy'n digwydd iddynt yn effeithio arnoch yn uniongyrchol.
Ymgysylltu	Dod yn rhan o rywbeth.
Cydraddoldeb	Cael yr un hawliau a chyfleoedd ag eraill.
Tegwch	Trin pobl yn gyfartal neu mewn ffordd sy'n gywir neu'n rhesymol.
Newyddion ffug	Straeon ffug sy'n cael eu cyhoeddi ar-lein yn fwriadol er mwyn gwneud i bobl gredu rhywbeth nad yw'n wir.
Niweidiol	Yn debygol o achosi niwed.
Troseddau casineb	Ystyr trosedd casineb yw pan fydd rhywun yn cyflawni trosedd yn eich erbyn oherwydd eich anabledd, hunaniaeth o ran rhywedd, hil, cyfeiriadedd rhywiol, crefydd neu unrhyw beth arall sy'n wahanol megis oedran.
Homoffobia	Ofni neu gasáu pobl hoyw.
Anghydraddoldeb	Y gwahaniaeth mewn statws cymdeithasol, cyfoeth neu gyfleoedd rhwng pobl neu grwpiau.
Y cyfryngau	Y sianeli cyfathrebu a ddefnyddir i ledaenu newyddion, cerddoriaeth, ffilmiau, addysg, negeseuon hyrwyddo a data eraill i nifer fawr o bobl.
Ffobia	Ofni rhywbeth yn fawr neu atgasedd o rywbeth.
Rhagfarn	Barn neu deimlad annheg ac afresymol yn seiliedig ar ddiffyg meddwl neu wybodaeth.
Nodwedd warchoddedig	Nodwedd bersonol, megis oedran, cyfeiriadedd rhywiol neu grefydd, a gaiff ei gwarchod gan y gyfraith.
Hiliaeth	Rhywun sy'n ymddwyn yn wahanol tuag at berson arall yn seiliedig ar liw ei groen neu ei ddiwylliant.
Rhoi gwybod am rywbeth	Rhoi disgrifiad ysgrifenedig neu ar lafar o rywbeth i berson arall.
Parch	Trin person mewn ffordd sy'n dangos eich bod yn ei dderbyn neu eich bod yn poeni am ei deimladau a'i lesiant.
Cyfrifoldeb	Dyletswydd i wneud rhywbeth.
Rhywiaeth	Rhywun sy'n ymddwyn yn wahanol tuag at berson arall yn seiliedig ar ei ryw.
Cyfeiriadedd rhywiol	Yr atyniad emosiynol, rhamantaidd neu rywiol y mae person yn ei deimlo at berson arall. Gall yr atyniad hwn fod tuag at berson o'r un rhyw, y rhyw arall neu'r ddau ryw.
Y cyfryngau cymdeithasol	Y term a ddefnyddir ar gyfer y llwyfannau ar-lein y mae pobl yn eu defnyddio i gysylltu ag eraill, rhannu cynnwys y cyfryngau a chreu rhwydweithiau cymdeithasol.
Stereoteipio	Barn neu syniad sy'n aml yn annheg neu'n anwir am bob aelod o grŵp penodol.
Trawsryweddol	Mae'n golygu y gall person newid ei ymddangosiad ar y tu allan i gyd-fynd â'i deimladau ar y tu mewn. Er enghraifft, newid o fod yn ferch i fod yn fachgen neu o fod yn fachgen i fod yn ferch.
Annheg	Trin pobl mewn ffordd anghyfiawn a allai olygu bod yn llai ffafriol tuag atynt o gymharu ag eraill.
Annibynadwy	Ddim yn ddibynadwy.

**Mae mwy o adnoddau y gellir
eu lawrlwytho ar gael ar ein
gwefan hefyd!**



SchoolBeat.cymru