Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan

Atal Trosedd a Chadw’n Ddiogel

Mae cynnwys y llyfryn cefnogi athrawon hwn yn cyd-fynd ag unedau:
Atal Trosedd a Chadw’n Ddiogel: **Lefel 1 a Lefel 2**

Cyfnod Allweddol 3

LLYFRYN ATEBION CYMORTH ATHRAWON

Dyma rai o'r diffiniadau y bydd eu hangen ar y disgyblion er mwyn eu galluogi nhw i ateb y cwestiynau:

Diffinio: Y rhain yw'r ddiffiniadau a ddarperir gan y Swyddog Cyswllt Ysgolion yr Ysgol.

Adnabod: Dewis neu ddod o hyd i'r atebion cywir.

Nodi: Dewiswch wybodaeth berthnasol ac atebwch y cwestiwn yn eich geiriau eich hun.

Rhowch enghreifftiau: Yn eich geiriau eich hun, rhowch enghraifft sy'n egluro eich ateb i'r cwestiwn. Gallai fod yn ffaith, yn ddigwyddiad neu fe allech hyd yn oed ddefnyddio llun.

Disgrifiwch: Defnyddiwch eich gwybodaeth a'ch dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eich geiriau eich hun.

Fe ddylech:

a) roi rhesymau er mwyn ehangu eich atebion, er enghraifft, 'Mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...'

b) awgrymwch syniadau eich hun neu atebion i broblemau.

Noder: Pan fydd disgyblion Lefel 1 yn gwneud defnydd o'r taflenni cymorth sydd ar gael yn y pecyn tiwtor, does dim angen iddynt lenwi eu llyfrynnau ar gyfer y cwestiwn penodol hwnnw. Gellir cysylltu'r daflen gymorth i'r llyfryn ar gyfer eu hasesu.

LO	Lefel	Gorchymyn / Cwestiwn	Ateb
AC1.	Lefel 1/2	Diffiniwch uned o Alcohol *Defnyddiwch ddiffiniad y Swyddog*	Un uned yw 10 ml / 8gm o alcohol pur. Mae un uned o alcohol gyfwerth â: • hanner peint o gwrw, lager neu seidr arferol (3-4% o gyfaint alcohol) • mesur bach mewn tafarn (25ml) o wirodydd (40% o gyfaint alcohol) • mesur safonol mewn tafarn (50ml) o win cadarn (fortified wine) megis sieri neu bort (20% o gyfaint alcohol)
AC1.	Lefel 1/2	L1./L2 Nodwch gryfder y gwahanol yr amrywiaeth o ddiodydd hyn	Yr enghreifftiau sy'n cael eu cynnwys yn y wers yw: • Coca Cola 0% • Shandy 1% • Breezer 4% • Strongbow 5.3% • Gwin 12% • Fodca 40% • Unrhyw opsiynau eraill
AC1.1	Lefel 1/2	L1/L2. Nodwch dair cyfraith am y defnydd o alcohol *Fe ddylai disgyblion gynnwys o leiaf 3 enghraifft.*	Mae'r gyfraith yn nodi: • Pan fyddwch yn 16 oed gallwch yfed cwrw, gwin neu seidr gyda phryd bwyd sy'n cael ei brynu gan oedolyn. • 18 yw'r oedran cyfreithiol ar gyfer prynu alcohol. • Mae'n anghyfreithlon rhoi alcohol i rywun o dan 5 oed. • Mae gan yr Heddlu bwerau i gymryd alcohol oddi ar bobl ifanc sydd o dan 18 oed. • Gall yr Heddlu ddefnyddio gorchymyn gwasgaru (dispersal order) er mwyn stopio pobl ifanc rhag ymgynnull.
AC1.	Lefel 1/2	L1/L2 Nodwch yr effeithiau o ddefnyddio alcohol *Fe ddylai disgyblion roi o leiaf 3 enghraifft*	Yr effeithiau o ddefnyddio alcohol yw: • Ymddygiad afreolus e.e. ymladd, bod yn stwrllyd, bod yn sâl. • Effeithiau ar y corff e.e. alcohol yn arafu'r system, yn addasu'r ffordd yr ydych yn gweld pethau, colli balans a rheolaeth o'ch corff, anymwybodol, gwenwyn alcohol (mae 1 o bob 6 o bobl ifanc o dan 15 oed yn ymweld â'r Uned Ddamweiniau ac Achosion Brys oherwydd effeithiau alcohol).

			• Anafiadau e.e. mwy tebygol o gael damwain a gorfod mynd i'r ysbyty • Damweiniau ffordd e.e. 1000 o bobl yn cael eu lladd bob blwyddyn (dros hanner y bobl ifanc sy'n cael eu lladd ar ffyrdd y DU bob blwyddyn wedi bod yn yfed alcohol) • Anafiadau i'r wyneb (1000 o bobl yn dioddef anafiadau i'r wyneb sy'n gysylltiedig ag alcohol bob wythnos yn y DU) • Torri'r gyfraith
AC2	Lefel 1/2	Beth yw'r diffiniad o gyffur? *Defnyddiwch ddiffiniad y Swyddog*	Mae cyffuriau yn newid y ffordd mae eich meddwl a'ch corff yn gweithio.
AC2.1	Lefel 1/2	L1/L2. Nodwch y gwahaniaeth rhwng cael cyffuriau anghyfreithlon yn eich meddiant a chyflenwi cyffur anghyfreithlon. *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio'r daflen weithgareddau sy'n cefnogi AC2.1 Meddiant v Cyflenwi er mwyn ateb y cwestiwn.*	Meddiant yw bod â chyffur anghyfreithlon arnoch chi neu phan fyddant yn gyfrifol amdano yn rhywle arall (e.e. cartref, gweithle, locer ysgol ac ati) Cyflenwi yw rhoi, gwerthu neu gytuno i ddosbarthu cyffuriau anghyfreithlon.
AC2.2	Lefel 1 Lefel 2	L1. Rhowch enghreifftiau o'r canlyniadau uniongyrchol ar gyfer unigolyn sy'n cael eu dal â chyffur anghyfreithlon yn eu meddiant. L2. Disgrifiwch y canlyniadau uniongyrchol ar gyfer rhywun sy'n cael eu dal â chyffur anghyfreithlon yn eu meddiant. *Disgyblion i roi o leiaf 2 enghraifft.* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi gweithgaredd AC2.2 Canlyniadau Uniongyrchol i ateb y cwestiwn.* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *a) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...*	Y canlyniadau uniongyrchol yw: • Embaras • Stopio a chwilio • Arestio • Cael eich rhoi mewn cell • Cymryd eich eiddo oddi arnoch • Noeth chwilio • Chwilio eich tŷ • Hysbysu'r rhieni

		b) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.	
AC2.3	Lefel 1 Lefel 2	L1. Nodwch yr effeithiau posibl ar deulu a ffrindiau aelod o'r teulu sy'n cael eu dal â chyffuriau anghyfreithlon yn eu meddiant ac yn cyflenwi cyffuriau anghyfreithlon. L2. Disgrifiwch yr effeithiau posibl ar deulu a ffrindiau aelod o'r teulu sy'n cael eu dal â chyffuriau anghyfreithlon yn eu meddiant ac yn cyflenwi cyffuriau anghyfreithlon. *Disgyblion i roi o leiaf 3 enghraifft* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio'r daflen weithgareddau AC2.3 Yr Effaith er mwyn ateb y cwestiwn.* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *a) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *b) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	Y canlyniadau posibl o gael cyffuriau yn eich meddiant a chyflenwi cyffur anghyfreithlon ar y ffrindiau a'r teulu yw: • Ffrindiau yn ei anwybyddu • Ffrindiau'n stopio ei wahodd i ddigwyddiadau cymdeithasol • Y gymuned hŷn yn cael eu haflonyddu gan ymddygiad pobl ifanc • Mam yn poeni • Mam yn bryderus am y risg i'r brawd ieuengaf • Esiampl gwael i'w frawd bach • Embaras i'r teulu • Teulu yn drist bod y tŷ wedi cael ei chwilio • Mam methu coelio'r hyn mae wedi'i wneud i ddechrau • Mam yn drist ac yn flin • Mam yn poeni amdano • Cariad yn siomedig ac wedi gorffen y berthynas • Stigma o gael mab sydd wedi'i euogfarnu
AC2.		L1/L2. Nodwch sut y gallai dyfodol rhywun ifanc gael ei effeithio arno petai nhw'n eu cael euogfarn cysylltiedig â chyffuriau. *Disgyblion i roi o leiaf 2 enghraifft.*	Canlyniadau posibl yn y dyfodol ar gyfer rhywun ifanc sydd ag euogfarn am fater cysylltiedig â chyffuriau: • Bydd y cofnod troseddol yn aros gyda chi am oes • Y teulu yn drist • Colli enw da • Effeithio ar eich gallu i gael swydd yn y dyfodol, yn enwedig gweithio â phlant, yn y gwasanaethau ac ati. • Gall effeithio ar eich iechyd

			• Colli eich rhyddid • Colli eich hunan-barch • Dibyniaeth • Colli ffrindiau • Nifer o wledydd yn gwrthod mynediad i bobl sydd ag euogfarn am droseddau cyffuriau e.e. UDA, Awstralia • Gallai eich atal rhag cael yswiriant ar gyfer eich cerbyd, eich gwyliau neu yswiriant iechyd.
AC3	Lefel 1/2	Rhowch ddiffiniad o'r term ymddygiad gwrthgymdeithasol. *Defnyddiwch ddiffiniad y Swyddog*	Ymddygiad gwrthgymdeithasol yw unrhyw ymddygiad yr ydych chi'n meddwl sy'n anghywir, sy'n cynhyrfu rhywun neu sydd yn erbyn y gyfraith.
AC3.1	Lefel 1/2	L1/L2. Rhowch enghreifftiau o ymddygiad gwrthgymdeithasol *Disgyblion i roi o leiaf 3 enghraifft* *Rhaid i Lefel 2 ateb mewn brawddegau llawn yn y llyfryn.*	Gallai ymddygiad gwrthgymdeithasol olygu: • Yfed o dan oed • Graffiti • Fandaliaeth • Bod yn swnllyd yn gyhoeddus • Taflu sbwriel • Creu niwsans • Reidio beic/beic modur oddi ar y ffordd
AC3.2	Lefel 1 Lefel 2	L1. Nodwch y broses gyfreithiol fel canlyniad o YG. L2. Disgrifiwch y broses gyfreithiol fel canlyniad o YG. *Disgyblion i roi y 4 cam.* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi gweithgaredd AC3.2 4 cam YG i ateb y cwestiwn.* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *c) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *d) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	Cam 1: Bydd llythyr rhybudd yn cael ei anfon adref i rieni yn eu hysbysu am ymddygiad eu plentyn. Cam 2: Os oes angen, bydd ail lythyr rhybudd yn cael eu roi i rieni yn dweud wrthynt beth fydd yn digwydd os yw eu plentyn yn parhau i ymddwyn mewn modd gwrthgymdeithasol. Cam 3: Gofynnir i'r rhieni a'r plentyn fynychu cyfarfod ac arwyddo Contract Ymddygiad Derbyniol. Cam 4:

			Rhoddir Gorchymyn Ymddygiad Gwrthgymdeithasol (ASBO). • Gall ASBO bara am o leiaf dwy flynedd ond gall bara am oes • Gellir rhoi ASBO i unrhyw un sy'n 10 oed neu hŷn • ASBOs yn dweud wrth bobl be gallant a be na allant wneud • Os torrir yr ASBO gellir anfon y troseddwr i'r carchar am hyd at 5 mlynedd.
AC3.3	Lefel 1 Lefel 2	L1. Rhowch enghreifftiau o ganlyniadau Ymddygiad Gwrthgymdeithasol ar deulu a'r gymuned. L2. Disgrifiwch ganlyniadau Ymddygiad Gwrthgymdeithasol ar y teulu a'r gymuned. *Disgyblion ynn rhoi o leiaf 3 enghraifft. .* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi gweithgaredd AC3.3 canlyniadau YG er mwyn ateb y cwestiwn.* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *e) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *f) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	Gallai'r canlyniadau ar gyfer y teulu a'r gymuned gynnwys: • Teulu yn drist • Cywilydd • Ymddygiad bygythiol tuag at yr hen ddyn yn achosi ei farwolaeth • Ymddygiad stwrllyd yn aflonyddu'r cymdogion • Gallai aflonyddu'r traffig achosi damwain • Reidio beic ar y pafin yn ddi-feddwl • Difrod i'r tŷ yn dilyn parti • Gangiau ar gonglau stryd yn ymddangos yn fygythiol • Tanau bwriadol yn effeithio ar fywyd gwyllt • Effaith amgylcheddol o losgi car ar dir gwastraff • Gallai dwyn cynnyrch o siop arwain at gynyddu prisiau.
AC4.1	Lefel 1 Lefel 2	L1. Nodwch o leiaf tri defnydd diogel o'r Rhyngrwyd. L2. Disgrifiwch o leiaf tri defnydd diogel o'r Rhyngrwyd. *Disgyblion i roi o leiaf 3 enghraifft.* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe*	Enghreifftiau o ffyrdd diogel o ddefnyddio'r Rhyngrwyd: • Siarad â ffrindiau yr ydych yn eu hadnabod mewn bywyd go iawn • Meddalwedd a hidlwyr gwrth-firws perthnasol • Ymchwilio • Gwneud gwaith cartref • Gwrando ar gerddoriaeth • Siopa

		ddylent: *g) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *h) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	• Bancio • E-bost • Anfon lluniau
AC4.2	Lefel 1 Lefel 2	L1. Rhowch enghreifftiau o arwyddion rhybudd yn ymwneud â'r berthynas cyfryngau cymdeithasol. L2. Disgrifiwch enghreifftiau o arwyddion rhybudd yn ymwneud â'r berthynas cyfryngau cymdeithasol. *Disgyblion i roi o leiaf 3 esiampl.* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi gweithgaredd AC4.2 Arwyddion Rhybudd er mwyn ateb y cwestiwn.* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *i) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *j) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	Yr arwyddion rhybudd oedd: • Cyfathrebu drwy negeseuon testun yn unig • Cyfarfod yn y dref ar hap yn aml • Cloi'r drws ffrynt • Ffenestri wedi'u cloi • Cael cynnig alcohol • Dim arwydd o Dylan yn y tŷ • Dim rheolau tŷ • Pa mor nerfus oedd y drwgweithredwr • Gwybod llawer amdani • Lluniau o ferched eraill yn y drôr
AC4.3	Lefel 1 Lefel 2	L1. Nodwch ffyrdd o gadw'n ddiogel wrth ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol. L2. Disgrifiwch ffyrdd o gadw'n ddiogel wrth ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol. *Disgyblion i nod o leiaf 3 ffordd o gadw'n ddiogel.* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi*	Y ffyrdd o gadw'n ddiogel wrth ddefnyddio cyfryngau cymdeithasol yw: • Dim ond cael y ffrindiau yr ydych yn eu hadnabod mewn bywyd go iawn yn eich rhestr o gysylltiadau • Troi eich GPS i ffwrdd pan na fyddwch yn ein ddefnyddio • Peidiwch â chymryd bod rhywun yn bwy maent yn ddweud ydynt pan fyddant ar-lein • Peidiwch â rhoi unrhyw wybodaeth ar-lein nad ydych chi am i rywun arall ei weld.

		gweithgaredd AC4.3 Cadw'n Ddiogel er mwyn ateb y cwestiwn. *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *k) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *l) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	• Riportiwch unrhyw ymddygiad amheus ar-lein drwy ddefnyddio'r botwm clic CEOP • Rhowch y gosodiadau ar 'preifat', fel mai dim ond ffrindiau go iawn sydd â mynediad.
AC5.	Lefel 1/2	Diffiniwch y term camdriniaeth domestig *Defnyddiwch ddiffiniad y Swyddog*	Camdriniaeth Domestig yw: unrhyw ddigwyddiad yn cynnwys rhywun 16 oed neu hŷn sy'n ddifrïol, yn dreisgar, yn fygythiol, yn rheoli neu'n niweidiol gan bartner agos neu aelod o'r teulu beth bynnag eu rhyw neu rywioldeb.
AC5.1	Lefel 1 Lefel 2	L1. Rhowch enghreifftiau o nodweddion sy'n gwneud perthynas dda L2. Disgrifiwch rai nodweddion o berthynas dda. *Disgyblion i roi o leiaf 4 enghraifft* *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *m) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *n) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	Nodweddion perthynas dda: • cariad • ffydd • gofal • trugaredd • parch • gonestrwydd • dealltwriaeth • ymrwymiad • ffyddlondeb • bod yn chi eich hun • siarad â'ch gilydd • bod yn ffrindiau
AC5.2	Lefel 1 Lefel 2	L1. Nodwch y pum math o gamdriniaeth domestig L2. Disgrifiwch y pum math o gamdriniaeth domestig *Disgyblion i nodi'r 5 math.* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi AC5.2*	Y pum math o drais domestig yw: • Corfforol – pan fydd rhywun yn eich brifo neu'n eich anafu yn fwriadol e.e. cael eich gwthio, eich taro ac ati (Rhys yn taro Carys) • Seicolegol – pan fydd rhywun yn ceisio rheoli barn / gweithredoedd rhywun arall e.e. gwneud iddynt feddwl eu bod yn drist neu'n ddi-werth.

		Mathau o Gamdriniaeth Domestig i ateb y cwestiwn. *Fe ddylai disgyblion Lefel 2 ddefnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth i ateb y cwestiynau yn eu geiriau eu hunain. Fe ddylent:* *o) roi rhesymau i ymestyn eu hateb e.e. mae pobl yn camddefnyddio cyffuriau oherwydd...* *p) awgrymu syniadau eu hunain. Disgyblion i roi atebion yn eu geiriau eu hunain gan ddefnyddio brawddegau llawn.*	(deis dillad Carys) • Ariannol – yw pan fydd rhywun yn atal neu'n rheoli arian (Rhys yn cymryd arian oddi ar Carys yn y peiriant arian) • Emosiynol – yw pan fydd rhywun yn ceisio rheoli emosiynau unigolyn arall e.e. cael rhywun yn gweiddi arnoch, cael eich hanwybyddu, eich gwneud i deimlo'n unig neu fel nad ydych yn perthyn (effaith ar Mam Carys, roedd gan Carys ofn Rhys). • Rhywiol – pan fydd rhywun yn cael eu gorfodi neu eu twyllo i mewn i weithgaredd rhywiol nad ydynt yn ei dymuno e.e. trais rhywiol (Rhys yn gorfodi Carys i wneud pethau nad oedd hi'n dymuno eu gwneud).
AC5.3	Lefel 1/2	L1/L2 Nodwch y manteision o ddod â pherthynas lle rydych yn cael eich cam-drin i ben. *Disgyblion i roi o leiaf 2 enghraifft.* *Gall disgyblion Lefel 1 ddefnyddio eu taflenni cefnogi AC5.3 Y Manteision er mwyn ateb y cwestiwn.*	Y manteision yw: • Dim mwy o gam-drin • Gallu cyfarfod ffrindiau newydd • Gwneud penderfyniadau eich hun • Mwy o hyder • Cael hunan-barch • Cael eich gwerthfawrogi • Cael hunan-barch • Rheoli arian eich hun • Rheoli corf eich hun • Teimlo'n ddiogel • Cydraddoldeb • Cael hwyl ag eraill • Partner newydd • Gweld teulu
AC6.1	Lefel 1/2	Adnabod sefydliadau sy'n gallu darparu cymorth ac arweiniad ar gyfer y canlynol • Alcohol • Cyffuriau • Ymddygiad Gwrthgymdeithasol • Diogelwch Rhyngrwyd • Perthnasau *O leiaf un enghraifft ar gyfer pob un o'r uchod.*	• Dan 24/7, Drinkline, Grwpiau Teulu Al-Anon, Alcohol Concern • Dan 24/7, • Partneriaethau Diogelwch Cymunedol Lleol yn cynnwys yr Heddlu a'r Gwasanaeth Tân, Cydlynydd YG. • CEOP, Childline, Seibr Fentoriaid • Llinell Gymorth Camdriniaeth Ddomestig Cymru a Thrais Rhywiol Cymru Gyfan, gwasanaethau iechyd rhyw lleol, canolfannau SARC.