Thema	**Fframwaith ABCH** Dylid rhoi cyfleoedd i'r dysgwyr:	**Y Fagloriaeth – syniadau ar gyfer gweithgareddau neu themâu ymchwiliad personol wedi eu sylfaenu ar y rhaglen RhGCYCG**	**Gwersi y Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan**
Datblygu Meddwl 	• ddefnyddio gwybodaeth flaenorol i esbonio'r cysylltiadau rhwng achos ac effaith, a rhagfynegi • dadansoddi gwybodaeth a syniadau er mwyn asesu tuedd, dibynadwyedd a dilysrwydd • ystyried gwahanol safbwyntiau wrth wneud penderfyniadau a dewisiadau gwybodus yn effeithiol • defnyddio ystod o dechnegau ar gyfer myfyrdod personol.	**CEB** • Cyflwyniad ar effaith diodydd egni ar bobl ifanc ar lefel leol a chenedlaethol, e.e. yn eich ysgol, yng Nghymru, ac yn rhyngwladol. **ABCh** • Gwagle personol – darganfod eich gwerthoedd. Beth yw ymddygiad derbyniol (cysylltu a'r gwersi ar 'Ecsploetio Rhywiol – Twyll Peryglus' a 'Na yw Na!')	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r gymuned** – gwers – Achub Fi! **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers COW **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers -Hawliau a Chyfrifoldebau **Diogelwch** – Gwers – Twyll Peryglus **Diogelwch** – Gwers – Cydsynio Rhywiol –'Na yw Na' **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – gwers - Cyfraith Cyffuriau **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – Gwers – Dwbwl Trwbwl
Datblygu Cyfathrebu 	• wrando'n graff mewn ystod o sefyllfaoedd ac ymateb yn briodol • cyfleu teimladau a safbwyntiau personol yn effeithiol mewn ystod eang o sefyllfaoedd gan ddefnyddio ystod o ddulliau priodol • gwerthfawrogi safbwyntiau eraill, myfyrio yn eu cylch, a'u gwerthuso'n feirniadol.	**Ymchwiliad Unigol** **CEB** • Cyflwyniad ar destun penodol e.e. Hawliau pobl ifanc **ABCh** • Trafodaeth ar ddiogelwch personol. **AGG** • Taflen wybodaeth ar faterion iechyd mewn gweithle, effaith gor-yfed. Ar gyfer pob un o'r uchod – edrych ar sefyllfa Cymru a chymharu a gwlad arall.	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – gwers – Achub Fi! **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers COW **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers -Hawliau a Chyfrifoldebau **Diogelwch** – Gwers – Twyll Peryglus **Diogelwch** – Gwers – Cydsynio Rhywiol –'Na yw Na' **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – gwers - Cyfraith Cyffuriau **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – Gwers – Dwbwl Trwbwl
Datblygu TGCh	• ddod o hyd i wybodaeth a syniadau a'u datblygu • creu a chyflwyno gwybodaeth a syniadau • defnyddio TGCh mewn modd diogel,	**Ymchwiliad Unigol** **CEB** • Cynhyrchu adroddiad ar 'beth yw ymddygiad gwrth-gymdeithasol?' Cynnal arolwg	

	cyfrifol ac annibynnol, gan gydymffurfio â rheoliadau gwarchod data a gan ddilyn arferion diogel.	ar sefyllfa Cymru gan gynnwys canlyniadau holiaduron a dadansoddiad. Defnyddio adnoddau oddi ar y rhyngrwyd ar gyfer ymchwil pellach i gymharu a gwlad arall. • Defnyddio data cyfrifiad i olrhain newidiadau mewn troseddu yng Nghymru a Lloegr. Cymharu'r ffigurau â gwlad arall. **ABCh** • Cynhyrchu adnodd addysgol ar effeithiau yfed ar bobl ifanc yn eu harddegau. Cymharu sefyllfa Cymru a gwlad arall. **AGG** • Paratoi cyflwyniad ar gyfer disgyblion ysgol gynradd leol ar destun o'ch dewis sydd yn deillio o un o wersi y Rhaglen Graidd Cyswllt Ysgolion Cymru Gyfan.	
Datblygu Rhif	• gael mynediad i ddata rhifol o ffynonellau ysgrifenedig a graffigol • dewis o blith amrywiaeth o ddulliau cyflwyno data, gan gynnwys siartiau cylch, graffiau gwasgariad a graffiau llinell, a dehongli'r amrywiaeth honno o ddulliau er mwyn cefnogi'u dealltwriaeth o faterion yn ymwneud ag ABCh.	**CEB** • Casglu a dehongli data ar droseddu yn eich ardal. **ABCh** • Cynnal arolwg yn eich ysgol ar agwedd o amrywiaeth.	
Gweithio gydag Eraill	• weithio'n annibynnol ac ar y cyd ag eraill i gynllunio a chwblhau ystod o dasgau • myfyrio ar y rolau i'w chwarae mewn sefyllfaoedd grŵp, gan gynnwys	**AGG** • Menter Tîm - gwneud ymchwil ar 'Lle rydym yn teimlo yn ddiogel ac yn anniogel yn yr	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r gymuned** – gwers – Achub Fi! **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers COW

	arweinyddiaeth • ffurfio a chynnal cyfeillgarwch, a thrafod ymddygiad yn effeithiol mewn cydberthnasau • bod yn bendant ac ymwrthod â dylanwad diangen gan gyfoedion a phobl eraill • datrys gwrthdaro gan gyrraedd atebiad lle mae'r ddwy ochr ar eu hennill • rheoli dicter, rhwystredigaeth a theimladau ymosodol yn effeithiol • ymaddasu i sefyllfaoedd sy'n newid • gwerthuso ystod o ffynonellau gwybodaeth, cymorth a chyngor a geir ar lefel leol a chenedlaethol a chael mynediad iddynt yn hyderus.	ysgol?'	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers -Hawliau a Chyfrifoldebau **Diogelwch** – Gwers – Cydsynio Rhywiol – 'Na yw Na' **Diogelwch** – Gwers – Twyll Peryglus **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – gwers - Cyfraith Cyffuriau **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – Gwers – Dwbwl Trwbwl
Gwella'ch dysgu eich hun	Gwella'ch dysgu eich hun Dylid rhoi cyfleoedd i'r dysgwyr: • ddefnyddio arddulliau dysgu er mwyn gwella'u dysgu • adolygu dysgu a llunio cynlluniau gweithredu'n effeithiol, gan bennu blaenoriaethau ar gyfer datblygu a thargedau ar gyfer gwella • cymhwyso'u dysgu i sefyllfaoedd anghyfarwydd neu sefyllfaoedd mwy haniaethol • rheoli amser a threfnu'u hunain yn effeithiol er mwyn bodloni terfynau amser • defnyddio ystod o dechnegau adolygu er mwyn atgyfnerthu dysgu • adnabod a rheoli straen • datblygu sgiliau ymarferol sy'n angenrheidiol ar gyfer bywyd bob dydd, e.e. *gweinyddu* *cymorth cyntaf sylfaenol.*		

Dinasyddiaeth Weithgar	• ddatblygu parch atynt hwy eu hunain ac at bobl eraill • gwerthfawrogi amrywiaeth a chyfle cyfartal, a chael eu cythruddo gan anghyfiawnder, ecsbloetio, a gwrthod hawliau dynol • mynd ati i gyfranogi yn ymarferol yn y gymuned **a deall:** • egwyddorion y Datganiad Cyffredinol o Hawliau Dynol • sut y mae systemau gwleidyddol yn gweithio ar lefel leol, genedlaethol a rhyngwladol, *e.e. yr Undeb Ewropeaidd, y Cenhedloedd Unedig* • nodweddion mwyaf amlwg y prif bleidiau gwleidyddol yng Nghymru • y cyfleoedd sydd ar gael i bobl ifanc gymryd rhan yn y broses o wneud penderfyniadau ar lefel leol a chenedlaethol • pwysigrwydd cymryd rhan mewn etholiadau democrataidd a'r cysylltiadau rhwng penderfyniadau gwleidyddol a'u bywydau eu hunain • pwysigrwydd cael mynediad at wybodaeth ddiduedd, gan gynnwys y rhyngrwyd, a bod yn barod i herio'r safbwyntiau a ledaenir yn y cyfryngau • sut i herio enghreifftiau o ragfarn, hiliaeth a stereoteipio mewn modd pendant • materion a digwyddiadau cyfoes ar lefel leol a byd-eang, *e.e. digartrefedd ac ymfudo rhyngwladol.*	**Elfen 3 ABCH Dinasyddiaeth Weithredol** • Materion cymdeithasol a moesol yn y gymdeithas gyfoes -e.e. 'Cynhyrchu cyflwyniad am bwysigrwydd cydsynio rhywiol'. • Hawliau cyfreithiol a dynol – 'Ymchwiliad i briodas dan orfod' **Elfen 1. CEB Gwleidyddiaeth** • Trafodaeth am 'Ymddygiad gwrthgymdeithasol yn fy ardal'. **Elfen 2 CEB Materion Cymdeithasol** • Chwarae rôl er mwyn archwilio agwedd o or-yfed. (Rolau i gynnwys plismon, ynad heddwch, rhiant, rheolwr siop, person yn ei arddegau, aelod seneddol a chynghorydd lleol).	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – gwers – Achub Fi! **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers –COW **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers -Hawliau a Chyfrifoldebau **Diogelwch** – Gwers – Twyll Peryglus **Diogelwch** – Gwers – Cydsynio Rhywiol –'Na yw Na' **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – Gwers – Dwbwl Trwbwl
Iechyd a Lles Emosiynol	• dderbyn cyfrifoldeb personol am gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac yn iach • datblygu agwedd gyfrifol at	**Elfen 1 ABCH: Perthynas gadarnhaol ag eraill** • Perthnasau sy'n newid yn yr	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers COW **Diogelwch** – Gwers – Cydsynio Rhywiol –'Na

	gydberthnasau personol **a deall:** • y canlyniadau byrdymor a'r canlyniadau mwy hirdymor wrth wneud penderfyniadau am eu hiechyd personol • canlyniadau personol, cymdeithasol a chyfreithiol defnyddio sylweddau cyfreithlon ac anghyfreithlon • yr ystod o agweddau, cydberthnasau ac ymddygiadau rhywiol a geir mewn cymdeithas • pwysigrwydd iechyd rhywiol a'r risgiau sy'n gysylltiedig â gweithgarwch rhywiol, gan gynnwys achosion posibl o ecsbloetio rhywiol • y nodweddion sy'n perthyn i fod yn rhiant effeithiol, ac effaith colled a newid ar gydberthnasau • y ffactorau sy'n effeithio ar iechyd meddwl a'r ffyrdd y gellir meithrin lles emosiynol • y mudiadau statudol a gwirfoddol sy'n hybu iechyd a lles emosiynol • sut i gael mynediad i gymorth personol a chyngor proffesiynol ynghylch iechyd yn hyderus.	ysgol/coleg a'r teulu • 'Gwerth perthnasau' - astudiwch berthynas ffug mewn opera sebon ac archwiliwch nodweddion perthynas iach a pherthynas nad yw'n iach. • Natur perthnasau o fewn y gymuned ehangach. **Elfen 2: ABCH Iechyd a lles emosiynol** • Manteision ffordd iach o fyw • Cyffuriau cyfreithlon ac anghyfreithlon • Iechyd rhywiol • Ecsploetio rhywiol.	yw Na' **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers -Hawliau a Chyfrifoldebau **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – Gwers – Dwbwl Trwbwl **Camddefnyddio Cyffuriau a Sylweddau** – gwers - Cyfraith Cyffuriau **Diogelwch** – Gwers – Twyll Peryglus
Datblygiad Moesol ac Ysbrydol	• ystyried cwestiynau a materion sy'n ymwneud ag ystyr a phwrpas bywyd **a deall:** • sut y mae credoau a gwerthoedd yn effeithio ar ffordd o fyw a hunaniaeth bersonol • y ffactorau sy'n ymwneud â llunio barn foesol • yr ystod o werthoedd ac egwyddorion sy'n llywio bywydau pobl.	**Elfen 3 ABCH Dinasyddiaeth Weithredol** • Agweddau moesol a chymdeithasol yn ein cymdeithas - wedi ei seilio ar wers 'Na yw Na'. • Hawliau cyfreithiol a dynol.? Trafodaeth, cyflwyniad neu draethawd ar wersi 'Achub fi' neu 'Twyll Peryglus'.	**Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – gwers – Achub Fi! **Diogelwch** – Gwers – Cydsynio Rhywiol –'Na yw Na' **Diogelwch** – Gwers – 'Ecsploetio rhywiol – Twyll Peryglus' **Ymddygiad Cymdeithasol a'r Gymuned** – Gwers -Hawliau a Chyfrifoldebau

Adnoddau cefnogol ar gael ar www.schoolbeat.org

		Elfen 4 CEB Materion Diwylliannol • Ymweld a chyfweld rhywun o dras neu grefydd wahanol i chi neu sydd â chred arbennig. Ysgrifennu erthygl am eich canfyddiadau.	
Paratoi ar gyfer Dysgu Gydol Oes	• fod yn uchelgeisiol, yn hyblyg a chroesawu cyfleoedd dysgu • bod yn drefnus a chymryd cyfrifoldeb am eu gweithredoedd a'u penderfyniadau sy'n gysylltiedig â dysgu **a deall:** • y cyfleoedd perthnasol sydd ar gael iddynt ym maes addysg a hyfforddiant • eu hawliau fel defnyddwyr a'u cyfrifoldebau o safbwynt rheoli cyllideb • pwysigrwydd cynllunio ar gyfer eu dyfodol ariannol, a sut i gael gafael ar gyngor ariannol.		
Datblygu cynaliadwy a dinasyddiaeth fyd-eang	• gydnabod hawliau cenedlaethau'r dyfodol i ateb eu hanghenion sylfaenol • bod yn gyfrifol yn bersonol am newid eu ffordd o fyw eu hunain fel ymateb i faterion lleol a byd-eang **a deall:** • cyd-ddibyniaeth systemau economeg byd-eang, ac effeithiau datblygiadau dynol ar systemau naturiol • y tensiynau rhwng twf economaidd, datblygu cynaliadwy ac anghenion dynol sylfaenol, *e.e. achosion anghydraddoldeb o fewn a rhwng cymdeithasau.*		