



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

Dechreuwch gyfnod newydd
gyda WONDER WOMAN 1984...

Ydych chi'n barod i
dderbyn yr her?

Manteisiwch ar bŵer chwaraeon
i ailgysylltu!

Adnodd i athrawon ac ysgolion





YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN DC

Croeso, a diolch i chi...

O ganlyniad i'r cyfnod clo, bydd nifer mawr o blant a phobl ifanc wedi profi'r effaith o golli trefn bywyd pob dydd, cyfeillgarwch, cyfleoedd a rhyddid. Bydd rhai ohonynt wedi colli aelodau o'u teulu o ganlyniad i'r feirws. Mae'r holl golledion hyn yn effeithio ar iechyd a lles meddyliol pobl ifanc. Rydyn ni wedi creu'r adnodd hwn i'ch helpu i ddal i roi cymorth i'ch myfyrwyr wrth iddynt adfer eu hymdeimlad o bwy ydynt ac ailgynefino â'u lle yng nghymuned yr ysgol ar ôl dychwelyd wedi'r cyfnod clo. Mewn partneriaeth â Warner Bros. a'r ffilm WONDER WOMAN 1984 a fydd yn ymddangos cyn hir, mae'r Ymddiriedolaeth Chwaraeon leuenctid wedi creu'r adnodd hwn i harneisio pŵer chwaraeon i rymuso, ymgysylltu ac uno. Pwrpas y gweithgareddau hwyliog ac ymestynnol hyn, sydd wedi'u hysbrydoli gan arwriaeth WONDER WOMAN, yw helpu pobl ifanc i ddiffinio pwy ydyn nhw, aildanio cyfeillgarwch a chreu ymdeimlad o berthyn. Bydd pob person ifanc wedi cael profiad unigryw yn ystod y cyfnod clo. Mae'r adnodd hwn yn darparu amrywiaeth a dewis er mwyn ymateb i anghenion pob unigolyn sy'n dewis cymryd rhan.



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

Dilynwyd yr egwyddorion craidd yn “A Recovery Curriculum” gan Carpenter a Carpenter, 20201 wrth ddatblygu’r adnodd hwn drwy annog pobl ifanc i **Darganfod**, Creu a Chymryd rhan:

Darganfod

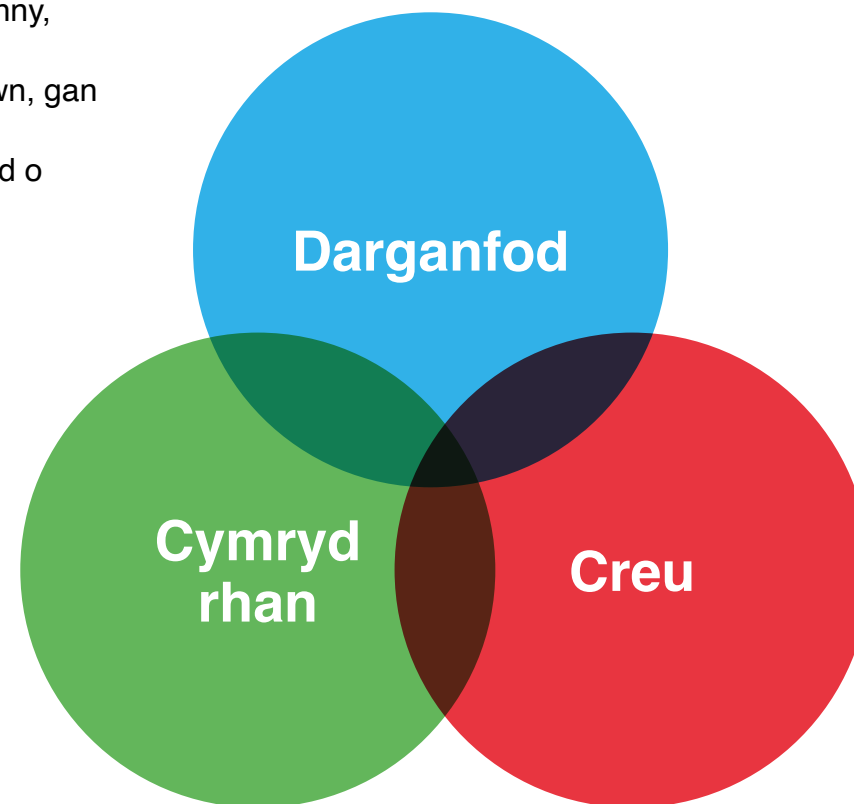
- Perthnasoedd – mae llawer o berthnasoedd a oedd yn ffynnu o’r blaen lle bydd angen buddsoddi ynddynt a’u hadfer. Cynlluniwch ar gyfer hynny, peidiwch â chymryd y bydd yn digwydd ohono’i hun!
- Cymuned – gwrandewch ar beth sydd wedi digwydd yn y cyfnod hwn, gan ddeall yr angen am drosglwyddo dysgu yn ôl i’r ysgol.
- Gofod – i fod yn nhw eu hunain, i’w hailddarganfod eu hunain, a dod o hyd i’w llais ar gyfer dysgu.

Creu:

- Cwricwlwm tryloyw – bydd y myfyrwyr wedi colli amser dysgu felly dangoswch sut bydd y bylchau’n cael sylw drwy ymgynghori a chydadeiladu â nhw.
- Metawybyddiaeth – mewn amgylcheddau gwahanol, bydd myfyrwyr wedi dysgu mewn ffyrdd gwahanol. Felly, dangoswch i’r myfyrwyr sut byddant yn dysgu er mwyn adfer eu hyder.

Cymryd rhan:

- ‘Ystyr cymryd rhan yw rhyddhau ysgogiad cynhenid’ (Carpenter B. et al., 20152). Po fwyaf o berchnogaeth ac ymreolaeth a roddir, ynghyd ag ystyriaeth i’r amgylcheddau rhyngweithiol sy’n helpu pobl ifanc, gorau fydd y canlyniad.



1 Carpenter, B. and Carpenter M. A Recovery Curriculum: Loss and Life for our children and schools post pandemic (online) Evidence for Learning, April 2020, <https://www.evidenceforlearning.net/recoverycurriculum/>

2 Carpenter, B., Egerton, J., Cockbill, B., Bloom, T., Fotheringham, J., Rawson, H. and Thistlethwaite, J. (2015) 'Engaging Learners with Complex Needs', London, Routledge.

Chwarae'ch rhan fel athro yn amgylchedd yr ysgol

“Ni fydd plentyn gorbryderus yn blentyn sy'n dysgu”
(Carpenter and Carpenter, 2020¹).

Mae gorbryder yn erydu iechyd meddwl cadarnhaol a gall amharu ar les cyffredinol. Rhaid i ni seilio ein dull o weithredu ar les plant a'u datblygiad cadarnhaol.

Fel athro yn yr ysgol, gallwch helpu'ch myfyrwyr i wneud hyn...

Darganfod...

cyfleoedd i dderbyn heriau newydd a'u mynegi eu hunain drwy weithgareddau a ysbrydolwyd gan WONDER WOMAN. Gallwch eu hannog i dderbyn her personol, neu wahodd ffrind i gymryd rhan gyda nhw. Helpwch eich myfyrwyr i ddod o hyd i le diogel i geisio ateb yr her ac anogwch nhw i fyfyrrio ar eu llwyddiant.

Creu...

cyfleoedd i adfer eu hyder. Defnyddiwch yr adnodd hwn i'w hysbrydoli, addaswch y cynnwys i'r ffordd y mae'r myfyrwyr yn dysgu orau a'u gwahodd i gydadeiladu eu dysgu. Deffrwch eu diddordeb mewn chwarae drwy ddysgu seiliedig ar broblemau ac ysbrydoliaeth WONDER WOMAN.

Cymryd rhan...

ynghyd weithgareddau'r adnodd drwy eu helpu i fod yn ymreolus a bod yn berchen ar weithgareddau. Gwrandewch arnyn nhw a chydweithiwch. Beth allwch chi ei ddysgu ganddyn nhw? Camwch yn ôl ac arsylwi – 'gweld' y myfyrwyr/dosbarth/ysgol gyfan fel y maen nhw. Ymatebwch i'w hanghenion ac i'r cyflymder sydd ei angen i'w helpu i ymadfer. Mae hwn yn adnodd gwyb ar gyfer ailgysylltu a'u hailddarganfod eu hunain, felly anogwch bawb yn yr ysgol i gymryd rhan a chael hwyl! Mae amgylchedd y cartref, yr ysgol a'r gymuned sydd o gwmpas pob person ifanc yn hanfodol i'w les a'i ddatblygiad cadarnhaol. Mae chwaraeon yn gallu ysbrydoli, uno a chysylltu. Maen nhw'n cynnig ffordd i drawsnewid sydd fawr ei angen yn y cyfnod hwn. Helpwch eich myfyrwyr i gymryd rhan, cael hwyl a myfyrrio. Byddwch yn gweld y lles mae hyn yn ei wneud i'w hiechyd meddyliol ac emosiynol, eu hyder a'u hymdeimlad o berthyn.



Mae amgylchedd y cartref, yr ysgol a'r gymuned sydd o gwmpas pob person ifanc yn hanfodol i'w les a'i ddatblygiad cadarnhaol. Mae chwaraeon yn gallu ysbrydoli, uno a chysylltu, ac maen nhw'n cynnig ffordd o drawsnewid sydd fawr ei hangen yn y cyfnod hwn. Helpwch eich plentyn i gymryd rhan, cael hwyl a myfyrio. Byddwch yn gweld y lles mae hyn yn ei wneud i'w iechyd meddyliol ac emosiynol, a'i ymdeimlad o berthyn.



Mae WONDER WOMAN 1984 yn bennod hollol newydd yn hanes WONDER WOMAN.

Mewn cyfnod bywiog llawn eithafion a byd lle mai'r nod yw "cael pob dim", mae Diana Prince (WONDER WOMAN) yn ei chael ei hun yn wynebu dau elyn newydd sbon: Maxwell Lord a The Cheetah. Gyda'i chred ddiysgog yn y ddynol ryw a'i chariad tuag ati a'i hymchwil ddiddiwedd am wirionedd, rhaid iddi wneud yr aberth mwyaf er mwyn dod yn rhyfelwraig at angen y byd ac yn arwres i bawb.



Pam WONDER WOMAN?



Mae WONDER WOMAN yn 'arwres i bawb'. Y pethau pwysig iddi yw gobaith, caredigrwydd a chyfiawnder yn y byd. Mae hi bob amser yn ymdrechu i'r eithaf ac yn ei herio ei hun i wella a thyfu. Rydyn ni wedi creu'r adnoddau digidol hyn, sydd ar gael am ddim, drwy ddefnyddio brand, ysgogiad a chymeriadu WONDER WOMAN am ei bod yn rhywun y gall pawb uniaethu â hi, a hefyd yn rhywun y gall pawb ddyheu am fod yn debyg iddi. Bydd nifer mawr o blant wedi ymddieithrio wrth ddychwelyd i'r ysgol. Felly, mae angen ailddiffinio'r ysgol fel lle diogel a digyfnwid drwy ddysgu a chwarae rhyngweithiol, sy'n gyfystyr â'r cymeriadu a dulliau adrodd stori y gellir eu cyflawni drwy ysbrydoliaeth WONDER WOMAN.

Yn y bôn, mae WONDER WOMAN yn:

1. Sefyll dros y gwirionedd
2. Yn llawn tosturi
3. Yn hyrwyddo heddwch
4. Yn gryf
5. Yn llawn gobaith
6. Yn ddewr
7. Yn ymladd dros gyfiawnder
8. Yn aelod o dîm

Mae cardiau'r adnodd yn rhoi sylw i wyth brif nodwedd WONDER WOMAN. Mae tair fersiwn am bob nodwedd, fel y gall eich myfyrwyr gymryd rhan:

- on their own
- in a team
- or as an adventure with friends.

Rydyn ni'n eich annog i rannu'r holl gardiau adnodd â'ch myfyrwyr fel y gallant ddewis y gweithgareddau sy'n apelio.

A fyddant yn dewis mwy o weithgareddau dewr, tosturiol neu weithgareddau tîm?

Neu a fyddant am roi cynnig ar o leiaf un gweithgaredd am bob nodwedd? Byddant yn gallu dilyn eu cynnydd drwy ddefnyddio'r Cerdyn Her. Rydyn ni'n eich annog i argraffu copi ohono i'w liwio ganddynt. Helpwch eich myfyrwyr i'w hadnabod eu hunain a deall beth yw eu nodweddion personol eu hunain. Er mwyn eich helpu, rydyn ni wedi creu cerdyn Fy Siwrnai Personol i'w argraffu a'i ddefnyddio i ddechrau sgysiau myfyriol ar ôl pob gweithgaredd. Anogwch y myfyrwyr i feddwl am y ffordd mae cyflawni'r heriau i gasglu nodweddion WONDER WOMAN wedi'u helpu i adnabod eu nodweddion personol eu hunain a datblygu sgiliau ar gyfer bywyd.





Sut i ddefnyddio'r adnodd...

Cardiau gweithgaredd

Mae pedwar ar hugain o gardiau gweithgaredd, wedi'u seilio ar wyth brif nodwedd WONDER WOMAN. Mae tri cherdyn am bob nodwedd, fel y gall eich myfyrwyr ddefnyddio'r adnodd ar eu pen eu hunain, mewn tîm neu fel antur gyda ffrindiau. Mae pob cerdyn yn cynnig her ar dair lefel:

- Her fach
- Prif her
- Her eithaf

Gadewch i'r syniadau ysbrydoli'ch myfyrwyr a'u hysgogi i gymryd rhan. Anogwch y myfyrwyr i lawrlwytho'r cardiau adnodd, dod i arfer â nhw a derbyn heriau newydd. Mae'r heriau'n hyblyg, felly newidiwch y cyfarpar yn ôl anghenion a diddordebau'r myfyrwyr a beth sydd ar gael yn yr ysgol. Defnyddiwch yr eiconau chwaraeon (ar waelod chwith pob cerdyn gweithgaredd) i gynnig syniadau am ffyrdd i newid y gweithgareddau.

Cofiwch helpu'ch myfyrwyr i wneud y pethau hyn...

Darganfod cyfleoedd...

- i'w mynegi eu hunain drwy heriau
- i wahodd ffrind neu aelod o'r teulu i gymryd rhan gyda nhw
- i ddod o hyd i le diogel i gymryd rhan a myfyrio ar eu llwyddiant (yn unol â'r canllawiau COVID cenedlaethol a llywodraeth leol)

Creu...

- cyfleoedd i adfer eu hyder
- cydageiladu eu dysgu eu hunain, gan addasu'r cynnwys i ddeffro eu chwilfrydedd i chwarae drwy ddysgu seiliedig ar broblemau ac ysbrydoliaeth WONDER WOMAN

Cymryd rhan...

- yng ngweithgareddau'r adnodd drwy eu helpu i fod yn ymreolus a bod yn berchen ar weithgareddau
- drwy wrando arnyn nhw a chydweithio – 'gweld' eich myfyrwyr fel maen nhw go iawn ac ymateb i'w hanghenion ac i'r cyflymder sydd ei angen i ymadfer
- ac ailgysylltu drwy eu hailddarganfod eu hunain. Anogwch bawb yn yr ysgol i gymryd rhan a chael hwyl!



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN®

Cerdyn Her

Mae'r cerdyn Her yn caniatáu i'ch myfyrwyr ddilyn eu cynnydd wrth iddynt gyflawni pob her. Defnyddiwch yr adnodd hwn ar ffurf ddigidol neu argraffwch ef. Am bob gweithgaredd sydd wedi'i gyflawni ar gerdyn, anogwch y myfyrwyr i liwio llinyn ar eu cerdyn Her ar gyfer y nodwedd honno yn WONDER WOMAN. Ysbrydolwch nhw i gwblhau o leiaf un gweithgaredd ar gyfer pob un o nodweddion WONDER WOMAN. Os ydynt yn ymddiddori'n arbennig mewn cerdyn neu nodwedd WONDER WOMAN benodol, anogwch nhw i gwblhau a lliwio pob un o'r llinynnau drwy gyflawni o leiaf dri gweithgaredd.

Mwynhewch yr hwyl fel teulu a harneisiwch bŵer chwaraeon i ailgysylltu.

Cerdyn Fy Siwrnai Bersonol

Mae'r cerdyn Fy Siwrnai Bersonol yn annog eich myfyrwyr i fyfyrar ar eu gweithgareddau a meddwl am y ffordd maent yn datblygu eu nodweddion personol a'u sgiliau ar gyfer bywyd drwy gymryd rhan. Anogwch y myfyrwyr i ddychmygu eu bod wedi'i lapio yn Laso Gwirionedd WONDER WOMAN wrth ateb y cwestiynau – bydd pwerau'r laso yn eu gorfodi i ddweud y gwir yn unig!



Cymryd rhan

Oes gennych chi fyfyrwyr o wahanol allu? Fyddan nhw'n cymryd rhan gyda'i gilydd? Ystyriwch sut y gallech newid y gweithgareddau i'w gwneud yn deg ac yn hwyl a sicrhau bod pawb yn gallu llwyddo. Gofalwch fod pawb wrth gymryd rhan:

- **yn ddiogel** – pawb yn teimlo'n gorfforol ac emosiynol ddiogel wrth gymryd rhan
- **yn cyfranogi'n llawn** – pawb yn cymryd rhan drwy'r amser
- **yn cael eu cynnwys** – pawb yn gallu cymryd rhan, gweithgareddau sy'n addas i'w galluedd ac yn eu datblygu
- **yn dysgu** – pawb yn gallu datblygu sgiliau personol, cymdeithasol, creadigol, meddyliol a/neu gorfforol
- **yn mwynhau** – gweithgareddau sy'n bodloni anghenion a diddordebau pawb
- **yn llwyddo** – pawb yn teimlo eu bod yn gwneud cynnydd

Os na fyddwch yn gweld y pethau hyn, dewch i'r adwy i sicrhau bod pawb yn cael ei gynnwys.



Gofod

Ble mae'r gweithgaredd yn digwydd?

Gellir gwneud pethau'n haws neu'n fwy anodd drwy newid maint neu siâp y gofod.



Tasg

Beth sy'n digwydd?

Helpwch y myfyrwyr i ddeall y dasg a'r rheolau. Addaswch y dasg drwy newid yr amser sydd ar gael i gwblhau'r dasg, drwy roi mantais o ran yr amser sydd ar gael neu newid nifer y troeon i sicrhau bod pawb yn cael hwyl.



Cyfarpar

Beth sy'n cael ei ddefnyddio?

Gall y gweithgaredd fod yn haws neu'n anoddach yn ôl y cyfarpar a ddefnyddir. Meddyliwch am faint, pwysau a math y cyfarpar a ddefnyddir er mwyn cadw amrywiaeth a gofalu bod y gweithgaredd yn addas i bawb.



Pobl

Pwy sy'n cymryd rhan?

Ystyriwch drefnu bod y myfyrwyr yn gweithio ar eu pen eu hunain, yn barau, mewn timau neu fel arweinydd a dilynydd fel bod y myfyrwyr yn gallu gwylio a chopïo (yn unol â chanllawiau COVID cenedlaethol a llywodraeth leol).



Cynwysoldeb

Ydych chi'n gwybod beth sy'n cymell eich myfyrwyr i gymryd rhan mewn chwaraeon? Ydyn nhw'n hoffi cystadlu, neu'n chwarae dim ond i gael hwyl? Meddyliwch am eu rheswm dros gymryd rhan, eu hyder, sgiliau ac oed er mwyn sicrhau bod y gweithgaredd yn addas iddynt. Nid ennill sy'n bwysig bob tro.

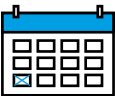
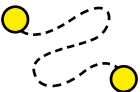
Meddyliwch am:

- beth sy'n eu cymell i gystadlu
([gwylwch y fideo fer hon](#) #Reframecompetition)
- herio'ch myfyrwyr i ragori ar eu record personol
- seilio'r her ar bartneriaeth neu dîm, h.y. faint o bwyntiau y gallwch eu hennill gyda'ch gilydd, pa mor hir y gallwch barhau â'r gweithgaredd, pa mor bell y gallech chi deithio pe byddech chi'n adio'r holl weithgareddau at ei gilydd?
- beth fyddwch chi'n ei ddathlu?
([gwylwch y fideo fer hon](#) #Reframecompetition)

Aros yn ddiogel wrth gael hwyl...

Dylen ni ystyried ein syniadau ac egwyddorion ochr yn ochr â'r canllawiau cyfredol ar COVID-19 a gyhoeddwyd gan lywodraeth.

Pethau i'w hystyried:

	Cynllun	Cynlluniwch ble a pha bryd y byddwch chi'n cymryd rhan. Defnyddiwch yr adnodd hwn yn rhan o'ch gwersi Addysg Gorfforol, ac anogwch y myfyrwyr i barhau â'u heriau gartref gyda'u teulu a'u ffrindiau dros y gwyliau hanner tymor.
	Lleoliad	Gofalwch fod y gwersi'n ddiogel gan sicrhau bod disgyblion yn aros yn eu swigen eu hunain yn ystod gwersi Addysg Gorfforol.
	Pobl	Mae opsiynau i'r myfyrwyr ar gyfer cymryd rhan mewn gweithgareddau ar eu pen eu hunain, mewn tîm neu fel antur i'r dosbarth cyfan. Dilynwch ganllawiau cyfredol llywodraeth a pholisïau'r ysgol ar ryngweithio.
	Cyfarpar	Defnyddiwch eich cyfarpar eich hun. Dim ond os ydych chi ar yr un aelwyd y dylech chi rannu cyfarpar.
	Golchwch eich dwylo	Mae'n bwysig bod myfyrwyr yn golchi eu dwylo cyn ac ar ôl pob gwers Addysg Gorfforol. Ceisiwch beidio â chyffwrdd â'ch llygaid, trwyn a cheg â dwylo sydd heb eu golchi.
	Ei ddal, ei daflu, ei ddifa!	Os bydd angen i chi disian neu besychu, gofalwch ei ddal mewn hances bapur, ei daflu i'r bin a'i ddifa drwy olchi'ch dwylo â sebon a dŵr am 20 eiliad neu ddefnyddio hylif diheintio dwylo.
	Aros yn ddiogel yn yr haul	Rhowch eli haul, gwisgwch het a sbectol haul a gwyliwch am le i gysgodi.
	Gofalu rhag diffyg hylif	Anogwch y myfyrwyr i yfed digon o ddŵr wrth ymarfer fel na fydd ganddynt ddiffyg hylif
	Myfyrio a chysylltu	Mae'n bwysig bod gwersi Addysg Gorfforol yn cynnwys deilliannau corfforol, gwybyddol, cymdeithasol ac emosiynol. Defnyddiwch y cerdyn Fy Siwrnai Bersonol a chwestiynau myfyrio'r Laso Gwirionedd i arwain y sgysiau hyn.

Chwaraeon lle gallwch gymryd rhan!

Gwylwch am yr eiconau hyn ar y cardiau her



Badminton



Pêl-fas



Pêl-fasged



Dringo



Criced



Dawnsio



Pêl-droed



Golff



Gymnasteg



Hoci



Neidio



Lacrosse



Crefftau ymladd



Pêl-rwyd



Awyr agored



Rownderi



Rhedeg



Tennis bwrdd



Tennis



Taflu



Pêl-foili



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

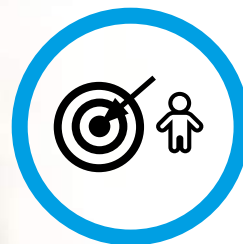
Heriau Tîm

Byddwch yn driw i chi'ch hun

Diffiniwch eich gwerthoedd personol, byddwch yn onest a dangos uniondeb



Medal
Siwrnai:
Sefyll dros
y Gwir



Her Fach

Ffurfiwch darged tri chylch ar y llawr. Marciwch linell gychwyn bum cam i ffwrdd. Dewiswch bum eitem y gallwch eu taflu/rholio. Os bydd eich eitem yn glanio yn y canol, byddwch yn cael 10 pwynt, 5 pwynt am y cylch canol, 1 pwynt am y cylch allanol. Pa nifer o bwyntiau gallwch chi eu hennill drwy daflu/rholio bum gwaith?



Prif Her

Marciwch linell neidio ar y llawr. Gan gymryd y cardiau Âs i 10 o Galonnau o becyn o gardiau chwarae, cymysgwch y pac a throwch y cerdyn uchaf drosodd. Mae'r cerdyn yn rhoi nifer y camau y gallwch eu cymryd wrth redeg at y llinell neidio. Allwch chi dorri'ch record am neidio gyda phob cerdyn newydd?



Her Eithaf

Rholiwch ddeis. Dewiswch weithgaredd rhedeg ar sail y rhif rydych yn ei gael, h.y.

1 = Rhedeg am un munud neu 100m,

2 = Rhedeg am ddau funud neu 200m,

3 = Rhedeg am dri munud neu 300m ac ati...

I'w wneud yn fwy anodd, chwaraewch â dau ddeis.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

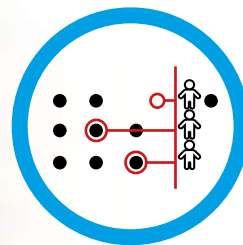
Heriau Tîm

Byddwch yn driw i chi'ch hun

Diffiniwch eich gwerthoedd personol, byddwch yn onest a dangos uniondeb

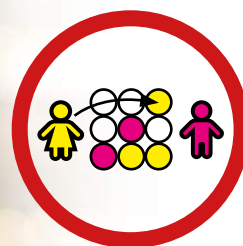


Medal
Siwrnai:
Sefyll dros
y Gwir



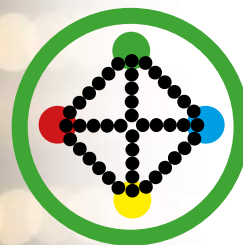
Her Fach

Gosodwch naw pêl ar y llawr. Marciwch linell gychwyn. Clymwch raff sgipio wrth gylchyn. Gan aros y tu ôl i'r llinell gychwyn, cystadlwch â'ch ffrindiau i weld pwy sy'n gallu dal y nifer mwyaf o beli.



Prif Her

Ffurfiwch ddau dîm o bump a chytuno ar ddau fan cychwyn. Gosodwch naw cylchyn rhwng y ddau dîm. Wrth redeg yn eu tro, mae'r timau'n chwarae OXO. Mae gan y ddau dîm ei liw ei hun. Byddant yn rhedeg at y cylchynau ac yn gosod bib mewn cylchyn, yn dychwelyd ac yn dabio aelod arall o'r tîm. Gellir symud bibiau'r tîm arall os nad yw bib wedi'i ollwng i'r grid.



Her Eithaf

Her Eithaf. Gosodwch gylchynau neu smotiau ar y llawr i ffurfio bwrdd y gêm. Mae pedwar tîm yn cychwyn o'r safleoedd cychwyn lliw. Ar ôl dweud 'ewch', bydd un chwaraewr o bob tîm yn neidio o gylchyn i gylchyn. Y nod yw cyrraedd y safle gyferbyn â'u safle cychwyn. Os bydd yn cwrdd â chwaraewr arall, chwaraeir gêm o garreg, papur, siswrn. Bydd y collwr yn dychwelyd i safle cychwyn y tîm. Y tîm cyntaf i fynd â'u holl chwaraewyr ar draws bwrdd y gêm sy'n ennill.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

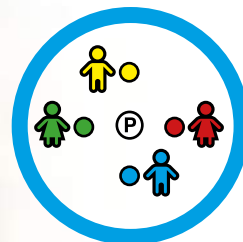
Heriau Tîm

Byddwch yn driw i chi'ch hun

Diffiniwch eich gwerthoedd personol, byddwch yn onest a dangos uniondeb

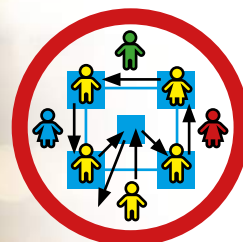


Medal
Siwrnai:
Sefyll dros
y Gwir



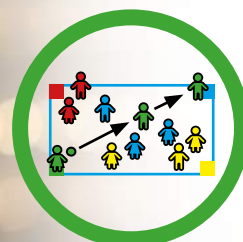
Her Fach

Ffurfiwch bedwar tîm. Mae pob tîm yn cychwyn o safle lliw. Ar ganol y man chwarae, mae blwch o begiau. Wrth fynd yn eu tro, mae aelodau'r timau'n symud ac yn casglu un peg ar y tro. Ar ôl casglu'r holl begiau, yr her i'r timau yw adeiladu tŵr o begiau sy'n sefyll ar ei ben ei hun o fewn tri munud. Y tîm â'r tŵr uchaf sy'n ennill.



Prif Her

Gosodir pedwar sgwâr yng nghorneli sgwâr mawr. Mae un aelod o bob tîm yn sefyll ym mhob un o'r sgwariau bach. Mae pumed aelod y tîm yn cychwyn mewn bwlch rhwng y sgwariau. Ar ôl dweud 'ewch', mae'r chwaraewr hwn yn symud i ganol y sgwâr i gasglu peg ac wedyn yn mynd at un o'r corneli lle mae'n gosod y peg ar gyd-aelod o'i dîm sydd wedyn yn symud i'r sgwâr nesaf ac yn gosod y peg ar yr un nesaf yn y tîm. Y tîm sy'n ennill yw'r un sy'n mynd â'r peg at bob un o'r sgwariau ac at bob un o aelodau'r tîm cyn ei ddychwelyd i'r canol.



Her Eithaf

Ffurfiwch betryal mawr â sgwâr ym mhob cornel. Ffurfiwch bedwar tîm. Bydd ffrisbi gan bob tîm. Gan ddechrau yn un o'r sgwariau, mae'r timau'n cystadlu i fod y cyntaf i daflu'r ffrisbi i bob un o'r pedwar sgwâr.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

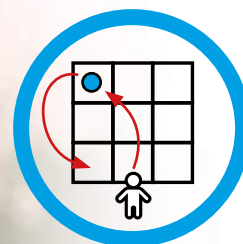


Heriau Unigolyn Dangoswch dosturi at bawb

Drwy ofalu, dangos diddordeb a chefnogi eraill

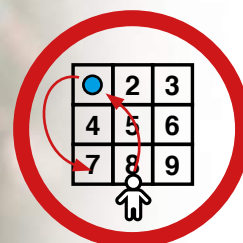


Medal
Siwrnai:
Tosturiol



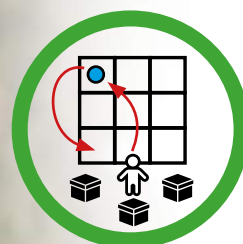
Her Fach

Ar wal, marciwch grid 3x3 â thâp neu sialc. Ergydiwch bêl sbwng â'ch dwylo/ blaenau'ch breichiau gan geisio taro'r bêl i un o'r sgwariau. Pa nifer o sgwariau y gallwch eu taro cyn i'r bêl lanio ar y llawr?



Prif Her

Ar wal, marciwch grid 3x3 â thâp neu sialc. Rhifwch bob sgwâr rhwng 1 a 9. Crëwch rif pedwar digid a gweld a allwch chi daro'r bêl i sgwariau pob un o'r rhifau heb ollwng y bêl.



Her Eithaf

Her Eithaf. Ar wal, marciwch grid 3x3 â thâp neu sialc. Ergydiwch y bêl â'ch dwylo/ blaenau'ch breichiau i un o'r sgwariau a gweld a fyddwch yn gallu gwneud iddi lanio y tu mewn i flwch cardbord sydd y tu ôl i chi. Cofiwch symud o'r ffordd!

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

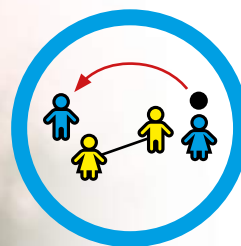


Heriau Unigolyn Dangoswch dosturi at bawb

Drwy ofalu, dangos diddordeb a chefnogi eraill

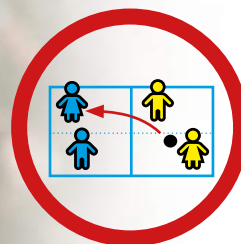


Medal
Siwrnai:
Tosturiol



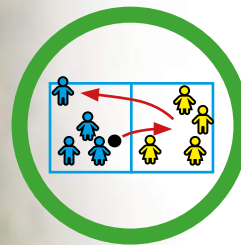
Her Fach

Mewn grwpiau o bedwar, mae dau yn dal rhaff sgipio i ffurfio rhwyd. Faint o weithiau y gallwch chi ergydio'r bêl â'ch dwylo/blaenau'ch breichiau fel ei bod yn mynd dros y rhwyd, heb ollwng y bêl?



Prif Her

Mewn grwpiau o bedwar, ffurfiwch grid ar y llawr gyda rhwyd yn gwahanu'r ddau dîm. Ergydwch y bêl dros y rhwyd â'ch dwylo/blaenau'ch breichiau. Cydweithwch i daro'r bêl dros y rhwyd y nifer mwyaf o weithiau.



Her Eithaf

Mae dau dîm o bedwar yn chwarae am ddau funud gyda dwy bêl. Nod y gêm yw ergydio'r bêl dros y rhwyd â'ch dwylo/blaenau'ch breichiau. Pan fydd yr amser ydd yn stopio, y tîm sydd heb bêl ar eu hochr nhw o'r cwrt fydd yn ennill.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

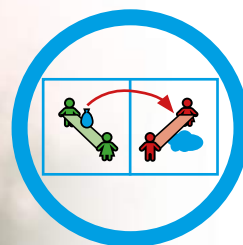


Heriau Unigolyn Dangoswch dosturi at bawb

Drwy ofalu, dangos diddordeb a chefnogi eraill

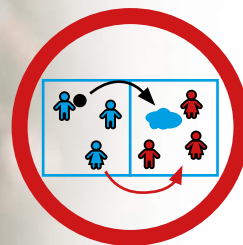


Medal
Siwrnai:
Tosturiol



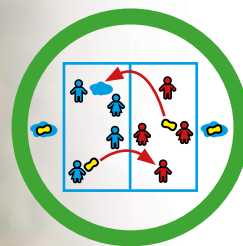
Her Fach

Gan weithio'n barau, daliwch dywel wedi'i ymestyn yn dynn rhyngoch chi. Mae un pêr yn taflu balŵn llawn dŵr dros rwyd. Mae'r tîm derbyn yn ceisio ei ddal yn y tywel. Os byddant yn llwyddo, gallant ei daflu'n ôl. Mae'r ddau dîm yn taflu'r balŵn bob yn ail.



Prif Her

Gan chwarae mewn dau dîm o dri, mae'r chwaraewyr yn ergydio'r bêl dros y rhwyd â'u dwylo/blaenau eu breichiau. Os bydd y bêl yn taro'r llawr, bydd un chwaraewr (o'r tîm a daflodd y bêl) yn ymuno â'r tîm arall. Mae'r chwaraewr olaf sydd ar ôl ar un ochr y cwrt yn ennill pwynt.



Her Eithaf

Gosodir bwced o ddŵr a dau sbwng ar ddau ben y cwrt. Mae dau dîm o bedwar yn chwarae yn erbyn ei gilydd drwy afael mewn sbwng gwlyb a'i daflu dros y rhwyd. Os bydd y tîm arall yn dal y sbwng, bydd yn ennill pwynt; os bydd y sbwng yn glanio ar y llawr cyn ei ddal, y tîm cyntaf sy'n ennill pwynt.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

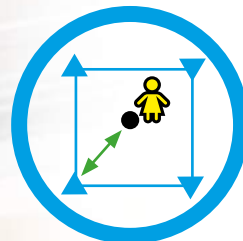
WW84
WONDER WOMAN

Heriau Unigolyn Codwch lais dros heddwch

Chwaraewch yn deg, gydag empathi a dangoswch arweinyddiaeth

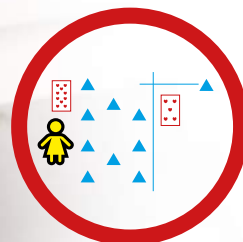


Medal
Siwrnai:
Rhyfelwr
dros
Heddwch



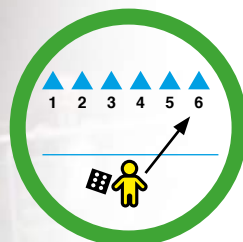
Her Fach

Marciwch sgwâr a gosod amserydd. Gan gychwyn o'r canol, ar ôl dweud 'ewch' byddwch yn mynd at bob cornel ac yn dymchwel y côn. Dewch yn ôl i'r canol a gwneud yr un peth eto nes bydd yr holl gonau wedi'u symud. Pa mor gyflym y gallwch gwblhau'r her hon?



Prif Her

Cymerwch gardiau'r Âs i'r 10 o Galonnau o becyn o gardiau chwarae, eu cymysgu a'u rhoi ar y naill ochr. Dewch o hyd i 10 eitem i fod yn farcwr. Cychwynnwch yr amserydd, throwch y cerdyn cyntaf drosodd a symud yr eitemau i ffurfio llun o'r cerdyn ar y llawr. Throwch y cerdyn nesaf drosodd a phenderfynu pa eitemau i'w tynnu neu eu hychwanegu i ffurfio llun y cerdyn. Daliwch ati nes byddwch wedi defnyddio'r holl gardiau. Pa mor gyflym y gallwch chi gyflawni'r her hon?



Her Eithaf

Marciwch linell gychwyn â sialc neu dâp. Gosodwch chwe eitem (wedi'u rhifo o un i chwech) un metr y tu ôl i'r llinell gychwyn. Cychwynnwch amserydd, rholiwch ddeis a symud at yr eitem sydd â'r un rhif â'r deis a'i throi drosodd. Ewch yn ôl at y deis a gwneud yr un peth eto nes bydd yr holl eitemau wedi'u troi.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

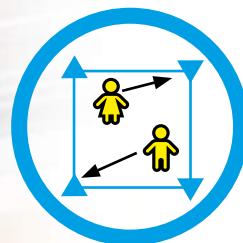
WW84
WONDER WOMAN

Heriau Unigolyn Codwch lais dros heddwch

Chwaraewch yn deg, gydag empathi a dangoswch arweinyddiaeth

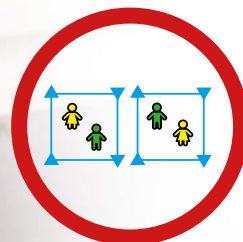


Medal
Siwrnai:
Rhyfelwr
dros
Heddwch



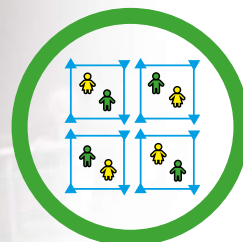
Her Fach

I'w chwarae mewn parau. Gosodir dau gôn i fod yn llestri a dau gôn i fod yn gromenni, un ym mhob cornel o'r man chwarae. Mae un person yn llestri, a'r llall yn gromenni. Ar ôl dweud 'ewch', y person cyntaf i gael tair llestr neu gromen sy'n ennill.



Prif Her

Dewch o hyd i bartner a threfnwch ddau fan chwarae fel yr un yn yr her fach i dîm. Heriwch un chwaraewr mewn pâr arall i gystadlu. Yn y ddau sgwâr, mae un chwaraewr yn llestri, a'r llall yn gromenni. Ar ôl dweud 'ewch', y person cyntaf i gael tair llestr neu gromen sy'n ennill. Os bydd dau aelod y tîm yn ennill eu sgwâr, byddant yn ennill y gêm. Os yw'n gyfartal, newidiwch eich gwrthwynebwyr a chwarae eto.



Her Eithaf

Ffurfiwch ddau dîm o bedwar a threfnwch bedwar man chwarae fel yr un yn yr her fach i dîm. Rhannwch y tîm fel bod pawb yn chwarae yn erbyn rhywun o dîm arall. Mae un chwaraewr yn llestri, a'r llall yn gromenni. Ar ôl dweud 'ewch', y person cyntaf i gael tair llestr neu gromen sy'n ennill y sgwâr. Pan fydd yr holl sgwariau wedi'u gorffen, adiwch sgoriau'r tîm, newidiwch y gwrthwynebwyr a chwarae eto.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

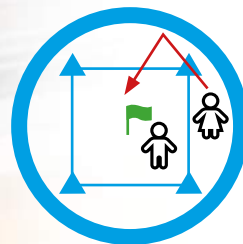
WW84
WONDER WOMAN

Heriau Unigolyn Codwch lais dros heddwch

Chwaraewch yn deg, gydag empathi a dangoswch arweinyddiaeth

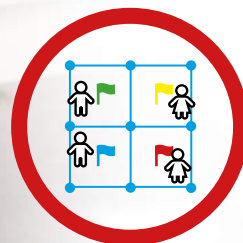


Medal
Siwrnai:
Rhyfelwr
dros
Heddwch



Her Fach

Gosodwch gôn neu faner y tu mewn i sgwâr. Wrth chwarae'n barau, bydd un person yn gwarchod y faner, tra bydd y llall yn ceisio dod i'r sgwâr i geisio dwyn y faner. Sawl ymgais y bydd ei angen i lwyddo?



Prif Her

Ffurfiwch sgwâr i bob chwaraewr, a'i gôn neu faner ei hun wedi'i osod y tu mewn iddo. Y nod yw dwyn conau/baneri pobl eraill gan warchod eich côn/baner eich hun rhag cael ei ddwyn.



Her Eithaf

Ffurfiwch bedwar tîm. Bydd y timau'n chwarae mewn lle eang lle mae coed neu laswellt. Bydd pob tîm yn dewis gwersyll lle byddant yn gosod eu baner neu gôn. Nod y gêm yw dwyn conau/baneri'r timau eraill wrth gadw eu côn neu faner eu hunain rhag cael ei ddwyn.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



Heriau Unigolyn Harneisiwch y pŵer

Dangoswch eich cryfder meddyliol a chorfforol



Medal
Siwrnai:
Cryf



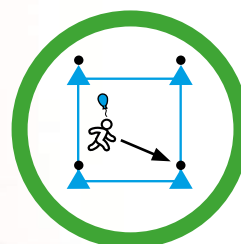
Her Fach

Dewch o hyd i rywbeth i fod yn drawst cydbwysedd. Daliwch bren mesur yn eich llaw a dal pêl yn ei lle ar ei ben pellaf. Allwch chi gerdded ar hyd y trawst cydbwysedd heb ollwng y bêl? Gwnewch hynny eto gan ychwanegu rhagor o eitemau. Byddwch yn ofalus rhag disgyn!



Prif Her

Dewiswch eich hoff gân o'r 1980au! Beth am Blue Monday gan New Order? Dewch o hyd i het ac ambarél i greu'ch perfformiad dawnsio'ch hun gyda'r eitemau hyn.



Her Eithaf

Marcwch sgwâr ar lawr. Rhowch eitem feddal ym mhob cornel. Bwriwch falŵn i'r awyr. Faint o eitemau meddal y gallwch eu cicio o bob cornel cyn i'r balŵn daro'r llawr? Chwaraewch eto, gan wneud y sgwâr yn fwy bob tro.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

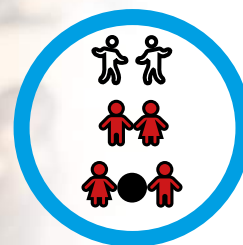


Heriau Unigolyn Harneisiwch y pŵer

Dangoswch eich cryfder meddyliol a chorfforol

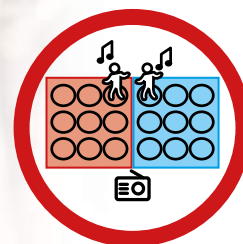


Medal
Siwrnai:
Cryf



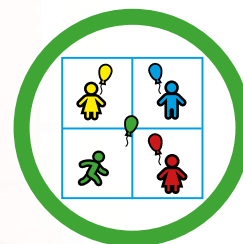
Her Fach

Dewch o hyd i bartner, eisteddwch ar y llawr gefn wrth gefn. Allwch chi sefyll ar eich traed heb ddefnyddio'ch dwylo? Gwnewch hynny eto, ond gyda phêl rhwng eich cefnau. Trowch wyneb yn wyneb, daliwch ddwylo a cheisiwch sefyll.



Prif Her

Dewch o hyd i ffrind. Dewiswch eich hoff gân o'r 1980au. Ydych chi wedi clywed am Blue Monday gan New Order? Gosodwch ddau fat dawnsio 3x3. Cymerwch eich tro i arwain a dilyn gan efelychu symudiadau'ch partner.



Her Eithaf

Ffurfiwch un sgwâr ar gyfer pob chwaraewr. Rhewch falŵn i bob un. Gosodwch amserydd ar 45 eiliad. Bwriwch neu ciciwch y balŵns i sgwariau'r bobl eraill. Pan fydd yr amserydd yn stopio, gadewch i'r balŵns ddisgyn. Yr un sydd â'r nifer lleiaf o falŵns sy'n ennill. Chwaraewch eto gyda mwy o falŵns.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



Heriau Unigolyn Harneisiwch y pŵer

Dangoswch eich cryfder meddyliol a chorfforol



Medal
Siwrnai:
Cryf



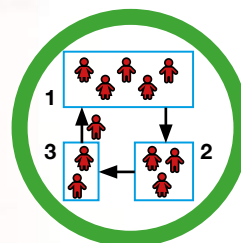
Her Fach

Chwaraewch yn dimau. Daliwch eich cyrff yn safle'r astell fel pe baech yn rhes o glwydi. Mae pawb yn cymryd ei dro i neidio dros y chwaraewyr eraill sy'n dal eu cyrff fel clwydi. Symudwch ymlaen o'r llinell gychwyn i'r llinell orffen.



Prif Her

Dewiswch gân o'r 1980au. Beth am ddewis Blue Monday gan New Order at y dasg hon? Mae ganddi guriad da! Mae pawb yn cymryd ei dro i ychwanegu symudiad dawnsio. Bydd y person nesaf yn copïo beth sydd wedi'i wneud o'r blaen ac yn ychwanegu symudiad newydd. Rydych chi'n sicr o gael hwy!



Her Eithaf

Ffurfiwch dri man chwarae a'u labelu'n 1, 2, 3. Mae pawb yn dechrau ym man 1, yn safle'r cranc a'i gluniau yn yr awyr. Symudwch o gwmpas gan geisio ysgubo dwylo neu draed eich ffrindiau o'r ffordd fel bod eu cluniau'n cyffwrdd â'r llawr. Pan fydd hyn yn digwydd, bydd y chwaraewr hwnnw'n symud i fan 2 ac yn chwarae eto. Gwnewch hyn eto fel bod y chwaraewyr sy'n colli yn symud ymlaen i fan 3, wedyn man 1, wedyn man 2 ac ati.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



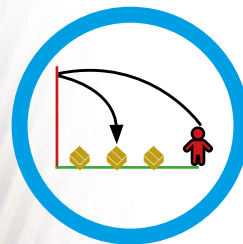
Heriau Unigolyn

Credwch ynoch chi'ch hun a beth rydych chi am ei gyflawni bob amser



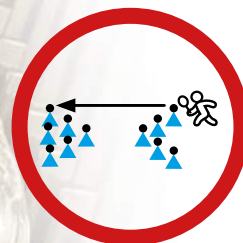
Medal Siwrnai:
Bob Amser yn Obeithiol

Byddwch yn uchelgeisiol, dilynwch eich breuddwydion a'ch dyheadau



Her Fach

Gosodwch dri blwch ar y llawr ar wahanol bellterau o'r wal. Marciwch linell gychwyn. Bwriwch y bêl â raced yn erbyn y wal a cheisio ei tharo i flwch.



Prif Her

Gosodwch naw potel yn hanner llawn o ddŵr ar y llawr. Gosodwch chwe phêl gyferbyn â'r poteli. Allwch chi ddymchwel yr holl boteli â chwe chynnig?



Her Eithaf

Gosodwch flwch ar y llawr a 10 o beli tennis yn ei ymyl. Llenwch falŵn ag aer a chadw'r balŵn yn yr awyr drwy ei daro â raced a chodi'r peli tennis fesul un yr un pryd a'u gosod yn y blwch. Gofynnwch i ffrind gystadlu â chi.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

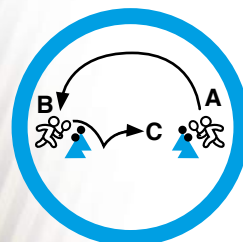
Heriau Unigolyn

Credwch ynoch chi'ch hun a beth rydych chi am ei gyflawni bob amser



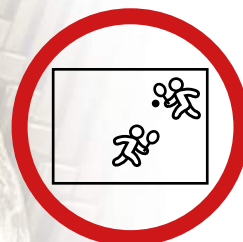
Medal
Siwrnai:
Bob Amser
yn Obeithiol

Byddwch yn uchelgeisiol, dilynwch eich breuddwydion a'ch dyheadau



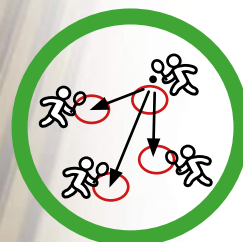
Her Fach

Gan chwarae'n barau, gosodwch ddau gôn neu ddwy botel 20m oddi wrth ei gilydd. Mae chwaraewr A yn taro'r bêl dan yr ysgwydd at chwaraewr B sy'n ei tharo'n ôl. Mae chwaraewr A yn symud at y bêl, ac wedi iddi fownsio (C), ei tharo at y targed. Mae'n ennill pwynt am bob côn a gaiff ei ddymchwel.



Prif Her

Marciwch sgwâr ar y llawr. Gan chwarae'n barau, mae un partner yn taro'r bêl i'r awyr. Wedi i'r bêl fownsio, mae'r partner arall yn ei tharo'n ôl yn yr un ffordd. Pan fydd y bêl yn bownsio o'r sgwâr, bydd y gêm ar ben. Y partner a oedd heb daro'r bêl allan sy'n ennill y pwynt. Rhowch her i chi'ch hun drwy wneud y sgwâr yn llai!



Her Eithaf

Bydd raced a chylchyn gan bob chwaraewr. Gosodir yr holl gylchynnau fel eu bod yn cyffwrdd yn y canol. Gan gydweithio, mae'r chwaraewyr yn taflu'r bêl dan yr ysgwydd gan geisio bownsio'r bêl i gylchyn chwaraewr arall. Os bydd y bêl yn bownsio o fewn cylchyn, bydd y chwaraewr a fwriodd y bêl yn symud ei gylchyn yn ôl. Os bydd chwaraewr yn methu cylchyn, rhaid iddo symud ei gylchyn yn ôl i'r canol. Parheir i symud y cylchynnau wrth i'r chwaraewyr fwrw'r bêl.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

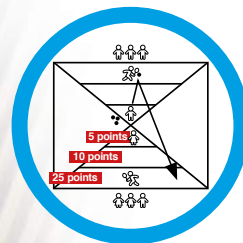
Heriau Unigolyn

Credwch ynoch chi'ch hun a beth rydych chi am ei gyflawni bob amser



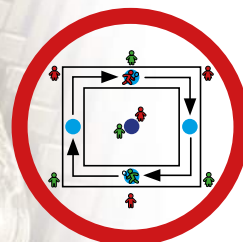
Medal
Siwrnai:
Bob Amser
yn Obeithiol

Byddwch yn uchelgeisiol, dilynwch eich breuddwydion a'ch dyheadau



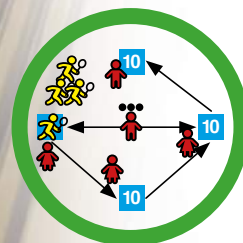
Her Fach

Mae dau dîm o bump yn cystadlu ar her batio yr un pryd. Bydd pob tîm yn dewis bowliwr. Mae'r batwyr yn taro eu peli ac yn ennill pwyntiau yn ôl ble mae'r bêl yn stopio. Ar ôl pob taflad, bydd y batiwr yn newid. Y tîm buddugol fydd yr un sy'n ennill y nifer mwyaf o bwyntiau!



Prif Her

Mae dau dîm o bump yn paratoi i chwarae rownderi gefn wrth gefn gyda phêl feddal. Mae'r ddau fowliwr yn taflu'r bêl dan yr ysgwydd yr un pryd at eu chwaraewyr. Cyn gynted ag y bydd y ddau fowliwr wedi taro (neu fethu) y bêl, rhaid iddynt symud. Bydd gweddill aelodau tîm y gwrthwynebwyr yn cydweithio i faesu'r bêl at eu bowliwr, a bydd hyn yn stopio batiwr y gwrthwynebwyr rhag symud. Enillir pwynt am bob bas sy'n cael ei basio, a rhoddir pwynt ychwanegol am rediad adref. Newidiwch y batwyr a chwaraewch eto.



Her Eithaf

Mae dau dîm o bump yn paratoi fel petaen nhw am chwarae rownderi. Bydd tair pêl yn cael eu taflu dan yr ysgwydd at bob batiwr. Bydd yr holl faeswyr yn aros yn eu lle wrth i'r peli gael eu taflu a'u taro gan y batiwr. Cyn gynted ag y bydd y bêl olaf wedi'i tharo, gall y maeswyr symud i ddychwelyd y tair pêl i'r bowliwr. Ar yr un pryd, bydd y batiwr un ai'n ceisio rhedeg o gwmpas y basau, gan ennill 10 pwynt am bob bas neu'n gwneud rhediadau criced drwy'r canol am 5 pwynt yr un.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



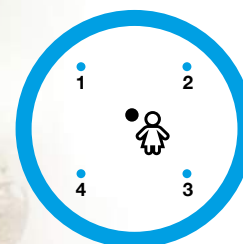
Heriau Unigolyn

Cymerwch ran a gnewch eich gorau

Byddwch yn ddewr a gnewch eich gorau glas

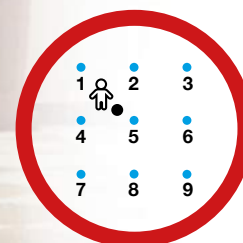


Medal
Siwrnai:
Dewr



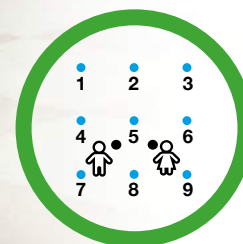
Her Fach

Ffurfiwch sgwâr gyda tharged ym mhob cornel. Rhifwch y targedi'n 1, 2, 3 a 4. Bwriwch y bêl i'r awyr â'ch dwylo. Y nod yw peri i'r bêl fownsio yn nhrefn y rhifau ar bob targed.



Prif Her

Gosodwch naw targed ar ffurf y botymau ar ffôn. Dewiswch rif PIN chwe digid. Byddwch yn symud drwy fownsio neu daro'r bêl ar bob targed mor gyflym â phosibl yn nhrefn y rhifau PIN.



Her Eithaf

Byddwch yn chwarae'r gêm hon fel y brif her uchod. Rhewch her i ffrind i fod y cyntaf i ddatgloi'r ffôn.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

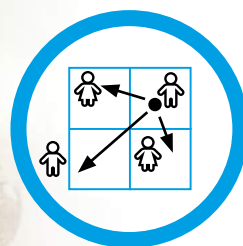
Heriau Unigolyn

Cymerwch ran a gnewch eich gorau

Byddwch yn ddewr a gnewch eich gorau glas

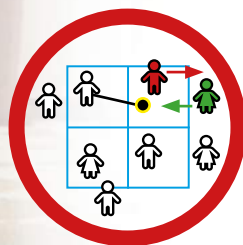


Medal
Siwrnai:
Dewr



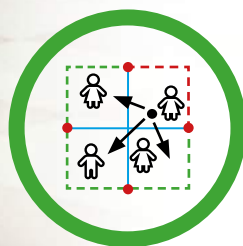
Her Fach

Mae gan bob chwaraewr sgwâr bach iddo'i hun. Gallwch symud y tu mewn a'r tu allan iddo. Bwriwch y bêl â'ch dwy law i wneud iddi lanio ar sgwâr un o'ch gwrthwynebwyr. Gall y bêl fownsio un waith ym mhob sgwâr. Cyfrifwch y nifer o weithiau rydych chi'n pasio'r bêl fel tîm mewn un munud.



Prif Her

Byddwch yn chwarae'n gêm hon yn barau fel gêm yr her fach uchod. Fodd bynnag, os bydd y bêl yn bownsio ddwy waith, bydd y chwaraewr ar y sgwâr hwnnw'n ffeirio lle â'i bartner. Mae pum bywyd gan bob tîm.



Her Eithaf

Ychwanegwch bedair eitem i fod yn byst gôl fel y dangosir. Byddwch yn chwarae'r gêm hon fel gêm y brif her, ond gallwch ennill pwyntiau os bydd y bêl yn croesi'r llinell gôl wyrdd wedi iddi fownsio. Os bydd gôl yn cael ei sgorio, bydd yr holl chwaraewyr yn ffeirio lle â'u partner.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

WW84
WONDER WOMAN

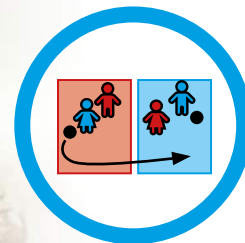
Heriau Unigolyn

Cymerwch ran a gnewch eich gorau

Byddwch yn ddewr a gnewch eich gorau glas

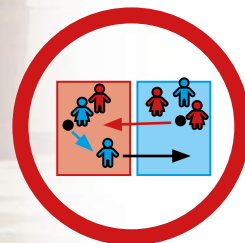


Medal
Siwrnai:
Dewr



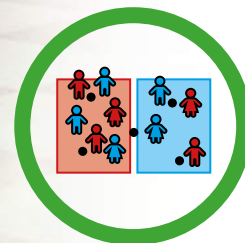
Her Fach

Ffurfiwch betryal â dau hanner. Gan chwarae'n barau, bydd un tîm yn dechrau yn eu hanner nhw gyda phêl droed. Bydd y tîm arall yn dechrau yn yr hanner arall gyda phêl fasged. Nod y gêm yw cael y ddwy bêl i hanner eich tîm chi erbyn i'r amser ddod i ben. Byddwch yn ennill dau bwynt am hyn. Byddwch yn ennill un pwynt os oes gennych un bêl. Chwaraewch am un munud, 45 eiliad a 30 eiliad i weld pa dîm fydd yn ennill.



Prif Her

Trefnwch y gweithgaredd hwn yn yr un ffordd ag antur yr her fach, gan chwarae mewn timau o dri neu bedwar y tro hwn. Sut y gallwch basio er mwyn cadw'r ddwy bêl? Chwaraewch am un munud, 45 eiliad a 30 eiliad i weld pa dîm fydd yn ennill.



Her Eithaf

Trefnwch y gweithgaredd hwn yn yr un ffordd ag antur yr her fach, gan chwarae mewn timau o bedwar neu ragor y tro hwn. Bydd y ddau dîm yn dechrau yn ei hanner ei hun, gydag un bêl droed ac un bêl fasged. Gosodwch bêl droed arall yn y canol rhwng y ddau hanner. Nod y gêm yw gorffen gyda'r nifer mwyaf posibl o beli yn hanner y tîm erbyn i'r amser ddod i ben. Byddwch yn ennill pwynt am bob pêl sydd gan y tîm. Chwaraewch am 90 eiliad, 60 eiliad a 45 eiliad i weld pa dîm fydd yn ennill.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

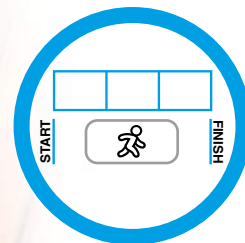


Heriau Unigolyn Arwr i bawb



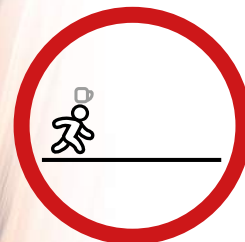
**Medal
Siwrnai:**
Yn Ymladd
dros
Gyfiawnder

Wynebwc eich ofnau, gwnewch gamgymeriadau,
gwnewch benderfyniadau a datrys problemau



Her Fach

Marcwch llinell gychwyn a llinell orffen. Glynwch ddarnau o bapur newydd wrth ei gilydd i wneud olwyn fawr y gallwch sefyll y tu mewn iddi. Pa mor gyflym y gallwch symud y bêl o'r llinell gychwyn i'r llinell orffen. Beth am herio ffrind i gael ras?



Prif Her

Dewch o hyd i rywbeth diogel y gallwch gerdded/symud ac aros yn syth arno gan fod yn ofalus rhag disgyn oddi arno. Llenwch gwpan plastig â ddŵr a'i roi i sefyll ar eich pen. Allwch chi gerdded o un pen y trawst cydbwysedd i'r llall heb wlychu? Rhowch fwy o ddŵr bob tro. I'w wneud yn fwy anodd, cerddwch â chwpan o ddŵr ym mhob llaw neu ar hambwrdd.



Her Eithaf

Marcwch seren ag wyth pigyn ar y llawr â sialc neu dâp. Cymerwch ysgub ac ysgubo pêl ar hyd ochr allan y siâp. Os bydd y bêl yn dod oddi ar y llinell, dechreuwch eto. Pa mor gyflym y gallwch orffen yr her hon?

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

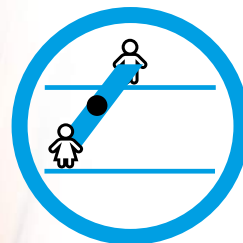


Heriau Unigolyn Arwr i bawb



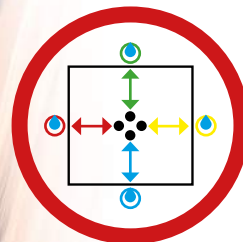
**Medal
Siwrnai:
Yn Ymladd
dros
Gyfiawnder**

Wynebwcw eich ofnau, gwnewcw gamgymeriadau,
gwnewcw benderfyniadau a datrys problemau



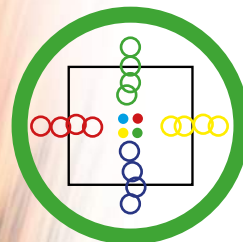
Her Fach

Dewcw o hyd i ddwy eitem hir y gallwch gerdded ac aros yn syth arnynt, dwy ysgub a phêl. Byddwch chi a'ch partner yn dal y ddwy ysgub rhyngoch i wneud pont. Gosodwch bêl ar y bont a chydweithiwch i gadw'r bêl yn ei lle wrth fynd o un pen y trawst cydbwysedd i'r llall.



Prif Her

Ffurfiwch bedwar tîm. Bydd angen bwced llawn dŵr ar gyfer pob tîm (i aelod cyntaf y tîm) ac un gwag (i aelod olaf y tîm). Gan eistedd gefn wrth gefn, bydd yr aelod cyntaf yn llenwi cwpan, yn troi ac yn arllwys y dŵr i gwpan yr aelod nesaf. Bydd hyn yn parhau nes bydd y dŵr yn cyrraedd y bwced a oedd yn wag. Y tîm sy'n ennill yw'r un sy'n gwagio'r bwced gyntaf.



Her Eithaf

Ffurfiwch bedwar tîm o bump. Bydd pedwar cylchyn gan bob tîm a bydd yn eu defnyddio fel cerrig camu i symud ar draws y sgwâr. Y nod yw casglu eu heitem liw (o ganol y sgwâr) a mynd i ochr gyferbyn y sgwâr. Y tîm sy'n ennill yw'r un sy'n gorffen yr her gyntaf.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth
leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC
Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



Heriau Unigolyn Arwr i bawb



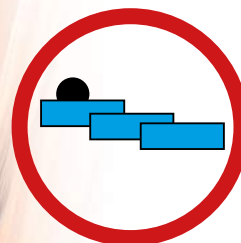
**Medal
Siwrnai:
Yn Ymladd
dros
Gyfiawnder**

Wynebwcw eich ofnau, gwnewcw gamgymeriadau,
gwnewcw benderfyniadau a datrys problemau



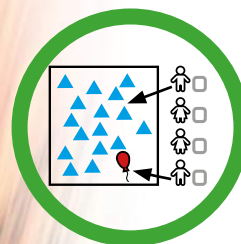
Her Fach

Llenwch 10 balŵn â dwr a'u gosod ar linell gychwyn. Gosodwch fwced gwag ar y llinell orffen. Cymerwch hen grys T a chlymu rhaff yn ei bedwar cornel. Gosodwch falŵn llawn dŵr ar ben y crys T. Codwch y balŵn i'r awyr drwy symud y rhaffau. Byddwch yn cydweithio i symud y balŵn i'r bwced ar y llinell orffen, heb gyffwrdd â'r llawr. Faint o amser y bydd eich tîm yn ei gymryd i gyflawni'r her hon?



Prif Her

Ffurfiwch gwrs rhwystrau sy'n galw ar y chwaraewyr i gadw cydbwysedd a chodi a disgyn. Gan ddefnyddio darnau o lander neu ddarnau o gerdyn wedi'u plygu, cydweithiwch i rollo pêl hoci rhyngoch chi wrth symud drwy'r cwrs rhwystrau. Os byddwch yn gollwng y bêl, dechreuwch eto.



Her Eithaf

Ffurfiwch dimau. Bydd angen bwced ar gyfer pob tîm. Gosodwch nifer mawr o gonau ar hyd y llawr. O dan rai o'r conau, gosodwch falŵns llawn dŵr. Bydd aelodau'r tîmau'n cymryd tro i symud at gôn a'i godi. Os bydd balŵn dano, byddant yn ei roi yn eu bwced. Os na fydd, byddant yn dychwelyd at eu tîm a bydd y nesaf yn cael tro. Ar ôl casglu'r holl falŵns, bydd y tîmau'n cael brwydr taflu dŵr!

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

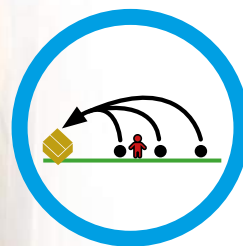
WW84
WONDER WOMAN

Heriau Unigolyn Gwell wrth gydweithio

Cydweithredu, cyfathrebu a dyfalbarhau



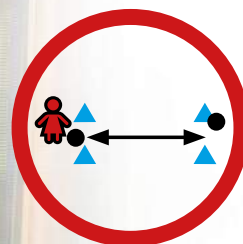
Medal
Siwrnai:
Chwaraewr
Tîm



Her Fach

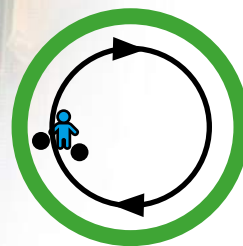
Gosodwch flwch ar lawr a dewiswch dri man cychwyn.

Gan ddefnyddio peli pêl-droed, pêl-rwyd a phêl-fasged, ceisiwch daflu neu gicio'r peli i'r blwch.



Prif Her

Marcwch linell gychwyn a llinell orffen. Gosodwch bêl yn un pen a phêl fasged yn y llall. Gan fynd mor gyflym ag y gallwch, faint o weithiau y gallwch daro'r bêl droed ar lawr rhwng y llinell gychwyn a'r llinell orffen? Allwch chi guro'r sgôr honno wrth fownsio'r bêl fasged? Beth am godi ychydig o rwystrau i'w wneud yn fwy anodd?



Her Eithaf

Marcwch gylch mawr. Ceisiwch ddriblo'r bêl droed a bownsio'r bêl fasged o gwmpas y siâp cylch. Heriwch ffrind i gael ras.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

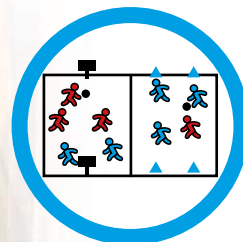
WW84
WONDER WOMAN

Heriau Unigolyn Gwell wrth gydweithio

Cydweithredu, cyfathrebu a dyfalbarhau

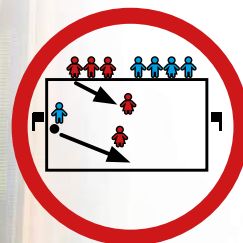


Medal
Siwrnai:
Chwaraewr
Tîm



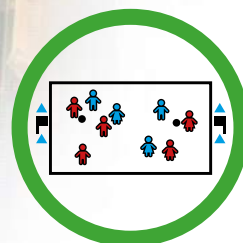
Her Fach

Mae dau dîm o bedwar (neu ragor) yn dechrau chwarae, un ym mhob hanner o'r cae. Pêl-droed yw'r gêm mewn un hanner, pêl-fasged yn y llall. Bydd y timau'n penderfynu ar y nifer maen nhw am eu defnyddio yn y ddau fath o chwarae. Mae'r gêm yn gorffen ar ôl 3 munud a'r sgoriau'n cael eu hadio.



Prif Her

Ar ddechrau'r gweithgaredd, mae dau chwaraewr yn wynebu ei gilydd ar gwr ac mae chwaraewyr ychwanegol yn gwylio o'r cyrion. Pan gaiff gôl ei sgorio, mae'r gwrthwynebwyr yn ychwanegu chwaraewr fel bod un yn erbyn dau (bydd hyn yn digwydd bob tro y caiff gôl ei sgorio) a bydd y gêm yn parhau. Os bydd y bêl yn mynd allan, bydd y gêm yn stopio a'r ddau dîm yn dechrau o'r dechrau.



Her Eithaf

Mae golau pêl-droed a golau pêl-fasged yn cael eu marcio ar gae. Bydd dau dîm o bedwar (neu ragor) yn chwarae pêl-droed (rhaid i'r bêl aros ar y llawr) a phêl-fasged yr un pryd am 3 munud. Mae'r sgoriau o'r ddau fath o chwarae'n cael eu hadio a'r chwaraewyr wedyn yn ffeirio lle ac yn chwarae eto.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)



YOUTH
SPORT
TRUST

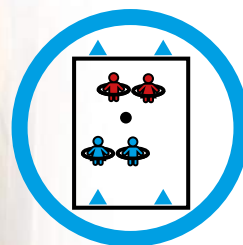
WW84
WONDER WOMAN

Heriau Unigolyn Gwell wrth gydweithio

Cydweithredu, cyfathrebu a dyfalbarhau

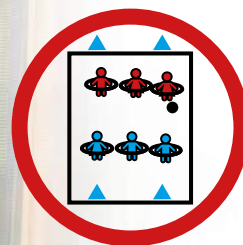


Medal
Siwrnai:
Chwaraewr
Tîm



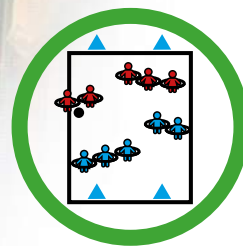
Her Fach

Gan chwarae'n barau, mae pob chwaraewr yn sefyll o fewn cylchyn gan afael yng nghylchyn ei bartner. Mae'r timau'n chwarae gêm o bêl-droed 2 bob ochr am 2 funud. Rhaid iddynt fod mewn cysylltiad â'i gilydd drwy'r amser.



Prif Her

Gan chwarae'n drioedd, mae pob un yn sefyll o fewn cylchyn, gan afael yng nghylchynnau aelodau'r tîm. Mae'r timau'n chwarae gêm o bêl-droed 3 bob ochr am 3 munud. Rhaid iddynt fod mewn cysylltiad â'i gilydd drwy'r amser. Newidiwch safleoedd a chwarae eto.



Her Eithaf

Gan chwarae'n bumodd, ffurfiwch is-dimau o 2 a 3. Bydd pob chwaraewr yn sefyll o fewn cylchyn, gan afael yng nghylchynnau aelodau ei dîm. Bydd y timau'n chwarae gêm o bêl-droed 5 bob ochr am 5 munud. Rhaid iddynt fod mewn cysylltiad â'i gilydd drwy'r amser. Newidiwch safleoedd a chwarae eto.

Sports to try...



Gofalwch eich bod yn dilyn canllawiau cenedlaethol a llywodraeth leol ar COVID wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau



WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL (\$20)

Cerdyn Her

Mae WONDER WOMAN yn ferch i'r frenhines Amasonaidd Hipolyta a'r duw Groegaidd Zews, a gan y rhain yr etifeddodd ei phwerau arbennig. Defnyddiwch y cerdyn hwn i gofnodi'ch siwrnai wrth i chi orffen pob her a chasglu nodweddion WONDER WOMAN.

Sut i ddefnyddio'r cerdyn Her...

Lliwiwch un llinyn o bob un o nodweddion WONDER WOMAN ar gyfer pob gweithgaredd rydych chi'n ei orffen ar y cerdyn hwnnw.

Fyddwch chi'n cyflawni her fach, prif her neu her eithaf? Ar eich pen eich hun, mewn tîm neu wrth fynd ar antur? Chi biau'r dewis.

Fyddwch chi'n cwblhau tri neu ragor o weithgareddau ar gerdyn er mwyn lliwio'r nodwedd WONDER WOMAN gyfan?

Mwynhewch, ailgysylltwch a meithrin ymdeimlad o bwy ydych chi wrth gysylltu â nodweddion WONDER WOMAN. A yw'r nodweddion hyn yr un fath â'ch nodweddion chi, neu'n wahanol?



Fy Siwrnai Bersonol

Defnyddiwch y cerdyn hwn i fyfyrion ar eich siwrnai bersonol. Wrth gyflawni'r heriau i gasglu nodweddion WONDER WOMAN, sut mae hynny wedi'ch helpu i adnabod eich nodweddion personol chi a datblygu sgiliau ar gyfer bywyd? Pan fyddwch yn ateb y cwestiynau hyn, dychmygwch fod Laso Gwirionedd WONDER WOMAN wedi'i lapio amdanoch chi – bydd ei bwerau'n eich gorfodi i ddweud y gwir yn unig. Myfyriwch, datblygwch a dysgwch.



Diffiniwch eich gwerthoedd personol, byddwch yn onest a dangos uniondeb

- Sut rydych chi wedi annog eraill i fod yn onest a dweud y gwir?
- Pam mae pobl eraill yn twyllo wrth chwarae gemau?
- Os ydych chi'n gwybod bod rhywun yn twyllo neu'n bod yn anonest, sut allwch chi sefyll dros y gwir?



Drwy ofalu, dangos diddordeb a chefnogi eraill

- Wrth chwarae gemau, beth mae'n ei olygu os dywedir bod rhywun yn dosturiol?
- Pan fydd rhywun yn dangos tosturi tuag atoch, pa deimlad rydych chi'n ei gael wrth chwarae gêm?
- Sut allwch chi fod yn fwy tosturiol tuag at eraill mewn gwahanol rannau o'ch bywyd?



Chwaraewch yn deg, gydag empathi a dangoswch arweinyddiaeth

- Mewn chwaraeon, beth yw gwrthdaro a pham mae'n digwydd?
- Pryd wnaethoch chi brofi neu weld gwrthdaro heddiw?
- Sut roedd y gwrthdaro wedi'i ddatrys a sut roedd heddwch wedi'i adfer yn y gêm?



Dangoswch eich cryfder meddyliol a chorfforol

- Mae'n haws gweld cryfder corfforol wrth gymryd rhan mewn chwaraeon: beth am gryfder meddyliol?
- Pryd welsoch chi rywun yn dangos cryfder meddyliol ac yn peidio ag ildio?
- Sut allwch chi'ch herio'ch hun i geisio bod yn gryfach yn gorfforol ac yn feddyliol?



Byddwch yn uchelgeisiol, dilynwch eich breuddwydion a'ch dyheadau

- Os dywedir bod rhywun yn gadarnhaol a gobeithiol, pa fath o ymddygiadau y byddwch yn eu gweld pan fydd pobl o'r fath yn cymryd rhan mewn chwaraeon?
- Disgrifiwch sut rydych chi'n teimlo pan fydd rhywun yn gadarnhaol a gobeithiol pan fyddwch yn gweithio ar dasg?
- Mae'n hawdd ildio weithiau wrth wynebu heriau anodd. Sut mae bod yn obeithiol yn gallu'ch helpu mewn sefyllfaoedd o'r fath?



Byddwch yn ddewr a gwnewch eich gorau glas

- Pryd rydych chi wedi bod yn ddewr heddiw?
- Pryd welsoch chi rywun arall yn ymddwyn yn ddewr?
- Sut allwch chi'ch herio'ch hun ac eraill i fod yn ddewr mewn sefyllfaoedd eraill?



Wynebwch eich ofnau, gwnewch gamgymeriadau, gwnewch benderfyniadau a datrys problemau

- Pam mae'n anodd wynebu'ch ofnau?
- Yn ystod yr heriau, beth oedd y camgymeriad mwyaf i chi ddysgu gwersi ohono?
- Sut mae datrys problemau a gwneud penderfyniadau'n gallu'ch helpu yn yr heriau?



Cydweithredu, cyfathrebu a dyfalbarhau

- Disgrifiwch pam mae gweithio fel chwaraewr tîm yn bwysig mewn gemau ac mewn bywyd?
- Pa fathau o ymddygiad fyddwch chi'n eu gweld mewn chwaraewr tîm da?
- Weithiau bydd pobl yn teimlo eu bod wedi'u gadael allan o dîm: sut byddan nhw'n teimlo o ganlyniad i hynny? Beth allech chi ei wneud i'w cymell i gymryd rhan?

Rhannu a dathlu

Bydd adnoddau WONDER WOMAN 1984 yn harneisio pŵer chwaraeon i ailgysylltu pobl ifanc drwy weithgareddau hwyliog ac ymestynol a fydd yn helpu i adfer cyfeillgarwch, datguddio ymdeimlad o bwy ydyn nhw a chreu ymdeimlad o berthyn. Rydym am weld yr ysbrydoliaeth o WONDER WOMAN, “arwr i bawb”, yn uno’r wlad gyfan – teuluoedd, ysgolion a chymunedau, ar ôl cyfnod pan mae rhyngweithio cymdeithasol wedi bod yn brin iawn. Anogwch bawb yn yr ysgol i gymryd rhan tra byddant yn yr ysgol ac anogwch y myfyrwyr a’u teuluoedd i gymryd rhan gartref ac yn ystod y gwyliau hanner tymor. Helpwch ni i ddangos hyn drwy bostio’ch fideos, lluniau ac atgofion o’ch heriau a’ch profiadau ar gyfryngau cymdeithasol.

Tagiwch ni:

@WarnerBrosUK
@DCUKComics

Defnyddiwch yr hashnod:

#WW84

Pethau defnyddiol i’w lawrlwytho:

Gallwch lawrlwytho casgliad o graffeg cyfryngau cymdeithasol o’r dolenni isod:

- Casgliad o graffeg i’w defnyddio ar Facebook - [LAWRLWYTHO](#)
- Casgliad o graffeg i’w defnyddio ar Instagram - [LAWRLWYTHO](#)
- Casgliad o graffeg i’w defnyddio ar Instagram Stories - [LAWRLWYTHO](#)
- Casgliad o graffeg i’w defnyddio ar Twitter - [LAWRLWYTHO](#)
- Gallwch lawrlwytho awgrymiadau ar gyfer postio yn: [LAWRLWYTHO](#)





YOUTH
SPORT
TRUST



Am yr Ymddiriedolaeth Chwaraeon leuenctid

Elusen plant ydyn ni sy'n gweithio i sicrhau bod pob plentyn yn mwynhau'r manteision mawr a geir drwy chwarae a chymryd rhan mewn chwaraeon. Rydyn ni wedi arbenigo ers 25 mlynedd mewn ffyrdd newydd arloesol i ddefnyddio chwaraeon i wella lles plant a chreu dyfodol gwell iddynt. Rydyn ni'n harneisio pŵer chwaraeon, gweithgarwch corfforol ac addysg gorfforol i gynyddu cyfleoedd bywyd pobl ifanc drwy wella lles, hybu ffyrdd iachach o fyw a gwella eu cyrhaeddiad. Drwy wneud hyn, rydyn ni'n helpu plant i fod yn barod am yr ysgol, yn hybu cynhwysiant a goddefgarwch ac yn rhoi ymdeimlad o berthyn i bobl ifanc. Mae ein partneriaeth newydd gyffrous â Warner Bros. yn ein galluogi i roi cynnig ar ffyrdd newydd i 'harneisio pŵer chwaraeon'. Drwy'r ysgogiad pwerus a difyr a geir drwy adrodd stori, cymeriadu a chynhyrchu ffilmiau cyffrous, ynghyd â'n gwerthoedd cyffredin o alluogi pobl ifanc i wneud eu gorau glas, rydyn ni'n falch iawn o rannu'r adnodd arloesol a chreadigol newydd hwn. Mae Warner Brothers wedi ymrwymo i gyrraedd cynulleidfaoedd o bob math a'u galluogi i gael effaith ddyfnach a mwy ystyrlon ar fywyd. Rydyn ni wrth ein bodd yn yr Ymddiriedolaeth Chwaraeon leuenctid o fod yn gweithio gyda Warner Bros. i gynnal ein rhwydweithiau, cael gafael ar gynnwys newydd ac arloesol a rhannu syniadau i wella lles yr HOLL bobl ifanc.





WONDER WOMAN 1984 and all related characters and elements © & ™ DC Comics and Warner Bros. Entertainment Inc. WB SHIELD: © & ™ WBEL. (s20)