

Cynllun gwers					
Dydd: Mercher	Dyddiad: 20/04/20	Nifer o ddisgyblion:10 Lefel gallu: Dechreuwyr and gallu uwch	Hyd - 60 mined Teitl yr uned- Gweithgaredd awyr agored	NC ref Rhyngweithio cadarnhaol a deall pwysigrwydd cydweithio i ddatrys a chyflawni tasgau. Mae hyn i gyd yn cynllunio ac ymateb disgyblion o ran sut maen nhw'n ei wneud	
Adnoddau: 2 fainc, smotiau, rhaff i greu ffiniau ar gyfer parth diogel, conau a smotiau siâp, gwastraff gwenwynig, tâp coch a gwyn, 4 rhaff hir, darn bach estynedig o raff a bagiau tywod.			Materion iechyd a diogelwch : Syrthio o feinciau, lithro ar offer, gwrthdaro ag unrhyw rwystrau.		
Canlyniadau dysgu :Erbyn diwedd y sesiwn, dylai'r plant gwybod sut i weithio fel grŵp, gallu i ymddiried un arall, yn gallu datrys problemau, addasu i wahanol sefyllfaoedd, bondio â'i gilydd a gwella eu cyfathrebu tra'n cwblhau gweithgareddau sy'n bleserus.					
Strwythur y wers					
Amser	Dilyniant gweithgaredd	Sefydliad	Dull dysgu a addysgu	Pwyntiau i'w cofio	Ffocws asesu
10 mined	Cynhesu Bydd y cynhesu yn ymwneud â datrys problemau. Fy nisgwyliadau yw hynny bydd y gweithgaredd cynhesu yn rhoi digon o wybodaeth iddynt a level meddwl yn barod i fynd i mewn i brif thema'r sesiwn. Mae'r pwrpas datrys problemau yw cynhyrchu datrysiad i'w oresgyn rhwystrau. Mae sgiliau datrys problemau yn dechnegau ymdopi effeithiol i delio â nhw gyda gwahanol sefyllfaoedd problemau felly mae'n hanfodol darparu cyfleoedd i blant i roi cynnig i datrys problem mewn amgylchedd lle mae'n ddiogel a lle gallant fwynhau gyda nhw ffrindiau. Llinell i fynw Bydd mainc gyda digon o le i oddeutu 8-10 o blant sefyll ymlaen. Bydd y plant i gyd yn wynebu'r un cyfeiriad. Nod y gweithgareddau hwn i'w i'r plant i cyfnewid lleoedd ar y fainc trwy symud yn unol â'r cyfarwyddiadau a roddwyd gan yr athro heb gamu oddi ar y fainc. Mae'r cyfarwyddiadau'n cynnwys bod y nhrefn yr wyddor archeb o ran eich llythyr cyntaf o'ch enw cyntaf neu's ail enw,eich oedran, eich taldra, faint o ieithoedd y gallwch eu siarad neu hyd yn oed sut llawer o anifeiliaid anwes sydd gennych chi. Wrth gyflwyno'r plant i'r gweithgaredd hwn byddwyn esbonio'r rheolau megis os byddant yn camu oddi ar y fainc a fydd ganddynt i ddechrau drosodd o'r dechrau. Os gallaf weld pobl yn cael trafferth, gwnaf ychwanegwch ddarn o offer a fydd yn gweithredu fel carreg ddiogel neu ‘garreg gamu’ lle gall plentyn sefyll i'w gwneud hi'n haws	Pob plentyn wedi'i leinio i fynw ar hyd y meinciau. Sicrhewch fod digon lle ar gyfer pawb.	Ar gyfer y gweithgaredd hwn byddaf defnyddio steil datrys problemau. Bydd y plant yn wynebu problemau felly bydd angen iddynt wneud hynny cynhyrchu datrysiad i mewn y gallant ei cwblhau y gweithgaredd.	Drwy gydol y gweithgaredd cynhesu byddaf yn sicrhau body diogelwch y plant yn blaenoriaeth. Byddaf yn sicrhau bod y plant yn ymddwyn dda.	Bydd y weithgaredd hwn yn canolbwyntio ar y gallu i drosglwyddo gwybodaeth a datrys problemau bydd nhw’n ei wynebu.

	symud a newid lleoedd ymlaen y fainc.				
18 mined	Ddathblygiad 1- Human Knot- Dyma'r gweithgaredd perffaith i fynd iddo ar ôl y llinell i fynygweithgaredd oherwydd byddai pob plentyn wedi bondio gyda'i grŵp ac wedi rhoi cynnig ar ddatrys problemau. Mae'r gweithgaredd cwlwm dynol yn helpu gyda gallu i addasu a chydweithio. Bydd dau grŵp o 5 i gychwyn gyda ac yna gallwn ddod â phawb i mewn i'w wneud hi'n anoddach erbyn gwneud cwlwm dynol o 10 o bobl. Bydd y plant yn sefyll mewn cylcha bydd yn ymuno â'r ddwy fraich gyda 2 blentyn gwahanol yn y cylch. Ar ôl i bawb ymuno â'u dwy law â phlentyn arall. Mae'r nod y gweithgaredd yw datrys eu hunain heb adael i'w gilydd bydd y gweithgaredd yn parhau nes bydd cylch perffaith wedi'i ffurfio. Bydd y gweithgaredd hwn yn hyrwyddo sgiliau adeiladu tîm, datrys problemau sgiliau a sgiliau cyfathrebu ymhlith grŵp o blant ac ar unigolion sy'n cymryd rhan.	1- Mewn 2 grŵp o 5 mewn cwlwm dynol. Sicrhewch fod pob plentyn yn dal law o 2 blentyn gwahanol cyn i unrhyw gydweithrediad ddechrau. Er mwyn ei gwneud hi'n anodd pan fydd y 2 grŵp yn cwblhau'r cwlwm dynol byddaf yn dod â phawb ynghyd ac yn gofyn iddynt ei berfformio eto ond mewn grŵp mwy. Bydd hyn yn hyrwyddo bondio tîm a gweithio fel grŵp mwy.	1- Ar gyfer y gweithgaredd hwn, byddaf yn defnyddio arddull datrys problemau. Bydd yn rhaid i'r plant weithio gyda'i gilydd i ddatrys sut i ddod allan o gwlwm wrth wyllo pob symudiad maen nhw'n ei wneud. Trwy gydol yr amser byddaf yno yn eu tywys a'u helpu os bydd angen.	1- Trwy gydol y gweithgaredd hwn byddaf yn sicrhau bod pawb yn teimlo'n ddiogel ac yn gyffyrddus. Hefyd, byddaf yn sicrhau bod pob plentyn yn ymddwyn ac nad yw'n tynnu braich rhywun arall gan y gallai arwain at anaf.	1- Bydd y gweithgaredd hwn yn canolbwyntio are y gallu i weithio fel grŵp i ddatrys problemau. Hefydd bydd yn canolbwyntio are y gallu i trosglwyddo gwybodaeth i cwblhau y gweithgareddau.
18 mined	2- Gweithgaredd cerdded ymddiriedaeth- Bydd hwn y gweithgaredd ola yn thema datblygiad. Trwy gydol y sesiwn mae'r plentyn wedi body yn gweithio fel tîm yn adeiladu ei sgiliau tîm adeiladu. Bydd y gweithgaredd hyn yn rhoi ei sgiliau tîm adeiladu i'r brawf. Mae'n gyd am ymddiriedaeth. Bydd un partner yn tywys eu partner a fydd yn swapio trwy'r gweithgaredd. Bydd y plentyn yn gwisgo mwgwd. Bydd y person sy'n gwisgo mwgwd yn cael ei spinio o gwmpas cyn dechrau. Bydd y partner sy'n gudio y person sy'n gwisgo mwgwd ddim gally cyffwrdd e. Bydd y person sy'n gwisgo mwgwd yn mynd o gwmpas cwrs yn gwrando at cyfarwyddiadau ei partner. Bydd rhaid osgoi unrhyw rhwystrau. Bydd y canllaw yn dysgu am cyfrifoldeb a ofalu am ei partner a bydd y person sy'n gwisgo mwgwb yn dysgu sut i ymddiried ar ei partner.	2- Mewn parau bydd mwy o cyfrifoldeb gan y plant. Mae na ddim lle i ciddio. ydd hon yn dangos hyder y plentyn. Bydd y athro yn penderfynu y parau.	2- Byddaf yn dysgu y gweithgaredd hwn mewn arddull datry problemau. Er ei fod yn waith par bydd rhaid i'r plentyn ddarganfod ffordd orau i afael y dasg.	2- Trwy gydol y gweithgaredd byddaf yn sicrhau body parau yn teimlo'n gyffyrddus y gweithgaredd. Gellir ei wneud gyda mwgwd neu os nah yw's gyffyrddus gellir wneud gyda'r llygad ar gau.	2- . Bydd y gweithgaredd hwn yn canolbwyntio ar pwysigrwydd gweithio fel par ac ofalu am eich partner.

14-15 Minutes	Cynhesu lawr Gwastraff gwenwynig - Er mwyn cynhesu, bydd y gweithgaredd yn weithgaredd hwyliog yn ras. Rhennir y grŵp yn 2 grŵp o 5. Un grŵp yn cymryd rhan yn y gweithgaredd a bydd y grŵp arall yn arsylwi ar y grŵp llall ac yna bydd y grwpiau'n newid drosodd. Nod y gêm yw cludo'r 'gwastraff gwenwynig' o barth perygl i barth diogel gan ddefnyddio rhaff. Bydd y plant yn cael 4 rhaff hir a bach rhaff estynedig a fydd mewn siâp cylch.Bydd rhaid i'r grŵp glymu y rhaff hir ar y rhaff gylchog estynedig er mwyn echdynnu'r gwenwynig gwastraff. Bydd rhaid i'r plant sicrhau bod y clymau maen nhw'n eu clymuyn ddigon cryf pan fyddant yn tynnu rhaff a bod y clymau yn y lle iawn i sicrhau bod y rhaff gylchog estynedig yn ffitio o amgylch y gwenwynig gwastraff.Pan fydd y plant wedi llwyddo i gael gafael ar y gwastraff gwenwynig bydd angen iddynt ei dynnu allan heb iddo syrthio drosodd neu osgoi mynd i mewn i'r parth perygl eu hunain. Bydd y gweithgaredd hwn yn rhoi prawf ar y sgiliau cyfathrebu, gwneud penderfyniadau, cynllunio, datrys problemau, arwain a gwaith tîm plant sydd i gyd wedi'u cynllunio trwy gydol y sesiwn.	Mewn 2 grŵp o 5, bydd un grŵp yn gwneud y gweithgaredd ac yna'r grŵp nesaf. Bydd yn rhaid i'r plant osgoi'r parth perygl trwy gydol y gweithgaredd.	Ar gyfer cynhesu lawr byddaf yn defnyddio arddull datrys problemau eto. Mi wnaf rhoi cliwiau i'r plant a chaniatáu iddynt wneud hynny gofyn cwestiynau i mi ond bydd yn rhaid iddyn nhw feddwl o'r ateb. Gallwn defnyddio gorchymyn a ymarfer os gwelaf eu bod yn ei chael hi'n anodd ond fe allai difetha'r gweithgaredd.	Trwy gydol y gweithgaredd byddaf yn sicrhau bod diogelwch y plant yn fy sylw. Byddaf yn arsylwi'n agos ar y clymau y mae'r plant yn eu clymu ac yn rhoi adborth iddynt i ddweud a ydyn nhw'n ddiogel ai peidio.	Bydd y gweithgaredd hwn yn canolbwyntio ar bwysigrwydd gwrando a chymryd syniadau newydd. Bydd hefyd yn canolbwyntio ar y gallu i gyfathrebu'n effeithlon a datrys problemau y mae'n rhaid iddynt eu gwneud i gyflawni'r gweithgaredd.
Gweithgaredd beth yw : Bydd y plant na allant gymryd rhan yn cael rolau y gallant ddod yn athro ynddynt. Bydd hyn yn cyfrannu at eu datblygiad er nad ydyn nhw'n cymryd rhan yn gorfforol.					

Dyddiad y assesiad- 13/04/20

I'w adolygu -

A gyflanwir gan- Bradley Howell

<u>pervgl</u>	<u>Lefel o risg</u>	<u>Tebygolrwydd(1-4)</u>	<u>Beth sy'n angen gwneud i osgoi pervgl</u>	<u>Pa act sydd agen i mi gymryd</u>	<u>Camau a gymeryd gan</u>	<u>Canlyniad</u>
Llawr gwlyb	4	2	Byddaf yn sicrhau nad oes unrhyw ollyngiadau ar y llawr. Byddaf yn gwirio'n barhaus trwy gydol y sesiwn.	Symud i ffwrdd o'r gollyngiad neu ei lanhau.	Bradley Howell (Athro)	Sesiwn wedi cwblhau heb sein o llawr gwlyb.
Offer wedi ddifrodi	3	3	Byddaf yn gwiro'r offer cyn y sesiwn dechrau	Rhannwch yr offer sydd wedi'i ddifrodi a heb ei ddifrodi	Bradley Howell (Athro)	Offer sydd wedi diffrodi ddim wedi cael ei defnyddio.
Offer nas defnyddiwyd	2	2	Sicrhewch fod yr holl offer nad ydyn nhw'n cael eu defnyddio yn cael eu cadw i ffwrdd o'r plant er mwyn osgoi creu perygl.	Defnyddiwch ardal gwahanol	Bradley Howell (Athro)	Offer wedi cael ei cadw at yr ochr.
Gemwaith	3	3	Byddaf yn sicrhau bod y plant a'r staff yn y neuadd yn tynnu pob gemwaith.	Esboniwch i'r plant a'r staff am yr angen i gael gwared ar emwaith er mwyn osgoi unrhyw beryglon.	Bradley Howell (Athro)	Pawb wedi tynnu gemwaith bant.
Meinciau anniogel	2	2	Byddaf yn sicrhau bod y meinciau mewn cyflwr gweithio da ac y gallant dynnu'r pwysau oddi ar 10 o blant.	Asesu'r ansawdd y meinciau. .	Bradley Howell (Athro)	Meinciau anaddas ddim wedi cael ei defnyddio.

Cwmpo drosodd	3	3	Byddaf yn sicrhau bod y neuadd yn glir o unrhyw wrthrychau anghyffredin a all gyfrannu at y siawns y bydd plentyn yn cwmpo.	Symud offer	Bradley Howell (Athro)	Roedd y plant ddim wedi cwmpo.
---------------	---	---	---	-------------	------------------------	--------------------------------

Word count- 1771

School of Sport, Health & Outdoor Education
Assessment Feedback Sheet

Student No./Name:Bradley Howell
Module: Facilitating Adventurous Activities
Module Code: SHSS4074

Personal Evaluation – to support your academic progress please complete the section below <u>BEFORE</u> submitting your work.										
What do you consider to be the best aspects of this work?		Session Plan								
Which aspects do you consider could have been improved in this piece of work?		Risk assessment								
What have you found most satisfying whilst undertaking this submission?		Designing a session plan								
ASSESSMENT CRITERIA	Learning Outcomes	GRADE								
		Poor < 20%	Weak 20-29%	Unsatisfactory 30-39%		Satisfactory 40 – 49%	Good 50 – 59%	Very Good 60 – 69%	Excellent 70 – 84%	Exceptional 85– 100%

The design of the lesson, including clarity, appropriateness of the activities chosen, timings, progression, resource used.	1/2									0%
Identification and justification of choice of teaching facilitation style(s)	1/2									5%
Awareness of health and safety within the risk assessment.	1/2									5%
It is expected that students will present work that is proof read, correctly referenced and adheres to the Assessment Checklist. Therefore a range of 0 – 10 marks will be deducted for non-completion of any of the points on the checklist below.										

TUTOR COMMENTS:

Submission date:01.05.20	Return date: (at least within 4 weeks)	Tutor: J. Haylock	Mark:
-----------------------------	---	-------------------	-------