Teithiau cerdded chwareus

Bydd chwarae'n aml yn digwydd heb fawr ddim cynllunio ond weithiau mae'n ddefnyddiol bod ag ambell awgrym yn barod – fe fyddwn ni i gyd yn rhedeg allan o syniadau weithiau.

Mae pob plentyn yn elwa o gael cyfle i gael chwarae y tu allan. Does dim rhaid gwario arian ar weithgareddau drud na theithio milltiroedd i faes chwarae penodol. Gall pawb ddarparu cyfleoedd rhad yn lleol.

Gallwn sicrhau bod pob diwrnod yn antur. Rydym wedi llunio detholiad o deithiau cerdded ar themâu penodol i dy helpu di a dy deulu i fynd allan i archwilio eich ardal leol, gan gynnwys taith gofod, taith y creaduriaid bach a thaith môr-ladron.

Mae'r teithiau cerdded hyn wedi cael eu haddasu o enghreifftiau gan Dîm Cymorth Chwarae ac Ieuenctid Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam.

Am fwy o syniadau chwareus, cer at:
www.plentyndodchwareus.cymru

Taith y Gofod

3…2…1… i ffwrdd â ni!

Mae'n amser i ti a dy griw fentro i'r gofod pell.

Cyn cychwyn:

Cynllunia dy daith – sawl planed fyddwch chi'n ymweld â nhw?

Pethau i'w gwneud yn y gofod:

- Cer am dro ar y lleuad, gan gerdded yn araf iawn â dy freichiau ar led.
- Defnyddia dy gyflymder golau i gyrraedd y blaned nesaf.
- Chwilia am gerrig gofod, ffon olau a llwch y sêr i ddod a nhw yn ôl i'r ddaear.
- Cyflym! Cuddia rhag yr estroniaid o'r gofod! Faint welaist ti?
- Coda law ar y gofodwyr, a hola nhw i ba blanedau maen nhw wedi bod.

Yn ôl i'r Ddaear

Gallet ti ddatrys y côd?
Mae **G**en i **Dd**au **M**osgito **I**ach, **S**aith **W**iwer a **N**eidr.

Mercher, Gwener, y Ddaear, Mawrth, Iau, Sadwrn, Wranws, Neifion

Plentyndod Chwareus

Taith y Creaduriaid Bach

Creaduriaid bach yn cuddio yn y cae, a weli di nhw pan fyddi di'n chwarae?

Cyn i ti fynd:

Tynna lun o greadur bach yr hoffet ti ei weld – beth wyt ti am ei alw?

Pethau fedri di ei wneud ar dy antur:

- Edrycha yn y glaswellt hir i weld a weli di unrhyw beth.
- Cerdda yn araf fel malwoden a gwna bopeth yn araf bach.
- Rheda i'r ardal nesaf lle mae'r creaduriaid bach yn byw (cymra ofal wrth groesi'r ffordd), edrycha o dan garreg – beth weli di?
- Rho enwau i'r holl greaduriaid yn nhrefn yr wyddor, megis: Arwyn Abwydyn, Beti'r Fuwch Goch Gota, Carlo'r Ceiliog Rhedyn...
- Beth sy'n cuddio yn y coed?

Ar ôl dy antur:

Tynna lun o'r creaduriaid bach rwyt ti wedi eu gweld, pa liwiau oedden nhw? Sawl coes oedd ganddyn nhw?

Plentyndod Chwareus

Taith y Môr-ladron

Ai, ai, capten, *shiver me timbers*. Defnyddia'r syniadau chwareus hyn ar gyfer antur anhygoel!

Cyn i ti ddechrau ar dy fordaith:

Beth am ymarfer dy ymadroddion môr-leidr – arrrr, ahoy mêt, lwt, safi?

Yn ystod dy fordaith:

- Dere o hyd i blanc ar gyfer cerdded arno.
- Crea gân am fod ar y môr.
- Dere o hyd i drysor – edrych am ddail, petalau, moch coed, cerrig, glaswellt, llygad y dydd.
- Dere o hyd i fan cuddio gwych ar gyfer y trysor a dychwelwch mewn ychydig ddyddiau i weld a yw rhywun wedi dod o hyd iddo.
- Dychmyga bod gen ti barot anwes. Beth fyddai'n ei ddweud?
- Cyfarch pawb rwyt yn eu gweld drwy ddweud 'Arr fy nghalon i!'
- Dere o hyd i ffon i'w swingio fel cleddyf.

Pan fyddet yn dychwelyd i'r lan:

Gwna fap fel byddet yn gwybod sut i ddychwelyd at dy drysor.

Taith y Deinosoriaid

Gwylia! Mae yna ddeinosor ar grwydr! Defnyddia'r syniadau chwareus hyn i gael antur anhygoel!

Cyn i ti archwilio:

Pa bethau fyddai gan fforiwr yn ei sach deithio?

Yn ystod dy daith:

- Edrycha am ôl-troed deinosor.
- Tylla am ffosil – cerrig, ffyn, cregyn.
- Gwna fan cuddio i edrych am ddeinosoriaid heb gael eich gweld.
- Dringa goeden i edrych am ddeinosoriaid mawr.
- Ceisia gerdded fel t-rex – STOMP! STOMP! STOMP!
- Adeilada nyth deinosor yn defnyddio ffyn, cerrig, dail, pridd ac ati.
- Mae'r deinosoriaid yn dod – rheda mor gyflym ag y gallet i ddianc.
- Fflapia dy freichiau fel adenydd pterodactyl.

Pan fyddet yn dychwelyd i'r gwersyll:

Tynna luniau'r deinosoriaid a welaist ar dy daith gerdded.

Plentyndod Chwareus

Taith y Marchogion a'r Tywysogesau

Boneddigion a boneddigesau, mae hi’n amser codi a symud ein traed. I ffwrdd â ni ar ein hantur nesaf!

Cyn i ti fynd:

Ymarfer sut byddet ti'n cerdded fel marchog neu dywysoges. Sut byddet ti'n plygu neu'n chwifio'n frenhinol? Sut byddet ti'n marchogaeth ceffyl fel marchog neu dywysoges?

Ar dy daith:

- Gallet ti ddod o hyd i rhywle a fyddai'n gastell gwych?
- Chwilia am unrhyw beth sydd ei hangen arnat ti i ychwanegu at dy gastell – oes yna unrhyw flodau i'w pigo (dim ond os yw'n addas)?
- Chwilia am ffyn i wneud bwa a saeth i'w hychwanegu at dy wisg.

Ar ôl cyrraedd yn ôl:

Sut byddai dy gymeriad yn amddiffyn ei gastell? Ai gyda hud a lledrith, cleddyfau, bwa saeth neu efallai hyd yn oed draig?

Taith Creaduriaid Chwedlonol

Mae bwystfilod chwedlonol, hudolus o'n hamgylch ym mhob man! Wyt ti'n credu mewn hud a lledrith?

Cyn i ti fynd:

Sawl creadur chwedlonol allet ti feddwl amdanynt? Pa un yw dy ffefryn? Pa fath o greadur chwedlonol hoffet ti i fod?

Ar dy daith:

- Allet ti ddod o hyd i'r llefydd rwyt ti'n credu mae'r creaduriaid yma'n byw?
- Dere o hyd i'r ffon berffaith i fod yn ffon hud neu goes ysgub.
- Allet ti wibio o gwmpas fel tylwythen deg, stompio fel ellyll, prancio fel ungorn neu ymlusgo fel sarff?
- Allet ti anadlu tân fel draig neu ysgwyd dy gynffon fel môr-forwyn.
- Casgla bethau y byddet yn dod o hyd iddyn nhw mewn gardd dylwyth teg.
- Ysgrifenna swyn yn y mwd.

Ar ôl cyrraedd yn ôl:

Beth am wneud dy ardd dylwyth teg dy hun o'r pethau rwyt ti wedi'u darganfod?

Plentyndod Chwareus