

Pêl-droed dall

Grŵp oedran y gweithgaredd: 8 - 11



Gweithgaredd:

Ffydd mewn ffrind

Yn arwain at

Sut mae chwarae:

- ◀ Sefwch un y tu ôl i'r llall mewn parau y tu ôl i farciwr ar y llawr.
- ▶ Mewn parau, bydd un disgybl yn gwisgo mwgwd. Bydd y llall yn ei dywys.
- ▶ Bydd y disgyblion sy'n gwisgo'r mwgwd yn dal ysgwydd ei bartner i gael ei dywys.

- ▼ Pan fydd yr hyfforddwr neu'r athro yn dweud "ewch", bydd y disgybl heb y mwgwd yn tywys ei bartner o amgylch yr hyfforddwr neu'r athro ac yn ôl at y tîm.
- ▶ Ar ôl cael hyder, bydd y disgyblion yn tynnu eu dwylo oddi ar ysgwydd eu partner, a dim ond drwy lais eu partner y byddan nhw'n cael eu harwain.

Offer:

- ◀ Pêl-droed dall
- ▶ Mygydau
- ▶ Marcwyr
- ▼ Ardal chwarae fawr



Gweithgaredd:

Sgiliau symud

Sut mae chwarae:

- ◀ Sefwch un y tu ôl i'r llall mewn timau o dri y tu ôl i'r marciwr ar y llawr.
- ▶ Mae angen i'r disgyblion ddriblo gyda'r bêl at yr hyfforddwr neu'r athro. Ar ôl cyrraedd yr hanner ffordd, ciciwch y bêl i'r hyfforddwr neu'r athro.
- ▶ Wedyn, bydd yr hyfforddwr neu'r athro yn rholio'r bêl yn ôl at y disgybl nesaf.
- ▼ Gwnewch y gweithgaredd eto gyda'r tîm.

- ◀ Ar ôl cael hyder, bydd y disgyblion yn rhoi'r mwgwd ymlaen ar gyfer y gweithgaredd nesaf. Bydd yr hyfforddwr neu'r athro yn ratlo'r bêl ac yn ei rholio at y disgybl.
- ▶ Bydd y disgybl yn stopio'r bêl, yn driblo, ac yn ei chicio i'r hyfforddwr neu'r athro.
- ▶ Gwnewch y gweithgaredd eto gyda'r tîm.

Defnyddio STEP:

	Haws	Anoddach
Gofod (Space)	Defnyddiwch ofod culach sy'n lleihau'r lle chwarae.	Defnyddiwch ofod ehangach, sy'n ehangu'r lle chwarae.
Tasg (Task)	Rholiwch/ciciwch y bêl yn arafach a/neu defnyddiwch eich troed gryfaf wrth ddriblo.	Rholiwch/ciciwch y bêl yn gyflymach a/neu defnyddiwch eich troed wannaf wrth ddriblo.
Offer (Equipment)	Defnyddiwch beli/offer mwy gydag arwyneb gweadog sy'n gwneud sŵn.	Defnyddiwch beli/offer llai gydag arwyneb gweadog sy'n gwneud sŵn.
Pobl (People)	Gyda thywyswyr, bydd 2 chwaraewr yn gwisgo mwgwd. Ar ôl cael cyfarwyddyd gan y tywyswyr, bydd angen i'r chwaraewyr gicio'r bêl i'w gilydd.	Mae angen i 2 chwaraewr wisgo mwgwd a chicio'r bêl i'w gilydd heb y tywyswyr. Bydd un chwaraewr yn cicio'r bêl i'r chwaraewr arall a fydd yn gwrando, yn stopio ac yn rheoli'r bêl, cyn ei chicio'n ôl at y chwaraewr.

Nid yw'r holl atebion ar gael yn y canllawiau uchod, ac mae'n bosibl nad yw rhai o ofynion penodol y disgyblion yn cael sylw. Rydyn ni'n eich annog i ymgysylltu â'r holl ddisgyblion, sylwi ar eu hanghenion, a chyfathrebu'n effeithiol, gan ddefnyddio dull sy'n canolbwyntio ar y plentyn o ddarparu cymorth wedi'i deilwra pan fydd angen.

Ystyriaethau penodol:

Disgyblion sy'n ddall ac yn rhannol ddall:

- Defnyddiwch gonau neu farcwyr hawdd eu gweld.
- Defnyddiwch farciau y gallwch eu teimlo ar y llawr er mwyn i'r disgyblion allu teimlo ble maen nhw.

Disgyblion sydd ag anableddau dysgu:

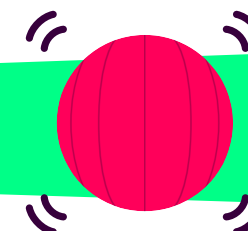
- Cyflwynwch yr adrannau un ar y tro.
- Dylech eu hannog a'u hatgoffa yn ystod y gweithgaredd.
- Defnyddiwch gyfarwyddiadau clir a chryno.
- Parwch y disgyblion hyn gyda rhywun sy'n gwneud iddyn nhw deimlo'n gyfforddus ac sy'n gallu eu helpu i gymryd rhan yn y dasg a chanolbwyntio arni.

Disgyblion byddar neu drwm eu clyw:

- Dangoswch sut i wneud y gweithgaredd - cyn dechrau arni a phan fydd y cyfarwyddiadau'n newid.
- Cyffyrddwch yr unigolyn ar ei ysgwydd i ddangos pryd mae tro'r disgybl i fynd.

Disgyblion sydd â nam corfforol:

- Gwnewch yn siŵr bod digon o le rhwng timau.
- Dylech annog y disgyblion i reoli cyflymder y gweithgaredd drwy gymryd yr awenau ac arwain.



STEP © 2002,
Ymddiriedolaeth Chwaraeon Ieuentid. Cedwir pob hawl.