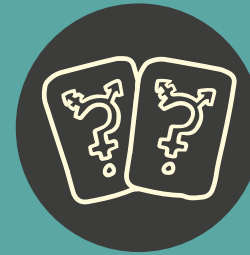


# Prosiect ROTIFER

**ADDYSGU STAFF AM AMRYWIAETH RHYWEDD TRWY  
GÊM O BARAU SNAP RHYWEDD A HER MYFFINS.**



**Nod Prosiect Rotifer yw cynyddu ymwybyddiaeth o amrywiaeth rhywedd. Rydyn ni eisïau gwneud ein hysgol yn lle mwy diogel i bob person ifanc a'r holl staff.**

## MYND Y TU HWNT I'R DEUOL

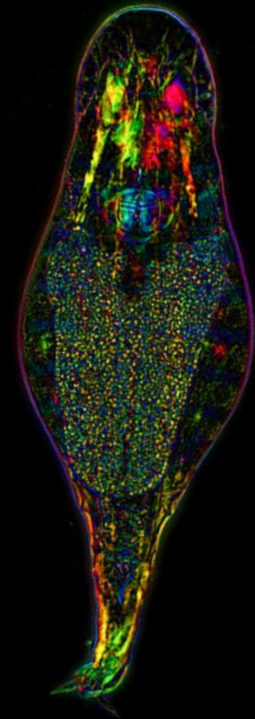
Yn ein hysgol ni, mae rhai ohonon ni'n mynegi ein rhywedd mewn ffyrdd sy'n herio disgwyliadau cymdeithas o ran beth allai bachgen neu ferch fod neu wneud. Mae rhai ohonon ni eisïau newid ein rhagenwau rhywedd (e.e. o fe i hi). Nid yw rhai ohonon ni eisïau cael ein hadnabod yn ôl rhywedd o gwbl (e.e. dirywedd). Mae rhai ohonon ni wedi diflasu ar sut mae normau rhywedd yn mynd o dan y croen ac yn ein hatal ni rhag gwneud pethau.

Ond mae'n anodd pan fydd rheolau a diwylliannau ysgol yn atgyfnerthu normau rhywedd bob dydd, trwy ein rhannu'n 'fechgyn' a 'merched' ar gyfer cwisiau dosbarth, rhoi bechgyn i eistedd nesaf at ferched ar gyfer profion, neu fod â pholisi gwisg swyddogol a thoiledau sy'n rhannu yn ôl rhywedd. Roedden ni eisïau newid hyn trwy ddangos pa mor amrywiol yw rhywedd eisïoes, fel sydd wedi bod yn wir erioed, a pha mor niweidiol y gall fod i bob person ifanc a'r staff os cawn ein rhoi mewn blychau nad ydyn nhw'n addas i ni.

**"Roedden ni eisïau rhoi gwybod i bobl nad dim ond 'gwryw' a 'benyw' yw rhyw ym myd anifeiliaid AC ym myd pobl. Mae llawer o wahanol ryweddau hefyd, a does dim byd naturiol am rolau rhywedd traddodiadol"**



**Rotifer**  
bacteria sy'n byw mewn byd benywaidd yn unig ac sy'n atgenhedlu ar eu pen eu hunain



**COFIWCH COFIWCH**  
peidiwch â'n rhannu yn ôl rhywedd  
roi croeso i bob rhywedd  
nad yr un ystyr sydd i ryw a rhywedd  
peidiwch â rhagdybio ein rhywedd  
ac os dywedwn ni wrthyh chi beth yw  
ein rhywedd, **COFIWCH COFIWCH**

# GWEITHDY STAFF AR CHWARAE RHYWEDD

## 1 CANFOD FFEITHIAU: NATUR RYFEDDOL RHYWEDD

- Fe ymchwilion ni i'r holl greaduriaid ar y tir ac yn y dŵr sy'n addasu rhyw neu rywedd ac yn newid rhyw neu rywedd. Fe wnaethon ni hefyd gynnwys rhywogaethau sy'n herio rolau rhywedd traddodiadol, fel y Môr-farch a'r Pysgodyn Pysgota.
- Wedyn fe wnaethon ni chwilio am gymeriadau cartŵn a theledu, sêr a ffigurau hanesyddol sy'n amrywiol eu rhywedd mewn rhyw ffordd.
- Roedd yn bwysig dod o hyd i ffordd ddifyr o ymdrin â mater difrifol, felly fe greon ni ddwy gêm i'w chwarae gyda'r staff yn ein gweithdy:

## 2 HER MYFFINS CYMYSG FFRWYTHAU RHYWEDD

- Fe wnaethon ni rai myffins â mwyar gleision ynddyn nhw (i gynrychioli stereoteip gwrywodod). rhai myffins â mafon ynddyn nhw (i gynrychioli stereoteip benyweidd-dra) a rhai myffins cymysg (i gynrychioli hyblygrwydd rhywedd).
- Gofynnwyd i'r staff dorri pob myffin ar agor a sefyll wrth y balwnau lliw oedd yn cyfateb i'r tu mewn i'w myffin. Dim ond balwnau glas a phinc oedd ar gael, wedi'u lleoli mewn gwahanol gorneli o'r ystafell. Nid oedd balwn nac ardal o'r ystafell wedi'u dynodi ar gyfer y myffin cymysg.
- Ar ôl y gweithgaredd hwn, fe ofynnnon ni sut roedden nhw'n teimlo yn cael eu categorieddio yn ôl myffin doedden nhw ddim wedi'i ddewis, sut deimlad oedd mynd i gornel â chod rhywedd nad oedden nhw o reidrwydd yn uniaethu ag ef, a sut deimlad oedd bod heb gornel o gwbl.
- Gwnaeth hyn i ni i gyd drafod sut rydyn ni eisoes wedi'n codio trwy labeli rhywedd wrth ddod i'r byd; sut gallwch chi ddim rhagdybio rhywedd person yn ôl sut mae'n edrych; sut deimlad ydyw pan fo'r rhywedd sy'n cael ei roi i chi ddim yn un y byddech chi'n ei ddewis o reidrwydd; a bod heb gynrychiolaeth i'ch rhywedd o gwbl.



## 3 PARAU SNAP RHYWEDD

- Wedyn buon ni'n chwarae gêm o BARAU SNAP RHYWEDD gyda'r holl wahanol ddelweddau roedden ni wedi'u casglu. Wrth i'r staff droi pob cerdyn drosodd, bydden nhw'n dysgu ffaith am bob creadur, cymeriad neu berson oedd yn amrywiol eu rhywedd.
- Wrth gael hyd i bâr, a gweiddi SNAP, roedden ni'n teimlo ein bod ni'n llacio rhywfaint ar y patrymau rhywedd deuol caeth sy'n cyfyngu ar bwy gallwn ni fod a beth gallwn ni ei wneud.



## 4 POSTER AC ADDUNED

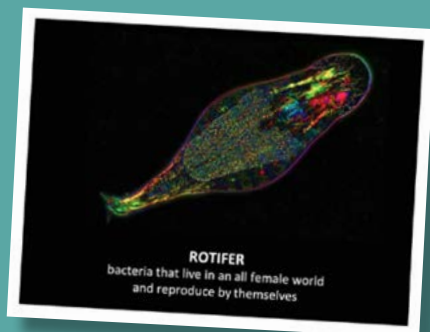
Ar ddiwedd y gweithdy fe gawson ni sesiwn holi ac ateb. Fe wahoddon ni'r staff i roi poster ar ddrws ystafell eu dosbarth. Fe ofynnnon ni hefyd iddyn nhw addo dod o hyd i ffyrdd gwahanol o rannu pobl ifanc yn hytrach nag yn ôl eu grŵp rhyw neu rywedd canfyddedig (e.e. gwryw/benyw, bachgen/merch), a helpu i gynyddu ymwybyddiaeth o amrywiaeth rhywedd a pherthnasoedd cynhwysol, amrywiol eu rhywedd.

## 5 CERDYN DIOLCH AR GYFER 'COFIWCH COFIWCH'

Rhoddwyd cerdyn diolch i bob aelod o staff am gymryd rhan, a oedd yn cynnwys ein cerdd '**Cofiwch Cofiwch**'.

## PARAU SNAP RHYWEDD

- 1 Penderfynwch ba fydoedd newid rhyw neu addasu rhywedd rydych chi eisiau eu harchwilio (e.e. byd anifeiliaid; cymeriadau cartŵn; ffigurau hanesyddol; sêr; pobl sydd mewn grym; llyfrau; ffilmiau; swyddi ac ati), a faint o gardiau rydych chi eisiau eu creu (e.e. 20).
- 2 Gwnewch beth gwaith ymchwil gan ddefnyddio'r adnoddau gwe ar y dudalen hon neu mewn mannau eraill yn y canllaw hwn. Dewiswch ddelwedd i gyd-fynd â'r ffaith rydych chi eisiau ei rhannu.
- 3 Rhowch y delweddau a'r testun mewn ffeil PowerPoint a'u cadw ar ffurf jpeg. Argraffwch ddau gopi o bob un (e.e. 40).
- 4 Dyluniwch eich clawr eich hun. Argraffwch ddigon i chi fedru lamineiddio pob cerdyn, gefn wrth gefn â'ch dyluniad chi.
- 5 Gosodwch nhw allan, â'r cefnau i fyny. Rydych chi'n barod i chwarae paru snap rhywedd!



Cyn i chi ddechrau addasu'r gweithgaredd hwn ar gyfer y plant a'r bobl ifanc yn eich lleoliad, darllenwch yr adran ar **Ddiogelwch a Chefnogaeth**.



**Rhydd i Fod yn Fi fy Hun:**  
gweithredu yn erbyn trawsffobia  
- llyfryn cartŵn ar-lein i bobl ifanc

**Ffilm gan Trans\*Form Cymru**  
sy'n cynnwys hanesion pobl ifanc drawsrywiol yng Nghymru

Mae'r pecyn cymorth hwn gan **TRANS\*FORM**, a grëwyd gyda phobl ifanc, yn cynnwys llawer o wybodaeth am ble i fynd i gael cymorth a chynghor yng Nghymru, gan gynnwys sut i fod yn gyfaill traws\*, hawliau traws\* ifanc a phwysigrwydd preifatrwydd

**Ewch i weld yr UNCORN RHYWEDD i ddysgu mwy am ryw a rhywedd**

**Trawsrywedd ar hyd hanes**

**Sut mae byd anifeiliaid yn herio rolau rhywedd traddodiadol**

**Cefnogaeth gan Unigolion a Theulu i bobl ifanc draws\* yn eu harddegau**

**5 gweithredwr traws yn y byd Islamaidd**

**Sut i Ddeall eich Rhywedd**

**Edrychwch ar MyGenderation**  
- prosiect ffilm parhaus am fywydau a phrofiadau traws

## BETH OEDD BARN Y STAFF AM EIN GWEITHDY?

"Waw. Dyna ddechrau hyfryd i'r diwrnod. Cyflwyniad gwych, wedi'i gynnal mewn ffordd broffesiynol iawn. Roedd y syniadau a gyflwynwyd yn rhyfeddol, a bydd llawer o waith yn cael ei wneud ar ôl y bore 'ma"

**"Cyflwyniad ardderchog oedd yn gwneud i chi feddwl. Dim ond dechrau'r daith yw hyn o ran newid canfyddiadau rhywedd pobl"**

"Difyr dros ben, llawn gwybodaeth, ac yn gwneud i chi feddwl"

**Roedd parodrwydd y disgyblion i fod yn agored wedi sbarduno trafodaeth dda iawn"**

"Cyflwyniad anhygoel, yn cyflwyno'n syml rywbeth mae'r rhan fwyaf o oedolion yn ei orgymhlethu. Mae cael clywed 'dyna sut mae pethau' yn golygu bod staff addysgu'n gallu ymlacio ynghylch materion rhywedd. Os yw'n dod oddi wrth y disgyblion, mae'r neges yn llawer uwch a chryfach - ROEDD YN YSBRYDOLIAETH!"

**"Cyflwyniad diddorol. Dysgais lawer trwy'r gêm snap"**

**Diwrnod Cofio Trawsrywedd**  
yw 20 Tachwedd bob blwyddyn