

DIY

Y GIST CHWILFRYDEDD

Bydd arnoch angen:

Blychau (hen flychau pecynnu
neu gardbord i wneud un)

Siswrn

Glud

Paent

Delweddau (wedi'u hargraffu
neu o gylchgronau)

Gwrthrychau y daethpwyd o hyd
iddyn nhw, fel gwrthrychau naturiol
neu wrthrychau bach parod

Ffabrig

Pennau ysgrifennu

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**.

gwneud i deimladau gyfri

- 1 Gwnewch yn siŵr fod gan bawb,
neu bob grŵp, flwch.
- 2 Rhannwch y blwch yn lleoedd
ac esboniwch y bydd pob lle neu
ystafell yn y blwch yn cynrychioli
teimlad neu emosiwn gwahanol.
- 3 Dewch o hyd i wrthrychau a
delweddau sy'n cynrychioli
neu'n adlewyrchu emosiynau
neu sefyllfaoedd a allai deimlo'n
emosiynol.
- 4 Gofynnwch i'r bobl ifanc feddwl
am y gwahanol ffyrdd y gallai'r
lleoedd hynny fod yn gysylltiedig
a beth allai eu cysylltu nhw.

Dean (15 oed)



I gael ysbrydoliaeth,
edrychwch ar **waith**
Joseph Cornell a
wnaeth gelf mewn
blychau o wrthrychau y
daeth o hyd iddyn nhw