



Ewch i Ysgolion Iach  
yn Feddylol i gael  
mwy o adnoddau

# Gweithgarwch MYFYRIO AR Y CYFNOD CLO

Mae'n bosibl y bydd rhai plant yn ei chael yn anodd mynd yn ôl i'r ysgol ar ôl y cyfnod clo.

Efallai y bydd yn ddefnyddiol yn ystod yr ychydig wythnosau cyntaf yn yr ysgol i fyfyrion ar y cyfnod clo a nodi beth maen nhw wedi'i ddysgu amdany'n nhw eu hunain, er mwyn eu helpu i ymdopi â'r newid hwn. Gellid hefyd cynllunio a chyflawni hyn fel sesiwn dangos a disgrifio.

Mae'n bosibl y bydd rhai plant wedi profi trawma neu brofedigaeth oherwydd Covid-19, ac felly efallai na fydd y gweithgaredd hwn yn addas oni fo'n rhan o gynllun cymorth mwy.

# Myfyrio ar y cyfnod clo



Enw: \_\_\_\_\_ Dyddiad: \_\_\_\_\_

Tri pheth newydd wnes i yn ystod y cyfnod clo:

- 1.
- 2.
- 3.

Hobiau neu sgiliau newydd ddysgais i:



Pethau ddysgais i amdanaf fy hun yn ystod y cyfnod clo:

- 1.
- 2.
- 3.

Rhywbeth fwynheais i am y cyfnod clo oedd...



Rhywbeth nad oeddwn i'n ei hoffi am y cyfnod clo oedd...

Os oeddwn i'n cael amser anodd yn ystod y cyfnod clo, byddwn yn...

Hoffwn barhau i...

Yn y flwyddyn ysgol nesaf, hoffwn ganolbwyntio ar...

