

# Cyflymder afon

30-45  
mun



## Canllaw gweithgaredd:

### Yr offer sydd ei angen:

- Clipfyrddau
- Stopwatshis
- Paent pydradwy (dewisol)
- Offer diogelwch yn y dŵr - cortyn fflat a chymorth arnofio

### **Cyn cyrraedd yr afon:**

1. Cyflwynwch afonydd fel modd o ymledu rhywogaethau goresgynnol drwy wledydd. Mae'r gweithgaredd hwn yn dangos pa mor gyflym y gall hyn ddigwydd.
2. Chwiliwch am leoliad sy'n cynnig mannau diogel da i ddechrau a gorffen y ras lle gellir gweld yr afon yn hawdd. Mae pontydd yn gwneud hyn yn llawer haws.

### **Wrth yr afon:**

1. Egluro diogelwch dŵr. Gofynnwch i'r dosbarth chwilio'r ardal i gasglu ffyn o siapiau a meintiau tebyg. Mae'r plant yn mesur pellter o 10m neu 20m i lawr yr afon. Dyma'r pwynt cofnodi.
2. Rhannwch y dosbarth yn ddau grŵp. Mae hanner y plant yn dechrau i fyny'r afon (ar bont os oes modd).
3. Mae hanner arall y plant yn mynd at y pwynt cofnodi i lawr yr afon gyda stopwatshis. Bydd yr athro'n cyfrif i lawr, bydd y ffyn yn cael eu gollwng i'r dŵr a bydd y stopwatshis yn dechrau.
4. Bydd y stopwatshis yn stopio cyn gynted ag y bydd y ffyn yn pasio'r plant. Bydd y grwpiau'n cael eu cyfnewid, a'r arbrawf yn cael ei ailadrodd nifer o weithiau. Gellid defnyddio paent pydradwy i liwio'r ffyn yn ôl côd, ac yna rhannu'r dosbarth yn dimau gyda phob tîm yn mesur eu lliw nhw'n unig.
5. **Gellir gwneud hyn yn yr ystafell ddosbarth.** Mae'r amseroedd cyfartalog yn cael eu cyfrifo o'r holl rediadau. Yna, gallai'r plant ddefnyddio'r wybodaeth hon i weithio allan pa mor hir y byddai pethau'n ei gymryd i deithio o drefi penodol i lawr i'r môr neu o un dref i'r llall, ac ati. Gellir naill ai rhoi'r pellteroedd i'r dosbarth neu gallai grwpiau ddefnyddio mapiau i fesur y pellteroedd eu hunain.