**Beth yw Ymbweru Merched?**

**Beth gallwn wneud amdano?**

**(Cynradd)**

**Amcanion y gweithgareddau hyn:**

Bydd y gweithgareddau hyn yn dilyn gwasanaeth cychwynnol gyda’r disgyblion. Nod y gweithgareddau yw:

* Cefnogi plant i ddeall y thema yn ddyfnach, i feddwl yn feirniadol, a chael cyfle i drafod materion drostynt eu hunain
* Cyflwyno opsiynau am weithredu pellach ar y thema, gan gynnwys opsiynau creadigol a chymryd rhan mewn ymgyrchoedd yn yr ysgol, y gymuned leol, ac yn ehangach.

*\*Diolch o galon i Action Aid am eu caniatâd i atgynhyrchu rhai o’u adnoddau addysgol ar anghydraddoldeb rhwng y rhywiau (https://www.actionaid.org.uk/school-resources/search/s/topic/0-2363)*

1. **Gweithgaredd Cychwynnol:**

Gweler y gweithgaredd cychwynnol a awgrymir gan Action Aid (Taflen 1).

Gwnewch y gweithgaredd gyda losin (neu ffrwythau) gyda’r plant – hefyd y gweithgaredd gydag arian os dymunwch. Defnyddiwch y gweithgareddau hyn i annog trafodaeth ymhlith y disgyblion am anghydraddoldeb a sut mae hi’n gwneud i bobl deimlo.

Efallai bydd angen trafod ystyr y gair ‘anghydraddoldeb’ eto. Mwy na thebyg y prif bwynt i’r plant fydd tegwch. Ni ddylai unrhyw un gael ei drin / ei thrin yn wahanol oherwydd ei ryw, ei oedran, ei hil, ayb.

Esboniwch y byddwch yn edrych ar anghydraddoldeb rhwng bechgyn a merched heddiw – ac ystyried rhai pethau y gall y plant wneud i godi eu llais yn erbyn annhegwch.

2. Beth yw anghydraddoldeb rhwng y rhywiau?:

Gweler y daflen gan Action Aid (Taflen 2). Gallwch naill ai:

* dorri lan y gosodiadau a chael y plant i weithio mewn grwpiau a thrafod a ydy’r gosodiadau yn wir ai peidio, yn eu barn nhw; neu
* defnyddio’r gosodiadau i wneud continiwwm gwerthoedd. Darllenwch mas y gosodiadau un ar y tro, a gofyn i’r plant symud i un pen yr ystafell neu’r llall, yn dibynnu a ydynt yn meddwl bod y gosodiad yn wir ai peidio.

Pan fyddwch wedi edrych ar / clywed y gosodiadau i gyd, medrwch ddatgelu bod y gosodiadau i gyd yn wir. Trafodwch gyda’r plant:

* sut mae hyn yn gwneud i chi deimlo?
* a oes ’na osodiadau sydd yn sefyll mas i chi? Pam?

**3. Yr hawl i fynd i’r ysgol: (Action Aid – Taflen 3):**

Edrychwch ar yr ystadegau a’r dyfyniadau gan ferched yn mynegi pam mae hi’n bwysig iddynt fynd i’r ysgol.

Mewn grŵp, trafodwch:

* pam mae hi’n bwysig i ferched fynd i’r ysgol?
* Beth yw’r sgil effeithiau os nad yw hyn yn digwydd?
* Beth fedrwn ni wneud i godi ymwybyddiaeth am y broblem hon, a chreu newid?

Os dymunwch, medrwch hefyd drafod y broblem hon gan ddefnyddio’r dull ‘Pam, pam, pam….?’

Dechreuwch ar chwith darn o bapur mawr gyda’r cwestiwn ‘Pam mae hi’n bwysig i ferched fynd i’r ysgol’, yna daliwch i ofyn y cwestiwn ‘pam’ . Bydd hyn yn help i weld holl effaith y broblem ar ferched, eu teuluoedd, a’r gymdeithas.

**Pam?**

**Pam?**

**Pam?**

**Pam mae hi’n bwysig i ferched fynd i’r ysgol?**

**Pam?**

**Pam?**

**Pam?**

4. Bechgyn / Merched: edrych ar stereoteipiau:

a) Nod y gweithgaredd hwn yw edrych yn feirniadol ar y syniadau sydd gyda’n cymdeithas am fechgyn a merched.

Mewn grwpiau, gofynnwch i’r plant edrych ar y dyfyniadau ar y cardiau (Taflen 4: Rolau Bechgyn a Merched) a thrafod:

* Beth yw’r syniadau / stereoteipiau y tu ôl i’r sefyllfaoedd hyn?
* Mewn pa ffordd maen nhw yn gallu cyfyngu ar ferched a’r dewisiadau maen nhw yn gallu eu gwneud mewn bywyd?
* Ydy’r un peth yn wir am fechgyn?
* Beth fedrwn ni wneud i herio stereoteipiau?

Trafodwch eich syniadau fel grŵp cyfan (efallai fel amser cylch) – a phenderfynu ar un peth y medrwch ei wneud fel dosbarth i leihau stereoteipiau a rhagfarn.

b) Syniadau am Swyddi:

Mewn grwpiau, gofynnwch i’r plant dynnu llun o’r swyddi canlynol:

* Nyrs
* Meddyg
* Ymladdwr tân
* Gwyddonydd
* Astronawt
* Gwleidydd
* Garddwr
* Artist

Cymharwch eich lluniau gyda rhai eich ffrindiau. Faint ohonoch arluniodd fechgyn a faint arluniodd ferched ar gyfer y gwahanol swyddi? Beth mae hyn yn dangos i ni am ddisgwyliadau’r gymdeithas? Os ydy merch am wneud swydd lle mae’r mwyafrif yn fechgyn, a ydy hyn yn anodd? Pam? Sut gall y gymdeithas wneud pethau yn haws?

c) Y byd hysbysebu:

Gofynnwch i’r plant edrych ar hysbysebion (mewn cylchgronau, ar y teledu, ar y rhyngrwyd, ar y stryd…..) am nwyddau ar gyfer bechgyn / merched – e.e. siampŵ, persawr, dillad, esgidiau, ceir, persawr……

Gofynnwch iddynt ddadansoddi’r hysbysebion yn ôl:

* Y golwg (sut maen nhw yn edrych?)
* Y naws (sut maen nhw yn ‘teimlo’? Pa gysylltiadau sydd yn dod i’r meddwl wrth edrych / gwrando arnynt?)
* Yr iaith a ddefnyddir (pa fath o enwau / ansoddeiriau a ddefnyddir? Beth sydd yn dod i’r meddwl wrth ddarllen / glywed y rhain?)

Fel dosbarth – rhannwch ganlyniadau’r ymchwil. Beth sydd yn debyg a beth sydd yn wahanol yn yr hysbysebion sydd wedi’u hanelu at ferched / bechgyn? Beth mae hyn yn ei ddweud wrthym ni am syniadau / rhagfarnau’r gymdeithas? Beth fedrwn ei wneud i herio stereoteipiau?

5.Astudiaethau achos:

Mae ’na ddwy astudiaeth achos sydd yn addas ar gyfer disgyblion cynradd – un sydd yn edrych ar hawl merched i gael addysg; ac un yn sôn am ymgyrch yn erbyn i ferched briodi yn gynnar ym Mhacistan.

Gallwch ddefnyddio’r astudiaethau achos hyn i ddeall y problemau sydd yn wynebu merched yn ddyfnach, ond hefyd fel ffynhonnell ysbrydoliaeth trwy ystyried sut mae merched eu hunain wedi ymgyrchu dros newid – rhai ar gost bersonol iddyn nhw eu hunain.

**6. Beth fedrwn ni ei wneud – Gweithredu!**

Elfen gref o Neges Heddwch ac Ewyllys Da eleni yw annog cymaint o bobl ifanc yng Nghymru a thu hwnt â phosibl i fynegi eu barn yn greadigol ar y thema Ymbweru Merched yn y cyfnod yn arwain lan at 18 Mai, a hefyd i annog pobl ifanc i weithredu a rhannu’r hyn maen nhw wedi’i wneud.

Rhoddir rhai syniadau isod.

1. **Edrych ar yr astudiaethau achos sydd yn cyd-fynd â’r pecyn hwn. Pa fater sydd o bwys i chi?**
	* *Lluniwch ymgyrch gyda’ch ffrindiau, gan ddilyn y syniadau ar ddiwedd yr astudiaeth achos.*
	* *Byddwch yn greadigol: gallwch greu arddangosfa yn eich ysgol neu’ch llyfrgell leol; ysgrifennu cerddi, straeon neu ganeuon; creu gwaith celf…..*
	* *Cysylltwch â phobl a fedr wneud gwahaniaeth yn eich barn chi – e.e. gwleidyddion, pobl enwog….. i’ch cefnogi gyda’ch ymgyrch!*
2. **Dewiswch ferch sydd yn fodel rôl bwysig i chi. Gall fod yn rhywun cyfoes, neu yn hanesyddol – e.e. Malala Yousafzai, Greta Thunberg, Rosa Parks, Tanni Grey Thompson….. Cofiwch fod hyn yn medru bod yn rhywun o Gymru (Gweler ‘100+Menywod Cymreig yma:** [**http://www.100menywodcymreig.cymru/**](http://www.100menywodcymreig.cymru/) **)**
	* *Gyda’ch ffrindiau rhowch arddangosfa at ei gilydd am fenywod sydd**wedi cyflawni pethau anhygoel / wedi newid y byd!*
	* *Gall eich arddangosfa / prosiect gynnwys ysgrifennu creadigol (cerddi / erthyglau / blogiau/ straeon….); celf (lluniau / modelau / ffotos); creu cyflwyniadau digidol neu ffilmiau*
	* *Gwahoddwch bobl i ddod i weld eich gwaith – e.e. cynghorwyr lleol / llywodraethwyr / gwleidyddion / pobl enwog*
3. **Gwahoddwch ferch amlwg i ddod i’ch ysgol i roi sgwrs / gwneud cyfweliad – e.e. rhywun o’r byd chwaraeon / drama / gwleidyddiaeth (Gweler: ‘100+Menywod Cymreig yma:** [**http://www.100menywodcymreig.cymru/**](http://www.100menywodcymreig.cymru/) **)**
	* *Trefnwch wasanaeth i’r ysgol gyfan*
	* *Paratowch gwestiynau ar gyfer cyfweliad, er mwyn darganfod mwy am ei phrofiadau a’r heriau y mae hi wedi’u goresgyn*
	* *Rhannwch y cyfweliad (gyda chaniatâd) ymhellach trwy flogio neu ar y cyfryngau cymdeithasol*
4. **Ar gyfer Diwrnod Rhyngwladol Merched (8 Mawrth):**
* *Anogwch gymaint o bobl ag bo modd yn eich ysgol i wneud addewid dros ymbweru merched, gan ddefnyddio Cerdyn Addewid WEN Cymru.*
* *Cynhaliwch ddigwyddiad ar 8 Mawrth – e.e. siaradwraig, caffi, ffair llyfrau, grŵp trafod, ffilm ……*
* *Gwahoddwch aelodau o’ch cymuned i’ch digwyddiad a gofyn iddynt gefnogi’ch ymgyrch!*
1. **Ar 18 Mai (Diwrnod cyhoeddi Neges Heddwch ac Ewyllys Da):**
	* *Cynhaliwch wasanaeth arbennig yn eich ysgol i rannu’r Neges*
	* *Ymatebwch i’r Neges ar e-bost a thrwy’r cyfryngau cymdeithasol*
	* *Rhannwch y Neges gyda’ch ffrindiau tramor ac yng Nghymru a’u hannog i greu ymatebion.*

**Defnyddiwch yr hashnod: #Heddwch2020**

**Beth bynnag rydych yn ei wneud, cofiwch ei rannu gyda’r Urdd.** Gallwch wneud hyn trwy ddefnyddio @Urdd / @Urddgobaithcymru

**Hashnodau eraill i’w defnyddio:**

**#ArwresCymreig #100oFenywodCymru**

**#IWD2020**

**#HeforShe**

**Am syniadau eraill ewch at:**

* Gwefan Diwrnod Rhyngwladol Merched: <https://www.internationalwomensday.com/School-Resources>
* Gwefan Rhwydwaith Cydraddoldeb Menywod (WEN) Cymru: <https://wenwales.org.uk/cy/>
* HeforShe Action Kit (Menywod y Cenhedloedd Unedig) : <https://www.heforshe.org/sites/default/files/2018-09/HeForShe_Action_Kit_Individuals.pdf>

**Ffynonellau:**

Action Aid – adnoddau dysgu: <https://www.actionaid.org.uk/school-resources/search/s/topic/0-2363>

Adnoddau ar gyfer Diwrnod Rhyngwladol Menywod: <https://www.internationalwomensday.com/School-Resources>

Pecyn Adnoddau WENCymru: <https://www.internationalwomensday.com/School-Resources>

 **Cofiwch ddefnyddio’r hashnod: #Heddwch2020**

