

Helo 'na!

Matt 	Helo 'na. Matt Thomas ydw i a dw i'n byw yn Abertawe. Dw i'n 13 oed. Dw i'n hoffi cicfocsio a chwarae pêl-fasged. Dw i'n cicfocsio ar nos lau a dw i'n chwarae pêl-fasged ar ddydd Sadwrn.
Hamda 	Helo. Hamda ydw i a dw i'n byw yng Nghaerdydd. Dw i'n 14 oed. Dw i'n hoffi dringo Dw i'n dringo yn y ganolfan ddringo yng Nghaerdydd ar ddydd Sadwrn.
Josh 	Sut mae? Josh Jones ydw i a dw i'n byw ar fferm ger Aberystwyth. Dw i'n 14 oed a dw i'n hoffi reidio beic cwad. Dw i'n reidio'r beic cwad ar y fferm ond dw i ddim yn reidio ar y ffordd. Dw i'n gwisgo helmed achos mae beiciau cwad yn beryglus. Dw i ddim yn cario ffrindiau ar y beic cwad – mae'n beryglus!
Sophie 	Sophie Smith ydw i a dw i'n 14 oed. Dw i'n byw yn Rhos, ger Wrecsam. Dw i'n mynd i'r ysgol yn Wrecsam a dw i'n hoffi dysgu Cymraeg a Ffrangeg. Ar ddydd Sadwrn, dw i'n dysgu sgiliau syrcas: ■ jyglo ■ cerdded ar stilts ■ perfformio ar y trapîs ■ sgiliau clown.

Dw i'n hoffi cerdded ar stilts a jyglo ond dw i ddim yn hoffi perfformio ar y trapêis. Dw i'n hoffi dysgu sgiliau clown hefyd ond dw i ddim yn dda iawn am ddweud jôcs.

Help

Geirfa	
ger	near
dringo	to climb, climbing
canolfan	centre
ffordd	road
achos	because
yn beryglus	dangerous
dysgu	to learn
dweud	to tell

Beth ydy'r geiriau Cymraeg?

skills

to perform

Hwyl - James Jones!



Dyma James Jones.

James Jones

**Byw:**

Abertawe

Oed:

20 oed

Gwaith:

Reidio beiciau BMX



Mae James Jones yn reidio beiciau BMX yn broffesiynol mewn sioeau.

Mae e'n cystadlu hefyd. Mae e'n reidio beiciau Impurity

Bike (o Singapore).

Mae e'n reidio dros dîm BMX Animal hefyd. Mae Animal yn rhoi dillad reidio i James.



Ciwb

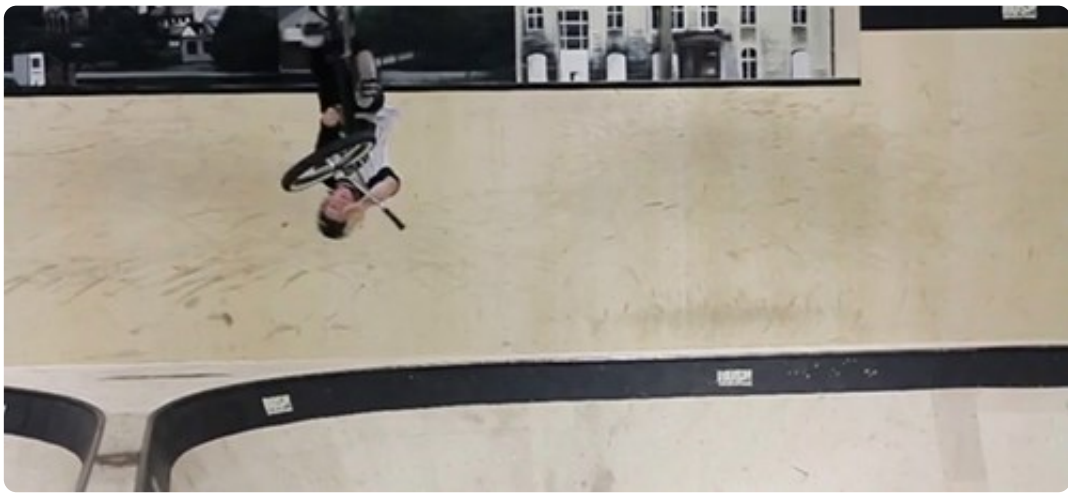
Pryd ydych chi'n ymarfer

James

Dw i'n ymarfer rhwng tair ac wyth awr

bob penwythnos achos dw i eisiau dysgu sgiliau newydd

Dw i'n hoffi reidio beiciau BMX.



Help

Geirfa	
rhoi	to give
cystadlu	to compete
reidio dros	to ride for
ymarfer	to practise, train
rhwng	between
awr	hour
bob penwythnos	every weekend
dysgu	learn
newydd	new

Beth ydy ...?

yn broffesiynol

sioe, sioeau

tîm

Iaith

Mae e = Mae o - He...

Mae e'n reidio. > He rides.

Mae o'n reidio. > He rides.

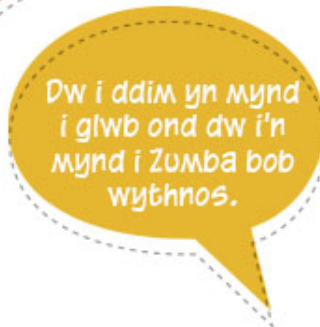
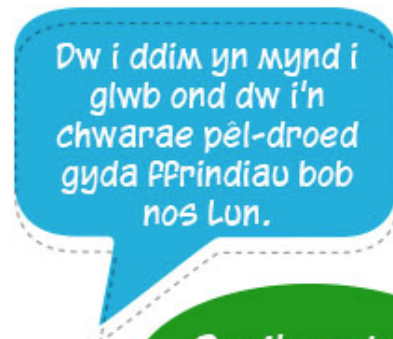
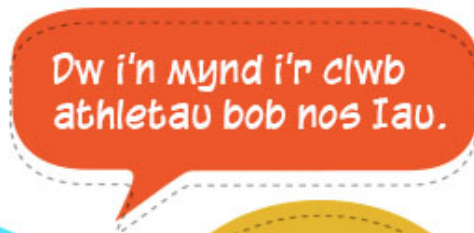
Ed yn rapio



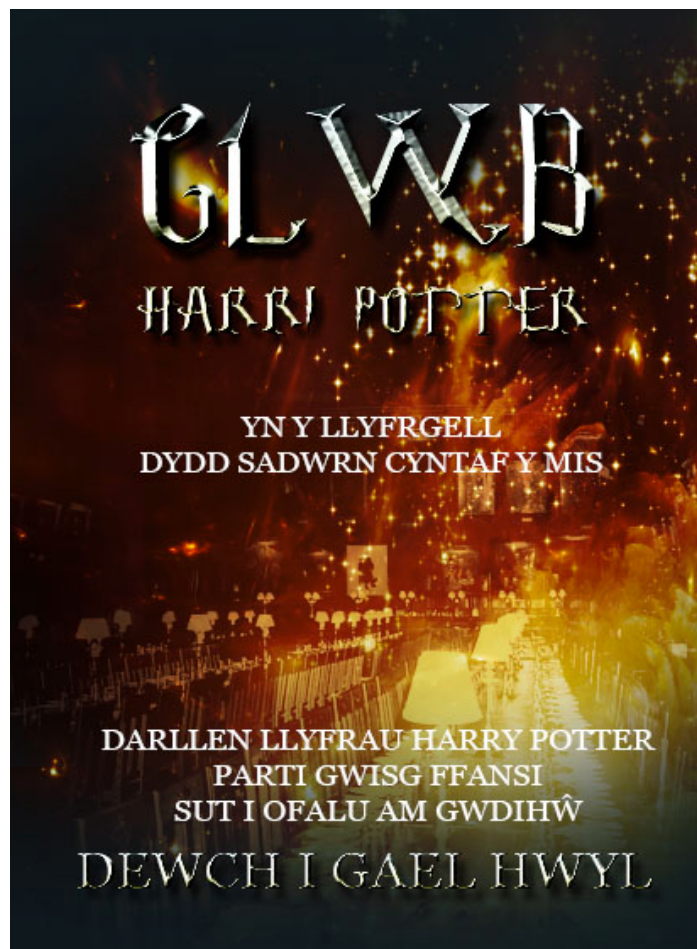
Gwyliwch y fideo.

Clwb...Clybiau

Ydych chi'n mynd i glwb?



Beth am y clybiau yma?



Help

Geirfa

bob	every
bob dydd ...	every ...day
bob nos ...	every ... evening
neuadd y dre	town hall
cael hwyl	to have fun
diod	drink
llyfrgell	library
cyntaf	first
mis	month
gofalu am	to look after
gwdihw / tylluan	owl

i Beth ydy ...?

clwb athletau
parti

Ble mae'r bobl?



Ble mae'r bobl?

Gwrandewch ar y cliwiau.



Ble mae'r bobl?

-1:12

Sgwrs

Alice: Helo.

John: Helo. Sut wyt ti?

Alice: Da iawn diolch.

John: John ydw i. Pwy wyt ti?

Alice: Alice ydw i.

John: Ble wyt ti'n byw?

Alice: Dw i'n byw yn Abertawe – a ti? Ble wyt ti'n byw?

John: Dw i'n byw yn Llanelli. Wyt ti eisiau dawnsio?

Alice: Dim diolch. Dw i ddim yn hoffi dawnsio.

John: Wyt ti eisiau lemonêd?

Alice: Dim diolch. Dw i ddim yn hoffi lemonêd.

John: Wyt ti eisiau cacen pen-blwydd?

Alice: Dim diolch. Dw i ddim yn hoffi cacen

John: O?!?! Wyt ti eisiau darn o pizza ... neu sosej ... neu mmm ... brechdan?

Alice: Dim diolch – dw i ddim yn hoffi pizza ... a dw i ddim yn hoffi sosej ... a dw i ddim yn hoffi brechdanau!

John: Beth wyt ti eisiau 'te?

Alice: Dw i eisiau mynd adre achos dw i ddim yn hoffi ...

Chwarae o dan y dŵr



Ydych chi'n hoffi chwarae hoci?

Wel, beth am chwarae *Octopush* – hoci o dan y dŵr?

Helo, David, Tomos, Lewis a Rhys ydyn ni. Rydyn ni'n byw yn Sir Benfro ac rydyn ni'n mynd i Ysgol y Preseli, Crymych, Sir Benfro.



Rydyn ni'n hoffi nofio.

Rydyn ni'n hoffi chwarae hoci.

Rydyn ni'n hoffi chwarae hoci – o dan y dŵr.

Rydyn ni'n chwarae dros dîm Hwlffordd.

Rydyn ni'n ymarfer bob nos Wener

Rydyn ni'n chwarae gêm bob mis.

Mae hoci o dan y dŵr yn hwyl!

I CHWARAE ...

Rhaid cael:

- ffon hoci
- cnap (mae metel yn y cnap)
- dwy gôl o dan y dŵr

Rhaid gwisgo:

- snorcel
- maneg wedi padio
- fins rwber
- mwigwd
- gwisg nofio neu siorts nofio (wrth gwrs!)



Sut i chwarae:

Mae dau dîm o 6 yn chwarae. Mae un tîm yn chwarae gyda ffon hoci ddu ac mae'r tîm arall yn chwarae gyda ffon hoci wen. Rydyn ni'n chwarae o dan y dŵr – ar lawr y pwll nofio.

Rydyn ni'n deifio i mewn i'r dŵr ac rydyn ni'n trio sgorio goliau. Rydyn ni'n taro'r cnap gyda'r ffon hoci ac rydyn ni'n pasio'r cnap i'r tîm. Weithiau, rydyn ni'n taclo'r tîm arall.

Mae'n bwysig gweithio fel tim. Rydyn ni'n dod allan o'r dŵr i anadlu, wrth gwrs. Mae'n hwyl. Mae'n gyffrous! Mae'n wych!

i Gwybodaeth

Mae tua dwy fil pum cant (2,500) o bobl yn chwarae hoci o dan y dŵr ym Mhrydain.

Mae sawl clwb yn Ne Cymru.

Iaith

yn + Prydain = ym Mhrydain

yn + De Cymru = yn Ne Cymru

Help

Geirfa

o dan y dŵr	underwater
Hwlffordd	Haverfordwest
bob	every
ffon hoci	hockey stick
cnap	puck
maneg wedi padio	padded glove
mwgwd	mask
gwisg nofio	swimsuit
ffon hoci wen	white hockey stick
llawr	floor
taro	to hit
weithiau	sometimes

mae'n bwysig

it's important

anadlu

to breathe

sawl

several

i Beth ydy'r geiriau Cymraeg?

goal

to dive

to score

in Britain

Hobiau



Hafan: Fforwm Pobl Ifanc Cymru



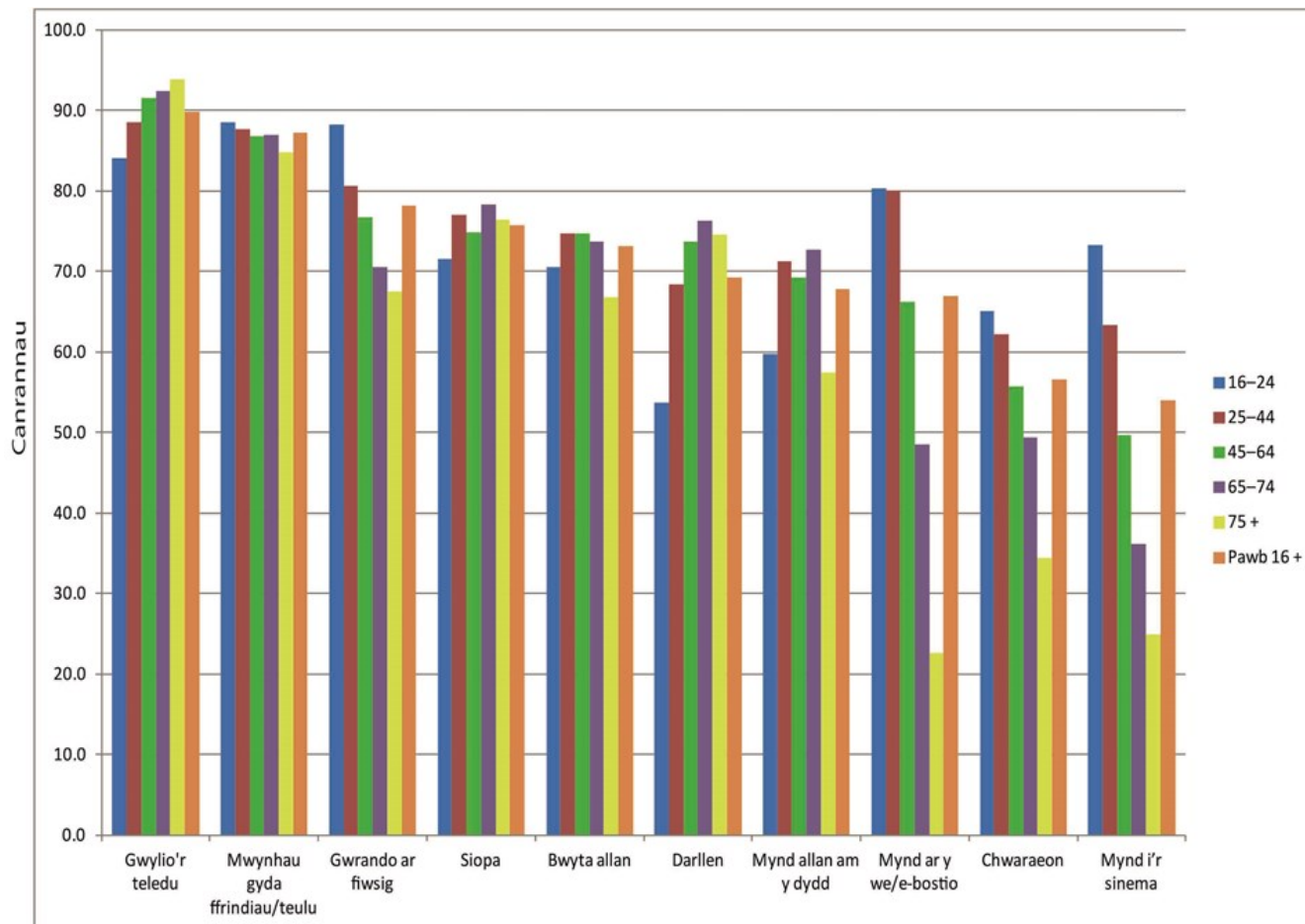
www.fforwmpoblifanc-ciwb.org

Pwy ydyn ni

Diddordebau

Beth ydych chi'n hoffi gwneud?

Dyma beth mae pobl 16-75 oed yn mwynhau gwneud:



Amser hamdden, 2012/13

	<u>Canrannau</u>					Pawb 16+
	16– 24	25– 44	45– 64	65– 74	75+	
Gwyllo'r teledu	84.1	88.6	91.6	92.5	93.9	89.8
Mwynhau gyda ffrindiau/teulu	88.6	87.7	86.8	87.0	84.8	87.2
Gwranddo ar fiwsig	88.3	80.7	76.7	70.5	67.5	78.2
Siopa	71.6	77.1	74.9	78.4	76.4	75.7
Bwyta allan	70.5	74.7	74.8	73.7	66.8	73.2
Darllen	53.7	68.4	73.7	76.3	74.6	69.3
Mynd allan am y dydd	59.7	71.3	69.3	72.7	57.5	67.8
Mynd ar y we/e-bostio	80.4	80.1	66.3	48.6	22.7	67.0
Chwaraeon	65.1	62.2	55.7	49.4	34.4	56.6
Mynd i'r sinema	73.3	63.3	49.7	36.1	25.0	54.0

[Taking Part: The National Survey of Culture, Leisure and Sport, Department for Culture, Media and Sport; Office for National Statistics, Measuring National Well-being –: What we do – September 2013; http://www.ons.gov.uk/ons/dcp171766_327213.pdf (http://www.ons.gov.uk/ons/dcp171766_327213.pdf) - cyrchwyd Medi 2014]

Rydyn ni eisiau gwybod beth rydych chi – pobl ifanc Cymru - yn hoffi gwneud yn eich amser hamdden chi.

Helpwch ni os gwelwch yn dda.

Help

Geirfa	
hafan	home page
fforwm	forum
pobl ifanc	young people, youth
cysylltu	to contact
y we	Internet
tafarn	pub
amser hamdden	leisure time
canrannau	percentages

Gwybodaeth

%	y cant
50%	pum deg y cant
51%	pum deg un y cant
51.5%	pum deg un pwynt pump y cant
84.1%	wyth deg pedwar pwynt un y cant
93.9%	naw deg tri pwynt naw y cant

Hwyl!



Dyma Maisie Potter.

Mae hi'n 17 oed ac mae hi'n eirafyrddio dros Brydain.

Maisie Potter



Oed:
17 oed

Ysgol:
Ysgol Friars, Bangor

Byw:
Gogledd Cymru

Dechrau eirafyrddio:
9 oed

Beth ydych chi'n hoffi gwneud?

Dw i'n hoffi eirafyrddio.

Beth ydych chi'n wisgo i eirafyrddio?

Dw i'n gwisgo dau grys T (un thermal), legins thermal, sanau sgio, *back protector* (bob amser, trowsus a siaced eirafryddio, menig (*mittens*), helmed a gogls (bob amser) a bôts eirafryddio.

Beth ydych chi'n hoffi am eirafyrddio?

Llawer o bethau, e.e.

- Dw i'n hoffi gwneud ffrindiau.
- Mae'n sialens.
- Dw i'n hoffi teithio.
- Dw i'n un o'r tîm.
- Dw i'n mwynhau bod tu allan.
- Dw i'n teimlo'n hapus.

Beth dydych chi ddim yn hoffi am eirafyrddio?

Gwisgo'r dillad eirafyrddio (ha ha!).

Ble ydych chi'n ymarfer?

Yn Les Gets, Morzine ac Avoriaz, yn Alpau Ffrainc.

Sut ydych chi'n ymarfer?

Yn yr haf, dw l'n syrffio, sglefrio, beicio, dringo a gwneud gymnasteg.

Yn y tymor eirafyrddio, dw i'n mynd i'r mynyddoedd i ymarfer am dair neu bedair awr bob dydd ac yna dw i'n beicio am 30 munud ar y beic ymarfer.

Pob lwc i chi, Maisie.

Diolch yn fawr.

Help

Geirfa	
eirafyrddio	snowboarding
dechrau	to begin, start
bob amser	always
teithio	to travel
bod	to be
tu allan	outside
ymarfer	to practise, train
yr haf	summer
sglefrio	to skate
tymor	season
awr	hour
mynyddoedd	mountains

Help

i Beth ydy'r geiriau Saesneg?

thermal

gogls

sialens

syrffio

Pwy ydy'r seleb?



Gwyliwch y fideo.

Pwy ydy'r seleb?

Stiw a Sawna



Sent: Dydd Iau, 25 Medi 2014 02:13

To: ciwb.org

Helo 'na.

Olev ydw i a dw i'n byw yn Talinn, Estonia - neu e-stonia. Pam e-stonia? Wel, rydyn ni'n hoffi technoleg yma. Yn yr ysgol, rydyn ni'n codio gemau cyfrifiadur (ers 6 oed!) ac rydyn ni'n defnyddio'r ffôn symudol a'r dabled yn y tŷ, yn yr ysgol, yn y stryd, yn y parc, yn y goedwig)... Mae wi-fi bob man - ac mae

Skype yn dod o Estonia!

Ydych chi'n defnyddio Skype weithiau - i siarad â ffrindiau efallai? Wel, mae Skype yn dod o Estonia! Tri ffrind, Ahti Heinla, Priit Kasesalu, a Jaan Tallinn, o Tallinn greodd Skype.

Dw i'n 14 oed a dw i'n mynd i'r ysgol yn Talinn. Dw i'n hoffi mathemateg, Rwsieg a Saesneg - a dw i'n hoffi cyfrifiaduron, wrth gwrs!

Beth ydw i'n hoffi? Wel, dw i'n hoffi cael sawna poeth poeth ac yna, dw i'n mynd i mewn i'r gawod oer oer. Mae sawna yn y tŷ. I fwyta, dw i'n hoffi stiw bresych. Mmm, blasus iawn.

Dydd Sadwrn a dydd Sul, dw i'n mwynhau Kiikio. Beth ydy Kiikio? Wel, ydych chi'n hoffi mynd ar siglen? Ydych chi eisiau mynd rownd a rownd a rownd ar y siglen? Wel, dyna kiikio! Dw i'n sefyll ar y siglen, mae fy nhraed i'n sownd ar y siglen, a dw i'n mynd rownd a rownd a rownd. Hwyl!

Mae cystadleuaeth wych yn Estonia - cystadleuaeth cario'r wraig. Mae'n hwyl (ond dydy Dad ddim yn cario Mam!)

Wel, dyna fi - pwy ydych chi?

Pob hwyl,

Olev



← 'Nôl

Nesaf →

Help

Geirfa	
codio	to code
cyfrifiadur, cyfrifiaduron	computer, computers
ers	since

defnyddio	to use
y goedwig	the woods
bob man	everywhere
greodd	created
cawod	shower
bresych	cabbage
siglen	swing
sefyll	to stand
fy nhraed	my feet
yn sownd i	attached to
cystadleuaeth	competition
gwraig	wife

i Beth ydy...?

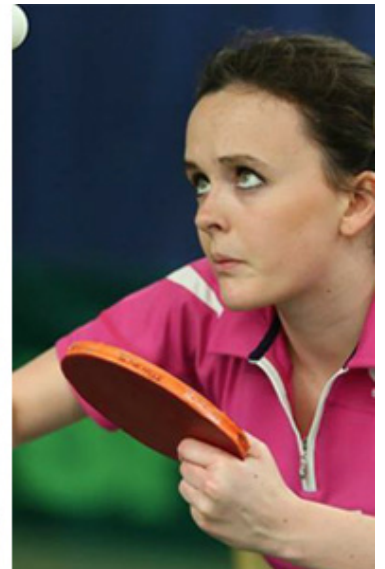
ffôn symudol (symud = to move)

Rwsieg

Beth ydw i'n hoffi? (i = I)

cario

Batio dros Gymru



Ydych chi'n hoffi chwarae tennis bwrdd?

Ydych chi'n dda am chwarae tennis bwrdd?

Mae Megan ac Angharad Phillips yn dda iawn. Maen nhw'n dda iawn, iawn. Maen nhw'n chwarae tennis bwrdd dros Gymru.

Megan ac Angharad Phillips



Byw: Dinbych (*Denbigh*)

Ysgol: Ysgol Brynhyfryd, Rhuthun

Nawr: Prifysgol Durham

Chwarae dros Gymru:

- Gemau'r Gymanwlad (*Commonwealth Games*), Glasgow, 2014
- Gemau'r Gymanwlad, New Delhi, India, 2010

- Megan – Pencampwriaeth y Byd (*World Championship*) yn Japan, Ffrainc a'r Almaen
- Angharad – Pencampwriaeth Ewrop (*European Championship*) yn Awstria, Gwlad Pwyl, Y Weriniaeth Tsiec a Denmarc



Mae Megan ac Angharad yn hoffi cystadlu ond rhaid ymarfer ...

Ciwb

Ble ydych chi'n ymarfer?

Megan

Yn y ganolfan hamdden yn Ninbych neu yng Nghaerdydd.

Ciwb

Pryd ydych chi'n ymarfer?

Angharad

Rydyn ni'n ymarfer yn y bore a'r prynhawn.

Ciwb

Faint ydych chi'n ymarfer bob dydd?

Megan

Rydyn ni'n ymarfer tua dwy awr a hanner yn y bore a tua dwy awr a hanner yn y prynhawn.



Dyma Megan ac Angharad yn gwisgo gwisg tîm Cymru yng Ngemau'r Gymanwlad (Commonwealth Games) yn Glasgow yn 2014.

Ciwb

Ble ydych chi'n chwarae, Megan ac Angharad?

Megan

Yn yr Almaen. Rydyn ni'n mynd i'r Almaen bob mis.

Ciwb

Pam wyt ti'n hoffi cystadlu, Megan?

Megan

Wel, mae chwarae tennis bwrdd yn hwyl a dw i'n hoffi teithio.

Ciwb

Pam wyt ti'n hoffi cystadlu, Angharad?

Angharad

Dw i'n hoffi teithio hefyd - i India, Yr Almaen, China, America, Ffrainc, Sweden, Norwy, Tunisia, Rwsia, Gwlad Pwyl a mwy!!

Ciwb

Bobl bach! Beth dydych chi **ddim** yn hoffi am gystadlu?

Megan

Mae'n anodd mynd allan gyda ffrindiau.

Ciwb

Megan ac Angharad – pob lwc i chi.

Y ddwy

Diolch yn fawr.



Megan yn America

Es i i America yn 2013 i chwarae yn yr US Open. Roedd o'n wych. Es i i Las Vegas. Mae'r 'strip' yn Las Vegas yn ddiddorol iawn.

Es i weld y Grand Canyon – roedd o'n anhygoel!



Angharad yn India

Es i i India i chwarae tennis bwrdd yn 2010. Roedd o'n ddiddorol iawn ond roedd o'n sioc. Gwelais i'r 'shantis' ble mae rhai pobl yn byw.

Hefyd, gwelais i'r Taj Mahal. Roedd o'n anhygoel!

Help

Geirfa	
batio dros Gymru	batting for Wales
prifysgol	university
cystadlu	to compete
ymarfer	to train
awr	hour
teithio	to travel
anodd	difficult
es i	I went
roedd o'n = roedd e'n	it was
anhygoel	amazing, awesome
gwelais i	I saw
rhai pobl	some people

Mop ... pêl ... a ... gôl

Beth am chwarae gêm gyda mop ... pêl ... a ... gôl?

Mae'n gyffrous iawn. Mae'n hwyl!

Pa gêm?

- Gêm i 2 dîm
- Mae 7 yn y tîm – bechgyn a merched.
- Mae'r gêm fel rygbi **a** *dodgeball* **a** tag **a** pêl-fasged.
- Rhaid cael cwaffl – pêl fach.
- Rhaid cael gôl (3 cylch).
- Rhaid cael *snitch* – pêl fach aur.
- Rhaid cael peli mawr – i daflu at y tîm arall.
- Rhaid cael mop (mae brwsh yn bosib hefyd).
- Pa ddillad? Mae rhai pobl yn gwisgo clogyn i chwarae'r gêm.

I chwarae:

- Rhaid rhedeg gyda'r mop neu'r brwsh rhwng y coesau.
- Rhaid rhedeg, taclo a sgorio goliau.
- Rhaid trio dal y *snitch* (pêl fach).
- Mae'r *snitch* yn sownd i ddillad y *snitch runner*. Mae'r *snitch runner* yn rhedeg yn gyflym iawn, iawn.
- Mae'r gêm yn gorffen ar ôl dal y *snitch* (30 pwynt).

Beth ydy'r gêm?

Quidditch, wrth gwrs - y gêm yn llyfrau Harri Potter.

Mae pobl yn Japan, Awstralia, De Affrica, Canada, Colombia, y Ffindir -ac ym Mhrydain - yn chwarae Quidditch heddiw.



Help

Pa?	What?
fel	like, similar to
rhaid cael	must have
cylch, cylchoedd	hoop,-s, circle,-s
taflu	to throw
hefyd	also, too
clogyn	cloak
rhwng y coesau	between the legs
trio	to try
dal	to catch
(y) Ffindir	Finland