



Tasg 2

Iach neu afiach?

Ydy'r rasys yma'n iach neu'n afiach? Pam?

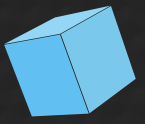
1. Trafodwch hyn mewn grŵp ac ysgrifennwch eich syniadau chi isod:

Ras rhedeg a bwyta

Ras donyts

2. Sut mae gwneud y rasys yn fwy iach? Trafodwch hyn mewn grŵp ac ysgrifennwch eich syniadau chi isod:

Ras rhedeg a bwyta	Ras donyts



3. Ydych chi'n gallu meddwl am rasys 'gwahanol'?

Chwiliwch ar y we ac ysgrifennwch y manylion ar ddarn o bapur. Dwedwch:

- enw'r ras
- ble mae'r ras
- y rheolau

