

Sesiwn Awr i Rien

I fod yn llwyddiannus yn yr ysgol, mae'n rhaid i fyfyrwyr feddu ar y canlynol:

- Hunangymhelliant
- Y gallu i gofio sawl darn o wybodaeth
- Strategaeth adolygu
- Cefnogaeth yn y cartref



Heb yr elfennau allweddol hyn, gall llwyddo fod yn anodd.

Fel oedolion, rydym yn gwbl ymwybodol o bwysigrwydd dysgu ond nid yw myfyrwyr o reidrwydd yn meddu ar y cymhelliant i wneud eu gorau. Mae dyletswydd arnom i ddarparu'r strwythur a'r gefnogaeth angenrheidiol ar gyfer eu llwyddiant.

Pwy ydym ni a'r hyn rydym yn ei wneud

Mae'n seminarau ledled y DU wedi cael eu datblygu a'u mireinio dros yr 16 mlynedd diwethaf gan dîm o weithwyr addysg proffesiynol, gan gynnwys athrawon a seicolegwyr. Maent yn tynnu sylw at sawl strategaeth brofedig sy'n galluogi myfyrwyr i wneud dysgu'n haws ac yn fwy cynhyrchiol. Ar gyfartaledd, mae 90% o'r bobl sy'n dod i'r seminarau yn dweud eu bod yn dda iawn neu'n ardderchog.



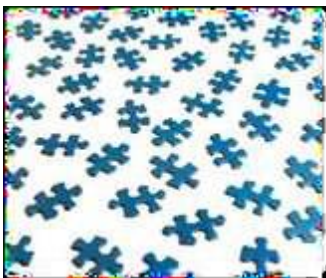
Cofio'r pethau bychain

Mae gwaith ysgol yn llawn pethau pwysig i'w cofio, megis rhestrau, ffeithiau amrywiol, fformiwlâu, etc. Mae'r wybodaeth hon yn hanfodol er mwyn llwyddo mewn arholiadau, ond y cwestiwn yw: sut gellir disgwyl i fyfyrwyr gofio'r cyfan?

Rydym yn addysgu amrywiaeth o dechnegau cofio hawdd eu defnyddio, hwyliog ac effeithiol sy'n defnyddio gallu naturiol yr ymennydd. Rydym yn dangos i fyfyrwyr sut i ddefnyddio'u dychymyg mewn ffordd resymegol sy'n eu galluogi i ddefnyddio dwy ochr yr ymennydd wrth iddynt ddysgu.

Y TECHNEGAU

- Cofeiriau (e.e. *Never Eat Shredded Wheat*)
- Cadwyni Delweddau (gosod rhestr o eiriau mewn stori ddychmygol)
- Geiriau Cysylltiol (cysylltu eitemau â delwedd sy'n berthnasol â rhif)
- Loci (dychmygu eitemau mewn lleoliad mewn ystafell etc.)



Cofio'r pethau mawr

Mae llwyddiant mewn arholiadau'n dibynnu ar fwy na chofio ffeithiau penodol yn unig. Sut gallwn ni helpu myfyrwyr i gofio uned gyfan o waith?

Er mwyn i fyfyrwyr gofio rhywbeth yn dda, mae'n rhaid iddynt sicrhau eu bod yn ei **ddeall** yn gyntaf. Gellir cyfleu hyn gyda'r mantra canlynol: darllen, deall, crynhoi.

Y dull gorau i ddeall a chrynhoi rhywbeth yw chwilio am ei **THEMA, PRIF SYNIADAU** a'r

YSGOL GYFUN GYMRAEG BRYN Tawe

Heol Gwyrosydd, Penlan, Abertawe SA5 7BU

Ffon: (01792) 560600 Ffacs: (01792) 560601

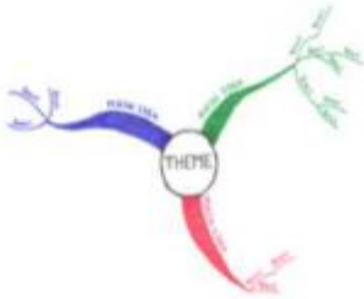
E-Bost: YGG.Bryntawe@swansea-edunet.gov.uk

Pennaeth: Mr Simon Davies

MANYLION:

- THEMA: Am beth mae'n sôn?
- PRIF SYNIADAU: Beth yw'r syniadau allweddol?
- MANYLION: Pwy? Beth? Ble? Pryd? Pam? Sut?

Cywasgu a Chymryd Nodiadau mewn ffordd Greadigol



Nid yw cael tudalennau hir a diflas o nodiadau yn ffordd effeithiol iawn o gael yr wybodaeth i'r ymennydd yn gyflym. Mae nodiadau creadigol megis rhestrau wedi'u mewnloli, diagramau, neu Fapiau Cysylltu (gweler y llun) yn llawer mwy cynhyrchiol.

Mae angen dychymyg ar gyfer pob un, ond mae hefyd yn gofyn i'r myfyriwr osod eu holl wybodaeth mewn ffordd glir a rhesymegol. Mae hyn yn sicrhau eu bod yn deall yr wybodaeth yn iawn ac mae'n eich helpu i gofio, yn enwedig pan ddefnyddir technegau cofio eraill hefyd.

Adolygu

Unwaith y maent wedi deall, cywasgu a chofio'u gwaith, cynghorir myfyriwr i roi rhaglen adolygu ar waith. Wedi iddynt gwblhau eu crynodeb o uned, dylent brofi eu hunain. Yr hyn y mae'n rhaid iddynt ei wneud yw llunio eu mapiau cysylltu, diagramau neu restrau o'u cof a gweld faint gallant ei gofio. Gan ddibynnu ar y *dull dysgu a ffeifrir* ganddynt efallai y byddai'n well ganddynt ei ddweud yn uchel wrth eu hunain.



Po fwyaf dychmygol a rhesymegol fo eu crynodeb, y mwyaf y byddant yn ei gofio'r tro cyntaf. Yna dylent nodi'r meysydd na wnaethant eu cofio'n llawn (os oes unrhyw rai) a chanolbwyntio arnynt - ailddarllen, ail-lunio, defnyddio technegau cofio, etc.

Ar ôl profi eu hunain y diwrnod canlynol, yr wythnos ganlynol a'r mis canlynol dylent allu cofio rhwng 90% a 100% o'r wybodaeth, a hyn am ychydig o funudau bob dydd.

SUT I GEFNOGI'CH PLENTYN

Anogwch eich plentyn i ddilyn y rhaglen adolygu. Gwnaethom hefyd edrych ar reoli amser, felly gallech ei annog i drefnu amser ar ei gyfer, ynghyd â gwaith cartref, gwaith cwrs a'i amser personol.

Efallai y gallech roi pinfwrdd iddo ar gyfer ei fapiau cysylltu, nodiadau, amserlenni, etc? Dylech wneud y broses ddysgu a chofio yn rhan o'r cartref. Sicrhewch fod ganddo ardal addas ar gyfer gweithio, ymhell o bethau a allai dynnu ei sylw.



YSGOL GYFUN GYMRAEG BRYN Tawe

Heol Gwyrosydd, Penlan, Abertawe SA5 7BU

Ffon: (01792) 560600 Ffacs: (01792) 560601

E-Bost: YGG.Bryntawe@swansea-edunet.gov.uk

Pennaeth: Mr Simon Davies



BUDDSODDWYR
MEWN POBL

Aur

Dylech ddangos bod diddordeb gennych yn ei waith; sicrhewch eich bod yn cael gwybod yr hyn sy'n ddisgwyliedig o ran gwaith cartref ac aseiniadau.

O dro i dro, ewch dros ei waith gydag ef. Dylech ganmol ei gyflawniadau a'i ymdrech, a'i annog i ymarfer ei feysydd gwan.

Peidiwch â digalonni! Bydd pethau'n anodd weithiau, ond cofiwch fod yn rhesymol ac yn gadarnhaol. Peidiwch â chael eich tynnu i ddadleuon a negyddoldeb. Os yw plentyn yn ddig am ei waith ysgol, mae hyn fel arfer oherwydd ei fod yn meddwl nad yw'n gallu ei wneud. Eich swydd chi yw dangos iddo ei fod yn gallu ei wneud. Cofiwch hyn:

"Os ydych chi'n meddwl y gallwch chi, neu beidio - rydych chi'n iawn"
- Henry Ford.

I gael mwy o wybodaeth am ein hystod o raglenni ar gyfer blynyddoedd 6 i 13, ffoniwch 01883 334551 neu ewch i www.learningperformance.com



YSGOL GYFUN GYMRAEG BRYN TAWE
Heol Gwyrosydd, Penlan, Abertawe SA5 7BU
Ffon: (01792) 560600 Ffacs: (01792) 560601
E-Bost: YGG.Bryntawe@swansea-edunet.gov.uk
Pennaeth: Mr Simon Davies



**BUDDSODDWYR
MEWN POBL**

Aur