

ADDYSG GORFFOROL TYMOR Y GWANWYN 2018

Mae gwersi addysg gorfforol yn rhan o gwricwlwm yr ysgol a disgwylir i **BOB** disgybl gymeryd rhan yn y gwersi heblaw bod rheswm meddygol dros beidio . Pwrpas y cylchlythyr hwn ydi rhannu gwybodaeth am wersi tymor yma a'r profiadau fydd yn cael eu rhoi i'r disgyblion! Mae'n bwysig bod dillad addas a photel ddŵr gan eich plentyn ar y dyddiau priodol.

GWERSI NOFIO

Pnawn Llun

Bl derbyn -6



Mae angen cofio dod a siwt nofio, tywel MAWR a brwsh gwallt a £2 at y bws!
Dim teits i'r genod!

CLWB RHEDEG DAL I FYND

Dydd Mawrth a Dydd Iau

Angen esgidiau rhedeg/pympys



Derbyn i 6

BLWYDDYN 3-6

Pnawn Mercher

Hyfforddiant pêl-droed ar y cyd gyda myfyrwyr Coleg Meirion Dwyfor



Angen dillad



ymarfer corff/trainers

Dydd Gwener

Gwersi addysg gorfforol i **bawb** yn yr ysgol. Mae angen dillad ymarfer corff addas!



Hyfforddiant Beicio

Bl 5 a 6

Mawrth 6, 7 ac 8

Bydd y disgyblion angen beic sydd mewn cyflwr diogel a helmed. Cynhelir yr hyfforddiant gan swyddog o Adran Diogelwch y Ffyrdd Cyngor Gwynedd a bydd tystysgrif i'r rhai llwyddiannus ar y diwedd.



Pnawn Gwener Ionawr 19,26

Chwefror 2il

Hyfforddiant rygbi i **bl 3 a 4** gan

Jess Kavanagh

sy'n chwarae i

Tîm rygbi merched Cymru



MEITHRIN A DERBYN

Bydd sesiynnau ioga yn cael eu cyflwyno yn ystod y tymor! Mwy o fanylion i ddilyn



PLAS MENAI

Bydd **bl 5 a 6** yn mynd ar gwrs preswyl gweithgareddau ar 21, 22 a 23 Mawrth.