

Rhoi Edau mewn Nodwydd

Sut i chwarae / Pwyntiau dysgu

Y disgyblion mewn grwpiau o 3 neu 4 ac yn cael eu gosod mewn llinell, un y tu ôl i'r llall. Y disgybl yn y tu blaen yw'r arweinydd ac mae'n penderfynu ar weithred addysgu'r corff ac yna'n ei pherfformio. Mae'r lleill yn gorfod ei ddilyn o bellter diogel, gan berfformio'r un weithred.

Ar arwydd y penderfynwyd arno ymlaen llaw, mae'r disgybl yn y cefn yn symud i flaen y llinell ac yn dod yn arweinydd.

Mae ef wedyn yn dewis gweithred ac mae'n rhaid i'r gweddill ddilyn.

Mae'r llinell o ddisgyblion yn gwau i mewn ac allan o'r llinellau eraill fel bod pawb yn gweithio'n ddiogel yn y neuadd ar yr un pryd.

Addasu'r gweithgaredd

Symleiddio

- Dechrau mewn parau ac yna symud i grwpiau o 3 ac yna 4
- Dechrau gyda llinell yn eich safle eich hun, yna dwy linell mewn safle ac yna uno dau safle gyda'i gilydd ac ati. Gweler yr adran ar 'defnyddio cyfarpar' ar y CD Rom
- Gall yr athro gyfyngu ar y gweithredoedd y gall y disgyblion ddewis o'u plith
- Dim ond defnyddio cyfeiriad ymlaen
- Caniatáu i'r disgyblion ddefnyddio CD Rom modiwl 1 i'w hatgoffa eu hunain o'r gweithredoedd maent wedi rhoi sylw iddynt

Herio

- Pawb ym mhob man. Gweler yr adran ar 'defnyddio cyfarpar' ar y CD Rom
- Caniatáu i'r disgyblion ddewis unrhyw weithredoedd maent yn gyfarwydd â hwy. Defnyddio CD Rom modiwlau 1 a 2 i atgoffa'r disgyblion o'r hyn maent wedi rhoi sylw iddo
- Annog y disgyblion i deithio i wahanol gyfeiriadau, yn cynnwys ymlaen, yn ôl, i'r ochr ac yn lletraws
- Annog y disgyblion i symud yn gyflym ac yn araf
- Annog y disgyblion i symud ar lefel uchel ac isel
- Caniatáu i'r disgyblion benderfynu ar eu harwydd eu hunain ar gyfer newid yr arweinydd

Manteision Ymarfer Cysylltiedig ag Iechyd

- Yn gwella cryfder, stamina / dygnedd, hyblygrwydd a chyflymdra

Cysylltiadau â'r dysgu yn y dyfodol

- > Arwain a dilyn strwythur coreograffi

