



1. Cymerwch ran yn ein hymgyrch cyfryngau cymdeithasol **#SaferInternetDay**

#Freetobe

Beth am gymryd rhan yn yr ymgyrch cyfryngau cymdeithasol ar gyfer Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel drwy rannu'r hyn rydych chi'n ei wneud ar y diwrnod?

Postiwch luniau a rhannwch yr hyn rydych chi'n ei wneud, gan ychwanegu eich llais at yr ymgyrch cyfryngau cymdeithasol fyd-eang fwyaf ynghylch defnydd diogel a chadarnhaol o dechnoleg. Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n

Cofiwch gynnwys **#SaferInternetDay #Freetobe @UK_SIC**

Ewch i www.saferinternetday.org.uk am ragor o wybodaeth ynghylch gweithgareddau cyfryngau cymdeithasol eraill y gallwch chi gymryd rhan ynddyn nhw.

Mae'n bosibl y caiff unrhyw lun sy'n cael ei rannu ar Twitter gan ddefnyddio'r hashnod uchod ei rannu eto gyda dilynwyr Canolfan Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel y Deyrnas Unedig, ac mae'n ffordd wych o roi llwyfan eang i negeseuon eich ysgol/sefydliad. Dim ond lluniau a anfonir o gyfrifon Twitter ysgolion/sefydliadau fydd yn cael eu hail-drydar.

Pwysig: Gwnewch yn siŵr bod gennych chi ganiatâd cyfryngau cymdeithasol priodol gan rieni ar gyfer unrhyw blant sy'n ymddangos yn y ffotograff. Beth am achub ar y cyfle hwn i fodlu arfer gorau i ddysgwyr drwy ofyn am eu caniatâd nhw hefyd?

2. Y Datganiad Mawr

"Sut ydych chi'n dangos pwy ydych chi ar-lein?"

"Allwch chi ddim, ddim ar y rhyngwrwyd."

Treuliwch ychydig o amser yn trafod y datganiad uchod gyda dysgwyr a chaniatewch iddyn nhw herio neu gynnig rhesymau pam y gwnaed y datganiad hwn. Annog dysgwyr i ystyried pam y gallai rhywun deimlo fel hyn, yn ogystal â'r holl ffyrdd y gallwn ni ddangos pwy ydyn ni ar-lein a mynegi ein hunaniaeth.

Nodyn i addysgwyr

Cymerwyd y dyfyniad hwn gan grŵp ffocws Childnet gyda phobl ifanc 11-14 oed yn trafod pryderon ar-lein am ddelwedd y corff a pherthynas iach ag eraill.



3. Ymgyrchu dros newid



Beth am ddefnyddio Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel fel cyfle i roi llais i bobl ifanc drwy gynnal ymgyrch am y materion ar-lein sy'n eu poeni fwyaf? Gallai hyn ddechrau drwy arolygu'r holl ddysgwyr yn eich lleoliad am eu pryderon ar-lein, neu drwy ddefnyddio straeon newyddion amserol. Defnyddiwch **Atodiadau 1** a **2** i helpu i gychwyn eich ymgyrch.

4. Y Cwestiwn Mawr

"A yw'r gallu i fod yn anhysbys ar-lein yn hawl ddynol ynteu'n fraint?"



Treuliwch ychydig o amser yn trafod y cwestiwn uchod gyda dysgwyr a chaniatewch iddyn nhw archwilio atebion gwahanol i'r cwestiwn. Anogwch y dysgwyr i ystyried pam gallai rhywun fod eisiau bod yn anhysbys a pha effaith gallai hyn ei chael arnyn nhw eu hunain neu ar eraill ar-lein. Gadewch iddyn nhw archwilio a ddylai unrhyw un fod yn anhysbys ar-lein, ynteu a ddylai pawb ohonom fod yn anhysbys.



5. Wal ysbrydoliaeth

Defnyddiwch Ddiwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel eleni fel cyfle i roi llais i ddysgwyr a rhoi cyfle iddyn nhw wneud sylwadau ar arloeswyr, dylanwadwyr a gweithredwyr ar-lein sy'n eu hysbrydoli. Gofynnwch iddyn nhw ystyried beth sy'n ysbrydoledig am y cyfrifon hyn a pha effaith maen nhw'n ei chael ar eraill.

Fe allech chi wneud hyn drwy arddangos rhai cwestiynau, ymadroddion neu eiriau allweddol ar fwrdd arddangos a rhoi cyfle i ddysgwyr gyfrannu eu syniadau, eu safbwyntiau a'u hymatebion eu hunain ar bapurau Post-it drwy gydol y diwrnod neu'r wythnos.

Gall cwestiynau neu ymadroddion a awgrymir gynnwys:

- ▶ Mae'r byd ar-lein yn rym er daioni oherwydd...
- ▶ Pwy sy'n eich ysbrydoli chi ar-lein? Pam?
- ▶ Pe baech chi ond yn gallu dilyn un actifydd neu ymgyrchydd ar-lein, pwy fyddai hwnnw neu honno, a pham?

Nodyn i addysgwyr

Mae'n bosibl yr hoffai aelod o staff oruchwylio enghreifftiau cyn eu hychwanegu er mwyn sicrhau eu bod yn briodol.



6. Agor eich meddwl

Gofynnwch i'r dysgwyr awgrymu syniadau a datganiadau y gellir eu cynnwys mewn bwletin dyddiol, taflen hysbysu neu eu rhoi ar bob sgrin fel arbedwr sgrin, er mwyn annog pawb i feddwl am gydraddoldeb ac amrywiaeth ar-lein.

Gallai hyn gynnwys negeseuon am fod yn gynghreiriad i eraill, sicrhau bod eich porthiant ar-lein yn amrywiol er mwyn gweld a dathlu gwahaniaeth ar-lein, yn ogystal ag annog eraill i fod yn fwy croesawgar, cynhwysol a derbyn pawb ar-lein ac all-lein.



7. Cymunedau cysylltiedig yn erbyn pellter digidol

Beth am ddefnyddio Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel fel cyfle i estyn allan at grŵp arall yn eich cymuned leol a dysgu rhai sgiliau digidol newydd neu wybodaeth am ddiogelwch ar-lein iddyn nhw?

Gallai fod yn ysgol gynradd, grŵp ieuenctid lleol neu gartref gofal i'r henoed, hyd yn oed. Anogwch y dysgwyr i rannu eu harbenigedd a'u gwybodaeth am ddefnyddio'r rhyngwrwyd yn ddiogel a manteisio i'r eithaf ar fywyd ar-lein gyda phobl eraill er mwyn cael effaith gadarnhaol ar eu cymuned leol.

Appendix 2 Atodiad 2

Ymgyrchu dros newid

Mae'n rhaid bod rhywbeth y credwch y gellid ei wella am eich bywydau ar-lein. Dyma eich cyfle i gyfleu eich syniadau i helpu pobl ifanc fel chi i deimlo'n rhydd i fod yn nhw eu hunain ar-lein.

1	Problem
2	Cynulleidfa
3	Nod
4	Cam Gweithredu
5	Effaith

Cynllunio eich ymgyrch - cynllun 5 pwynt

Mae archwilio hunaniaeth ar-lein yn rhywbeth rydyn ni i gyd yn ei wneud ar ryw ffurf neu'i gilydd. Boed hynny drwy'r lluniau rydyn ni'n eu rhannu, yr enwau defnyddwyr rydyn ni'n eu dewis neu'r cyfrifon rydyn ni'n eu dilyn. Fodd bynnag, nid yw pawb yn teimlo bod y rhyngwrdd yn rhywle lle gallan nhw fod yn rhydd i fod yn nhw eu hunain, yn rhydd o gasineb, camdriniaeth a chael eu hallgáu.

Dyma gyfle i gyflwyno eich syniadau i sicrhau bod pawb yn teimlo bod croeso iddyn nhw, a'u bod nhw'n cael eu cynrychioli a'u derbyn ar-lein, er mwyn ysbrydoli pawb i edrych ar ôl eu hunain ac eraill pan fyddan nhw ar-lein. Mae'r gweithgaredd hwn wedi ei gynllunio i'ch helpu chi i ddechrau a rhedeg ymgyrch a fydd yn estyn allan i'ch cymuned a thu hwnt.

Cofiwch fod hon yn broses ddysgu a bod unrhyw newid cadarnhaol a wneud chi yn gyflawniad gwych!

Bydd trefniadaeth, ymrwymiad, gwaith caled a gwaith tîm yn eich gwneud chi'n llwyddiannus.

5. Effaith

Byddwch eisiau gallu gweld a ydych chi wedi gwneud gwahaniaeth. Os ydych chi'n defnyddio # fe allech chi weld rhai o'r negeseuon sy'n cael eu rhannu ar-lein fel rhan o'ch ymgyrch. Os gwnaethoch chi greu gwefan neu gyfrif cyfryngau cymdeithasol fe allech chi weld faint o bobl sydd wedi eu hoffi a faint o ddilynwyr rydych chi wedi eu denu. Pe byddech chi'n gwneud ffilm, fe allech chi edrych ar y sylwadau cadarnhaol. Os yw pobl yn hoffi eich gwaith fe allech chi ofyn iddyn nhw beth maen nhw'n ei wneud yn wahanol yn awr ar ôl eich ymgyrch.

Cofiwch ddatlhu eich llwyddiannau a'u rhannu gydag eraill i gynnal momentwm eich ymgyrch.

4. Cam Gweithredu

Dyma beth rydych chi'n mynd i'w wneud er mwyn cyrraedd eich cynulleidfa darged yn llwyddiannus a chyflawni'r nodau rydych chi wedi eu pennu. Meddylwch yn ofalus i sicrhau eich bod chi'n dewis gweithredoedd y gallwch chi eu gwneud ac y bydd eich cynulleidfa eisiau cymryd rhan ynddyn nhw. Rhai cwestiynau i'ch helpu chi i benderfynu ar eich camau gweithredu:

- Beth yw'r ffordd orau o gyrraedd eich cynulleidfa? – Cyflwyniad? Cyfryngau cymdeithasol? Digwyddiad?
- Beth ydych chi eisiau i'ch cynulleidfa wybod? – Awgrymiadau? Ble i gael help? Ffyrdd o helpu eraill?

1. Problem

Mae angen i chi benderfynu ar ganolbwynt eich ymgyrch a nodi hyn yn glir. Ar ba agwedd ar hunaniaeth ar-lein fyddwch chi'n canolbwyntio? Fe allech chi geisio codi ymwybyddiaeth am amrywiaeth a chydaddoldeb ar-lein a sut rydych chi'n dod yn gynghreiriad i eraill sydd mewn angen. Gallai hyn fod ar gyfer grwpiau penodol rydych chi'n teimlo eu bod nhw'n cael amser caled ar-lein neu ofyn yn ehangach am dderbyn a dathlu amrywiaeth ar-lein.



3. Nod

Mae'n hanfodol penderfynu beth rydych chi eisiau ei gyflawni. Ydych chi eisiau i bobl newid eu hymddygiad neu ymuno ag ymgyrch neu fudiad sy'n bodoli'n barod? Ydych chi eisiau rhoi gwybodaeth i bobl neu awgrymiadau da? Mae'n bwysig eich bod chi'n penderfynu beth rydych chi eisiau ei weld yn digwydd a chadw hyn yn rhan ganolog o'r hyn rydych chi'n ei wneud.

2. Cynulleidfa

Mae angen i chi benderfynu pwy rydych chi am ei dargedu â'ch neges bwysig. Mae'n bosibl y bydd grŵp oedran penodol sy'n fwy tebygol o gael eu heffeithio gan y mater hwn, neu gallai fod yn fwy eang pan fyddwch chi'n gwneud rhai gweithgareddau ar-lein (e.e. chwarae gemau, defnyddio cyfryngau cymdeithasol) felly mae angen i chi gynllunio i wneud eich ymgyrch yn berthnasol i'r gynulleidfa rydych chi'n ei dewis.

CYNGOR CAMPUS

Cyflwynwch 5 syniad posibl ac yna trafodwch nhw i ddewis o leiaf 2 y byddwch chi'n eu gwneud mewn gwirionedd.

Atodiad 2

Taflen cynllunio ymgyrch

Problem – Am beth mae angen i bobl wybod neu wneud rhywbeth yn ei gylch?

Enghraifft: Hunaniaeth ar-lein

Mae'n hawdd creu hunaniaeth ar-lein ond nid yw hi mor hawdd bod yn chi eich hun ar-lein. Mae rhai pobl ar-lein yn eithaf llym a gall hynny ei gwneud hi'n anodd i bobl deimlo'n gyffyrddus yn mynegi eu hunain.

Crynowch eich mater

Cynulleidfa – Pwy sydd angen clywed eich neges? Pwy sy'n cael ei effeithio fwyaf?

Enghraifft: Pobl ifanc 11-14 oed

Credwn fod llawer o bwysau gan gyfoedion i ymddwyn mewn ffordd benodol neu hoffi'r pethau iawn ar-lein yn yr oedran hwn. Gall pobl sy'n edrych neu sy'n gweithredu'n wahanol ar-lein gael eu bwllo oherwydd hyn, felly rydyn ni eisiau gwneud iddyn nhw feddwl pam mae hyn yn digwydd a'r effaith mae hyn yn ei chael.

Esboniwch pwy yw eich cynulleidfa a pham

Nod – Beth ydych chi eisiau ei gyflawni. Codi ymwybyddiaeth? Newid ymddygiad? Cael cymorth?

1. Rydym eisiau dechrau trafodaethau gyda phobl ifanc ynghylch pam nad yw rhai pobl yn teimlo'n gyffyrddus yn bod yn nhw eu hunain ar-lein.
2. Rydyn ni eisiau i bobl ifanc ganfod a dathlu amrywiaeth o bobl sy'n rhannu eu bywydau mewn ffordd gadarnhaol ar-lein.
3. Rydym eisiau i bobl ifanc fynd ati i gefnogi pobl sy'n wahanol ar-lein drwy ddod yn gynghreiriaid.

Penderfynwch ar 3 nod

Gweithredu – Beth fyddwch chi'n ei wneud i drosglwyddo eich negeseuon a'ch gwybodaeth i'r gynulleidfa?

1. Byddwn yn cynnal gweithgaredd byr yn ystod amser cofrestru gyda chwestiynau am hunaniaeth ar-lein.
2. Byddwn yn cynnal cystadleuaeth i ddod o hyd i lawer o bobl ddiddorol, amrywiol y mae pobl ifanc yn eu dilyn ar-lein, ac yn creu man arddangos arbennig i rannu'r rhain.
3. Byddwn yn defnyddio'r hashnod #freetobeme i greu rhyngrwyd mwy croesawgar, a dangos cefnogaeth i bobl sy'n rhannu eu bywydau ar-lein mewn ffordd gadarnhaol.

Penderfynwch ar o leiaf 2 weithred sy'n cyflawni eich nodau.

RHAID I UN FOD AR-LEIN

SYNIADAU POSIBL: Drama, cyflwyniad, hashnod, ffilm, posteri, tudalen ymgyrch cyfryngau cymdeithasol, sesiwn i rieni, gwasanaeth, siarad â'ch cyngor ysgol neu grŵp ieuencid, bathodynau ymgyrchu neu grysau-T...

Effaith – Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n cynnwys ffyrdd o weld a ydych chi wedi gwneud gwahaniaeth

1. Byddwn yn dosbarthu ffurflen adborth i weld pa effaith a gafodd y sesiwn amser cofrestru ac i wneud unrhyw welliant sydd ei angen.
2. Byddwn yn rhoi tudalen bleidleisio ym man arddangos y gystadleuaeth er mwyn i bobl ddweud a ydyn nhw yn awr yn dilyn rhywun newydd oherwydd y gystadleuaeth ai peidio.
3. Byddwn yn monitro'r hashnod i weld faint o bobl sy'n ei ddefnyddio, ac a yw'n cyrraedd pobl mewn gwahanol gymunedau a gwledydd.

Penderfynwch ar o leiaf un ffordd o fesur yr effaith