



Diwrnod Defnyddio'r
Rhyngwrwyd yn
Fwy Diogel

'Creu, Cysylltu a Rhannu Parch: Mae rhyngwrwyd gwell yn dechrau gyda chi'

Cynulleidfa darged

Plant 6 i 7 oed

Dydd Mawrth 6 Chwefror 2018

Croeso i'n Cwis Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel

Thema Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel 2018 yw Creu, Cysylltu a Rhannu Parch: Mae rhyngwrwyd well yn dechrau gyda chi.

Ar gyfer Diwrnod Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel eleni mae Canolfan y Deyrnas Unedig ar gyfer Defnyddio'r Rhyngwrwyd yn Fwy Diogel yn canolbwyntio ar y berthynas mae plant a phobl ifanc yn ei ffurfio ag eraill ar-lein, ac yn archwilio ffyrdd o sicrhau bod y berthynas yn parhau i fod yn iach, yn gadarnhaol ac yn foddhaol.

Ydych chi'n ffrind da ar-lein?

Cymerwch ein cwis nawr i gael gwybod...

Dewiswch UN ateb ar gyfer pob cwestiwn:

Cwestiwn 1: Fe wnaethoch chi ffilmio fideo gwych o'ch ffrindiau yn cael brwydr balwnau dŵr ac rydych chi eisiau ei rannu ar y rhyngwrwyd. I bwy ddylech chi ofyn cyn i chi ei lwytho i fyny?

- A. Neb, chi wnaeth y fideo ☐
- B. Eich ffrindiau yn y fideo ☐
- C. Eich rhieni neu ofalwyr ☐

Cwestiwn 2: Rydych chi'n chwarae gêm ar-lein ac mae rhywun nad ydych chi'n ei adnabod eisiau eich ychwanegu chi fel ffrind. Beth ydych chi'n ei wneud?

- A. Eu hychwanegu nhw, gan ei bod hi'n braf iawn cael rhagor o ffrindiau ☐
- B. Rhoi gwybod i'ch rhieni neu eich gofalwyr, fel y gallan nhw wirio pwy sydd yno ☐
- C. Gofyn ambell gwestiwn i'r unigolyn anhysbys yn gyntaf er mwyn dod i'w adnabod ☐

Cwestiwn 3: Rydych chi wedi cynnig llun mewn cystadleuaeth ar-lein ac mae rhywun wedi gadael sylw angharedig. Beth ydych chi'n ei wneud?

- A. Gofyn i oedolyn dibynadwy eich helpu chi ar unwaith ☐
- B. Dweud rhywbeth cas yn ôl, fel eu bod nhw'n gwybod sut mae hynny'n teimlo ☐
- C. Tynnu eich cais yn ôl o'r gystadleuaeth fel na all ddigwydd eto ☐

Cwestiwn 4: Mae eich ffrind gorau wedi rhoi ei chyfrinair i chi ac eisiau gwybod eich un chi. Beth ydych chi'n ei wneud?

- A. Dyfeisio cyfrinair ffug a rhoi hwnnw iddi, i'w chadw'n hapus ☐
- B. Dweud na allwch chi rannu eich cyfrinair oherwydd mai dim ond y chi ddylai ei wybod ☐
- C. Rhannu eich cyfrinair - mae hi'n ffrind da ac rydych chi'n ymddiried ynddi ☐

Cwestiwn 5: Mae rhywun o ysgol arall eisiau eich cyfarfod chi yn y maes chwarae, fel y gallwch chi dreulio amser gyda'ch gilydd. Mae'r enw'n gyfarwydd, ond nid ydych chi wedi cyfarfod o'r blaen. Beth ddylech chi ei wneud?

- A. Dweud y byddwch chi yno ar ôl ysgol, a gofalu bod eich ffrindiau yn dod gyda chi ☐
- B. Cwrdd yn y maes chwarae - rydych chi wedi clywed ei fod yn lle braf iawn ☐
- C. Rhoi gwybod i'ch rhieni / gofalwyr yn syth ☐

Cwestiwn 6: Gyda phwy ddylech chi siarad GYNTAF os ydych chi'n poeni am ryw beth rydych chi wedi ei weld neu ei glywed ar-lein?

- A. Oedolyn rydych chi'n ymddiried ynddo ☐
- B. Y bobl sy'n cynnal y wefan ☐
- C. Ffrind ☐

Cwestiwn 7: Sut gallwch chi fod yn ffrind da i bobl eraill ar-lein?

- A. Bod yn garedig a chadarnhaol bob amser ☐
- B. Ceisio helpu eich ffrindiau pan fydd ganddyn nhw broblem ☐
- C. Y ddau! ☐



UK Safer
Internet
Centre

#SID2018

www.saferinternet.org.uk



Co-financed by the European Union
Connecting Europe Facility



Diwrnod Defnyddio'r
Rhyngwrwyd yn
Fwy Diogel

Dydd Mawrth 6 Chwefror 2018

'Creu, Cysylltu a Rhannu Parch: Mae rhyngwrwyd gwell yn dechrau gyda chi'

Cynulleidfa darged

Plant 6 i 7 oed

Taflen atebion

Cwestiwn 1:

Fe wnaethoch chi ffilmio fideo gwyh o'ch ffrindiau yn cael brwydr balwnau dŵr ac rydych chi eisiau ei rannu ar y rhyngwrwyd. I bwy ddylech chi ofyn cyn i chi ei lwytho i fyny?

Ateb C: Eich rhieni neu ofalwyr

Bydd angen i'ch rhieni a'ch gofalwyr wirio bod y fideo yn addas i fynd ar y rhyngwrwyd ac nad yw'n datgelu unrhyw wybodaeth personol amdanoch chi neu eich ffrindiau. Mae'n bosibl y byddan nhw eisiau gwirio bod rhieni eich ffrindiau'n hapus ag ef hefyd.

Cwestiwn 2:

Rydych chi'n chwarae gêm ar-lein ac mae rhywun nad ydych chi'n ei adnabod eisiau eich ychwanegu chi fel ffrind. Beth ydych chi'n ei wneud?

Ateb B: Rhoi gwybod i'ch rhieni neu eich gofalwyr, fel y gallan nhw wirio pwy sydd yno

Hyd yn oed os gwnaethoch chi ofyn cwestiynau, mae'n bosibl na fydd pobl ar-lein yn dweud y gwir am pwy ydyn nhw, ac fe allan nhw esgus bod yn rhywun gwahanol. Gan hynny, nid yw'n syniad da derbyn ceisiadau i fod yn ffrindiau gan ddieithriaid. Gadewch i'ch rhieni neu eich gofalwyr wybod am bob cais i fod yn ffrindiau a gewch chi, ac fe allan nhw eich helpu i benderfynu a ydyn nhw'n bobl rydych chi'n eu hadnabod yn barod.

Cwestiwn 3:

Rydych chi wedi cynnig llun mewn cystadleuaeth ar-lein ac mae rhywun wedi gadael sylw angharedig. Beth ydych chi'n ei wneud?

Ateb A: Gofyn i oedolyn dibynadwy eich helpu chi ar unwaith

Nid yw hi byth yn syniad da ymateb i sylwadau cas gan y gall hynny wneud pethau'n waeth. Gall oedolyn eich helpu chi i ddelio â'r sefyllfa a rhoi gwybod am y sylw a gafodd ei wneud, fel bod modd ei ddileu. Mae'n bosibl hefyd y bydd gennych chi'r dewis i atal yr un a wnaeth y sylw, fel na bydd modd iddo/iddi gysylltu â chi eto.

Cwestiwn 4:

Mae eich ffrind gorau wedi rhoi ei chyfrinair i chi ac eisiau gwybod eich un chi. Beth ydych chi'n ei wneud?

Ateb B: Dweud na allwch chi rannu eich cyfrinair oherwydd mai dim ond y chi ddylai ei wybod

Yr unig bobl sydd angen gwybod eich cyfrinairiau yw eich rhieni a'ch gofalwyr. Nid yw'n syniad da rhannu cyfrinairiau gyda'ch ffrindiau, hyd yn oed eich ffrindiau gorau, oherwydd eu bod nhw'n rhan o'ch gwybodaeth personol. Nid oes angen rhannu cyfrinairiau a gallwch barhau i fod yn ffrindiau da heb wneud hynny. Dylai eich ffrind gorau newid ei chyfrinair hefyd.

Cwestiwn 5:

Mae rhywun o ysgol arall eisiau eich cyfarfod chi yn y maes chwarae, fel y gallwch chi dreulio amser gydach gilydd. Mae'r enw'n gyfarwydd, ond nid ydych chi wedi cyfarfod o'r blaen. Beth ddylech chi ei wneud?

Ateb C: Rhoi gwybod i'ch rhieni / gofalwyr yn syth

If anyone that you don't know asks you to meet up, then you must tell your parents or carers immediately. Never meet up with someone who you don't know, with or without your friends as you might be putting them in danger too. An adult will be able to decide what to do.

Cwestiwn 6:

Gyda phwy ddylech chi siarad GYNTAF os ydych chi'n poeni am rywbeth rydych chi wedi ei weld neu ei glywed ar-lein?

Ateb: Oedolyn rydych chi'n ymddiried ynddo

Yn aml gall cyfeillion roi cyngor da i chi ond mae'n bosibl na fyddan nhw bob amser yn gwybod beth i'w wneud am y gorau. Oedolyn rydych chi'n ymddiried ynddo, fel rhiant, gofalwr neu athro/athrawes, ddylai fod yr un cyntaf y byddwch chi'n troi ato bob amser.

Cwestiwn 7:

Sut gallwch chi fod yn ffrind da i bobl eraill ar-lein?

Ateb C: Y ddau!

Ceisiwch osod esiampl wych ar-lein drwy fod yn garedig, cadarnhaol a gofalgwr tuag at eraill. Os oes gan eich ffrind broblem, anogwch nhw i siarad gyda'u rhieni neu ofalwyr, neu athro, fel eu bod nhw'n cael y cymorth gorau ar unwaith.

Sgôr:

1-2 ateb cywir: Ffrind

YRydych chi ar ddechrau eich taith i fod yn ddefnyddiwr rhyngwrwyd diogel ac yn dechrau meddwl am eraill ar-lein. Mae rhagor y gallwch chi ei wneud, fodd bynnag! Cofiwch ofyn i oedolyn am help cyn gynted ag y bydd ei angen arnoch, yn hytrach na cheisio gwneud popeth ar eich pen eich hun. Fel hyn, fe gewch chi amser hapusach o lawer ar y rhyngwrwyd.

3-4 ateb cywir: Ffrind da

Rydych chi ar y ffordd i fod yn ddefnyddiwr diogel o'r rhyngwrwyd ac yn ffrind da i eraill. Mae rhagor y gallwch chi ei wneud, fodd bynnag! Cofiwch ofyn i oedolyn am help cyn gynted ag y bydd ei angen arnoch, yn hytrach na cheisio gwneud rhai pethau ar eich pen eich hun. O wneud hynny, fe allwch chi a'ch ffrindiau fwynhau'r rhyngwrwyd yn ddiogel gydach gilydd.

5-6 ateb cywir: Ffrind gorau

Rydych chi'n bendant ar y ffordd i fod yn ddefnyddiwr cyfrifol o'r rhyngwrwyd ac yn ffrind gwyh ar-lein. Er hynny, mae mwy y gallwch chi ei wneud i ofalu amdanoch chi eich hun ac eraill. Cofiwch ofyn i oedolyn am help cyn gynted ag y bydd ei angen arnoch, yn hytrach na cheisio gwneud rhai pethau ar eich pen eich hun. Drwy wneud hynny, cewch y gorau o'r rhyngwrwyd a'r holl bethau anhygoel sydd ganddi i'w gynnig.

7 ateb cywir: Ffrind am byth!

Rydych chi'n ddefnyddiwr rhyngwrwyd caredig a gofalgwr ac yn gwneud yn wych ar-lein. Rydych chi'n gwybod pa mor bwysig yw hi i ofyn am gymorth pan fydd ei angen arnoch chi, i'ch diogelu chi a'ch ffrindiau. Rhannwch eich gwybodaeth â chymaint o ffrindiau ag y gallwch, i helpu pawb o'ch cwrmpas i gadw'n ddiogel ac i fwynhau eu hunain ar-lein.



UK Safer
Internet
Centre

#SID2018

www.saferinternet.org.uk



Co-financed by the European Union
Connecting Europe Facility