

Isod, mae gweithgareddau cyflym i gyd-fynd â'n cynllun gwers manwl i gefnogi'r thema **'Chwarae eich rhan i gael rhyngrwyd gwell.'**

Pa fath o we hoffem ni ei chael

Gofynnwch i'r grŵp a ydyn nhw'n credu bod pobl yn ysgrifennu/dweud pethau mwy negyddol ar-lein nag y bydden nhw'n eu dweud wrth rywun wyneb yn wyneb. Pam mae hyn yn digwydd yn eu barn nhw? A all rheolau a disgwyliadau clir am sut rydym ni'n defnyddio'r rhyngrwyd helpu pobl i ymddwyn yn fwy cadarnhaol?

Rhannwch y bobl ifanc yn grwpiau o 4 a gofyn iddyn nhw feddwl am gymuned ddelfrydol ar y rhyngrwyd. Heriwch nhw i greu 3 o delerau ac amodau y dylai pawb eu llofnodi cyn mynd at y rhyngrwyd, a fyddai'n gwneud cymunedau ar-lein yn fannau gwell. Anogwch y grwpiau i fod mor greadigol a delfrydol â phosibl. Gallai enghreifftiau gynnwys:

- Rwy'n deall bod fy ngweithredoedd a'm geiriau yn gallu effeithio ar bobl eraill.
- Rwy'n addo y byddaf i'n meddwl cyn gosod neges ar-lein.
- Os byddaf i'n torri'r telerau ac amodau, deallaf y byddaf i'n cael fy ngwahardd am 3 diwrnod.
- Rwy'n deall bod defnyddio'r rhyngrwyd yn fraint na ddylwn i ei chamddefnyddio.

Gwyllo fideos Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn Fwy Diogel ar gyfer y teledu

www.saferinternet.org.uk/SID16-fideos-uwchradd

Yn rhai o'r fideos, mae pobl ifanc yn siarad am eu profiadau ar-lein. Ar ôl gwyllo rhai o'r fideos, gofynnwch i'r bobl ifanc:

- A ydych chi'n meddwl bod grwpiau penodol o bobl yn cael mwy o gasineb ar-lein nag eraill? Os felly, beth yw'r rheswm dros hyn?
- Beth yw'r cyngor gorau ar gyfer delio â sylwadau negyddol neu seiber-fwlio ar-lein yn eich barn chi?
- Petaech chi'n gweld sylwadau negyddol yn cael eu hysgrifennu am eich ffrind, beth fydddech chi'n ei wneud?
- Beth all gael ei wneud i leihau faint o gasineb sydd ar-lein?

Meddwl sut rydym ni'n cyfathrebu

Mae geiriau'n bwysig a gall ein ffordd o fynegi ein hunain gael effaith gadarnhaol neu negyddol ar eraill. Ambell waith, gall fod yn anodd ac yn chwithig rhoi newyddion sensitif i bobl eraill. Mae'r gweithgaredd hwn yn gofyn i bobl ifanc fyfyrir ar eu dull o ymateb i'r senarios sensitif canlynol. Mae meddwl sut rydym ni'n cyfleu negeseuon i bobl eraill i ffwrdd o'r we yn gallu helpu i ni ystyried beth yw'r ffordd orau o eirio ein cyfathrebiadau ar-lein i sicrhau nad ydym ni'n tramgwyddo eraill na bod ein neges yn cael ei chamddeall.

Rhannwch y grŵp yn barau a dosbarthu cardiau'r senarios (**Atodiad 1**) a'r cardiau ymateb. Rhowch amser ar y diwedd i glywed rhai enghreifftiau gan rai grwpiau.

Senario 1: Tra'r oedd eich ffrind ar wyliau, cytunoch chi i ofalu am ei anifail anwes. Y diwrnod cyn i'ch ffrind ddychwelyd adref, llwyddodd yr anifail anwes i ddianc ac mae nawr ar goll. Sut ydych chi'n dweud wrth eich ffrind bod ei anifail anwes ar goll?

Meddwl sut rydym ni'n cyfathrebu (parhad)

Senario 2: Rydych chi'n siopa gyda'ch ffrind ac mae'n trio gwisg newydd. Mae'n hoff iawn o'r wisg ac yn gofyn eich barn. Nid yw'r wisg yn gwneud rhyw lawer i'ch ffrind ond rydych chi'n gwybod bod eich ffrind yn eithaf sensitif. Nid ydych chi eisiau digalonni'ch ffrind, felly sut byddech chi'n dweud nad yw'r wisg yn addas mewn gwirionedd?

Senario 3: Rydych chi'n pori trwy eich tudalen Facebook ac yn dod ar draws neges mae eich ffrind wedi'i hysgrifennu am bwnc penodol. Mae'r pwnc yn bersonol iawn i chi ac mae ei neges yn dramgwyddus iawn ac yn eich cythryblu chi'n fawr. Sut ydych chi'n dweud wrth eich ffrind bod ei neges yn eich tramgwyddo chi?

Trafodaeth

Mae'r rhynggrwyd yn adnodd gwyb i alluogi pobl ifanc i gysylltu ag eraill, dysgu am y byd a rhannu syniadau a phrofiadau. Mewn cymdeithasau democrataidd, mae gennym hawl i ryddid mynegiant, sy'n caniatáu i ni rannu ein barn gyda'r byd, o fewn rheswm. Mae'r wers uwchradd yn archwilio'r cydbwysedd rhwng rhyddid mynegiant a chasineb ar-lein.

Mae'r gweithgaredd cyflym hwn yn gofyn i'ch grŵp wyllo diweddariad y Llyfrgell Brydeinig o'r Magna Carta, sef y fideo 'My digital rights' - '**Trolling as a form of freedom of expression**' (<http://www.bl.uk/my-digital-rights/videos/freedom-trolling-as-freedom-of-expression>).

Dangoswch y fideo i'ch grŵp ac yna gofynnwch y cwestiynau canlynol.

- Beth yw eich diffiniad chi o 'trolling'?
- A ydych chi'n cytuno y dylai 'trolling' fod yn erbyn y gyfraith? Os ydych, pam?
- Pryd gwnaeth yr unigolyn yn y fideo fynd yn rhy bell yn eich barn chi?
- Beth ddylai ddigwydd i bobl sy'n 'trolling' pobl eraill yn gyson?

Rhannwch y grŵp yn ddau; un grŵp ar gyfer y datganiadau '**o blaid**' isod a'r grŵp arall '**yn erbyn**'.

Gofynnwch bob cwestiwn a rhoi cyfle i bob grŵp drafod ac ymateb:

- Dim ond barn rhywun yw casineb ar-lein; mae gan bawb hawl i ryddid mynegiant? **A ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno?**
- "Gwnaiff geiriau byth fy mriho i." Os bydd pobl yn darllen pethau sy'n eu tramgwyddo, dylen nhw geisio anghofio amdany'n nhw. **A ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno?**
- Mae geiriau'n brifo – mae rhai pethau allwch chi ddim eu dweud. Dylai "trolling" a seiber-fwlio fod yn erbyn y gyfraith. **A ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno?**
- Os byddwch chi'n gwneud casineb ar-lein yn anghyfreithlon, mae hynny'n fath o sensoriaeth. Y cyfan bydd "trolls" yn ei wneud yw dod o hyd i ffyrdd eraill o ledaenu eu casineb. **A ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno?**

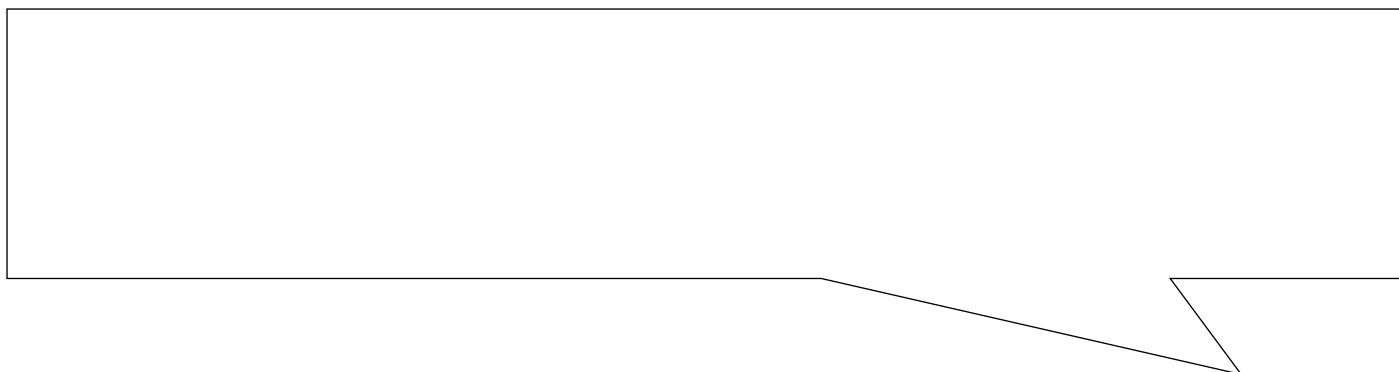


Mae Pecynnau Addysg Diwrnod Defnyddio'r Rhynggrwyd yn Fwy Diogel 2016 gan UK Safer Internet Centre wedi'u trwyddedu o dan drwydded ryngwladol [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

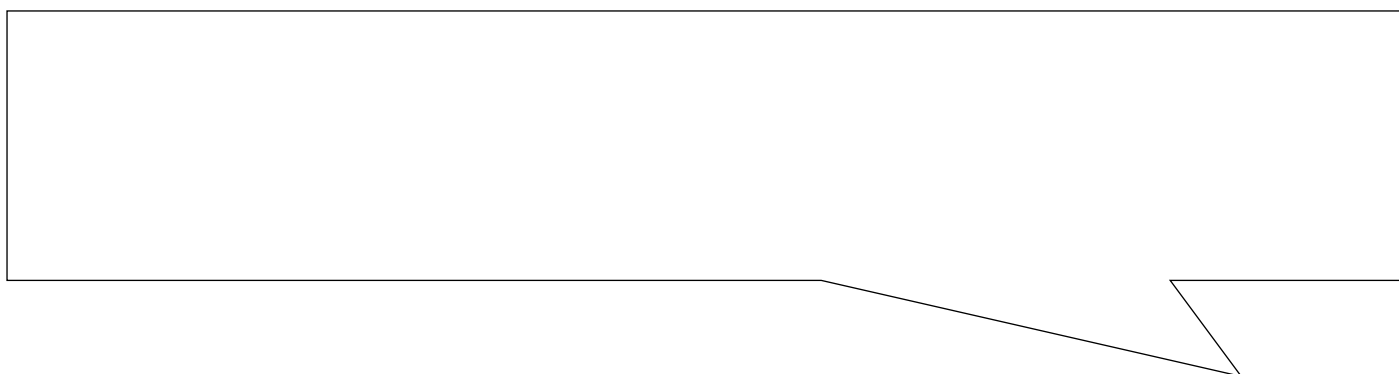
Gweithgareddau Cyflym Uwchradd

Atodiad 1 - Meddwl sut rydym ni'n cyfathrebu

Tra'r oedd eich ffrind ar wyliau, cytunoch chi i ofalu am ei anifail anwes. Y diwrnod cyn i'ch ffrind ddychwelyd adref, llwyddodd yr anifail anwes i ddianc ac mae nawr ar goll. Sut ydych chi'n dweud wrth eich ffrind bod ei anifail anwes ar goll?



Rydych chi'n siopa gyda'ch ffrind ac mae'n trio gwisg newydd. Mae'n hoff iawn o'r wisg ac yn gofyn eich barn. Nid yw'r wisg yn gwneud rhyw lawer i'ch ffrind ond rydych chi'n gwybod bod eich ffrind yn eithaf sensitif. Nid ydych chi eisiau digalonni'ch ffrind, felly sut byddech chi'n dweud nad yw'r wisg yn addas mewn gwirionedd?



Rydych chi'n pori trwy eich tudalen Facebook ac yn dod ar draws neges mae eich ffrind wedi'i hysgrifennu am bwnc penodol. Mae'r pwnc yn bersonol iawn i chi ac mae ei neges yn dramgwyddus iawn ac yn eich cythryblu chi'n fawr. Sut ydych chi'n dweud wrth eich ffrind bod ei neges yn eich tramgwyddo chi?

