



Symud / Movement



Blwyddyn 4 / Year 4

Cwestiwn/ Question: Corff iach, meddwl iach? / Healthy bodies, healthy minds?

Naratif / Narrative:

Y tymor hwn byddwn yn hyrwyddo ymddygiadau (gan gynnwys gweithgarwch corfforol) er mwyn gwneud dewisiadau ac ymddygiadau gwybodus. Byddwn yn datblygu ein lefelau egni a'n brwdfrydedd. Byddwn yn cael ein hannog i ddatblygu hyder, cymhelliant, cymhwysedd corfforol, gwybodaeth a dealltwriaeth i'n helpu i fyw bywydau iach ac egniol sy'n hyrwyddo iechyd a lles corfforol da.

This term we will be promoting behaviours (including physical activity) in order to make informed choices and behaviours. We will be developing our energy levels and enthusiasms. We will be encouraged to develop confidence, motivation, physical competence, knowledge and understanding to help us lead healthy and active lifestyles which promote good physical health and well-being.



Caredigrwydd. Cymreictod. Cymuned.

