

# Cerrig camu

Ychydig o weithgaredd echddygol gros mor hawdd a hwyliog i'w wneud dan do neu yn yr awyr agored gartref neu i ffwrdd!

Dychmygwch eich bod yn rhedeg yn hwyr ar gyfer Parti Te Jiwbil'r Frenhines, ond yr unig ffordd i mewn i'r castell yw drwy groesi'r ffos...

## Bydd angen y canlynol arnoch:

- Gobenyddion / clustogau i ddechrau
- Wrth i'r plant fagu hyder, cynyddu'r lefel anhawster drwy gyflwyno cratiau, boncyffion ac ati sydd wedi'u huwchraddio i helpu i wella cydbwysedd.

Casglwch eich holl gerrig camu a'u gosod mewn rhes neu gylch.

A dyna ni!

Gallwch wneud y gweithgaredd ychydig yn anoddach drwy daenu'r cerrig camu ar wahân a'i wneud yn ymwneud â neidio o ynys i ynys!

Gall ymddangos ychydig yn anodd gadael i'ch plentyn bach geisio ei wneud a pheidio â phoeni amdano'n cael ei frifo, os ydych yn poeni am hynny, rhowch fwy o glustogau a chlustogau i lawr.

Gall newid arall i'r gweithgaredd fod yn ffyrdd gwahanol o gerdded ar draws, ymlaen ac yna'n ôl, yn hopian neu'n rhedeg, yn eu herio.

Mae plant yn hoffi gwneud pethau'n anoddach iddyn nhw eu hunain felly gadewch iddyn nhw newid rheolau chwarae wrth iddyn nhw fynd yn eu blaenau, mae hyn i gyd yn dda ar gyfer sgiliau echddygol gros a chydysymudiad.



☎ 02920 451242

✉ info@earlyyears.wales

🌐 blynyddoeddcynnar.cymru

Blynyddoedd Cynnar Cymru 2018. Gofrestredi yn Cymru.  
Swyddfa Gofrestredig: Uned 1, Iard y Cowper, Ffordd Curran, Caerdydd CF10 5NB  
Cwmni cyfyngedig trwy warant 3164233. Elusen 1056381

