

CBAC Lefel 2

Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion a Chyd-destunau

Cymeradwywyd gan Cymwysterau Cymru

Mae'r cymhwyster hwn yn rhan o'r gyfres newydd o gymwysterau iechyd a Gofal Cymdeithasol, a Gofal Plant yng Nghymru a ddarperir gan City&Guilds/CBAC.

Nid yw'r cymhwyster hwn a reoleiddir gan Cymwysterau Cymru ar gael i ganolfannau Lloegr.

Deunyddiau Asesu Enghreifftiol (Asesiad Allanol)



Cynnwys

	Tudalen
UNED 1: Hybu iechyd a llesiant drwy gydol camau bywyd	
Papur cwestiynau	3
Cynllun marcio	15

Enw'r Ymgeisydd	Rhif y Ganolfan					Rhif yr Ymgeisydd				
						0				



Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol:
Egwyddorion a Chyd-destunau

ASESIAD ALLANOL ENGHREIFFTIOL

AM/PM [dyddiad]

1 awr 30 munud

At ddefnydd yr Arholwr yn unig		
Cwestiwn	Marc Uchaf	Marc yr Arholwr
1	4	
2	6	
3	9	
4	13	
5	15	
6	14	
7	8	
8	11	
Cyfanswm	80	

Cyfarwyddiadau i ymgeiswyr

Atebwch **bob** cwestiwn.

Ysgrifennwch eich atebion yn y lleoedd gwag priodol yn y llyfryn hwn.

Defnyddiwch inc du neu feiro du. Peidiwch â defnyddio pensil na beiro gel. Peidiwch â defnyddio hylif cywiro.

Gwybodaeth i ymgeiswyr

Cyfanswm y marciau ar gyfer y papur yw 80.

Mae nifer y marciau wedi'i nodi mewn cromfachau ar ddiwedd pob cwestiwn neu ran o gwestiwn.

Atebwch **bob** cwestiwn.

1. Mae'r siart isod yn nodi rhai enghreifftiau o gerrig milltir datblygiadol. Ar gyfer pob enghraifft, **ticiwch (✓) un** o'r camau bywyd pan fydd disgwyl i'r garreg filltir hon ddigwydd.[4]

		Camau bywyd			
Enghraifft o garreg filltir ddatblygiadol		Babandod	Plentyndod	Llencyndod	Oedolaeth
(i)	Sgiliau echddygol bras				
(ii)	Glasoed				
(iii)	Bondio				
(iv)	Menopos				

2. (a) Rhowch **un** enghraifft o ffactor economaidd a fyddai'n gallu effeithio ar dwf a datblygiad. [1]

.....

- (b) Rhowch **ddwy** enghraifft o ffactorau yn amgylchedd y cartref a fyddai'n gallu effeithio ar dwf a datblygiad. [2]

(i)

.....

(ii)

.....

- (c) Amlinellwch sut mae twf yn cael ei fonitro rhwng 0 ac 8 oed. [3]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Mae gan y teulu Hussain fab o'r enw Ahmed sy'n 8 oed a merch o'r enw Nadia sy'n 13 oed. Mae gan Ahmed barlys yr ymennydd ac mae'n defnyddio cadair olwyn oherwydd dydy o ddim yn gallu cerdded heb gymorth. Mae Ahmed yn mynychu ei ysgol gynradd leol ac mae wedi gwneud llawer o ffrindiau yn ei ddosbarth.

(a) Nodwch **dair** ffordd mae mynychu'r ysgol gynradd leol yn cyfrannu at dwf a datblygiad Ahmed. [3]

(i)

.....

(ii)

.....

(iii)

.....

(b) Disgrifiwch effeithiau posibl cael brawd iau â pharlys yr ymennydd ar ddatblygiad Nadia. [6]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- (c) Aseswch effaith bosibl bod yn ofalwr ifanc ar hunangysyniad Tomas. [6]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. Mae Wyn a Rhys yn bartneriaid ac maen nhw wedi bod yn byw gyda'i gilydd ers 25 mlynedd. Mae'r ddau wedi ymddeol yn ddiweddar o swyddi oedd yn talu'n dda. Ers iddyn nhw ymddeol, maen nhw wedi treulio llawer mwy o amser gyda'i gilydd. Maen nhw'n mwynhau cerdded, cymdeithasu â ffrindiau, mynd ar wyliau a garddio.

- (a) Rhestrwch **dair** ffordd byddai ymddeol yn gallu dylanwadu ar lesiant Wyn a Rhys. [3]

(i)

.....

(ii)

.....

(iii)

.....

7. Mae Erin yn 85 oed ac mae wedi symud i mewn i gartref gofal preswyl yn ddiweddar. Mae Erin wedi nodi bod cadw mewn cysylltiad â'i hwyres, sydd newydd ddechrau yn y brifysgol, yn bwysig iddi. Mae Joanne yn un o ofalwyr Erin ac mae hi wedi helpu Erin i ddefnyddio cyfleuster galwadau fideo i gadw mewn cysylltiad â'i hwyres.



- (a) Esboniwch sut mae siarad â'i hwyres drwy alwadau fideo yn cefnogi canlyniadau llesiant cymdeithasol ac emosiynol Erin. [4]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- (b) Dywedodd Erin wrth Joanne ei bod hefyd yn mwynhau rhoi cynnig ar y croesair yn ei phapur newydd dyddiol.



Esboniwch sut mae rhoi cynnig ar y croesair yn cefnogi llesiant corfforol ac emosiynol Erin. [4]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

8. Mae ymgyrch 'Gyda'n Gilydd' i atal unigrwydd yn defnyddio amrywiaeth o ddulliau i fynd i'r afael ag arwahanu cymdeithasol. Ymhlith y rhain mae taflenni, posterï, y cyfryngau cymdeithasol a fideos.



- (a) Nodwch **ddau** grŵp sy'n cael eu targedu gan ymgyrch 'Gyda'n Gilydd'. [2]

(i)

.....

(ii)

.....

- (b) Amlinellwch bwrpas ymgyrch 'Gyda'n Gilydd'. [3]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CYNLLUN MARCIO

Canllawiau i arholwyr

Marcio cadarnhaol

Dylid cofio bod ymgeiswyr yn ysgrifennu o dan amodau arholiad a dylid rhoi clod am yr hyn mae'r ymgeisydd yn ei ysgrifennu yn hytrach na mabwysiadu'r dull o'i gosbi am unrhyw hepgoriadau. Dylai fod yn bosibl i ateb da iawn gael marciau llawn ac i ateb gwael iawn gael dim marciau. Ni ddylid tynnu marciau am ateb sy'n llai na pherffaith os yw'n bodloni meini prawf y cynllun marcio.

Dylid cymhwyso'r cynllun marcio'n fanwl gywir ar gyfer cwestiynau sy'n wrthrychol neu'n seiliedig ar bwyntiau. Dylid rhoi marciau fel y dangosir heb isrannu ymhellach.

Yn aml, mae cynlluniau marcio'n cynnwys rhestr o bwyntiau y gall ymgeiswyr eu cynnwys yn eu hatebion. Nid yw'r rhestr yn un gwbl gyflawn. Mae cynnwys ymadrodd fel '*Rhowch farciau am unrhyw ymateb dilys arall*' (neu gyfarwyddyd tebyg) mewn cynlluniau marcio yn caniatáu rhywfaint o amrywiad yn ymatebion ymgeiswyr. Dylid rhoi marciau am fanwl gywirdeb a pherthnasedd atebion ymgeiswyr.

Mae ymatebion enghreifftiol yn y cynlluniau marcio'n cyfleu terminoleg briodol. Fodd bynnag, onid yw cwestiwn yn gofyn yn benodol am rywbeth, gellir rhoi marciau i ymgeiswyr am ateb sy'n gywir ond wedi'i fynegi yng ngeiriau'r ymgeisydd ei hun.

Cynlluniau marcio seiliedig ar fandiau

Mae cynlluniau marcio cwestiynau sy'n seiliedig ar fandiau mewn dwy ran; y cynnwys dangosol a'r grid asesu.

Mae'r cynnwys dangosol yn awgrymu'r amrywiaeth o bwyntiau a materion a allai gael eu cynnwys yn atebion yr ymgeiswyr. Gellir ei ddefnyddio i asesu ansawdd ymateb yr ymgeisydd. Fel y nodwyd uchod, ni fwriedir i gynnwys dangosol fod yn gynhwysfawr ac ni ddylai ymgeiswyr orfod cynnwys yr holl gynnwys dangosol i gyrraedd lefel uchaf y cynllun marcio.

Fodd bynnag, i gyrraedd lefel uchaf y cynllun marcio rhaid i ymgeisydd fodloni gofynion y band marciau uchaf. Os nad yw ymateb yn haeddu ennill marciau, hynny yw heb fod yn cynnwys unrhyw beth sy'n berthnasol i'r cynllun marcio, neu os na roddwyd ymateb, ni roddir unrhyw farciau.

Yng nghymhwyster Lefel 2 Iechyd a Gofal Cymdeithasol: Egwyddorion ac Ymarfer, bydd pob cwestiwn yn mynd i'r afael ag un neu fwy o Ddeilliannau Dysgu.

Dylid bob amser fod yn gadarnhaol wrth farcio cwestiynau gan ddefnyddio bandiau marcio. Mae hyn yn golygu bod marciau ar gyfer ymateb pob ymgeisydd yn cael eu cronni am ddangos sgiliau, gwybodaeth a dealltwriaeth priodol: nid ydyn nhw'n cael eu tynnu o uchafswm oherwydd gwallau neu hepgoriadau.

I ddechrau, dylai arholwyr ddarllen ac anodi ateb yr ymgeisydd er mwyn nodi'r dystiolaeth sy'n cael ei hasesu yn y cwestiwn hwnnw. Yna gellir cymhwyso'r cynllun marcio. Proses dau gam yw hon.

Cam 1 – Penderfynu ar y band

Gan ddechrau gyda'r band isaf, dylai arholwyr edrych ar ateb yr ymgeisydd a chadarnhau p'un a yw'n cyfateb i'r disgrifyddion ar gyfer y band hwnnw. Os bodlonir y disgrifyddion ar y band isaf, dylai arholwyr symud i fyny i'r band nesaf ac ailadrodd y broses hon ar gyfer pob band hyd nes y bydd y disgrifyddion yn cyfateb i'r ateb.

Os bydd ateb yn ymdrin ag agweddau gwahanol ar fandiau gwahanol yn y cynllun marcio, dylid mabwysiadu dull 'ffit orau' er mwyn penderfynu ar y band ac yna dylid defnyddio ymateb yr ymgeisydd i benderfynu ar y marc o fewn y band. Er enghraifft, os yw ateb ym mand 2 yn bennaf ond bod rhywfaint o gynnwys band 3, byddai'r ateb yn cael ei roi ym mand 2, ond byddai'r marc a ddyfernir yn agos at ben uchaf band 2 o ganlyniad i'r cynnwys band 3.

Ni ddylai arholwyr geisio tynnu marciau oddi ar ymgeiswyr oherwydd mân hepgoriadau mewn meysydd nad ydynt yn bwysig mewn ateb.

Cam 2 – Penderfynu ar y marc

Yn ystod y broses safoni (y gynhadledd farcio), bydd yr Uwch Arholwr yn rhoi cyngor manwl ar rinweddau pob band marciau. Yna bydd arholwyr yn derbyn enghreifftiau o atebion ym mhob band y mae'r Uwch Arholwr wedi dyfarnu marciau amdano. Dylai'r arholwyr farcio enghreifftiau a chymharu eu marciau â marciau'r Uwch Arholwr.

Wrth farcio, gall arholwyr ddefnyddio'r enghreifftiau hyn er mwyn penderfynu p'un a yw ateb ymgeisydd o safon uwch, is neu debyg i'r enghraifft. Atgoffir arholwyr o'r angen i gyfeirio yn ôl at yr ateb wrth iddyn nhw gymhwyso'r cynllun marcio er mwyn cadarnhau bod y band a'r marc a roddwyd yn briodol i'r ateb a gyflwynwyd.

UNED 1: HYBU IECHYD A LLESIANT DRWY GYDOL CAMAU BYWYD

CYNLLUN MARCIO

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
1. 1.1	<p><i>Mae'r siart isod yn nodi rhai enghreifftiau o gerrig milltir datblygiadol. Ar gyfer pob enghraifft, ticiwch (✓) un o'r camau bywyd pan fydd disgwyl i'r garreg filltir hon ddigwydd.</i></p> <p>Dyfarnwch 1 marc am unrhyw un ymateb cywir.</p> <p>(i) plentyndod neu fabandod (ii) llencyndod (iii) babandod (iv) oedolaeth.</p>	4	4		
2. 1.2	<p>(a) <i>Rhowch un enghraifft o ffactor economaidd a fyddai'n gallu effeithio ar dwf a datblygiad.</i></p> <p>Dyfarnwch 1 marc am unrhyw un ymateb cywir. Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cyfoeth • incwm isel • tlodi • cyflogaeth • diweithdra • colli swydd • newidiadau i gymorth ariannol gan gynnwys budd-daliadau • ymddeoliad. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	1	1		
1.2	<p>(b) <i>Rhowch ddwy enghraifft o ffactorau yn amgylchedd y cartref a fyddai'n gallu effeithio ar dwf a datblygiad.</i></p> <p>Dyfarnwch 1 marc am bob ymateb cywir, hyd at uchafswm o 2 farc.</p> <p>Gallai atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cyflwr tai <ul style="list-style-type: none"> • lleithder • gorlenwi • diffyg gwres • diffyg dŵr poeth • diffyg trydan • lleoliad y tŷ <ul style="list-style-type: none"> • unigrwydd • llygredd sŵn • diffyg lle y tu allan • llygredd aer • amgylchedd anniogel. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	2	2		

Cwestiwn		Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
1.1	(c)	<p><i>Amlinellwch sut mae twf yn cael ei fonitro rhwng 0 ac 8 oed.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1 marc am amlinelliad sylfaenol heb fawr o wybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd mae twf yn cael ei fonitro rhwng 0 ac 8 oed.</p> <p>Dyfarnwch hyd at 2 marc am amlinelliad da sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd mae twf yn cael ei fonitro rhwng 0 ac 8 oed.</p> <p>Dyfarnwch 3 marc am amlinelliad da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o'r ffordd mae twf yn cael ei fonitro rhwng 0 ac 8 oed.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • defnyddio siartiau canraddol • mesur taldra yn rheolaidd • mesur pwysau yn rheolaidd • archwiliadau rheolaidd o'r dannedd • sgrinio golwg a chlyw yn rheolaidd • monitro gan Ymwelydd Iechyd • archwilio yn seiliedig ar y Cofnod o Sgiliau Tyfu. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	3	3		
3.1.1	(a)	<p><i>Mae gan y teulu Hussain fab o'r enw Ahmed sy'n 8 oed a merch o'r enw Nadia sy'n 13 oed. Mae gan Ahmed barlys yr ymennydd ac mae'n defnyddio cadair olwyn oherwydd dydy o ddim yn gallu cerdded heb gymorth. Mae Ahmed yn mynychu ei ysgol gynradd leol ac mae wedi gwneud llawer o ffrindiau yn ei ddosbarth.</i></p> <p><i>Nodwch dair ffordd mae mynychu'r ysgol gynradd leol yn cyfrannu at dwf a datblygiad Ahmed.</i></p> <p>Dyfarnwch 1 marc am bob ymateb cywir, hyd at uchafswm o 3 marc.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bydd Ahmed yn cael yr un cyfleoedd â'i gyfoedion (cynhwysiant) • meithrin gwydnwch Ahmed i allu addasu'n llwyddiannus i dasgau bywyd • meithrin gwybodaeth a dealltwriaeth newydd • gall effeithio ar ei hunan-barch • gall effeithio ar ei hunanhyder <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	3	3		

Cwestiwn		Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
1.1	(b)	<p><i>Disgrifiwch effeithiau posibl cael brawd iau â pharllys yr ymennydd ar ddatblygiad Nadia.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1-2 marc am ddisgrifiad sylfaenol heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o effeithiau posibl cael brawd iau â pharllys yr ymennydd ar ddatblygiad Nadia.</p> <p>Dyfarnwch 3-4 marc am ddisgrifiad da sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o effeithiau posibl cael brawd iau â pharllys yr ymennydd ar ddatblygiad Nadia.</p> <p>Dyfarnwch 5-6 marc am ddisgrifiad da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o effeithiau posibl cael brawd iau â pharllys yr ymennydd ar ddatblygiad Nadia.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gall Nadia fod yn fwy annibynnol am fod ei rhieni'n brysur yn gofalu am ei brawd • gallai Nadia feithrin gwell dealltwriaeth o unigolion a theuluoedd ag anabledau a thosturi tuag atyn nhw • gall Nadia deimlo'n genfigennus neu deimlo ei bod yn cael ei gadael allan neu fod neb yn ei charu am fod ei brawd yn cael mwy o sylw na hi gan ei rhieni o bosibl • gall Nadia gael ei phryfocio neu ei bwlio gan eraill • mae'n bosibl na fydd Nadia'n gallu cymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol oherwydd na all ei rhieni fynd â hi am fod yn rhaid iddyn nhw ofalu am Ahmed • efallai na fydd Nadia'n cael llonydd/tawelwch i gwblhau ei gwaith cartref • gall effeithio ar ddatblygiad deallusol a chyflawniad academiaidd Nadia. <p>Rhowch greddyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	6		6	

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
4. 1.1	(a) <p>Mae Tomas yn 15 oed ac mae'n byw gyda'i fam, Sioned, a'i frawd iau, Dylan, sy'n 6 oed. Mae gan Dylan gyflwr o'r enw Anhwylder Diffyg Canolbwytio a Gorfywigrwydd (ADHD).</p> <p>Mae Tomas yn helpu i ofalu am Dylan yn y bore ac mae'n aml yn mynd ag ef i'r ysgol pan fydd yn rhaid i Sioned adael yn gynnar er mwyn cyrraedd y gwaith ar amser.</p> <p>Nodwch gam bywyd Tomas.</p> <p>Dyfarnwch 1 marc am yr ateb cywir. Llencyndod</p>	1	1		
1.1	(b) <p>Esboniwch sut gallai byw â chyflwr ADHD effeithio ar ddatblygiad emosiynol a chymdeithasol Dylan.</p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1-2 marc am esboniad sylfaenol heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o'r ffordd gallai byw â chyflwr ADHD effeithio ar ddatblygiad emosiynol a chymdeithasol Dylan.</p> <p>Dyfarnwch 3-4 marc am esboniad da sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd gallai byw â chyflwr ADHD effeithio ar ddatblygiad emosiynol a chymdeithasol Dylan.</p> <p>Dyfarnwch 5-6 marc am esboniad da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o'r ffordd gallai byw â chyflwr ADHD effeithio ar ddatblygiad emosiynol a chymdeithasol Dylan.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys: Mae'n bosibl y bydd Dylan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • yn fwy egniol a digymell • yn greadigol ac yn ddyfeisgar • yn gorganolbwytio • yn swil • yn ymosodol • yn brin o ffrindiau • yn ei chael hi'n anodd ffurfio perthnasoedd ag eraill • yn ei chael hi'n anodd rhannu a chymryd tro • yn colli ei dymer ac yn strancio • yn datblygu hunan-barch isel oherwydd sylwadau negyddol. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	6		6	

Cwestiwn		Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
1.3	(c)	<p><i>Aseswch effaith bosibl bod yn ofalwr ifanc ar hunangysyniad Tomas.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1-2 marc: am ymateb sylfaenol sy'n cynnwys asesiad cyfyngedig o effaith bosibl bod yn ofalwr ifanc ar hunangysyniad Tomas.</p> <p>Dyfarnwch 3-4 marc: am ymateb da sy'n cynnwys rhywfaint o asesiad o effaith bosibl bod yn ofalwr ifanc ar hunangysyniad Tomas.</p> <p>Dyfarnwch 5-6 marc: am ymateb da iawn sy'n cynnwys asesiad manwl o effaith bod yn ofalwr ifanc ar hunangysyniad Tomas.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ei wneud yn fwy gwydn • cynyddu ei ymdeimlad o gyfrifoldeb • gwella ei agwedd seicolegol am ei fod yn gwybod bod ei frawd yn iawn • meithrin hunan-barch a hunan-werth • gwella ei ddeallusrwydd emosiynol • mae'n meithrin perthynas gadarnhaol â'i frawd • mae'n cael ymdeimlad seicolegol y bydd popeth yn iawn • mae'n achosi i'w gyfoedion wahaniaethu yn ei erbyn • mae'n effeithio ar ei berthnasoedd â phobl eraill • gall ei addysg ddioddef os yw'n treulio mwy o amser yn gofalu am ei frawd nag yn astudio. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	6			6

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
<p>5. 1.2</p>	<p><i>Mae Wyn a Rhys yn bartneriaid ac maen nhw wedi bod yn byw gyda'i gilydd ers 25 mlynedd. Mae'r ddau wedi ymddeol yn ddiweddar o swyddi oedd yn talu'n dda. Ers iddyn nhw ymddeol, maen nhw wedi treulio llawer o amser gyda'i gilydd. Maen nhw'n mwynhau cerdded, cymdeithasu â ffrindiau, mynd ar wyliau a garddio.</i></p> <p><i>Rhestrwch dair ffordd byddai ymddeol yn gallu dylanwadu ar iechyd a llesiant Wyn a Rhys.</i></p> <p>Dyfarnwch 1 marc am bob ymateb cywir, hyd at 3 marc.</p> <p>Mae'n bosibl y bydd Wyn a Rhys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • yn gweld bod ganddyn nhw fwy o amser i wneud ymarfer corff • yn gweld bod ganddyn nhw fwy o amser i ddilyn hobiau a diddordebau • yn gweld bod ganddyn nhw fwy o amser i fynd ar wyliau • yn teimlo llai o straen sy'n cael ei achosi gan ofynion gwaith • yn gweld eisiau cymdeithasu â chydweithwyr • yn wynebu cyfyngiadau ariannol a fyddai'n gallu dylanwadu ar eu ffordd o fyw • yn teimlo nad ydyn nhw'n cael eu gwerthfawrogi cymaint <p>(a)</p> <ul style="list-style-type: none"> • wedi diflasu • yn profi iselder • yn brin o strwythur i'w diwrnod. <p>(b)</p> <p>Rhowch greddyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p> <p><i>Trafodwch fanteision bod mewn perthynas sefydlog i lesiant y cwpl.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1-2 marc: Trafodaeth sylfaenol heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o'r ffordd gallai manteision bod mewn perthynas sefydlog effeithio ar eu llesiant.</p> <p>Dyfarnwch 3-4 marc: Trafodaeth dda sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd gallai manteision bod mewn perthynas sefydlog effeithio ar eu llesiant.</p> <p>Dyfarnwch 5-6 marc: Trafodaeth dda iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o'r ffordd gallai manteision bod mewn perthynas sefydlog effeithio ar eu llesiant.</p>	3	3		

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
	<p>Gall yr atebion gynnwys: Mae'n bosibl y bydd y cwpl:</p> <ul style="list-style-type: none"> yn teimlo'n ddiogel â rhywun i ofalu amdany'n nhw yn teimlo bod rhywun yn eu cefnogi nhw yn ystod digwyddiadau annisgwyl mewn bywyd yn gallu gwneud pethau fel tîm yn gwerthfawrogi ac yn parchu diddordebau ei gilydd yn gallu rhannu eu barn â rhywun yn teimlo bod rhywun yn eu caru ac yn gofalu amdany'n nhw yn hapus i ofalu am ei gilydd yn teimlo llai o straen a gorbryder sy'n gysylltiedig â bod ar eu pen eu hunain yn gallu siarad â rhywun am eu pryderon yn teimlo'n hyderus ac yn meddu ar hunangysyniad cadarnhaol. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	6		6	
1.2	<p><i>Mewn apwyntiad diweddar gydag optegydd, cafodd Rhys ddiagnosis o golli rhywfaint o'i olwg o ganlyniad i heneiddio. Cafodd Rhys ei gynghori nad yw'n ddiogel iddo yrru bellach.</i></p> <p>(c) <i>Amlinellwch effaith bosibl diagnosis diweddar Rhys ar ei iechyd meddwl a'i lesiant.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau. Dyfarnwch 1-2 marc: Amlinelliad sylfaenol heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o effaith diagnosis diweddar Rhys ar ei iechyd meddwl a'i lesiant. Dyfarnwch 3-4 marc: Amlinelliad da sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o effaith diagnosis diweddar Rhys ar ei iechyd meddwl a'i lesiant. Dyfarnwch 5-6 marc: Amlinelliad da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o effaith diagnosis diweddar Rhys ar ei iechyd meddwl a'i lesiant.</p> <p>Gall yr atebion tebygol gynnwys: Gall Rhys:</p> <ul style="list-style-type: none"> deimlo'n gadarnhaol iawn gan y gefnogaeth a ddangoswyd iddo gan Wyn a'i gyfeillion/teulu a allai gynnig ei yrru i leoedd teimlo rhyddhad bod y penderfyniad wedi cael ei wneud ar ei ran diffyg hunanhyder a fyddai'n gallu arwain at hunangysyniad negyddol encilio a bod yn amharod i fynd allan 	6	6		

		<ul style="list-style-type: none"> • teimlo'n euog am ei fod yn dibynnu ar ei bartner i yrru i bobman • profi iselder a theimlo'n negyddol ynglŷn â'r dyfodol • pryderu y gall ei berthynas â Wyn fod dan fygythiad • teimlo'n drist nad yw'n gallu parhau i ddilyn ei ddi-ddordebau a'i hobiau. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>				
6 1.2	(a)	<p>Mae Rhoslyn yn 50 oed ac aeth at ei meddyg teulu i gael archwiliad iechyd am ei bod yn teimlo'n flinedig ac yn brin o egni drwy'r amser oherwydd straen yn y gweithle. Dywedodd wrth y meddyg teulu ei bod yn gweithio'n llawn amser mewn swydd anodd, sy'n talu'n dda. Mae Rhoslyn yn aml yn rhy brysur i gael cinio. Mae hi'n ymarfer corff yn rheolaidd ac yn mwynhau gwydraid o win y rhan fwyaf o nosweithiau. Dydy hi ddim yn cymdeithasu â ffrindiau gymaint ag oedd hi'n arfer ei wneud.</p> <p><i>Ystyriwch effaith bosibl dewisiadau Rhoslyn o ran ei ffordd o fyw ar ei hiechyd a'i llesiant.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1-3 marc am ymateb sylfaenol heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o effaith bosibl dewisiadau Rhoslyn o ran ei ffordd o fyw ar ei hiechyd a'i llesiant.</p> <p>Dyfarnwch 4-6 marc am ymateb da sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o effaith bosibl dewisiadau Rhoslyn o ran ei ffordd o fyw ar ei hiechyd a'i llesiant.</p> <p>Dyfarnwch 7-8 marc am ymateb da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o effaith bosibl dewisiadau Rhoslyn o ran ei ffordd o fyw ar ei hiechyd a'i llesiant.</p> <p>Gall yr atebion tebygol gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gan fod Rhoslyn yn y gwaith: <ul style="list-style-type: none"> • mae'n debygol bod ganddi well hunan-barch • mae'n debygol bod ganddi incwm gwario • gallai straen ei swydd arwain at broblemau gyda'r galon • gallai brofi iselder • efallai na fydd ganddi gydbwysedd da rhwng bywyd a gwaith • nid oes ganddi ddigon o amser i fwyta cinio, felly mae'n bosibl nad oes digon o faetholion hanfodol yn ei deiet 	8			8

	<ul style="list-style-type: none">• Gan fod Rhoslyn yn ceisio bwyta deiet cytbwys mae hyn yn ei helpu i wneud y canlynol:<ul style="list-style-type: none">• cynnal pwysau a chalon iach• lleihau'r risgiau o ddatblygu diabetes neu gyflyrau eraill sy'n gysylltiedig â'i deiet.• Gan fod Rhoslyn yn ymarfer corff yn rheolaidd, mae hyn yn ei helpu i:<ul style="list-style-type: none">• cynnal pwysau a chalon iach• lleihau lefelau straen a gwella ei hiechyd meddwl.• Gan nad ydy Rhoslyn yn cymdeithasu â ffrindiau gymaint ag oedd hi'n arfer ei wneud efallai bydd hi'n sylweddoli'r canlynol:<ul style="list-style-type: none">• dydy hi ddim yn treulio amser gyda theulu a ffrindiau a fyddai'n gallu gostwng ei hymdeimlad o hunan-werth• Gan fod Rhoslyn yn mwynhau gwydraid o win y rhan fwyaf o nosweithiau yn rheolaidd efallai bydd hi'n sylweddoli'r canlynol:<ul style="list-style-type: none">• gallai yfed alcohol yn rheolaidd arwain at gaethiwed i alcohol, gordewdra, gorbwysedd, clefyd yr afu/iau a chanser. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>				
--	---	--	--	--	--

Cwestiwn		Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
1.2	(b)	<p><i>Trafodwch sut gallai Rhoslyn gael ei chefnogi i gymryd mwy o gyfrifoldeb am wella ei hiechyd a'i llesiant ei hun.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc: os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau. Dyfarnwch 1-2 marc: Trafodaeth sylfaenol o sut gallai Rhoslyn gael ei chefnogi i gymryd mwy o gyfrifoldeb am wella ei hiechyd a'i llesiant ei hun. Dyfarnwch 3-4 marc: Trafodaeth dda o sut gallai Rhoslyn gael ei chefnogi i gymryd mwy o gyfrifoldeb am wella ei hiechyd a'i llesiant ei hun. Dyfarnwch 5-6 marc: Trafodaeth fanwl o sut gallai Rhoslyn gael ei chefnogi i gymryd mwy o gyfrifoldeb am wella ei hiechyd a'i llesiant ei hun.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gallai cyflogwr Rhoslyn ei chefnogi i gymryd seibiau rheolaidd yn y gwaith • gallai'r meddyg teulu roi gwybodaeth hybu iechyd i Rhoslyn mewn perthynas â gwella ei dewisiadau o ran ei ffordd o fyw a lleihau'r risgiau i'w hiechyd a'i llesiant: <ul style="list-style-type: none"> • deddfwriaeth y llywodraeth • ymgyrchoedd a mentrau • cyngor ar ddeiet iach • cynlluniau ymarfer corff amgen • mynd i glinigau merched iach • Gallai Rhoslyn gael mynediad at: <ul style="list-style-type: none"> • grwpiau ymwybyddiaeth ofalgar/llesiant yn y gymuned • grwpiau cefnogi a chanolfannau e.e. rheoli straen • clybiau, llyfrgelloedd a chyfleusterau hamdden • gwasanaethau therapi amgen. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	6		6	

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
<p>7. 1.1</p>	<p><i>Mae Erin yn 85 oed ac mae wedi symud i mewn i gartref gofal preswyl yn ddiweddar. Mae Erin wedi nodi bod cadw mewn cysylltiad â'i hwyres, sydd newydd ddechrau yn y brifysgol, yn bwysig iddi. Mae Joanne yn un o ofalwyr Erin ac mae hi wedi helpu Erin i ddefnyddio cyfleuster galwadau fideo i gadw mewn cysylltiad â'i hwyres.</i></p> <p>(a) <i>Esboniwch sut mae siarad â'i hwyres yn cefnogi canlyniadau llesiant cymdeithasol ac emosiynol Erin.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc: os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1 marc: am esboniad cyfyngedig heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o'r ffordd mae siarad â'i hwyres drwy alwadau fideo yn cefnogi canlyniadau llesiant cymdeithasol ac emosiynol Erin.</p> <p>Dyfarnwch 2 marc: am esboniad sylfaenol sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd mae siarad â'i hwyres drwy alwadau fideo yn cefnogi canlyniadau llesiant cymdeithasol ac emosiynol Erin.</p> <p>Dyfarnwch 3 marc: am esboniad da sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd mae siarad â'i hwyres drwy alwadau fideo yn cefnogi canlyniadau llesiant cymdeithasol ac emosiynol Erin.</p> <p>Dyfarnwch 4 marc: am esboniad da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o'r ffordd mae siarad â'i hwyres drwy alwadau fideo yn cefnogi canlyniadau llesiant cymdeithasol ac emosiynol Erin.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys: Efallai bydd Erin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • yn teimlo bod ei hwyres yn ei charu a'i chefnogi • yn gweld ei hwyres ac yn teimlo'n rhan o'i bywyd • ddim yn teimlo'n unig nac yn ynysig • â rhywbeth i edrych ymlaen ato • gydag ymdeimlad o bwrpas am ei bod yn gallu cefnogi drwy roi cyngor iddi • yn teimlo ei bod yn gallu cynnal perthynas ystyrllon â'i hwyres • yn teimlo ei bod yn deall y dechnoleg ddiweddaraf. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	4		4	

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
(b)	<p><i>Dywedodd Erin wrth Joanne ei bod hefyd yn mwynhau rhoi cynnig ar y croesair yn ei phapur newydd dyddiol.</i></p> <p><i>Esboniwrch sut mae rhoi cynnig ar y croesair yn cefnogi llesiant corfforol ac emosiynol Erin.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc: os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1 marc: am esboniad cyfyngedig heb fawr o wybodaeth na dealltwriaeth o'r ffordd mae rhoi cynnig ar groesair yn cefnogi llesiant corfforol ac emosiynol Erin.</p> <p>Dyfarnwch 2 marc: am esboniad sylfaenol sy'n dangos rhywfaint o wybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd mae rhoi cynnig ar groesair yn cefnogi llesiant corfforol ac emosiynol Erin.</p> <p>Dyfarnwch 3 marc: am esboniad da sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r ffordd mae rhoi cynnig ar groesair yn cefnogi llesiant corfforol ac emosiynol Erin.</p> <p>Dyfarnwch 4 marc: am esboniad da iawn sy'n dangos gwybodaeth a dealltwriaeth fanwl o'r ffordd mae rhoi cynnig ar groesair yn cefnogi llesiant corfforol ac emosiynol Erin.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • mae'n cadw meddwl Erin yn brysur • mae'n cynnal sgiliau echddygol manwl Erin • mae'n ysgogi'r meddwl • mae'n datblygu ei chof • mae'n cynnal ei sgiliau datrys problemau • mae'n rhoi cyfle i drafod yr atebion â'r preswylwyr eraill • mae'n rhoi ymdeimlad o gyflawniad • mae'n rhoi ymdeimlad o wneud rhywbeth o ran arfer. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>			4	

Cwestiwn	Ateb	Marc	AA1	AA2	AA3
8 1.4	<p>(a)</p> <p>Mae ymgyrch 'Gyda'n Gilydd' i atal unigrwydd yn defnyddio amrywiaeth o ddulliau i fynd i'r afael ag arwahanu cymdeithasol. Ymhlith y rhain mae taflenni, posteri, y cyfryngau cymdeithasol a fideos.</p> <p><i>Nodwch ddau grŵp sy'n cael eu targedu gan ymgyrch 'Gyda'n Gilydd'.</i></p> <p>Dyfarnwch 1 marc am nodi un o'r grwpiau targed yn gywir hyd at uchafswm o 2 farc. Gallai atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pobl hŷn • oedolion • pobl ifanc • pobl â bywydau prysur • pobl y mae'r cyfryngau cymdeithasol a ffonau symudol yn tynnu eu sylw • grwpiau, fel: <ul style="list-style-type: none"> • cymunedau pobl dduon ac Asiaidd a lleiafrifoedd ethnig (BAME) • gofalwyr • pobl anabl • Pobl Lesbiaidd, Hoyw, Ddeurywiol a Thrawsrywiol (LGBT) • cyn-filwyr y lluoedd arfog. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	2	2		
	<p>(b)</p> <p><i>Amlinellwch bwrpas ymgyrch 'Gyda'n Gilydd'.</i></p> <p>Dyfarnwch 0 marc os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1 marc am ymateb cyfyngedig sy'n amlinellu'r ffordd mae'r ymgyrch yn codi ymwybyddiaeth o sut i fynd i'r afael ag unigrwydd.</p> <p>Dyfarnwch 2 farc: am ymateb da sy'n amlinellu'r ffordd mae'r ymgyrch yn codi ymwybyddiaeth o sut i fynd i'r afael ag unigrwydd.</p> <p>Dyfarnwch 3 marc: am ymateb da iawn sy'n amlinellu'r ffordd mae'r ymgyrch yn codi ymwybyddiaeth o sut i fynd i'r afael ag unigrwydd.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • annog pobl i ffurfio perthnasoedd newydd • helpu pobl i wneud ffrindiau newydd • mynd i'r afael ag unigrwydd pobl hŷn • annog unigolion o bob oed i 'gael sgwrs' • gwella ymwybyddiaeth y cyhoedd o arwahanu cymdeithasol • annog gweithredu mewn teuluoedd a chymunedau • newid agweddau at arwahanu cymdeithasol a mynd i'r afael â'r stigma sy'n gysylltiedig ag ef. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	3	3		

1.4	(c)	<p>Aseswch heriau'r ymgyrch 'Gyda'n Gilydd'.</p> <p>Dyfarnwch 0 marc: os nad yw'r ymateb yn haeddu ennill marciau.</p> <p>Dyfarnwch 1-2 marc: Ymateb sylfaenol sy'n gwneud rhywfaint o ymdrech i asesu heriau'r ymgyrch 'Gyda'n Gilydd'.</p> <p>Dyfarnwch 3-4 marc: Ymateb da sy'n asesu heriau'r ymgyrch 'Gyda'n Gilydd' ac yn dod i rai casgliadau.</p> <p>Dyfarnwch 5-6 marc: Ymateb da iawn sy'n asesu heriau'r ymgyrch 'Gyda'n Gilydd' ac yn cynnwys casgliadau rhesymedig.</p> <p>Gall yr atebion gynnwys:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sicrhau bod yr ymgyrch yn cyrraedd ystod amrywiol o grwpiau targed • dylai'r amrywiaeth o ddulliau fod yn hygyrch i bawb ac ar gael yn ddwyieithog • gallai dibynnu'n ormodol ar gyfryngau cymdeithasol eithrio pobl hŷn. • goresgyn rhagdybiaethau ynglŷn â siarad â phobl ddieithr • dydy pobl ddim yn hoffi siarad â phobl ddieithr, efallai y byddan nhw'n teimlo'n anghysurus • gallai arwain at oblygiadau negyddol oherwydd gall rhai o'r gynulleidfa darged deimlo'n agored i niwed • anhawster ei wneud yn berthnasol i gymunedau penodol (gwledig, amrywiol, ac ati) • gallai hysbysebu'r ymgyrch ar gyfryngau cymdeithasol eithrio pobl eraill. <p>Rhowch gredyd am unrhyw ymateb dilys arall.</p>	6			6
		Cyfanswm ar gyfer y papur:	80	28	32	20

Grid Cyfeirio Cyflym

Cwestiwn	Maes cynnwys a ddangoswyd	AA1	AA2	AA3	Cyfanswm Marciau
1.	1.1	4			4
2. (a) (b)(i) (ii) (c)	1.2 1.2 1.1	1 1 1 3			6
3. (a) (b)	1.1 1.2	3	6		9
4. (a) (b) (c)	1.1 1.2 1.3	1	6	6	13
5. (a) (b) (c)	1.2 1.2 1.2	3 6	6		15
6. (a) (b)	1.1 1.2		6	8	14
7. (a) (b)	1.1 1.1		4 4		8
8. (a) (b) (c)	1.4 1.4 1.4	2 3		6	11
Cyfanswm		28	32	20	80 Marc
% pwysoliadau		35%	40%	25%	
Pwysoliadau lleiaf		35-40%	38-42%	21-25%	