



Y cyfan sydd ei angen arnoch yw pin ysgrifennu / pensil a phapur, neu allwch deipio – rhowch dro arni.

Mae ychydig awgrymiadau isod i'ch helpu chi i ddechrau.

Mae'r tiwtorial YouTube yma ar gael, diolch i'r Dr Clare Scott:

<https://youtu.be/e0UwP-KgLbk> a <https://youtu.be/86mBTlgseck>

NEU www.acgc.co.uk

Opsiwn 1

1. Dewch o hyd i gylchgrawn, llyfr neu bapur newydd
2. Dewiswch dudalen ar hap
3. Dewiswch llinell o'r dudalen hon a'i defnyddio fel llinell gyntaf eich gwaith chi
4. Ysgrifennwch neu deipiwch y llinell hon ar dudalen wag, ac yna ewch ati i ysgrifennu cerdd / stori fer / sript yn seiliedig ar y llinell

Opsiwn 2

'Rydych wedi diuno yng nghwmni archbŵer o'ch dewis; ysgrifennwch yr hanes o'r hyn sy'n digwydd nesaf.

Opsiwn 3

Ysgrifennwch stori fer sy'n dechrau gyda'r canlynol, "Dere gloi, bydd yr heddlu 'ma unrhyw funud...".

Opsiwn 4

Disgrifiwch eich hwyliau mewn un frawddeg.

Opsiwn 5

Ocsimoron – Dau air gyda'i gilydd er mwyn creu effaith gwrthwynebol...

Perdysen Anferth / Actio'n Naturiol / Tawelwch Byddarol / Sibrydiad Uchel

- **Lluniwch rhestr o'ch ocsimoronau eich hun. Defnyddiwch nhw yn eich testun.**

Opsiwn 6

Haicw

Yn draddodiadol, mae'r haicw yn ddarn o farddoniaeth neu gerdd o Japan sy'n cynnwys tair llinell fer nad ydynt yn odli. Fel arfer mae'n dilyn y patrwm 5 - 7 - 5, gyda'r llinell gyntaf yn cynnwys unrhyw nifer o eiriau sy'n rhoi cyfanswm o 5 sillaf, mae'r ail linell yn cynnwys geiriau sy'n rhoi cyfanswm o 7 sillaf, a'r drydedd yn gorffen gyda 5 sillaf.

Esiamplau o haiku:

Rhydd machlud haul ei
liwiau i'r môr -
prydfertwch ddwywaith

Machlud uwch Dyfi,
ac adar eira'n gawod;
Eli i'r galon.

Llith a llun a llyfr
Tawelwch yn teyrnasu
Sgwennu, gweld a darllen

- **Lluniwch eich darnau haicw eich hun – gan fod cyn lleied o eiriau yn cael eu defnyddio, gwnewch y siwr bod pob gair yn cyfrif.**

Opsiwn 7

Defnydiwch y 5 synnwyr i lywio eich ysgrifennu.

- **Ysgrifennwch stori fer neu gerdd sy'n canolbwyntio ar 1 o'r synhwyrau.**
- **Yna, efallai gallwch arbrofi gydag un arall, gan ganolbwyntio ar synnwyr arall.**
- **Yn olaf, ysgrifennwch rhywbeth, gan geisio cynnwys y 5 synnwyr.**

Golwg: yr hyn 'rydym yn ei weld – i'r mwyafrif ohonom mae hyn yn brofiad cryf iawn. Gall geiriau ddisgrifio lliw, siap, golwg rhywbeth – llachar, anferthol, prudd, tywyll, hir, cochlyd, cam, gloyw, hirsgwar.

Arogl: gall hyn ennyn delweddau / atgofion – persawr plentyndod, rhywbeth atgas – hen, drewdod, antiseptig, persawrus, sur, melys.

Sŵn: disgrifiwch yr hyn sydd i'w glywed – sŵn trên yn pwffian, sŵn curo, crashio, taro, pitran-patran, siffrwd, gwichian, sïo, hisian.

Blas: ychwanegwch ddisgrifiad o flasu – blas siarp afalau yn yr hydref, blas pryfoclyd, blas llysiâu, dyfrllyd, sbeislyd, chwerw, di-awch, ffres.

Cyffwrdd / Teimlo: meddyliwch am eiriau sy'n esbonio cyffwrdd / teimlo – aer oer yn eich ffroenau ar noson o aeaf, sych, llosgi, gludiog, llaith, gronynnog, llyfn, pigog, garw, oer.

Opsiwn 8

Rhestrwch 5 sŵn 'rydych yn eu hoffi a 5 nad ydych yn hoffi. Astudiwch pob un o'r geiriau, meddyliwch amdanynt, pa ddelweddau sy'n dod i'r meddwl? Nawr, defnyddiwch un o'r geiriau hyn a'i ddefnyddio i ysbrydoli darn o waith ysgrifenedig.

Gallwch ddod o hyd i ymarfer arall sy'n canolbwyntio ar 'sŵn' yn y tiwtorial ysgrifennu arlein Arts Care Gofal Celf gan y Dr Clare Scott via YouTube: <https://youtu.be/eOUwP-KgLbk>

Opsiwn 9

Barddoniaeth llaw

Ystyriwch beth mae eich llaw wedi'i ddal, beth mae wedi cyffwrdd â yn ystod ei fywyd, yr hyn y mae wedi'i brofi.



Gwnewch amlinelliad o'ch llaw ar ddarn o bapur, yna ystyriwch yr hyn y mae eich llaw yn ei olygu i chi.

Ysgrifennwch darn o barddoniaeth. Efallai y gallech ei ysgrifennu o gwmpas yr amlinelliad o'ch llaw, gallech lenwi pob bys gyda geiriau, ysgrifennu ar draws cledr eich llaw – eich dewis chi yw.

Eich llaw chi yw hon, a'ch cerdd chi.

Gallwch weld mwy o fanylion ynghylch y dasg hon, yn ogystal â thasgau eraill sy'n canolbwyntio ar 'gyffwrdd', yn un o'r gweithdai arlein ysgrifennu creadigol Arts Care Gofal Celf a arweinir gan y Dr Clare Scott, a sydd ar gael ar YouTube:

<https://youtu.be/86mBTlgsedk>

Opsiwn 10 (o weithdy a arweiniwyd gan y Dr Jane Belli, Arts Care Gofal Celf)

Ydych chi'n cofio'r tro cyntaf ichi gael y cyfle, i ffwrdd o'ch tŷ, i wneud rhywbeth a oedd yn gwneud ichi deimlo fel oedolyn?

Isod, cewch weld awgrym o beth y gall eich ysgrifennu gynnwys, a sut y mae disgrifio'r darnau ysgrifenedig hyn.

Beth oedd hyn? (Stori) Beth wnaethoch chi? (Plot) Sut ddechreuodd hyn? (Eglurhad) Pwy arall oedd yno? (Deialog?) Sut 'roeddech chi'n teimlo? (Monolog Fewnol?)

Cofiwch: Does dim rhaid ichi sôn am eich hun; lluniwch stori ddychmygol! Mae ffuglen yn rhan bwysig o ysgrifennu creadigol.

Opsiwn 11

Limrigau

Mae limrig yn ddarn o farddoniaeth doniol sy'n cynnwys pum llinell gyda chynllun odli manwl, sef AABBA. Rhaid bod y llinell gyntaf, yr ail a'r bumed yn cynnwys rhwng saith a deg sillaf, yn odli gyda'i gilydd ac yn meddu ar yr un rhythm berfol. Mae'r drydedd a'r bedwaredd llinell yn fyrrach, a dylai'r rhain gynnwys dim ond rhwng pump a saith sillaf. Rhaid i'r rhain hefyd odli gyda'i gilydd ond bod y rhythm yn wahanol i'r dair llinell arall.

Esiamplau:

'Roedd unwaith yng ngholeg Tre-gib
Hen geiliog yn hoff ganddo'i bib,
Wrth smocio hen blwg
Fe ffrwydrodd mewn mwg,
Heb adael o'i ôl ond ei grib'.

Un rhyfedd yw Joni Brynhafod,
Mae'n cadw moch bach a llwynogod.
Eu bwydo y mae
Bob bore dydd lau -
Pam bore dydd lau dwi'm yn gwybod

- **Rhowch dro ar ysgrifennu limrig eich hun.**

Opsiwn 12

Dewiswch air ar hap o'r restr isod a'i ddefnyddio fel man cychyn stori, cerdd neu limrig.

Isod cewch weld ychydig esiamplau o'r geiriau a'r teitlau sydd wedi ysbrydoli'r cyfranogwyr ym mhrosiectau Arts Care Gofal Celf, yng ngofal y Dr Jane Belli:

- Heulwen
- Y Siop Goffi
- Serendippedd
- Y Neges
- Adain Doredig
- Casbethau Siopa
- Adref
- Y Tri C
- Tro Annisgwyl Syml
- Anweledig
- Dweud Hwyl Fawr