



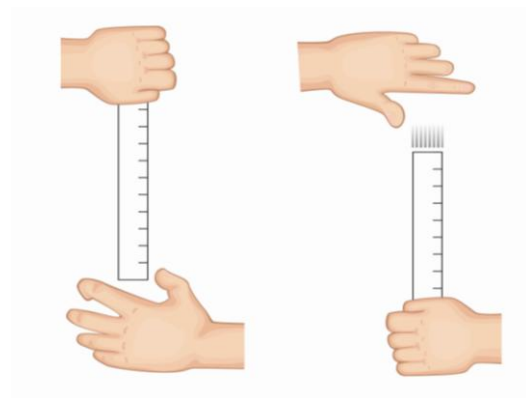
Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Pa mor gyflym allwch chi ymateb?

Meddyliwch yn gyflym! Pan fydd rhywun yn taflu pêl atoch chi yn ddi-rybudd, mae angen ychydig bach o amser arnoch chi cyn y gallwch chi symud i ddal y bêl (neu symud i'w osgoi) oherwydd pan fydd eich llygaid yn gweld signal sy'n dod i mewn fel pêl, mae angen i'ch ymennydd brosesu'n gyntaf beth sy'n digwydd. Mae'n cymryd ffracsiwn o eiliad i chi adnabod y signal hwnnw ac ymateb. Yn ystod yr amser hwnnw mae'ch ymennydd yn derbyn gwybodaeth gan eich synhwyrâu, mae'n adnabod ffynhonnell bosibl, ac yn caniatáu i chi weithredu. Mae'r ffracsiwn o eiliad hwnnw yn cael ei alw'n eich amser ymateb. Mae angen adweithiau cyflym ar gyfer y rhan fwyaf o gampau. Yn achos sbrintiwr, gallai ddechrau rhedeg ar y llythyren 'b' o'r 'bang' wneud y gwahaniaeth rhwng ennill a cholli'r ras. Mae ymateb yn gyflym i sŵn car sy'n agosáu'n gyflym wrth groesi'r ffordd yn golygu y gallwch chi symud o'r ffordd mewn pryd i atal damwain.

Amcangyfrif eich cyflymder ymateb heb stopwatsh

Mae'r llun yn dangos un ffordd o wneud hyn. Dechreuwch roi ychydig o wybodaeth at ei gilydd i esbonio sut rydych chi'n meddwl y mae'r dull hwn yn gweithio o'r wybodaeth a ddarparwyd.



$$\text{Pellter} = \frac{1}{2} (\text{cyflymiad} \times \text{amser}^2)$$

Pethau i feddwl amdanynt a'u cwblhau yn ystod y gweithgaredd hwn

- Pa gamau mae'n rhaid i chi eu cymryd i gynnal y prawf yn llwyddiannus?
- Oes unrhyw beth y mae angen i ddefnyddwyr fod yn ofalus yn ei gylch er mwyn sicrhau bod y canlyniadau yn amcangyfrif cywir?
- Sut byddwch chi'n gwybod y buoch chi'n llwyddiannus?
- Sut byddwch chi'n cael amserau ymateb o ddarlleniadau ar y pren mesur?
- Allwch chi lunio tabl/graff trawsnewid syml er mwyn i ddefnyddwyr eraill allu amcangyfrif amserau ymateb yn gyflym ac yn hawdd?

Ysgrifennwch adroddiad i ddangos sut roeddech chi wedi cynnal y prawf. Dangoswch sut roeddech chi wedi cyfrifo eich amserau ymateb. Dangoswch rai o'r profion gwnaethoch chi eu cynnal gyda'r dysgwyr yn eich dosbarth.