

Sut i gael y budd mwyaf o ddarlithoedd

"Dw i'n cael trafferth cadw i fyny mewn darlithoedd, maen nhw'n mynd mor gyflym."



Gall darlithoedd fod yn **heriol** ar brydiau.

Fel rheol maen nhw'n **llawn gwybodaeth** sy'n cael ei **chyflwyno'n gyflym**. Gall fod yn anodd gweld beth sy'n bwysig

Er mwyn gael y budd mwyaf o'ch darlithoedd, dylech chi **baratoi** ar eu cyfer.

Dyma rai **awgrymiadau cyffredinol** ynghylch cael y budd mwyaf o'ch darlithoedd:

- **Peidiwch** ag aros allan yn hwyr neu yfed y noson cynt, yn enwedig pan fydd gennych ddarlith am naw!

- Ceisiwch gael digon o orffwys, anelwch at gael tua **7 i 8 awr o gwsg**.
- Cyrhaeddwch **yn brydlon**. Gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod lle mae'r ddarlith yn cael ei chynnal a rhowch ddigon o amser i gyrraedd yno.
- Eisteddwch ble'r ydych **fwyaf cyfforddus**. Os ydych yn defnyddio technoleg gynorthwyol, gallai fod yn help eistedd yn agosach i'r tu blaen.
- Cofiwch ddod â **phopeth** fydd ei angen arnoch: beiros, papur, technoleg gynorthwyol etc.
- Ceisiwch beidio â defnyddio gliniadur, tabled neu ffôn yn ystod darlith. Ceir tystiolaeth sy'n awgrymu bod defnyddio gliniadur mewn darlith yn cael effaith negyddol ar allu myfyriwr i ddysgu.

Gellir disgrifio sut i fanteisio i'r eithaf ar eich darlithoedd yn fwy manwl trwy egluro **tri cham y broses**:

1. **Paratoi**
2. **Cymryd rhan**
3. **Adolygu ac Edrych Dros eich Gwaith**

1. Paratoi

- **Edrychwch ar Blackboard yn rheolaidd** i weld sleidiau darlithoedd, negeseuon gan ddarlithwyr a thafleini gwaith. Bydd gwybod cynnwys a strwythur y ddarlith yn eich helpu i gynllunio a gwneud nodiadau.
- Mae rhai pobl yn ei chael yn ddefnyddiol argraffu sleidiau'r ddarlith ymlaen llaw, a gwneud nodiadau arnynt.
- **Ymgylfarwyddwch** â'r cynnwys. Meddyliwch am deitl y ddarlith, beth yw testun y ddarlith? Darllenwch ychydig bach am y pwnc. Edrychwch ar restr ddarllen y modiwl i gael gwybodaeth berthnasol. I gael mwy o wybodaeth, ewch i adran y rhestr ddarllen.
- Ewch i'r **tŷ bach ymlaen llaw**, nid oes dim byd gwaeth na bod angen mynd i'r tŷ bach yn ystod darlith.

2. Cymryd rhan

- Cyrhaeddwch mewn da bryd, dewiswch y sedd orau i gyd-fynd â'ch anghenion a'ch defnydd o dechnoleg gynorthwyol.
- Os ydy eich ffôn, eich gliniadur neu eich tabled yn mynd i dynnu eich sylw, rhowch nhw i gadw.

- Os yw ffrind neu rywun sy'n eistedd drws nesaf i chi yn **tynnu eich sylw o hyd**, eisteddwch yn rhywle arall, neu gyda rhywun yn y canol rhyngoch.
- **Cymerwch ran** yn y darlithoedd. Os nad ydych yn siŵr o rywbeth, holwch, efallai nad chi yw'r unig un. Os bydd y darlithydd yn gofyn cwestiwn, atebwch ef, does dim ots os ydych yn anghywir.
- Os ydych yn aflonydd, beth am wasgu ychydig o **blu-tac**.
- Os ydych yn cael trafferth i ganolbwyntio, rhowch gynnig ar **gnoi gwm**.
- **Gwnewch nodiadau**. Os ydych yn colli/methu deall rhywbeth, gadewch fwllch a symudwch ymlaen. Gwnewch nodyn o'r sleid yr oeddech chi arni, neu'r deunydd pwnc y bu'n rhaid i chi neidio drosto.
- Edrychwch ar **Ganllaw 2 - Sut i gymryd nodiadau** am gyngor a strategaethau ar sut i wneud y nodiadau gorau i chi.



3. Adolygu ac edrych dros eich gwaith

- I gael y graddau gorau posibl, Mae'n **hanfodol adolygu'ch** nodiadau a'ch darlithoedd mor fuan ag sy'n bosib. Bydd sesiynau adolygu byr rheolaidd wedyn yn eich helpu i ddal gafael ar eich gwybodaeth a'ch dealltwriaeth.
- Dyma rai awgrymiadau cyffredinol wrth i chi **edrych dros eich gwaith**:
 - a. **Llenwch unrhyw fylchau** yn eich nodiadau.
 - b. Gwnewch eich nodiadau mewn **gwahanol fformatau**, er enghraifft: cardiau fflach, diagramau, siartiau llif, tablau neu fapiau meddwl.
 - c. Os nad ydych yn deall pwnc penodol yn iawn, darllenwch ragor/gwnewch ragor o ymchwil.
 - d. **Trafodwch** y ddarlith gyda'ch ffrindiau/eich cyd-fyfyrwyr. Rhannwch/cymharwch nodiadau i gael golwg fwy cyflawn ar y ddarlith. **Gofalwch** nad ydych yn dibynnu gormod ar hyn. Os ydych chi angen rhannu nodiadau'n rheolaidd, dylech edrych ar sut rydych yn gwneud nodiadau a newid pethau.

- e. Ymunwch â **grŵp astudio** neu ffurfiwch grŵp felly. Mae grwpiau astudio'n ffordd ardderchog o rannu eich syniadau a'ch dealltwriaeth am bwnc. Gellwch hefyd rannu/trafod nodiadau a deunyddiau adolygu.
- f. Gosodwch **dasgau neu ymarferion** i chi eich hun megis llunio poster academaidd ar ddarlith neu fodiwl, llunio holiaduron amlddewis ar lein, neu ateb cwestiynau ar ffurf traethawd byr.
- g. Pan ddaw'n fater o adolygu'n rheolaidd ac adolygu cyn arholiadau, **eisteddwch mewn amgylchedd tebyg** i'r un y byddwch yn gwneud eich arholiad ynddo. Felly eisteddwch wrth ddesg, mewn ystafell dawel, dim cerddoriaeth.
- h. Os ydych yn cael anhawster, neu os nad ydych yn deall rhywbeth, **cysylltwch â'r darlithydd**, bydd yn hapus iawn i'ch helpu.

