

533/51

ADDYSG GORFFOROL – PE3

A.M. DYDD IAU, 25 Mai 2006

(1½ awr)

DEUNYDDIAU YCHWANEGOL

Yn ogystal â'r papur arholiad hwn, bydd angen llyfr ateb 12 tudalen.

CYFARWYDDIADAU I YMGEISWYR

Atebwch Gwestiwn 1 ac **un** cwestiwn arall.

GWYBODAETH I YMGEISWYR

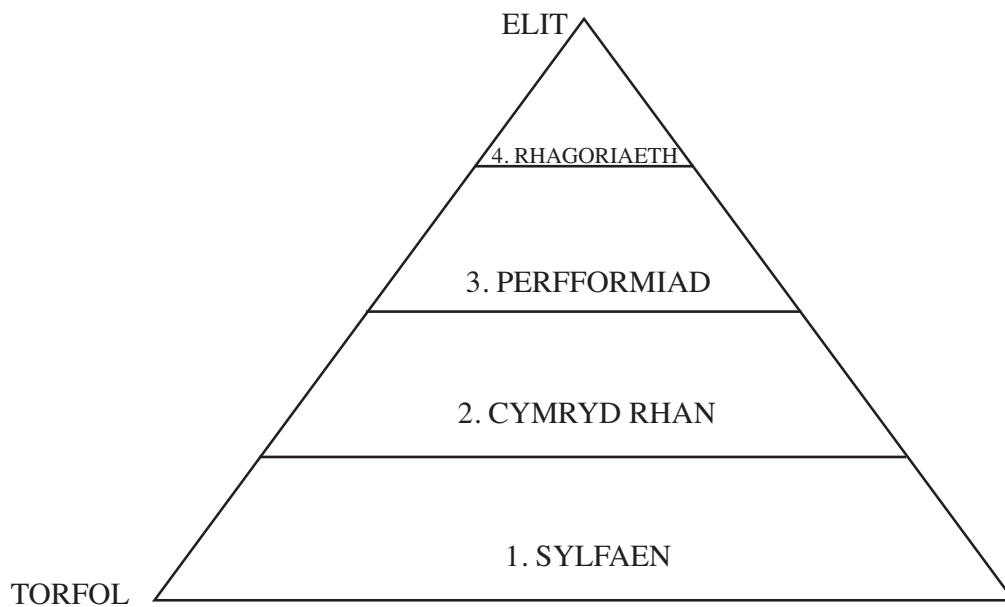
Dangosir y marciau sydd ar gael mewn cromfachau.

Asesir ymgeiswyr ar ansawdd eu cyfathrebu ysgrifenedig.

Ni roddir tystysgrif i ymgeisydd a geir yn ymddwyn yn annheg yn ystod yr arholiad.

Atebwch Gwestiwn 1 ac un cwestiwn arall.

1. Tynnwch ar eich profiadau eich hun o weithgaredd corfforol, rhwch nhw mewn cyd-destun cymdeithasol, diwylliannol a hanesyddol ac ystyriwch y dylanwadau sydd wedi effeithio ar y profiadau hynny. [25]
2. Amlinellwch nodweddion y pedair lefel o ymwneud â chwaraeon a gweithgaredd corfforol a ddangosir yn y diagram isod a thrafodwch y camau y dylid eu cymryd i sicrhau symud ymlaen trwy'r pyramid datbygiad chwaraeon. [25]



3. “Y ffactorau uniongyrchol sy’n achosi epidemig gordewdra (*obesity*) y DU yw gorfwyta bwydydd sy’n llawn egni ynghyd â rhy ychydig o ymarfer corfforol.”
Trafodwch y strategaethau a allai gael eu defnyddio i oresgyn problem gordewdra yn y DU. [25]
4. “**Chwarae** yw’r math lleiaf ffurfiol o weithgaredd corfforol a **chwaraeon** yw’r math mwyaf trefnedig (*organised*) tra bod **addysg gorfforol** yn broses o addysgu’r person cyfan.”
Trafodwch y gosodiad hwn. [25]
5. Amlinellwch y codau moesol a ddatblygodd i arwain ymddygiad yn chwaraeon y DU yn ystod y bedwaredd ganrif ar bymtheg a thrafodwch eu perthnasedd i chwaraeon heddiw. [25]