The Open University
Y Brifysgol Agored
Wales Cymru

National Enrichment Programme
Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol

Y Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol

Canllaw i ddysgwyr

Rhaglen Bartneriaeth y Brifysgol Agored yng Nghymru

Beth yw'r Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol?

Mae'r Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol yn eich paratoi ar gyfer eich cam nesaf ar ôl gadael y coleg, waeth beth fydd hynny.

Byddwch yn datblygu'ch gwybodaeth a sgiliau newydd y mae cyflogwyr a phrifysgolion yn chwilio amdanynt, a hynny drwy gyfres o weithdai digidol rhyngweithiol byw, siaradwyr gwadd a dysgu annibynnol ar-lein.

Caniateir amser dysgu hunan-arweiniol, er mwyn cwblhau cyrsiau ar bynciau sy'n eich diddori fwyaf ar OpenLearn, sef llwyfan dysgu ar-lein am ddim y Brifysgol Agored. P'un ai ydi hynny'n gwrs un awr neu'n rhywbeth sy'n cymryd ychydig yn hirach, bydd miloedd o ddeunyddiau dysgu am ddim ar gael i chi er mwyn datblygu'ch dealltwriaeth a'ch paratoi ar gyfer gwaith neu astudiaeth bellach.

Cynnwys

- Beth yw OpenLearn?
- Y Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol: Sut mae'n gweithio
- Camau nesaf

Beth yw 'OpenLearn'?

Gwefan gan y Brifysgol Agored yw ***OpenLearn***. Mae'n gartref i dros 1,000 o gyrsiau byr am ddim ynghyd â miloedd o erthyglau, fideos, podlediadau a gweithgareddau rhyngweithiol ar ystod eang o bynciau.

Gydag OpenLearn, chi sy'n penderfynu ble a pha mor bell rydych chi'n mynd â'ch taith ddysgu. Chi sy'n penderfynu faint o amser rydych chi am ei ymrwymo i astudio, y lefel rydych chi am astudio arni, a'r cyflymder rydych yn datblygu arno. ***Darllenwch fwy*** am ***OpenLearn***.

Bydd OpenLearn yn eich helpu chi i:

- archwilio dysgu ar-lein am ddim
- dod o hyd i'r cyrsiau sydd o ddiddordeb i chi
- myfyrio ar ble'r ydych chi nawr, ble'r hoffech ei gyrraedd a sut i gyrraedd yno
- datblygu sgiliau astudio
- deall y llwybrau i astudio ffurfiol.

Efallai eich bod chi eisiau dysgu sgil newydd, gwella cyfleoedd o ran eich gyrfa neu ddysgu mwy am rywbeth sydd o ddiddordeb i chi.

Sut ydw i'n cael mynediad at OpenLearn?

Y cyfan sydd ei angen arnoch yw cyfrifiadur, dyfais tabled neu ffôn clyfar a mynediad at y rhyngrwyd. Os nad oes gennych y rhyngrwyd gartref, gallech ddefnyddio eich coleg, llyfrgell leol neu ganolfan ddysgu gymunedol.

Cael eich ysbrydoli

Ers 2019, mae dros 40 miliwn o ddysgwyr ledled y byd wedi astudio gydag OpenLearn, gydag 1 miliwn yn dysgu o Gymru. Mae'n hawdd cael eich ysbrydoli gan deithiau pobl eraill. Darllenwch rai o'r ***straeon dysgwyr anhygoel*** hyn.

Byddwch yn barod ac yn hyblyg

Cynlluniwch faint o amser y gallwch ei roi ar gyfer astudio bob wythnos a phryd – byddwch yn realistig!

Efallai y bydd yn ddefnyddiol cadw dyddiadur dysgu yn nodi beth, pryd, ble rydych wedi astudio a sut deimlad oedd o, beth aeth yn dda a beth oedd ddim cystal.

Gallwch ddefnyddio hwn i newid eich dull a gwella eich profiad dysgu ar hyd y ffordd.

Myfyrio ar eich dysgu

Gall fod yn ddefnyddiol cadw cofnod o sut mae eich dysgu'n mynd a myfyrio ar eich cynnydd.

Gallwch ddefnyddio dogfen Word neu ysgrifennu mewn llyfr nodiadau. Mae yna dempledi defnyddiol ***ar gael ar OpenLearn*** fel canllaw.

Gall myfyrio eich helpu i edrych ar eich dewisiadau a'ch cymhellion, a gwerthfawrogi'ch cyflawniadau a'r sgiliau rydych wedi'u meithrin hyd yma.

Ble ydw i'n dechrau?

Gallwch bori drwy detholiad o gyrsiau am ddim a argymhellir ac adnoddau dysgu eraill ar dudalen lanio Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol OpenLearn: ***openLearn.com/rhgg***

Y Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol

Sut mae'n gweithio

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
Gweithdy 1 11/09/23	**Cyflwyniad i OpenLearn** **Gweithdy rhithiol**	Bydd y Cynhyrchydd Cynnwys Digidol o'r Brifysgol Agored yn eich cyflwyno i lwyfan dysgu anffurfiol am ddim y Brifysgol Agored, OpenLearn. Byddwn yn dangos sut i ddefnyddio'r llwyfan, sut i greu cyfrif a sut i gofrestru ar gyrsiau am ddim.
Gweithdy 2 18/09/23	**Sut i ddod yn ddysgwr llwyddiannus** **Gweithdy rhithiol**	Bydd y Rheolwr Partneriaethau yn y Brifysgol Agored yng Nghymru yn darparu awgrymiadau ardderchog ar sut i ddod yn ddysgwr llwyddiannus.
Gweithdy 3 25/09/23	**5 Ffordd at Lesiant Meddyliol** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Bernie Ashton-Goh (Ymgynghorydd Iechyd Meddwl, Y Brifysgol Agored yng Nghymru) yn rhannu ei harbenigedd mewn rheoli straen, cynyddu gwytnwch a'r '5 Ffordd at Lesiant Meddyliol'. Mae'r gwefannau canlynol yn cynnig cymorth cyfrinachol a gwybodaeth am ddim ynghylch iechyd meddwl a llesiant. ***studentminds.org.uk*** ***samaritans.org***
Gweithdy 4 9/10/23	**Rhyngweithgareddau OpenLearn** **Gweithdy rhithiol**	Bydd y Cynhyrchydd Cynnwys Digidol o'r Brifysgol Agored yn arddangos y cynnwys rhyngweithiol sydd ar gael ar OpenLearn.
Gweithdy 5 16/10/23	**Dysgu Gydol Oes a Dysgu fel Budd** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Rheolwr Cysylltiadau Busnes y Brifysgol Agored yng Nghymru yn archwilio barn pobl ar ddysgu gydol oes ac yn egluro sut y gallwch reoli eich twf personol a phroffesiynol drwy hunan-ddarganfod.
Gweithdy 6 7/11/23	**Camwch i Fyd Rhyfeddol Hacio Moesegol** **Gweithdy rhithiol**	Caiff y gweithdy cyffrous hwn ei gyflwyno gan weithiwr proffesiynol o'r Diwydiant Seibr, Lee Campbell (darlithydd mewn Seiberddiogelwch, Y Brifysgol Agored). Bydd Lee yn mynd i'r afael â: • beth yw seiberddiogelwch? • yr angen am hacio moesegol • sgiliau hacio • arddangosiad hacio.

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
Gweithdy 7 13/11/23	**Deallusrwydd Artiffisial a Dysgu Peirianyddol** **Gweithdy rhithiol byw***	Bydd hyn y gyfle i drafod popeth am ddeallusrwydd artiffisial. Byddwn yn edrych ar fuddion a pheryglon defnyddio'r dechnoleg newydd hon ac yn edrych ar ddyfodol dysgu.
Gweithdy 8 27/11/23	**Sgiliau Bywyd** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Lisa Davies o'r tîm Partneriaethau yn y Brifysgol Agored yng Nghymru yn trafod cyllid personol a chyllidebu ar gyfer oedolion ifanc.
Gweithdy 9 4/12/23	**Chwalu Mythau Addysg Uwch** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Ymgynghorwyr Addysg o'r Brifysgol Agored yng Nghymru yn chwalu mythau cyffredin ynghylch astudio ar lefel addysg uwch ac yn darparu gwybodaeth ar gyllid myfyrwyr, llwybrau i addysg uwch a'r cymorth sydd ar gael i fyfyrwyr.
Gweithdy 10 15/1/24	**Goresgyn Rhwystrau** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Bernie Ashton-Goh (Ymgynghorydd Iechyd Meddwl, Y Brifysgol Agored yng Nghymru) yn rhannu technegau gwella llesiant er mwyn gwella ymgysylltiad a chynnydd yn eich dysgu.
Gweithdy 11 29/1/24	**Archwilio Labordai OpenStem** **Gweithdai rhithiol**	Cyflwynir y gweithdy hwn gan Stephen Jones (Uwch Diwtor STEM y Brifysgol Agored yn yr Ysgol Beirianneg ac Arloesi) a Rob Janes (Uwch Diwtor STEM y Brifysgol Agored yn yr Ysgol Gwyddorau Bywyd, Iechyd a Chemegol). Mae gan y Brifysgol Agored hanes hir o ddefnyddio dulliau arloesol i ddarparu profiadau ymarferol dilys mewn prosiectau STEM. Y ***Labordai OpenSTEM*** yw ein datblygiad diweddaraf, sy'n cynnwys nifer o labordai, pob un gyda hunaniaeth unigryw, gan fodloni anghenion y myfyriwr cyfoes ac anghenion sgiliau cenedlaethol. Nod y gweithdy hwn yw rhoi cyfle i chi roi cynnig ar rai o'n harbrofion 'Labordai OpenSTEM'. Rydym yn falch o'ch gwahodd i archwilio'r cynnig sy'n cael ei ymestyn: ***• Y Labordy OpenScience*** ***• Yr Arsyllfeydd OpenScience*** ***• Y Labordy OpenEngineering*** ***• Y Labordy OpenHealth*** ***• Y Labordy OpenComputing.***
Gweithdy 12 19/2/24	**Cynghreiriaeth 101: Archwilio hanfodion cynghreiriaeth** **Gweithdy rhithiol byw***	Yn y sesiwn ryngweithiol hon, byddwn yn archwilio beth mae'n ei olygu i fod yn gynghreiriad a pham y dylai pob un ohonom fod â diddordeb mewn cynghreiriaeth. Byddwn yn archwilio rôl grym a braint mewn cynghreiriaeth a sut y gallwn hyrwyddo cynghreiriaeth drwy wrando'n weithredol a defnyddio iaith gynhwysol.

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
Gweithdy 13 26/2/24	**Cynghreiriaeth 102: Cynhwysion Hanfodol ar gyfer Dod yn Gynghreiriad Effeithiol** **Gweithdy rhithiol byw***	Mae hon yn sesiwn ryngweithiol, lle byddwn yn edrych ar sut y gallwn weithredu fel cynghreiriad, gan ganolbwyntio ar strategaethau i gynorthwyo unigolion a chymunedau ar y cyrion. Byddwn hefyd yn edrych ar feithrin a chynnal perthnasoedd gydag unigolion o gymunedau ar y cyrion, sut i lywio sgyrsiau anodd a mynd i'r afael â micro-ymosodiadau fel cynghreiriad. Yna, byddwn yn myfyrio ar y camau nesaf ar gyfer eich cynghreiriaeth chi.
Gweithdy 14 4/3/24	**Sesiwn Holi ac Ateb Aelod o'r Senedd** **Sesiwn Holi ac Ateb Rhithiol**	Bydd Cerith Rhys Jones (Uwch-reolwr, Materion Allanol yn y Brifysgol Agored yng Nghymru) yn cynnal sesiwn holi ac ateb gydag Aelod o'r Senedd (yr Aelod i'w g/chadarnhau).
Gweithdy 15 18/3/24	**Cynghreiriaeth 103 - Cynghreiriaeth ar Waith: Rhannu Profiadau Bywyd a Strategaethau ar gyfer Newid** **Gweithdy rhithiol byw***	Yn y sesiwn ryngweithiol hon, byddwn yn darparu lle diogel i ddysgwyr rannu eu profiadau bywyd a'u persbectifau mewn perthynas â cynghreiriaeth. Byddwn hefyd yn trafod strategaethau ymarferol ar gyfer creu newid cadarnhaol a hyrwyddo cynghreiriaeth yn ein cymunedau.
Gweithdy 16 8/4/24	**Cadw'n Iach yn Ystod Cyfnodau Dysgu Llawn Straen** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Bernie Ashton-Goh (Ymgynghorydd Iechyd Meddwl, Y Brifysgol Agored yng Nghymru) yn trafod beth sy'n achosi **straen arholiadau**, sut y gall effeithio arnoch a sut i ddelio ag o.
Gweithdy 17 22/4/24	**Realiti Cymysg a Realiti Rhithiol** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Oli Howson (Darlithydd mewn Cyfrifiadura a Chyfathrebu, Y Brifysgol Agored) yn mynd â chi drwy fyd hynod ddiddorol Realiti Estynedig (AR), Realiti Rhithwir (VR), Realiti Cymysg (MR) a Realiti Estynedig (XR).
Gweithdy 18 6/5/24	**Cyflogadwyedd 1.1 - Eich Brand Personol** **Gweithdy rhithiol**	Bydd y Rheolwr Cysylltiadau Busnes yn y Brifysgol Agored yng Nghymru yn rhoi awgrymiadau ardderchog ar gyflwyno cais am gyflogaeth, y broses gyfweld a sut y gall eich ôl-troed cyfryngau cymdeithasol helpu neu rwystro eich llwyddiant.
Gweithdy 19 20/5/24	**Hyfforddiant Sgiliau Gallu Seiber Deallusol ar Ffurf Gêm (GICAST)** **Gweithdy rhithiol**	Bydd Chitra Balakrishna, Ph.D. MBCS, SFHEA, CEH (Arweinydd Rhaglen Seiberddiogelwch, Y Brifysgol Agored) yn eich cyflwyno i'r cysyniad o Hyfforddiant Sgiliau Gallu Seiber Deallusol ar Ffurf Gêm (GICAST). Sesiwn blasu o'r ***Cwrs Agored â Bathodyn GICAST OpenLearn*** sy'n edrych yn fanwl ar fygythiadau ar-lein a'r ffyrdd y gallwch amddiffyn eich bywyd digidol. Datblygwyd y cwrs am ddim hwn gan y Brifysgol Agored, gyda chefnogaeth gan Raglen Seiberddiogelwch Genedlaethol Llywodraeth y DU. Dyfernir bathodyn digidol wedi i chi gwblhau'r cwrs.

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
Gweithdy 20 3/6/24	**Cyflogadwyedd 1.2 Paratoi ar gyfer eich gyrfa igam-ogam** **Gweithdy rhithiol**	Oeddech chi'n gwybod bod y person cyffredin yn newid swydd 5-7 gwaith yn ystod ei fywyd? Ymunwch â'r Brifysgol Agored yng Nghymru ar gyfer y sesiwn hon sy'n edrych ar sut mae 'gyrfaoedd igam-ogam' yn dod yn normal newydd, gyda nifer o swyddi'r dyfodol heb hyd yn oed gael eu creu eto. Bydd y sesiwn hon yn rhoi mewnwelediad i gyflogadwyedd a'r sgiliau a gwybodaeth all eich paratoi ar gyfer eich dyfodol. Clywch am brofiadau bywyd go iawn cyn-fyfyriwr o'r Brifysgol Agored a sut mae eu taith yrfa unigryw wedi bod hyd yn hyn.

Gellir dod o hyd i ddolen i'r recordiadau o bob gweithdy ar ***dudalen lanio'r Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol*** ar OpenLearn. Bydd pob un o'r ffrydiau byw yn cael eu recordio a bydd dolen i'r recordiadau hyn ar y dudalen lanio ar ôl i'r sesiwn ddod i ben.

Yn ystod yr wythnosau lle nad oes gweithdai wedi eu trefnu, gallwch ddefnyddio'r amser hwn i bori OpenLearn, ac astudio'r cyrsiau sy'n eich diddori fwyaf.

*Ffrydio byw am 11am a'r recordiadau ar gael ar dudalen lanio'r Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol yn fuan wedyn.

Camau nesaf

Cewch ragor o wybodaeth yn openlearn.com/rhgg
Neu e-bostiwch partneriaethau-cymru@open.ac.uk

This document is also available in English.

Rydym yn croesawu gohebiaeth yn Gymraeg a Saesneg ac ni fydd gohebu gyda ni yn Gymraeg yn arwain at oedi. Mae'r Brifysgol Agored yn gorfforedig drwy Siarter Frenhinol (RC 000391), yn elusen eithriedig yng Nghymru a Lloegr ac yn elusen gofrestredig yn yr Alban (SC 038302). Awdurdodir a rheoleiddir y Brifysgol Agored gan yr Awdurdod Ymddygiad Ariannol mewn perthynas â'i gweithgaredd eilradd o froceru credyd.

Mae'r holl wybodaeth yn y canllaw hwn yn fynegol a chywir adeg ei gyhoeddi ym mis Medi 2023.