

# Y Rhaglen Gyfoethogi Genedlaethol

## Sut mae'n gweithio

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
<b>Gweithdy 1</b> 11/09/23	<b>Cyflwyniad i OpenLearn</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	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.
<b>Gweithdy 2</b> 18/09/23	<b>Sut i ddod yn ddysgwr llwyddiannus</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	Bydd y Rheolwr Partneriaethau yn y Brifysgol Agored yng Nghymru yn darparu awgrymiadau ardderchog ar sut i ddod yn ddysgwr llwyddiannus.
<b>Gweithdy 3</b> 25/09/23	<b>5 Ffordd at Lesiant Meddyliol</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	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.  <a href="http://studentminds.org.uk">studentminds.org.uk</a> <a href="http://samaritans.org">samaritans.org</a>
<b>Gweithdy 4</b> 9/10/23	<b>Rhyngweithgareddau OpenLearn</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	Bydd y Cynhyrchydd Cynnwys Digidol o'r Brifysgol Agored yn arddangos y cynnwys rhyngweithiol sydd ar gael ar OpenLearn.
<b>Gweithdy 5</b> 16/10/23	<b>Dysgu Gydol Oes a Dysgu fel Budd</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	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.
<b>Gweithdy 6</b> 7/11/23	<b>Camwch i Fyd Rhyfeddol Hacio Moesegol</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	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: <ul style="list-style-type: none"> <li>• beth yw seiberddiogelwch?</li> <li>• yr angen am hacio moesegol</li> <li>• sgiliau hacio</li> <li>• arddangosiad hacio.</li> </ul>
<b>Gweithdy 7</b> 13/11/23	<b>Deallusrwydd Artiffisial a Dysgu Peirianyddol</b> <b>Gweithdy rhithiol byw*</b>	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.

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
<b>Gweithdy 8</b> 27/11/23	<b>Sgiliau Bywyd</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	Bydd Lisa Davies o'r tîm Partneriaethau yn y Brifysgol Agored yng Nghymru yn trafod cyllid personol a chyllidebu ar gyfer oedolion ifanc.
<b>Gweithdy 9</b> 4/12/23	<b>Chwalu Mythau Addysg Uwch</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	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.
<b>Gweithdy 10</b> 15/1/24	<b>Goresgyn Rhwystrau</b> <b>Gweithdy rhithiol</b>	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.
<b>Gweithdy 11</b> 29/1/24	<b>Archwilio Labordai OpenStem</b> <b>Gweithdai rhithiol</b>	<p>Cyflwynir y gweithdy hwn gan Stephen Jones (Uwch Diwtor STEM y Brifysgol Agored yn yr Ysgol Beirianeg ac Arloesi) a Rob Janes (Uwch Diwtor STEM y Brifysgol Agored yn yr Ysgol Gwyddorau Bywyd, Iechyd a Chemegol).</p> <p>Mae gan y Brifysgol Agored hanes hir o ddefnyddio dulliau arloesol i ddarparu profiadau ymarferol dilys mewn prosiectau STEM. Y <a href="#"><b>Labordai OpenSTEM</b></a> 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.</p> <p>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#"><b>Y Labordy OpenScience</b></a></li> <li>• <a href="#"><b>Yr Arsyllfeydd OpenScience</b></a></li> <li>• <a href="#"><b>Y Labordy OpenEngineering</b></a></li> <li>• <a href="#"><b>Y Labordy OpenHealth</b></a></li> <li>• <a href="#"><b>Y Labordy OpenComputing</b></a>.</li> </ul>
<b>Gweithdy 12</b> 19/2/24	<b>Cynghreiriaeth 101: Archwilio hanfodion cynghreiriaeth</b> <b>Gweithdy rhithiol byw*</b>	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 baint mewn cynghreiriaeth a sut y gallwn hyrwyddo cynghreiriaeth drwy wrando'n weithredol a defnyddio iaith gynhwysol.
<b>Gweithdy 13</b> 26/2/24	<b>Cynghreiriaeth 102: Cynhwysion Hanfodol ar gyfer Dod yn Gynghreiriad Effeithiol</b> <b>Gweithdy rhithiol byw*</b>	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 sgysiau anodd a mynd i'r afael â micro-ymosodiadau fel cynghreiriad. Yna, byddwn yn myfyrio ar y camau nesaf ar gyfer eich cynghreiriaeth chi.
<b>Gweithdy 14</b> 4/3/24	<b>Sesiwn Holi ac Ateb Aelod o'r Senedd</b> <b>Sesiwn Holi ac Ateb Rhithiol</b>	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).

Dyddiad	Teitl y gweithdy	Manylion
<b>Gweithdy 15</b> 18/3/24	<b>Cynghreiriaeth 103 - Cynghreiriaeth ar Waith: Rhannu Profiadau Bywyd a Strategaethau ar gyfer Newid</b>  <b>Gweithdy rhithiol byw*</b>	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.
<b>Gweithdy 16</b> 8/4/24	<b>Cadw'n Iach yn Ystod Cyfnodau Dysgu Llawn Straen</b>  <b>Gweithdy rhithiol</b>	Bydd Bernie Ashton-Goh (Ymgynghorydd Iechyd Meddwl, Y Brifysgol Agored yng Nghymru) yn trafod beth sy'n achosi <b>straen arholiadau</b> , sut y gall effeithio arnoch a sut i ddelio ag o.
<b>Gweithdy 17</b> 22/4/24	<b>Realiti Cymysg a Realiti Rhithiol</b>  <b>Gweithdy rhithiol</b>	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).
<b>Gweithdy 18</b> 6/5/24	<b>Cyflogadwyedd 1.1 - Eich Brand Personol</b>  <b>Gweithdy rhithiol</b>	Bydd y Rheolwr Cysylltiadau Busnes yn y Brifysgol Agored yng Nghymru yn rhoi awgrymiadau ardderchog ar gyflwyno cais am gyflogaeth, y broses gyfweid a sut y gall eich ôl-troed cyfryngau cymdeithasol helpu neu rwystro eich llwyddiant.
<b>Gweithdy 19</b> 20/5/24	<b>Hyfforddiant Sgiliau Gallu Seiber Deallusol ar Ffurf Gêm (GICAST)</b>  <b>Gweithdy rhithiol</b>	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 <b>Cwrs Agored â Bathodyn GICAST OpenLearn</b> 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.
<b>Gweithdy 20</b> 3/6/24	<b>Cyflogadwyedd 1.2 Paratoi ar gyfer eich gyrfa igam-ogam</b>  <b>Gweithdy rhithiol</b>	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.

This document is also available in English.