



HELEN DOCHERTY

Darluniwyd gan Taylor Barron

MAKE IT ALL GO AWAY

Pecyn Gweithgaredd



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Enwi'r Synhwyrau



Mae pum synnwyr yn cael eu son amdano
yn y llyfr. A allech eu henwi?

1.

2.

3.

4.

5.



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Eich Pum Synnwyr

Mae gennym bum synnwyr: **golwg**, **clywed**, **arogli**, **blasu** a **cyffwrdd**.

Meddylwch am un peth rydych chi'n ei hoffi ac un peth nad ydych chi'n ei hoffi ar gyfer pob un o'r synhwyr hyn. Tynnwch lun ohonynt isod.

GOLWG Dwi'n hoffi... Dwi ddim yn hoffi...		CLYWED Dwi'n hoffi... Dwi ddim yn hoffi...
AROGLI Dwi'n hoffi... Dwi ddim yn hoffi...	BLASU Dwi'n hoffi... Dwi ddim yn hoffi...	CYFFWRDD Dwi'n hoffi... Dwi ddim yn hoffi...

Er enghraifft, mae Melodie yn hoffi arogl bara ffres wedi'i bobi ond ddim yn hoffi arogl pysgod amrwd.



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com



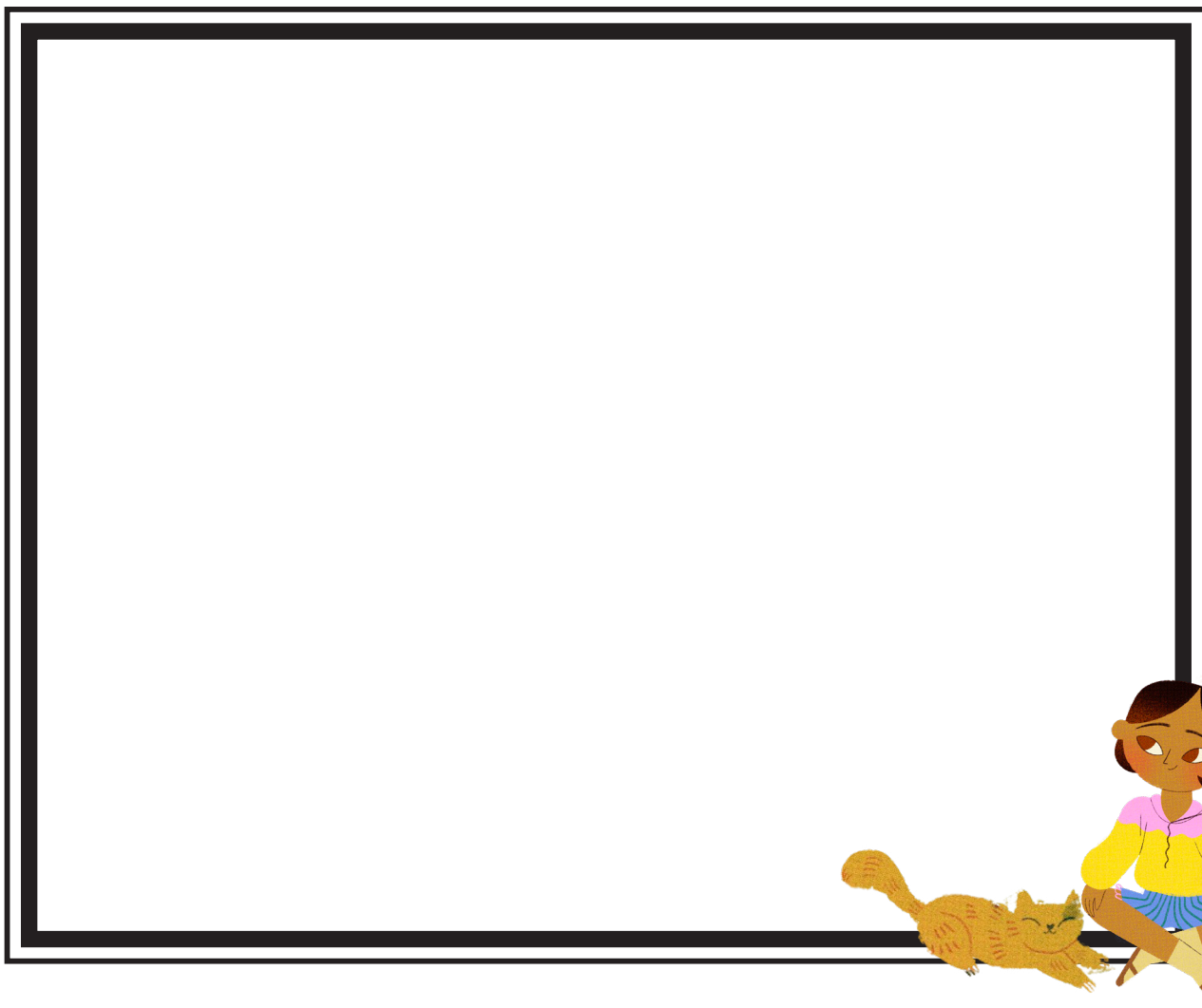


Lluniwch Beth Sydd yn eich Cysuro

Yn *Make it All Go Away*, mae Melodie yn mwytho ei chath
pan mae hi yn teimlo bod popeth yn ormod.

Beth sydd yn eich cysuro chi pan rydych chi yn teimlo gofid?

A yw'n aelod o'r teulu, anifail anwes, tedi neu rhywbeth arall?
Tynnwch ei lun isod!



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Prawf Cof

**A fedrwch gofio beth ddigwyddodd yn y stori?
Ysgrifennwch rhif 1–7 yn y bocsys i drefnu'r
digwyddiadau.**

☐

Mae Melodie a'i theulu yn cael yn barod i adael y tŷ.

☐

Mae teulu Melodie yn ymweld a'r ganolfan siopa
ble mae'r goleuadau yn rhy llachar.

☐

Mae Melodie yn cael gofid oherwydd sŵn
uchel yn yr ystafell ymolchi.

☐

Mae Melodie yn gwneud ei 'stims' i'w helpu
deimlo yn well.

☐

Tydi Melodie ddim yn hoffi arogl y pysgod yn y
farchnad.

☐

Mae Melodie yn bwyta llysiau meddal mewn bwyty.

☐

Mae Melodie yn mwynhau ei siwmpwr blewog a'i
blanced sbesial gartref.



ATEBION: 1, 5, 3, 6, 2, 4, 7



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Darllen a Deallt

Faint mor agos wnaethoch chi dalu sylw?



1. Enwch ddau sŵn nad yw Melodie yn hoffi ar ei diwrnod allan.

2. Pa beth mae Melodie yn meddwl mae ffisig yn blasu yn debyg iddo?

3. Disgrifiwch tri 'stims' mae Melodie yn gwneud i deimlo yn well.

4. Ysgrifennwch tri peth mae Melodie yn ei hoffi ar ddiwedd y stori sydd yn ei helpu deimlo yn well ar ol diwrnod hir.

ATTENTION: 1. Cof yn siffrwdd, drws yn taro, sychwr dwylo, esgid yn llusgo ar lawr | 2. Siampw | 3. Tapio bysedd, tapio trwyn, symud mewn cylchoedd, sefyll ar ei bysedd traed, hysmian, chwarae efo gwallt, blincio ei llygaid, fficio yr aer | 4. miwsg, y môr, wy wedi ei ferwi yn feddal, siwmpwr blewog, bara, ei blanced.



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Beth Yw'r Gwahaniaethau?

A fedrwch chi ddarganfod y chwe gwahaniaeth
rhwng y ddau lun o Melodie yn y bwyty?



Darganfyddais...

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 4. _____ |
| 2. _____ | 5. _____ |
| 3. _____ | 6. _____ |

ATBION: 1. Golau ar goll | 2. Ffram lluniau ar y wal gefn |
3. Cwpaned o de ar goll o flaen y fam | 4. Potel o bersawr ar
y bwrdd wrth y blodau | 5. Nodau cerdd yn dod allan o ceg y
tad | 6. Pinau gwallt Melodie wedi newid lliw.



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Ble Mae'r Gath?

Mae cath Melodie yn ymddangos ar pob tudalen.

Ysgrifennwch isod pob man ei welwch, o gwmpas y cylch yma!

A fedrwch ddarganfod pob un o'r 13 cuddfan?

Wrth ymyl Melodie
yn yr ardd.



ATBION: 1. Wrth ymyl Melodie yn yr ardd | 2. Neidio drwy y fflap cath |
3. Cuddio wrth y melon dŵr | 4. ar ffrog y ferch | 5. cripio label Melodie |
6. yn ffenestr y siop anifeiliaid anwes | 7. cuddio mewn pot planhigyn |
8. neidio i ffwrdd o Melodie | 9. fynu yn y coed | 10. sbasio yn y pwll |
11. Ar lin Melodie, gartref | 12. Ar wely Melodie | 13. yn ol yn yr ardd



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





Rhestr Geirfa

Geiriau Allweddol	Diffiniadau
Gorlwyth synhwyrâu	Mae gorlwyth synhwyrâu yn gallu digwydd pan mae ein synhwyrâu yn cymeryd mwy o wybodaeth i fewn nag mae ein ymenydd yn gallu dal i fynu efo, ar un waith.
'Stims'	'Stims' yw symudiadau neu synnau rydym yn ei wneud drosodd a throsodd, neu mewn ffordd arbenning. I rhai ohonyn, mae 'stimming' yn gallu helpu ni ymdopi mewn sefyllfa straenus neu mewn lle rydym yn cael profiad o orlwyth synhwyrâu.
Masgio	Masgio yw pan rydym yn cuddio sut yr ydym yn teimlo ar y tu mewn; er enghraifft, pan rydym yn teimlo bod popeth yn ormod, neu pan yn ceisio ffitio i fewn.



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com





I'r sawl sydd yn gyfrifol
am ofal neu addysg y plant

Cwestiynau i Ofyn Plentyn Ynglyn a Gorlwyth Synhwyrau

A ydych eisiau cychwyn trafod gorlwyth synhwyrau a teimladau pan bod popeth yn ormod, efo eich plant ifanc? Gwelwch isod syniadau i ddechrau sgwrs!

1. Sut mae synnau uchel, goleuadau llachar neu gormod o bobl yn neud i chdi deimlo?
2. Beth wyt ti yn sylwi am dy gorff pan rwyd yn teimlo bod pethau yn ormod? (Er enghraifft, wyt ti wedi blino, wyt ti yn teimlo tensiwn neu oes gen ti ddwylo chwyslyd, ayyb)
3. Beth rwyd ti yn hoffi neud pan rwyd yn teimlo bod popeth yn ormod?
4. Sut rwyd ti yn creu lle i deimlo yn saff neu gwell?
5. Beth yw rhai arwyddion sydd yn dangos fod person effallai angen amser ar ben ei hunain neu lle tawel?
6. Beth yw rhai pethau y fedri gwneud os rwyd yn gweld rhywun yn ymddangos fel petai nhw yn teimlo bod popeth yn ormod iddynt?
7. A wyt ti yn meddwl ei fod yn iawn i ofyn am seibiant pan mae pethau yn mynd yn ormod? Pam, neu pam ddim?
8. A fedri di ddisgrifio amser pan roeddet yn meddwl bod popeth o dy gwmpas yn ormod?



I ddarganfod mwy am
Make It All Go Away
sganiwch y cod QR neu ymwelwch a
moonandbirdbooks.com

