

## Taro'r botel drosodd

**Oedran:** Yn addas ar gyfer pob oed

**Offer sydd ei angen:** Potel blastig fawr (ee potel hylif golchi), 2 gadair, 2 fag ffa

**Lle sydd ei angen:**

Neuadd neu ofod mawr tebyg heb ddodrefn

**Sefydlu:**

Rhannwch y grŵp yn ddau dîm cyfartal a chael timau yn eistedd mewn llinellau yn wynebu ei gilydd yn erbyn ochrau cyferbyn y gofod. Dylid eistedd pob tîm yn nhrefn maint.

Yn y gofod rhyngddynt, gosodwch ddwy gadair ar y ddau ben a gosodwch fag ffa ar bob cadair. Hanner ffordd rhwng y cadeiriau, gwnewch groes fach ar y llawr gan ddefnyddio tâp masgio a gosodwch y botel arni.

**Sut i chwarae:**

Rhowch rifau i bob person yn y ddau dîm. Sicrhewch fod pob un yn gwybod beth yw eu rhif.

Eglurwch pa dîm sy'n rhedeg i ba gadair a phan fyddant yn clywed eu rhif, dylent redeg i gefn eu cadair, codi'r bag ffa a'i daflu at y botel.

Pwysleisiwch fod yn rhaid iddynt sefyll y tu ôl i'r gadair pan fyddant yn ei thafllu.

Yr enillydd yw'r chwaraewr sy'n curo'r botel. Mae'r person hwn yn rhoi'r botel yn ôl ac mae'r ddau chwaraewr yn dychwelyd y bag ffa i gadair eu tîm cyn dychwelyd i'w tîm.

Gwiriwch fod pawb wedi deall y rheolau.

Nawr gwaeddwch rif i ddechrau chwarae. Cael arweinydd/cynorthwyydd arall i gadw sgôr.

**Nodiadau:**

Gallwch amrywio'r pellter rhwng y cadeiriau yn dibynnu ar y grŵp oedran sy'n chwarae.

