Cymunedau Digidol Cymru
Hyder Digidol, Iechyd a Lles
Digital Communities Wales
Digital Confidence, Health and Well-being
Darparwyd gan
Delivered by
cwmpas
Rhaglen Llywodraeth Cymru
Welsh Government Programme

Cefnogi pobl gyda sgiliau digidol trosglwyddadwy bob dydd

Sut i ddefnyddio'r ddogfen hon

Mae'r adnoddau hyn wedi'u casglu ynghyd i'ch cefnogi ochr yn ochr â hyfforddiant Cymunedau Digidol Cymru.

Rydyn ni wedi cynnwys tudalennau gwe yn y ddogfen hon sy'n cynnwys gwybodaeth ddefnyddiol i'ch helpu i gefnogi eraill. Rydyn ni wedi cynnwys y rhain fel dolenni yn y ddogfen hon. Cadwch lygad am y **symbol dolen pinc** y gallwch ei ddewis gyda'ch cyrchwr neu'ch bys i agor a gweld y ddolen.

Os ydych chi'n edrych ar adnodd sydd wedi'i brintio, naill ai teipiwch gyfeiriad y wefan i mewn i borwr gwe neu sganiwch y cod QR i agor y dudalen we.

Sut i sganio cod QR

1. Agorwch eich ap cod QR ar eich dyfais. Ar lawer o ffonau clyfar modern, defnyddiwch eich camera.
2. Pwyntiwch y camera at y cod QR a gwnewch yn siŵr fod y cod i gyd yn y ffrâm.
3. Edrychwch ar sgrin eich ffôn i weld a oes dolen gwefan wedi ymddangos. Os oes, gwasgwch hon â'ch bys a bydd yn agor y wefan!

Canllawiau ar gyfer cefnogi pobl â sgiliau digidol

Yn Cymunedau Digidol Cymru: Hyder Digidol, Iechyd a Llesiant (DCW) ein nod yw ysbrydoli cymunedau a sefydliadau yng Nghymru i ddarparu sgiliau digidol a chymorth i eraill i greu cenedl sydd wedi'i grymuso'n ddigidol ac sydd wedi'i chynnwys yn ddigidol. Nod y ddogfen hon yw rhoi mannau cychwyn defnyddiol i chi ar gyfer helpu pobl i fynd ar-lein, ond mae'r adnoddau'n ddefnyddiol i unrhyw un sy'n dymuno gwella eu sgiliau digidol.

Gyda dysgu unrhyw sgil digidol newydd, ystyriwch pwy ydych chi'n ei helpu, a'u hanghenion. Os oes angen rhagor o gyngor a chymorth arnoch i helpu eraill i fynd ar-lein, cysylltwch â Chymunedau Digidol Cymru.

Helpu pobl i fynd ar-lein

Efallai y byddwch mewn sefyllfa i gefnogi eraill i fynd ar-lein. Gall Cymunedau Digidol Cymru roi cyngor ac arweiniad i sefydliadau a grwpiau cymunedol i'w cefnogi i helpu eraill i fynd ar-lein.

Cysylltwch â ni am gyngor pellach.

SGANIWCH FI

https://bit.ly/4hP2xs4

Rhwydwaith Cynhwysiant Digidol Cenedlaethol

Gall Cymunedau Digidol Cymru roi arweiniad am y Rhwydwaith Cynhwysiant Digidol Cenedlaethol, a gydlynir gan ein partner rhaglen: **Good Things Foundation**. Mae aelodau'r rhwydwaith yn cael mynediad i'r Banc Data Cenedlaethol a'r Banc Dyfeisiau Cenedlaethol, rhwydwaith cymorth hanfodol o fynediad am ddim i ddata a dyfeisiau i'r rhai sydd eu hangen.

SGANIWCH FI

https://bit.ly/4e9hl3o

Learn My Way

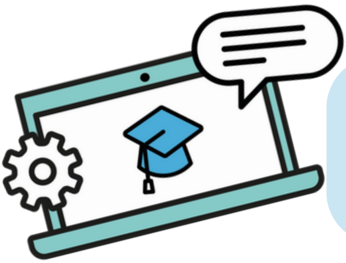
Mae Learn My Way yn darparu cyrsiau sgiliau digidol cryno i ddysgwyr. Ewch i **www.wales.learnmyway.com** i ddarganfod mwy.

Sgiliau digidol trosglwyddadwy

Mae yna nifer o sgiliau digidol rydych chi'n eu dysgu trwy wahanol brofiadau ar-lein, ac mae llawer yn drosglwyddo i dasgau eraill. Mae llenwi ffurflenni ar-lein, creu cyfrifon a llywio gwefannau yn ddefnyddiol ar gyfer llawer o wahanol wasanaethau ar-lein.

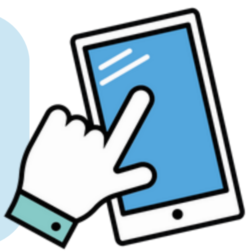
Drwy ddod o hyd i weithgareddau digidol ysbrydoledig, gallwn wneud dysgu sgiliau digidol yn brofiad mwy ystyrlon i rywun sy’n mynd ar-lein am y tro cyntaf. Archwiliwch hobïau, diddordebau a gweithgareddau sy'n darparu profiadau cadarnhaol. Yn ogystal â hyn, mae’r cyfleoedd hyn yn annog unigolion i fynd ar-lein a chymhwyso eu sgiliau digidol mewn gwahanol ffyrdd.

Meddyliwch am adeg pan mae rhywun wedi eich helpu i wneud rhywbeth, sut gwnaeth hynny i chi deimlo?



Mae angen cefnogaeth ac anogaeth ar ddefnyddwyr rhyngrwyd tro cyntaf. Mae sgiliau digidol yn gofyn am amser a chyfleoedd i ddysgu.

Defnyddio hobïau a diddordebau fel bachyn a ffordd o annog ymgysylltiad digidol tymor hir. Yna gallwch gyfeirio unigolion at gymorth pellach neu opsiynau cymunedol ar gyfer datblygu eu sgiliau digidol.



Magu hyder

Weithiau nid yw defnyddwyr rhyngrwyd hyder isel yn ymwybodol o'u sgiliau digidol a sut mae'n berthnasol i wahanol dasgau digidol. Mae'n dda tynnu ar enghreifftiau y gellir eu cyfnewid i fagu hyder:

- Os gallwch anfon neges destun... gallwch ddefnyddio WhatsApp.
- Os gallwch chi gofrestru i Facebook... gallwch chi gofrestru i gyfrifon eraill.
- Os gallwch wylio Netflix... gallwch hefyd ddefnyddio YouTube neu iPlayer.
- Os gallwch chwilio ar Google... gallwch hefyd chwilio siopau ar-lein.

Cymorth Cyflym

Gallwch dynnu llun o god QR os ydych chi'n edrych arno ar eich ffôn. Yna, agorwch ef yn eich oriel luniau. Yna gallwch chi ddefnyddio'r nodwedd dangos testun i agor y ddolen cod QR!

Enghreifftiau o sgiliau digidol trosglwyddadwy

Gan ddefnyddio fframwaith sgiliau digidol hanfodol Llywodraeth y DU, gallwn ddad-ddewis rhai sgiliau digidol trosglwyddadwy a ddefnyddir yn gyffredinol. Fodd bynnag, mae llawer o enghreifftiau o sgiliau digidol ar gyfer amrywiaeth o wahanol weithgareddau.

SGANIWCH FI

https://bit.ly/3E6127o

Sgiliau digidol sylfaenol

Sgiliau digidol sylfaenol yw'r sgiliau sydd eu hangen i ddefnyddio dyfais yn effeithiol, neu i ddeall cysyniadau digidol, fel ap neu borwr rhyngrwyd, a sut i ryngweithio â nhw. Defnyddiwch nodweddion rhyngweithiol fel gemau i wneud y profiad yn fwy pleserus. Ond deallwch hefyd y gall bod yn gyfarwydd â nodweddion dyfais drosglwyddo i wahanol ddyfeisiau, er enghraifft mae'r broses o gysylltu â WiFi yn debyg ar draws pob dyfais.

Cymorth Cyflym

Defnyddiwch gopïo a gludo i ysgrifennu'r un testun sawl gwaith. Ar sgrin gyffwrdd, mae angen i chi ddal eich bys i lawr i alluogi'r botymau copïo a gludo i ymddangos.

Hygyrchedd

Mae nodweddion hygyrchedd, fel darllenwyr sgrin, yn barod ar gael ar ddyfeisiau symudol heb unrhyw gost ychwanegol. Mae bod yn gyfarwydd â nodweddion hygyrchedd, a sut i'w haddasu, yn bwysig er mwyn helpu rhywun i ddefnyddio dyfais am y tro cyntaf. Mae nifer o nodweddion hygyrchedd ar gael ar wahanol ddyfeisiau.

Mae gan AbilityNet ganllawiau defnyddiol ar hygyrchedd ar gyfer dyfeisiau digidol: **https://bit.ly/3TJFGo7**

Darperir canllawiau ar-lein ar gyfer dyfeisiau gwahanol. Gallwch ddod o hyd i gefnogaeth dyfais benodol trwy ddefnyddio peiriant chwilio i chwilio am eiriau allweddol fel model eich dyfais a hygyrchedd.

- Canllawiau hygyrchedd Android: **https://bit.ly/4gywkWl**
- Canllawiau hygyrchedd Apple: **https://bit.ly/4eEALgw**
- Canllawiau hygyrchedd Windows: **https://bit.ly/4iu3HJN**
- Canllawiau hygyrchedd Chromebook: **https://bit.ly/4ku4z3e**

Cymorth Cyflym

Mae gan lawer o borwyr gwe opsiynau estyn sy'n caniatáu cyfieithu testun i wahanol ieithoedd. Gellir defnyddio hwn ar bron unrhyw wefan.

Diogelwch Ar-lein

Mae nodweddion diogelwch ar-lein yn rhan hanfodol o wasanaethau, apiau a gwefannau ar-lein. Mae hyn yn cynnwys creu cyfrif diogel gyda cyfrinair diogel a dilysiad 2-ffactor. Mae'r gwahanol elfennau diogelwch hyn yn bwysig, ond gallant fod yn ormod i ddefnyddwyr rhyngrwyd newydd neu heb hyder. Defnyddiwch cyfleoedd dysgu presennol i gefnogi datblygiad y sgiliau hyn:

Mae **Learn My Way** yn wefan a grëwyd gan y Good Things Foundation sy'n darparu cyrsiau dysgu byr am ddim i'ch helpu i ddatblygu eich sgiliau digidol. Mae ganddyn nhw bynciau diogelwch ar-lein bach sy'n addas ar gyfer dechreuwyr sydd â sgiliau digidol isel neu ddim o gwbl: **https://www.wales.learnmyway.com**

SGANIWCH FI

SGANIWCH FI

Mae **Get Safe Online** yn dudalen we cyngor diogelwch ar-lein ddefnyddiol a gymeradwyir gan lawer o sefydliadau sy'n ymwneud ag atal seiberdroseddu: **https://bit.ly/4422E03**

Creu **cyfrinair diogel**. Rydym yn defnyddio'r rheol cyfrinair 3 gair i gyfuno 3 gair digyswllt i gyfrinair cryf. Profwch ef drosoch eich hun gan ddefnyddio'r offeryn gwirio cyfrinair hwn: **https://bit.ly/3wPHgdp**

SGANIWCH FI

Defnyddio peiriannau chwilio

Mae defnyddio peiriant chwilio yn drosglwyddadwy i nifer o sgiliau digidol gwahanol. Er enghraifft, efallai y bydd angen i chi chwilio am apiau ar eich tabled, neu ddefnyddio allweddair ar wefan benodol. Yn aml, fydd pobl yn defnyddio opsiynau poblogaidd fel Google neu Bing. Mae peiriant chwilio yn eich galluogi ichi:

- Adnabod gwahanol wefannau;
- Datrys problemau;
- Cael cyfarwyddiadau a gwybodaeth gwasanaeth.

Yn aml, mae chwilio am hobïau, diddordebau a gemau yn opsiynau cychwyn defnyddiol i ddod o hyd i ysbrydoliaeth ar gyfer dysgu defnyddio peiriannau chwilio am y tro cyntaf. Gallech ofyn i ble mae rhywun wedi bod, neu ble hoffai fynd, yn y byd, a gallai peiriant chwilio adnabod gwefannau, fideos a delweddau.

Llenwi ffurflenni

Mae nifer o apiau, gwefannau a gwasanaethau yn gofyn i chi gofrestru ar eu cyfer gan ddefnyddio ffurflen ar-lein. Datblygwch hyder i wneud hyn trwy ddefnyddio gweffurf ymarfer ar gyfer dysgwyr: **https://bit.ly/3v3WcTB**

SGANIWCH FI

Cymorth Cyflym

Ar lawer o ddyfeisiau Android neu Apple, yn lle arbed gwefan i'ch nodau tudalen, gallwch ddewis ei **hychwanegu at eich sgrin gartref**. Mae hyn yn arbed y dudalen we yn union fel ap ar eich dyfais, sy'n golygu ei bod hi'n llawer haws llywio iddi!

Defnyddio rhwydweithiau cymorth presennol

Mae ein canllaw yn darparu rhai mannau cychwyn defnyddiol ar gyfer siarad am sgiliau digidol trosglwyddadwy. Mae hyd yn oed dim ond ysbrydoli rhywun i gymryd diddordeb mewn defnyddio dyfeisiau digidol yn amlach yn ddechrau gwych.

Mae nifer o rwydweithiau cymorth ar gael y gallwch eu defnyddio i ymgorffori cynhwysiant digidol yn yr hir dymor. Gyda'n gilydd, gallwn wneud newid cynaliadwy a chynyddu cynhwysiant digidol.

Beth nesaf?

I ddysgu mwy am ein cefnogaeth, cysylltwch â ni:

digitalcommunities.gov.wales/cy/cysylltu-a-ni/

0300 111 5050

Hefyd ar:

Mae Cymunedau Digidol Cymru: Hyder Digidol, Iechyd a Llesiant yn rhaglen gan Lywodraeth Cymru a ddarperir gan Cwmpas. Mae Cwmpas, a elwid gynt yn Ganolfan Cydweithredol Cymru, yn gymdeithas gofrestredig o dan Ddeddf Cymdeithasau Cydweithredol a Chymdeithasau Budd Cymunedol 2014, rhif 24287 R.