
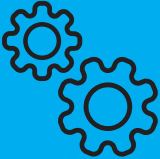











Uned 1 Diogelwch a Diogeledd							
DD	MPA	Gwybodaeth wael		Gwybodaeth dda		Gwybodaeth wych	
DD1 Gwybod beth yw gofynion cyfreithiol iechyd a diogelwch ar gyfer gweithio yn y diwydiant adeiladu	MPA1.1 Cyfrifoldebau a deddfwriaeth diogelwch	MPA1.1	<input type="checkbox"/>	MPA1.1	<input type="checkbox"/>	MPA1.1	<input type="checkbox"/>
	MPA1.2 Arwyddion	MPA1.2	<input type="checkbox"/>	MPA1.2	<input type="checkbox"/>	MPA1.2	<input type="checkbox"/>
	MPA1.3 Diffoddwyr tân	MPA1.3	<input type="checkbox"/>	MPA1.3	<input type="checkbox"/>	MPA1.3	<input type="checkbox"/>
	MPA1.4 Rôl yr HSE	MPA1.4	<input type="checkbox"/>	MPA1.4	<input type="checkbox"/>	MPA1.4	<input type="checkbox"/>
DD2 Deall y risgiau i iechyd a diogelwch mewn gwahanol sefyllfaoedd	MPA2.1 Peryglon	MPA2.1	<input type="checkbox"/>	MPA2.1	<input type="checkbox"/>	MPA2.1	<input type="checkbox"/>
	MPA2.2 Effeithiau	MPA2.2	<input type="checkbox"/>	MPA2.2	<input type="checkbox"/>	MPA2.2	<input type="checkbox"/>
	MPA2.3 Risgiau	MPA2.3	<input type="checkbox"/>	MPA2.3	<input type="checkbox"/>	MPA2.3	<input type="checkbox"/>
DD3 Deall sut i leihau'r risgiau i iechyd a diogelwch	MPA3.1 Mesurau rheoli	MPA3.1	<input type="checkbox"/>	MPA3.1	<input type="checkbox"/>	MPA3.1	<input type="checkbox"/>
	MPA3.2 Sefyllfaoedd	MPA3.2	<input type="checkbox"/>	MPA3.2	<input type="checkbox"/>	MPA3.2	<input type="checkbox"/>
DD4 Gwybod sut y caiff risgiau i ddiogeledd eu lleihau ym maes adeiladu	MPA4.1 Diogeledd	MPA4.1	<input type="checkbox"/>	MPA4.1	<input type="checkbox"/>	MPA4.1	<input type="checkbox"/>
	MPA4.2 Mesurau	MPA4.2	<input type="checkbox"/>	MPA4.2	<input type="checkbox"/>	MPA4.2	<input type="checkbox"/>
Uned 2 Sgilliau adeiladu Ymarferol							
DD	MPA	Gwybodaeth wael		Gwybodaeth dda		Gwybodaeth wych	
DD1 Gallu dehongli gwybodaeth dechnegol	MPA1.1 Dehongli ffynonellau	MPA1.1	<input type="checkbox"/>	MPA1.1	<input type="checkbox"/>	MPA1.1	<input type="checkbox"/>
	MPA1.2 Ffynonellau	MPA1.2	<input type="checkbox"/>	MPA1.2	<input type="checkbox"/>	MPA1.2	<input type="checkbox"/>
DD2 Gwybod beth yw gofynion paratoi tasgau adeiladu	MPA2.1 Adnoddau	MPA2.1	<input type="checkbox"/>	MPA2.1	<input type="checkbox"/>	MPA2.1	<input type="checkbox"/>
	MPA2.2 Cyfrifo	MPA2.2	<input type="checkbox"/>	MPA2.2	<input type="checkbox"/>	MPA2.2	<input type="checkbox"/>
	MPA2.3 Meini prawf llwyddiant	MPA2.3	<input type="checkbox"/>	MPA2.3	<input type="checkbox"/>	MPA2.3	<input type="checkbox"/>
	MPA2.4 Paratoi	MPA2.4	<input type="checkbox"/>	MPA2.4	<input type="checkbox"/>	MPA2.4	<input type="checkbox"/>
DD3 Gallu defnyddio prosesau adeiladu i gwblhau tasgau adeiladu	MPA3.1 Technegau	MPA3.1	<input type="checkbox"/>	MPA3.1	<input type="checkbox"/>	MPA3.1	<input type="checkbox"/>
	MPA3.2 Iechyd a diogelwch	MPA3.2	<input type="checkbox"/>	MPA3.2	<input type="checkbox"/>	MPA3.2	<input type="checkbox"/>
	MPA3.3 Gwerthuso	MPA3.3	<input type="checkbox"/>	MPA3.3	<input type="checkbox"/>	MPA3.3	<input type="checkbox"/>
Uned 3 Cynllunio Projectau Adeiladu							
DD	MPA	Gwybodaeth wael		Gwybodaeth dda		Gwybodaeth wych	
DD1 Gwybod pa rolau sydd ynghlwm wrth gyflawni projectau adeiladu a'r amgylchedd adeiledig	MPA1.1 Pwy sydd ynghlwm	MPA1.1	<input type="checkbox"/>	MPA1.1	<input type="checkbox"/>	MPA1.1	<input type="checkbox"/>
	MPA1.2 Pwy sydd ynghlwm	MPA1.2	<input type="checkbox"/>	MPA1.2	<input type="checkbox"/>	MPA1.2	<input type="checkbox"/>
	MPA1.3 Pwy sydd ynghlwm	MPA1.3	<input type="checkbox"/>	MPA1.3	<input type="checkbox"/>	MPA1.3	<input type="checkbox"/>
DD2 Deall sut y cyflawnir projectau datblygu'r amgylchedd adeiledig	MPA2.1 Prosesau	MPA2.1	<input type="checkbox"/>	MPA2.1	<input type="checkbox"/>	MPA2.1	<input type="checkbox"/>
	MPA2.2 Adnoddau	MPA2.2	<input type="checkbox"/>	MPA2.2	<input type="checkbox"/>	MPA2.2	<input type="checkbox"/>
	MPA2.3 Ffactorau	MPA2.3	<input type="checkbox"/>	MPA2.3	<input type="checkbox"/>	MPA2.3	<input type="checkbox"/>
	MPA2.4 Ffynonellau	MPA2.4	<input type="checkbox"/>	MPA2.4	<input type="checkbox"/>	MPA2.4	<input type="checkbox"/>
DD3 Gallu cynllunio projectau datblygu amgylchedd adeiledig	MPA3.1 Prosesau	MPA3.1	<input type="checkbox"/>	MPA3.1	<input type="checkbox"/>	MPA3.1	<input type="checkbox"/>
	MPA3.2 Prosesau	MPA3.2	<input type="checkbox"/>	MPA3.2	<input type="checkbox"/>	MPA3.2	<input type="checkbox"/>
	MPA3.3 Adnoddau	MPA3.3	<input type="checkbox"/>	MPA3.3	<input type="checkbox"/>	MPA3.3	<input type="checkbox"/>
	MPA3.4 Goddefiannau	MPA3.4	<input type="checkbox"/>	MPA3.4	<input type="checkbox"/>	MPA3.4	<input type="checkbox"/>

Risg diogeledd	£ 	Cynhyrchu 	Eiddo 	Data 
Contractau				
Llythyrau a negeseuon e-bost				
Manylebau a lluniadau				
Mynediad at wefannau storio data ac amgylcheddau data cyffredin (BIM)				
Gwybodaeth am randdeiliaid (cleentiaid, dylunwyr, is-gontractwyr, gweithwyr, cyflenwyr a chwsmeriaid)				
Eiddo deallusol fel cysyniadau, dyluniadau a llenyddiaeth				

Teitl y ddalen wirio:					Darllenwch y ddalen hon gyda: 1 Datganiadau o ddull			
Project:					2 Asesiadau risg			
Dyddiad:					3 Dalennau COSHH			
					4 Dogfennau eraill			
Adran 1. Cyfarpar diogelu personol (PPE)								
Het galed	Esgidiau diogelwch	Menig	Sbectol ddiogelwch	Dillad uchaf	Amddiffynwyr clustiau	Mwgwd llwch	Dillad llachar	Unrhyw ofynion eraill o ran PPE
Adran 2. Cyfarpar mynediad (gan gynnwys amddiffyniad ymyl flaen a byrddau blaenau traed) ac amddiffyniad dros dro								
Sgaffaldiau	Podiymau	Tyrau mynediad	Ysgolion bach	Ysgolion (angen trwydded)	Lenni llwch	Sugnrwr llwch	Ewyn amddiffyn corneli	Unrhyw fathau eraill o amddiffyniad sydd eu hangen
Adran 3. Diogeled, gwasanaethau presennol a chyfleustodau								
Allweddi neu godau sydd eu hangen	Oriau gwaith 	Oriau mynediad	Goleuo ar gyfer lles ac i gyflawni tasgau	Manylion cyswllt mewn argyfwng	Lleoliadau gwasanaethau presennol	Lleoliad dŵr	Lleoliad pŵer 110V	Unrhyw fesurau eraill sydd eu hangen
Adran 4. Gofynion offer								
4a. Mesur a marcio								
Pensiliau a marcwyr	Tâp mesur/riwliau	Plymen	Lefel wirod	Llinell sialc	Sgrifell	Llinell llinyn	Nodiadur	Arall
4b. Offer llaw								
Tyrnsgriwiau ac allweddi hecs	Llawlfiau a llafnau	Morthwylion crafanc a gyrdd	Sbaneri, socedi a thyndroeon	Cyllyll a gefeiliau	Cynion pren a bolster	Gynnau styffylau, gynnau hoelion a rhybedwyr	Ffeiliau, plaenau a rathellau	Clampiau
Torwyr bolltau a snipiau	Tortshys a fflacholeuadau	Trywelion	Fflotiau	Hawgiau	Torrwr teils ceramig	Brwshys, potiau a glanhawyr	Offer llaw eraill	
Adran 5. Dogfennau								
Rhaglen	Dilyniant gwaith 	Manylebau 	Lluniadau cymeradwy 	Rheoliadau adeiladu'n berthnasol? 	Angen briff dylunio? 	Angen archwiliad gan drydydd partion?	Arall? (Ydych chi wedi cytuno ar seilnod neu fan cychwyn neu gyfathrebu llafar?) 	
Adran 6. Defnyddiau, adlynon, selwyr a gosodiadau								
Tecstilau	Pren	Brics	Morter	Plastr	Addurniad	Teils		
Trydanol	Plymwaith	Sgiliau treftadaeth		Mathau eraill o ddefnyddiau neu osodiadau sydd eu hangen				
Nodyn am feintiau:								
Adran 7. Storio								
Dyddiadau dechrau a gorffen	Wedi'i orchuddio	Diogel	Wedi'i arwahanu	Dwrglos ac amddiffyniad rhag rhew (angen thermomedr?)		Hylogsg?	Aml-haen neu sengl?	

Fformiwlâu arwynebedd

Petryal
 $Arwynebedd = l \times h$

Paralelogram
 $Arwynebedd = l \times h$

Trapeciwm
 $Arwynebedd = \frac{1}{2} h \times (a + b)$

Triongl
 $Arwynebedd = \frac{1}{2} l \times h$

Cylch
 $Arwynebedd = \pi r^2$

Allwedd
 $\pi = 3.14$

Fformiwlâu cyfaint

Ciwb/ciwboid
 $Cyfaint = l \times w \times h$

Silindr
 $Cyfaint = \pi r^2 \times h$

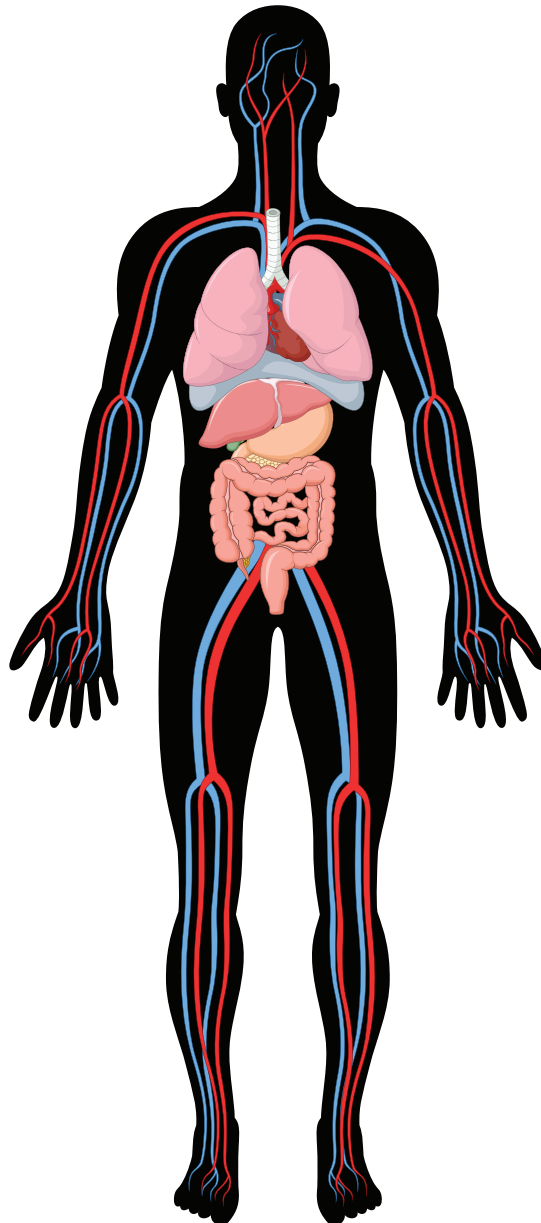
Côn
 $Cyfaint = \frac{1}{3} \pi r^2 \times h$

Pyramid
 $Cyfaint = \frac{1}{3} l \times w \times h$

Allwedd
 $\pi = 3.14$













CYMHWYSO / Gan ddefnyddio'r rhestr isod, nodwch pa ran o'r corff mae'r clefyd/anhwylder diwydiannol cysylltiedig, sy'n cael ei achosi wrth weithio yn y diwydiant adeiladu, yn effeithio arni.

- 1 Asthma
- 2 Broncitis neu emffysema cronig – neu glefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD)
- 3 Byddardod
- 4 Dermatitis
- 5 Niwmoconiosis (gan gynnwys silicosis ac asbestosis)
- 6 Osteoarthritis ym mhengliniau glwyr
- 7 Clefyd rhagnodedig A11 (yr hen enw ar hwn oedd cyflwr y bysedd gwyn)
- 8 Mesothelioma a chlefydau eraill cysylltiedig ag asbestos
- 9 Anhwylderau cyhyrsgerbydol
- 10 Twll yn y cornbilen



Dalen Sicrhau Ansawdd Benodol i'r Safle Lleoliad

Dyddiad / /

	 Lleoliad ar y cynllun (gweler y cynllun dros y dudalen hefyd os nad yw wedi'i ddangos yma):	
1	 RAMS ar waith?	Ystyriwch ydy hyn yn broblem i'r gwaith hwn neu i waith arall sy'n digwydd. Gwnewch yn siŵr nad oes perygl wrth i chi weithio.
2	 Safle/cyfeiriadaeth ar y grid	Ystyriwch y berthynas â'ch gwaith o ran mesur a marcio.
3	 Llinell	Ystyriwch sut mae llinell yr elfen hon yn effeithio ar linellau arfaethedig eraill. Ystyriwch effeithiau ar dorri neu ar ddimensiynau modiwlaid defnyddiau eraill.
4	 Lefel	Ystyriwch sut mae lefel yr elfen hon yn effeithio ar lefelau cyfagos arfaethedig. Ystyriwch yr effaith ar waith cyfagos arall.
5	 Ardystio a phrofi	Ystyriwch a oes angen tynnu llun o'ch gwaith neu iddo gael ei gadarnhau.
6	 Cyflawni a dulliau	Oes cytundeb ynglŷn â'r dull? Set sgiliau gywir wedi'i defnyddio? Ardal sensitif?
7	 Cydymffurfio â manylion adeiladu	Ydy'r manylion wedi'u dilyn neu ydy'r tîm wedi cytuno ar ddatrysiadau eraill posibl?
8	 Glendid a diogelu	Oes modd ei lanhau nawr? Ydy'r lefel glendid yn dderbyniol? A allai fod yn well? Sgipiau wedi'u gorchuddio? Perimedr yn lân? Oes angen diogelu?
9	 Diogelu'r cyhoedd, llithro, baglu a chwympo yn y gwaith	Oes modd lleihau'r cwmplas fel bod rampiau'n llai o broblem? Ydy'r defnydd i'w wneud yn iawn wedi cael ei archebu? Oes angen defnydd arall ar y safle, a/neu lanhau'n barod am argyfyngau?
10	 Amseroldeb	Digon o ddefnyddiau, adnoddau a pherchenogaeth gan randdeiliaid?
11	 Cyfnodau nesaf	Ystyried goblygiadau i'r cyfnodau nesaf? Oes dilyniant gwell ar gael? Oes angen i chi roi gwybod am anomaleddu (afreoleidd-dra neu anghysondeb) i fyny'r llinell?

Rhestrwch yr agweddau gorau ar eich gwaith yn erbyn y meini prawf llwyddiant:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Rhestrwch dair agwedd ar eich gwaith gallwch chi eu gwella:

- 1
- 2
- 3

Eich casgliad:

Dalen gwirio cydymffurfio ar gyfer tasgau

- **Iechyd a diogelwch:** Ydych chi a'r bobl agosaf atoch chi'n **gweithio'n ddiogel** (eich blaenoriaeth bennaf)?
- **Gwybodaeth dechnegol:** **Dehongli'n gywir** data a gwybodaeth o **fwy nag un** ffynhonnell neu fath.
- Cynllunio'r **dilyniant** gwaith gan ddefnyddio amserlenni rhesymegol.
- **Nodi ac enwi**, yn gywir, yr adnoddau sydd eu hangen ar gyfer y dasg.
- **Cyfrifo a chofnodi**, yn gywir, yr holl ddefnyddiau sydd eu hangen ar gyfer y dasg (defnyddio confensiynau safonol).
- **Briff:** Gwneud yn siŵr bod y meini prawf llwyddiant wedi'u cofnodi ar y dudalen flaenorol a bod yr **agweddau gorau** ar eich gwaith yn cyfateb i hyn.
- Cwblhau eich **tasgau paratoi mewn trefn resymegol ac** effeithiol.
- Cwblhau **eich tasg yn annibynnol**.
- Defnyddio **amrywiaeth** o **dechnegau** yn effeithiol i gwblhau eich tasg.
- Mae **goddefiannau** y gwaith yn cydymffurfio (**ydych chi'n fodlon ag ansawdd** y dasg wedi'i chwblhau?).
- Archwiliad terfynol i wneud yn siŵr bod ansawdd y gwaith yn cydymffurfio â:
 - 1 Meini prawf llwyddiant (goddefiannau, amserlenni, dethol, ansawdd, sut mae da yn edrych)
 - 2 Manyleb
 - 3 EICH DYFARNIAD CHI.

Nodiadau ychwanegol (os oes angen)

Braslun (os oes angen)