



## Cyfres Arholiadau : #3 Tips adolygu

### Cynghorion gan fyfyrwyr i fyfyrwyr

Mae cymaint o gynnwys ar gael ar y we sy'n cynnig cynghorion a tips ar sut i adolygu - allith y cyfan fod yn ddrwslyd, ac ategu at y teimladau o bryder wrth geisio ffeindio'ch ffordd drwy'r cynnwys a chael trefn ar eich adolygu. Felly rydym wedi casglu ychydig o gynghorion rydym wedi ei dderbyn yn ddiweddar gan fyfyrwyr, a'u crynhoi isod.

'Dwi'n dueddol o adolygu mewn 'intervals' o 20 munud gyda 5 munud o brêc, gan godi a symud o gwmpas yn ystod y brêc. Hefyd 'dwi'n gwrandao ar gerddoriaeth clasurol tra'n adolygu er mwyn tawelu'r meddwl, a chanolbwyntio yn llwyr ar y gwaith.'

**Beca, Prifysgol Bangor**



'Rydw i'n hoff iawn o ddefnyddio cyn bapurau wrth adolygu. Wrth ddefnyddio rhein, deallaf ba fath o gwestiynau sy'n cael eu gofyn, a sut maent yn cael eu geirio. Yn ogystal, rydw i'n gallu ymarfer o dan amodau arholiad, er mwyn ymarfer pa mor hir dylswn dreulio ar bob cwestiwn, er mwyn sicrhau fy mod i'n gorffen mewn amser.'

**Catty, Prifysgol Bangor**

"I mi mae adolygu yn rhywbeth diflas iawn, felly pryd 'dwi'n neu nodiadau, mae nhw'n lliwgar iawn. Mae 'flashcards' hefyd yn y ffordd gorau 'dwi 'di sylwi i adolygu pehrwydd gallai grynhai popeth 'dwi angen.'

**Sadie, Prifysgol Aberystwyth**

'Mae'n gallu bod mor anodd ffeindio'r cymhelliant i adolygu. 'Dwi'n ffeindio bod cadw rwtin yn helpu, a gwneud gwaith gydag egwylliau aml yn hanfodol. Bydd yn garedig i'ch hunain!'

**Bronwen, Prifysgol Caerdydd**

'Peidiwch roi gormod o bwysau ar eich hunain i gyflawni gormod mewn diwrnod. Gwnewch restr o'r hyn sydd angen i chi neud ond cofiwch roi amser rhydd i ymlacio a newyd y pethau chi'n mwynhau!'

**Lowri, Prifysgol Bangor**

### Rhai cynghorion eraill

- Creu map meddwl er mwyn cofio pwyntiau / ffeithiau pwysig
- Creu posteri er mwyn cael gwybodaeth am bwnc penodol ar un dudalen
- Paid bod ofn gofyn am help gan ffrind / deulu eich profi