

## Trawsgrifiad Canllaw Astudio



### Gwanwyn 2025

*Darparwyd y trawsgrifiad canllaw astudio hwn i gefnogi dysgwyr i ddilyn cwrs **Theori Gyrwyr Way2Learn LGV**.*

*Er bod y canllaw yn adnodd defnyddiol, rydym yn argymhell yn gryf bod dysgwyr yn gwylio episodau'r cwrs ar **sianel Way2Learn** neu drwy'r **gwasanaeth Fideo ar Alw** i gael dealltwriaeth lawn cyn cwblhau'r llyfr atebion.*

*Er hwylustod i chi, rhestrir amseroedd penodau ar **dudalen 4 y llyfr ateb**, o fewn **prospectws Way2Learn** yn eich llyfrgell, ac yn y **canllaw cipolwg cyflym**.*

## Pennod 1: Cyflwyniad i Theori LGV

---



### Cyflwyniad

Y modiwl Cyflwyniad i Theori LGV yw sylfaen eich taith ddysgu tuag at ddod yn yrrwr proffesiynol Cerbydau Nwyddau Mawr (LGV). Mae'n cwmpasu'r gofynion allweddol ar gyfer cael trwydded LGV, y camau sy'n ymwneud â chymhwyso fel gyrrwr, cyfrifoldebau cyfreithiol, a gwybodaeth hanfodol fel canfyddiad peryglon a rheoliadau oriau gyrwyr.

Mae deall y wybodaeth hon yn hanfodol gan ei bod yn sail i'r prawf theori ac yn eich paratoi ar gyfer amodau gyrru yn y byd go iawn. Mae'r galw am yrrwyr LGV yn uchel, gan gynnig sicrwydd swydd, cyflogau da, ac amgylchedd gwaith deinamig. Erbyn diwedd y modiwl hwn, bydd gennych afael gref ar drwyddedu LGV, gofynion meddygol, a phwysigrwydd diogelwch gyrwyr.

---

## Deall Trwyddedu LGV

Yn hanesyddol, defnyddiwyd y term HGV (Cerbyd Nwyddau Trwm) i ddisgrifio lorïau, ond heddiw, y term cywir yw LGV (Cerbyd Nwyddau Mawr).

Mae dau brif fath o drwyddedau LGV:

- LGV Categori C - Yn caniatáu i yrwyr weithredu cerbyd corff anhyblyg sy'n pwysu hyd at 32 tonn.
- LGV Categori C + E - Yn caniatáu i yrwyr weithredu cerbyd anhyblyg neu gymalog hyd at 44 tonn.

I yrru LGV yn gyfreithiol, rhaid i chi gael y drwydded briodol trwy gwblhau proses strwythuredig sy'n cynnwys hyfforddiant, arholiadau theori, ac asesiadau ymarferol.

---

## Y camau i ddod yn yrrwr LGV

Mae dod yn yrrwr LGV cymwys yn cynnwys pedwar cam allweddol:

### 1. Archwiliad Meddygol (D4 Ffurflen Feddygol)

- Sicrhau bod gyrwyr yn gorfforol ffit i weithredu cerbydau mawr.
- Yn cynnwys prawf llygaid, prawf pwysedd gwaed, ac adolygiad o hanes meddygol.

### 2. Prawf Theori a Chanfyddiad Perygl

- Yn debyg i brawf theori gyrru safonol y DU ond yn canolbwyntio ar LGVs.
- Mae'n cynnwys cwestiynau aml-ddewis a phrawf adnabod peryglon.

### 3. Prawf Astudiaethau Achos (CPC Rhan 2)

- Asesu dealltwriaeth o senarios gyrru yn y byd go iawn.
- Mae'n cynnwys rheoliadau, gweithdrefnau diogelwch ac arferion gorau.

### 4. Prawf Gyrru ac Arddangos Ymarferol

- Yn cynnwys gyrru ar y ffordd a gwiriadau diogelwch cerbydau.
- Mae ymgeiswyr llwyddiannus yn derbyn Tystysgrif Cymhwysedd Proffesiynol (CPC).

Mae angen y CPC yn gyfreithiol ar gyfer pob gyrrwr LGV a rhaid ei adnewyddu o bryd i'w gilydd trwy hyfforddiant ychwanegol.



### Gofynion Meddygol ar gyfer Gyrwyr LGV

Er mwyn sicrhau diogelwch ar y ffyrdd, rhaid i yrwyr LGV fodloni safonau iechyd penodol. Gall rhai cyflyrau meddygol anghymhwysu person rhag meddu ar drwydded LGV, gan gynnwys:

- **Epilepsi** – Gall trawiadau afreolus achosi colli rheolaeth wrth yrru.
- **Nam difrifol ar y golwg** – Gall golwg gwael gyfyngu ar ymwybyddiaeth o beryglon.
- **Clefyd y galon** – Gall cyflyrau fel arrhythmias arwain at blacowtiaid sydyn.
- **Diabetes sy'n ddibynol ar inswlin** – Rhaid ei reoli a'i adrodd i'r DVLA i'w gymeradwyo.
- **Cyflyrau iechyd meddwl difrifol** – Gall rhai anhwylderau seiciatrig amharu ar y broses o wneud penderfyniadau.

Mae angen Archwiliad Meddygol D4 cyn gwneud cais am drwydded LGV a rhaid ei adnewyddu bob pum mlynedd (neu bob blwyddyn ar gyfer gyrwyr dros 65 oed).

---

### Oriau Gyrwyr a Chyfnodau Gorffwys

Blinder yw un o'r risgiau mwyaf i yrwyr LGV, gan wneud rheoliadau oriau gyrwyr yn hanfodol ar gyfer diogelwch ar y ffyrdd. Mae achosion o gerbydau sy'n gysylltiedig â chwsgr (SRVIs) yn cyfrif am 40% o'r holl ddamweiniau cerbydau masnachol, gyda gyrwyr iau mewn perygl arbennig.

#### Rheolau Oriau Gyrru Allweddol

- **Uchafswm amser gyrru:**
  - 9 awr y dydd (gellir ei ymestyn i 10 awr ddwywaith yr wythnos).
  - 56 awr yr wythnos, ond dim mwy na 90 awr dros bythefnos yn olynol.
- **Gwyliau:**
  - Ar ôl 4.5 awr o yrru, rhaid i yrrwr gymryd egwyl o 45 munud.
  - Gellir rhannu'r 45 munud yn ddwy egwyl (15 munud + 30 munud).
- **Cyfnodau gorffwys:**
  - Rhaid i orffwys dyddiol fod o leiaf 11 awr, ond gellir lleihau hyn i 9 awr heb fod yn fwy na thair gwaith yr wythnos.
  - Rhaid i orffwys wythnosol fod o leiaf 45 awr ond gellir ei leihau i 24 awr o dan amodau penodol.

Gall methu â chydymffurfio â'r rheolau hyn arwain at ddirwyon, atal trwyddedau, neu hyd yn oed garcharu mewn achosion difrifol.

---

## Cyflwyniad i Ganfyddiad Perygl

Perygl yw unrhyw beth a allai achosi gyrrwr i newid cyflymder neu gyfeiriad. Mae peryglon yn perthyn i dri chategori:

- **Peryglon goddefol** – Ychydig neu ddim ymateb sydd ei angen (e.e., arwyddion ffyrdd).
- **Peryglon posibl** – Efallai y bydd angen gweithredu (ee, ceir wedi'u parcio a allai symud).
- **Peryglon gweithredol** – Angen gweithredu ar unwaith (e.e., cerddwr yn camu i'r ffordd).

Mewn profion canfod peryglon, rhaid i chi nodi'n gyflym beryglon posibl a gweithredol cyn iddynt ddatblygu'n sefyllfaoedd peryglus.

## Enghraifft o senario canfyddiad perygl

Dychmygwch yrru ar hyd ffordd wledig. Ti'n gweld:

1. Rhybudd ffordd o fynedfa gudd (Perygl Goddefol).
2. Mae fan parcio yn rhwystro'r olygfa yn rhannol (Perygl Posibl).
3. Cerddwr yn agosáu at groesfan (Perygl Posibl).
4. Beiciwr yn symud i mewn i'ch lân (Perygl Posibl).
5. Mae car yn sydyn yn tynnu allan o ffordd ochr, gan eich gorfodi i brêc (Perygl Gweithredol).

Mae adnabod peryglon yn gynnar yn caniatáu i yrrwyr addasu eu cyflymder, eu safle neu baratoi i stopio, gan wella diogelwch ar y ffyrdd yn gyffredinol.

---

## Ymestyn a Her

Er mwyn dyfnhau eich dealltwriaeth, ystyriwch y senarios hyn yn y byd go iawn:

- Senario 1:** Rydych chi'n gyrru LGV wedi'i lwytho'n llawn ar draffordd pan fydd car o'i flaen yn brecio'n sydyn.
  - Sut fyddai eich pellter stopio yn cymharu â cherbyd llai?
  - Pa ffactorau (tywydd, pwysau llwyth, amodau ffordd) allai effeithio ar eich gallu i stopio'n ddiogel?
- Senario 2:** Rydych chi'n agosáu at ddiwedd eich terfyn gyrru 4.5 awr, ond mae'r arhosfan gorffwys nesaf 10 milltir i ffwrdd.
  - Beth ddylech chi ei wneud?
  - Sut y gallai cynllunio gwael effeithio ar eich cydymffurfiaeth â rheoliadau oriau gyrwyr?
- Senario 3:** Rydych chi'n methu'ch arholiad meddygol oherwydd pwysedd gwaed uchel.
  - Pa gamau y gallech eu cymryd i ddod yn gymwys i gael trwydded LGV?
  - Pam ydych chi'n credu bod safonau meddygol ar gyfer gyrwyr LGV yn llymach nag ar gyfer gyrwyr ceir?

---

## Crynodeb

Cyflwynodd y bennod hon ofynion sylfaenol gyrru LGV, gan gwmpasu trwyddedu, ffitrwydd meddygol, oriau gyrru, a chanfyddiad peryglon. Mae tecawê allweddol yn cynnwys:

- Trwyddedau LGV: Categori C (anhyblyg) a Categori C + E (datganedig).
- Camau i Gymhwyso: Profion meddygol, theori, achos, ac ymarferol sy'n arwain at CPC.
- Ffitrwydd Meddygol: Gall cyflyrau fel epilepsi, nam difrifol ar y golwg, a chlefyd y galon anghymhwyso gyrrwr.
- Oriau a seibiannau Gyrwyr: uchafswm 9 awr y dydd, 4.5 awr cyn egwyl 45 munud, a gofynion gorffwys wythnosol.
- Canfyddiad Peryglon: Gall peryglon fod yn oddefol, potensial neu'n weithredol, gan ofyn am lefelau gwahanol o ymateb i yrwyr.

Bydd deall y pynciau craidd hyn yn eich paratoi ar gyfer prawf theori LGV ac yn eich helpu i ddatblygu arferion gyrru diogel, cyfrifol.

Yn y bennod nesaf, byddwn yn archwilio gwybodaeth cerbydau LGV, gan gynnwys tacograffau, gwiriadau cerbydau, a diogelwch mecanyddol.

## Pennod 2: Adnabod Eich Cerbyd

---



### Cyflwyniad

Deall eich cerbyd yw un o'r agweddau pwysicaf ar ddod yn yrrwr LGV. Er bod llawer o'r bennod gyntaf yn canolbwyntio ar drwyddedu a'r llwybr i ddod yn gymwys, mae'r bennod hon yn cyflwyno'r wybodaeth ymarferol sydd ei hangen i weithredu LGV yn ddiogel. Mae'r meysydd allweddol dan sylw yn cynnwys tacograffau, oriau gyrwyr, gwiriadau diogelwch cerbydau, a materion mecanyddol cyffredin a all arwain at ddadansoddiadau neu ddamweiniau.

Rhaid i yrrwr LGV proffesiynol bob amser fod yn ymwybodol o'u cyfrifoldebau cyfreithiol o ran oriau gyrru a chynnal a chadw cerbydau. Gallai methiant yn y naill neu'r llall o'r ardaloedd hyn arwain at ganlyniadau difrifol, gan gynnwys dirwyon, colli trwydded, neu, mewn achosion eithafol, damweiniau sy'n peryglu bywydau. Mae sicrhau bod eich cerbyd yn addas i'r ffordd a'ch bod yn ffit i yrru yn hanfodol er mwyn cadw eich hun a defnyddwyr eraill y ffordd yn ddiogel.

---



## Tachograph ac Orlau Gyrru Cyfreithiol

Mae'r tacograff yn offeryn hanfodol ar gyfer monitro a gorfodi rheoliadau oriau gyrrwyr. Wedi'i gynllunio i atal blinder gyrrwyr, mae'n cofnodi amser gyrru, cyfnodau gorffwys, a gweithgareddau gwaith eraill. Mae dau fath o tacograffau yn cael eu defnyddio:

- Tacograffau analog, sy'n defnyddio siart bapur i gofnodi amser gyrru â llaw.
- Tacograffau digidol, sy'n storio data electronig ar gerdyn gyrrwr a gyhoeddwyd gan y DVLA.

Mae'n ofynnol yn gyfreithiol i bob gyrrwr LGV ddefnyddio tacograff wrth yrru cerbydau sy'n dod o dan reolau oriau gyrrwyr yr UE. Mae'n drosedd ymyrryd â neu gamddefnyddio un, ac mae cosbau am fethu â chydymffurfio yn cynnwys dirwyon ac atal trwyddedau.

Mae tacograffau yn defnyddio cyfres o symbolau i ddynodi gwahanol weithgareddau. Mae symbol olwyn llywio yn cofnodi amser gyrru, morthwylion croes yn dangos gwaith arall fel llwytho a dadlwytho, mae symbol gwely yn cynrychioli cyfnodau gorffwys, ac mae blwch gyda llinell drwyddo yn dangos pryd mae gyrrwr ar gael ar gyfer gwaith ond heb ymgysylltu'n weithredol. Mae deall y symbolau hyn yn hanfodol, oherwydd gall defnydd anghywir neu fethiant i gofnodi gweithgareddau yn iawn arwain at gosbau.

Mae rheoliadau oriau gyrrwyr yn bodoli i sicrhau nad yw gyrrwyr yn fwy na therfynau gweithio diogel. Mae'r rheolau allweddol yn cynnwys:

- Uchafswm o 9 awr o yrru y dydd, gyda chaniatâd estyniad i 10 awr ddwywaith yr wythnos.
- Uchafswm o 56 awr o yrru yr wythnos a 90 awr dros unrhyw gyfnod o bythefnos.
- Toriad o 45 munud ar ôl dim mwy na 4.5 awr o yrru. Gellir cymryd hyn fel un egwyl barhaus neu wedi'i rannu'n ddwy egwyl, un yn para o leiaf 15 munud a'r llall o leiaf 30 munud.
- Isafswm cyfnod gorffwys dyddiol o 11 awr, y gellir ei leihau i 9 awr hyd at dair gwaith yr wythnos.
- Cyfnod gorffwys wythnosol o 45 awr o leiaf, er y gellir lleihau hyn i 24 awr os caiff ei ddigolledu'n ddiweddarach.

Os yw oedi annisgwyl yn ei gwneud hi'n amhosibl stopio ar bwynt gorffwys cyn mynd y tu hwnt i'r terfynau hyn, rhaid i gyrrwr wneud cofnod â llaw ar y tacograff gan esbonio'r rheswm. Fodd bynnag, dim ond mewn amgylchiadau eithriadol y caniateir hyn, megis osgoi perygl neu sicrhau diogelwch y cyhoedd.

---

## Gwiriadau Diogelwch Cerbydau a Methiannau Mecanyddol Cyffredin

Cyn cychwyn ar unrhyw daith, mae'n ofynnol i yrwyr LGV gynnal gwiriad cerdded cerbydau dyddiol. Mae hyn yn helpu i nodi unrhyw ddiffygion neu ddiffygion cyn i'r cerbyd fynd ar y ffordd, gan leihau'r risg o chwalfa neu ddamweiniau.

Mae archwiliad trylwyr yn cynnwys gwirio cyflwr allanol y cerbyd, sicrhau nad oes rhannau rhydd neu ddifrodedig, a gwirio bod y platiau rhif, goleuadau a drychau yn lân ac heb eu difrodi. Rhaid i'r teiars fod â dyfnder gwadn lleiaf o 1mm ar draws tri chwarter yr ehangder a dylent fod yn rhydd o graciau, bwlyg, neu ddifrod arall. Rhaid profi systemau brêc i sicrhau eu bod yn gweithio'n gywir, a dylid gwirio'r holl oleuadau rhybuddio ar y dangosfwrdd cyn cychwyn.

Y tu mewn i'r cab, rhaid i yrwyr sicrhau bod y drychau a'r sgrin wynt yn darparu gwelededd clir, bod y gwregys diogelwch yn ddiogel, a bod y tacograff wedi'i osod yn gywir. Os nodir unrhyw broblemau, rhaid rhoi gwybod amdanynt ar unwaith, ac ni ddylid gyrru'r cerbyd nes ei fod yn cael ei ystyried yn ddiogel.

Mae'r methiannau mecanyddol mwyaf cyffredin mewn LGVs yn tueddu i fod yn broblemau gyda llywio ac atal, methiannau brêc, ac ergydion teiars. Gall problemau llywio ac atal achosi colli rheolaeth, yn enwedig ar gyflymder uchel. Gall methiannau brêc fod yn drychinebus, gan ei gwneud hi'n amhosibl stopio'n ddiogel. Mae ergydion teiars, a achosir yn aml gan ddyfnder gwadn isel neu danchwyddiant, yn un o brif achosion treigladau a damweiniau difrifol.

Mae gyrwyr yn gyfreithiol gyfrifol am sicrhau bod eu cerbydau yn addas i'r ffordd. Os canfyddir bod methiant mecanyddol wedi cyfrannu at ddamwain, gall y gyrrwr a'i gyflogwr wynebu erlyniad.

---

## Cydymffurfio â Tachograph a Chyfrifoldebau Cyfreithiol

Mae asiantaethau gorfodi yn cynnal gwiriadau ar ochr y ffordd i sicrhau cydymffurfiaeth â rheolau tacograff a rheoliadau diogelwch cerbydau. Os defnyddir tacograff digidol, rhaid i yrwyr allu cynhyrchu eu cerdyn gyrrwr digidol ynghyd â chofnodion tacograff o'r 28 diwrnod diwethaf. Ar gyfer tacograffau analog, rhaid i siartiau papur sy'n cwmpasu'r un cyfnod fod ar gael.

Gall methu â chynhyrchu'r cofnodion hyn neu unrhyw dystiolaeth o ymyrryd arwain at gosbau difrifol, gan gynnwys dirwyon, atal trwydded alwedigaethol y gyrrwr, neu hyd yn oed garcharu mewn achosion eithafol. Mae gyrwyr hefyd yn gyfrifol am adrodd am unrhyw ddiffygion tacograff. Os yw cerdyn yn cael ei golli, ei ddwyn neu ei ddifrodi, rhaid ei ddisodli o fewn saith diwrnod, ac yn ystod y cyfnod hwn, rhaid i yrwyr gofnodi eu horiau â llaw.

Cyfrifoldeb pwysig arall yw dosbarthu pwysau'r llwyth cerbydau yn ddiogel, gan y gall llwytho anwastad achosi ansefydlogrwydd, gan wneud llywio a brecio yn anoddach. Bydd hyn yn cael ei archwilio'n fanylach mewn pennod ddiweddarach.

---

## Ymestyn a Her

Er mwyn dyfnhau eich dealltwriaeth, ystyriwch y senarios byd go iawn canlynol:

- Rydych yn gyrru LGV ac yn sylweddoli mai dim ond pum munud sydd gennych cyn cyrraedd eich amser gyrru cyfreithiol mwyaf. Mae'r arhosfan orffwys agosaf yn llawn, ac rydych yn ansicr a fyddwch yn dod o hyd i le parcio mewn pryd. Beth yw eich rhwymedigaethau cyfreithiol a pha gamau y dylech eu cymryd?
- Yn ystod eich gwiriad cerbyd dyddiol, rydych chi'n sylwi bod teiar yn agos at y terfyn dyfnder gwadn cyfreithiol ond nad yw wedi mynd o dan y cyfyngiad eto. Mae'ch cyflogwr yn mynnu eich bod yn parhau i yrru gan ei fod yn dal i fod yn gyfreithiol ar y ffordd dechnegol. Beth ddylech chi ei wneud?
- Wrth yrru ar draffordd, rydych chi'n sylwi ar olau rhybuddio ar eich dangosfwrdd sy'n nodi mater brêc posibl. Rydych chi'n agos at eich cyrchfan ac mae gennych danfoniad brys i'w wneud. Beth yw'r ffordd fwyaf diogel o weithredu, a beth yw'r risgiau posibl o barhau â'r daith?

Bydd meddwl am y sefyllfaoedd hyn ymlaen llaw yn eich helpu i gymhwyso'ch gwybodaeth mewn lleoliad yn y byd go iawn a pharatoi ar gyfer heriau annisgwyl ar y ffordd.

---

## Crynodeb

Mae'r bennod hon wedi archwilio meysydd allweddol y mae'n rhaid i bob gyrrwr LGV eu deall i sicrhau diogelwch a chydymffurfiaeth ar y ffordd. Mae'r tacograff yn offeryn hanfodol ar gyfer cofnodi oriau gyrwyr, a gall methu â'i ddefnyddio'n gywir arwain at gosbau cyfreithiol. Mae rheoliadau oriau gyrru yn bodoli i atal damweiniau sy'n gysylltiedig â blinder, gyda rheolau clir ynghylch seibiannau, cyfnodau gorffwys, ac uchafswm amseroedd gyrru.

Mae gwiriadau diogelwch cerbydau yn ofyniad dyddiol ac yn helpu i nodi diffygion posibl cyn iddynt ddod yn beryglus. Mae methiannau mecanyddol, fel problemau brêc, materion llywio, a chwythu teiars, ymhlith yr achosion mwyaf cyffredin o ddigwyddiadau LGV, a rhaid i yrwyr barhau i fod yn wylidwrs wrth sylwi ar arwyddion rhybuddio.

Trwy ddeall y cyfrifoldebau hyn a'u cyflawni'n gywir, gall gyrwyr LGV gyfrannu at ddiwydiant trafnidiaeth mwy diogel a mwy effeithlon. Mae sicrhau cydymffurfiaeth â

rheoliadau tacograff a chynnal diogelwch cerbydau nid yn unig yn ofyniad ar gyfer pasio'r prawf theori, ond yn rhan hanfodol o yrru'n broffesiynol.

Yn y bennod nesaf, byddwn yn edrych ar reolau'r ffordd, gan gynnwys pellter stopio, gyrru traffyrdd, a sut i reoli peryglon wrth yrru LGV.

## Pennod 3: Rheolau'r Ffordd

---



### Cyflwyniad

Mae gyrru LGV yn wahanol iawn i yrru car. Mae maint a phwysau'r cerbyd yn golygu bod pellteroedd stopio yn hirach, mae angen mwy o gynllunio ar symudiadau, a gall amodau tywydd garw gael llawer mwy o effaith. Mae deall rheolau'r ffordd sy'n benodol i LGVs yn hanfodol i gadw'n ddiogel ac yn cydymffurfio.

Mae'r bennod hon yn archwilio arferion gyrru diogel, gan gynnwys pellter stopio, gyrru traffyrdd, a sut y gall ffactorau amgylcheddol fel gwynt a glaw effeithio ar reolaeth y cerbyd. Mae hefyd yn cyflwyno canfyddiad peryglon, rhan allweddol o'r prawf theori LGV. Erbyn diwedd y bennod hon, dylech fod yn gallu:

- Esbonio sut mae amodau'r ffordd a'r tywydd yn effeithio ar bellteroedd stopio.
- Disgrifiwch sut y dylid gyrru LGVs yn ddiogel ar draffyrdd.
- Adnabod peryglon gweithredol a goddefol a allai ei gwneud yn ofynnol i yrrwr newid cyflymder neu gyfeiriad.

Bydd meistrolï'r meysydd hyn nid yn unig yn helpu i basio'r prawf theori ond bydd hefyd yn hanfodol ar gyfer gyrru'r byd go iawn, lle gall rhagweld risgiau ac ymateb yn briodol atal damweiniau difrifol.

---

## Atal pellteroedd a ffactorau amgylcheddol

Mae angen llawer mwy o bellteroedd stopio ar LGVs na cherbydau llai, yn enwedig mewn tywydd gwael. Mae deall sut mae pellteroedd brecio yn cael eu heffeithio gan gyflymder ac amodau'r ffyrdd yn rhan allweddol o yrru'n ddiogel.

- Mewn amodau sych, mae'r pellter stopio ar 50 mya tua 53 metr (175 troedfedd).
- Mewn amodau gwlyb, gall pellteroedd stopio ddyblu oherwydd gafael teiars is.
- Mewn amodau eira neu iâ, gall pellteroedd stopio fod ddeg gwaith yn hirach nag mewn amodau sych.

Er mwyn sicrhau pellter diogel ar ôl hynny, rhaid i yrrwyr LGV gymhwyso'r rheol dwy eiliad mewn amodau sych. Mae hyn yn golygu cyfrif dwy eiliad o'r adeg y mae'r cerbyd sydd o'i flaen yn pasio gwrthrych sefydlog. Mewn amodau gwlyb, dylid cynyddu hyn i bedair eiliad, ac mewn amodau rhewllyd, dylid gadael hyd yn oed mwy o le.

Gall ffactorau amgylcheddol fel gwyntoedd cryfion hefyd beri risg ddifrifol. Mae LGVs ochrog uchel yn arbennig o agored i groeswyntoedd, yn enwedig ar ddarnau agored o draffordd, pontydd a ffyrdd agored. Gall gyrwyr leihau'r risg o gael eu heffeithio gan:

- Gwiriwch ragolygon tywydd cyn dechrau taith.
- Addasu eu llwybr i osgoi ardaloedd risg uchel os yn bosibl.
- Lleihau cyflymder wrth yrru trwy ardaloedd agored
- Sicrhau bod unrhyw ôl-gerbydau ochr-llenni yn cael eu sicrhau'n briodol i leihau ymwrthedd i wynt.

Gall anwybyddu'r ffactorau hyn gynyddu'r risg o dreiglo neu golli rheolaeth ar y cerbyd, yn enwedig wrth yrru'n wag neu'n cael ei lwytho'n ysgafn.

## Gyrru traffordd ar gyfer LGVs

Mae traffyrdd yn rhan fawr o lwybr dyddiol gyrrwr LGV, felly mae deall sut i'w llywio'n ddiogel yn hanfodol.

### Rheolau Traffordd Sylfaenol ar gyfer LGVs

- **Terfynau Cyflymder:** Y cyflymder uchaf ar gyfer LGVs dros 7.5 tonnau yw 60 mya ar draffyrdd a 50 mya ar gerbyttffyrdd deuol.
- **Defnydd Lonydd:** Ni ddylai LGVs ddefnyddio'r lôn dde ar draffordd gyda thair lôn neu fwy, ac eithrio mewn amgylchiadau eithriadol (megis osgoi rhwystr).
- **Newidiadau Lôn Ddiogel:** Wrth newid lonydd, rhaid i yrwr LGV ddefnyddio drychau'n ofalus oherwydd mannau dall mwy y cerbyd.

### Ymuno a Gadael y Traffordd

Rhaid i LGVs fod yn arbennig o ofalus wrth ymuno o ffordd ymadael:

- Peidiwch â chymryd yn ganiataol y bydd gyrrwr eraill yn arafu neu'n symud drosodd.
- Gwiriwch ddrychau'n gynnar ac addaswch gyflymder i uno'n ddiogel.
- Os oes angen, byddwch yn barod i arafu yn hytrach na gorfodi mynediad i lôn.

Wrth adael y draffordd, dylai gyrrwr LGV:

- Symudwch i'r lôn chwith ymhell ymlaen llaw.
- Defnyddiwch ddangosyddion yn gynnar i nodi bwriad.
- Lleihau cyflymder yn raddol wrth fynd i mewn i'r ffordd ymadael allanfa.

Mae bod yn ymwybodol o ddefnyddwyr eraill y ffordd hefyd yn hanfodol. Efallai na fydd gyrrwr ceir yn sylweddoli'r pellter stopio sydd ei angen ar gyfer LGV a gallent dorri i mewn yn rhy agos. Mae cynnal dull gyrru amddiffynnol yn helpu rhagweld peryglon posibl cyn iddynt ddatblygu'n sefyllfaoedd peryglus.

## Canfyddiad Peryglon a Diogelwch ar y Ffordd

Mae canfyddiad peryglon yn rhan allweddol o brawf theori LGV ac yn sgil hanfodol ar gyfer cadw'n ddiogel ar y ffordd. Perygl yw unrhyw wrthrych, defnyddiwr ffordd, neu sefyllfa a allai ei gwneud yn ofynnol i yrrwr newid cyflymder, cyfeiriad neu weithredu.

### Mathau o beryglon

- **Peryglon Goddefol** – Nid oes angen gweithredu ar unwaith ond rhaid nodi (e.e., arwyddion ffyrdd).
- **Peryglon Posibl** – Efallai y bydd angen gweithredu yn dibynnu ar y sefyllfa (e.e., ceir wedi'u parcio a allai symud, beicwyr ar y ffordd).
- **Peryglon Gweithredol** - Angen gweithredu ar unwaith (e.e., cerddwr yn camu i'r ffordd, cerbyd yn tynnu'n annisgwyl).

### Enghreifftiau o beryglon mewn sefyllfaoedd go iawn

- **Perygl Goddefol:** Arwydd yn dangos plygu miniog ymlaen llaw.
- **Perygl Posibl:** Mae bws yn stopio wrth ochr y ffordd gyda theithwyr ar fin camu i ffwrdd.
- **Perygl Gweithredol: Cerbyd** sy'n brecio'n sydyn o flaen LGV, sy'n gofyn am brecio neu addasiad llywio ar unwaith.

Rhaid i yrrwyr LGV sganio'r ffordd ymlaen yn gyson a bod yn barod ar gyfer sut y gall sefyllfaoedd ddatblygu. Mae cydnabod peryglon posibl yn gynnar yn caniatáu mwy o amser i ymateb ac yn lleihau'r risg o wrthdrawiadau.





## Ymestyn a Her

Ystyriwch sut y gallai'r senarios gyrru hyn yn y byd go iawn chwarae allan a pha gamau y dylai gyrrwr LGV cyfrifol eu cymryd:

- Rydych chi'n gyrru ar draffordd pan fyddwch chi'n sylwi ar gar yn eistedd yn eich man dall. Nid yw'n ymddangos bod y gyrrwr yn sylweddoli ei fod mewn sefyllfa beryglus. Beth ddylech chi ei wneud? Sut mae smotiau dall LGV yn wahanol i'r rhai mewn cerbydau llai?
- Wrth yrru mewn glaw trwm, mae eich gwelededd yn cael ei leihau, ac mae chwistrell ffyrdd o gerbydau eraill yn ei gwneud hi'n anoddach gweld ymlaen. Pa addasiadau y dylech eu gwneud i sicrhau bod gyrru'n ddiogel?
- Rydych chi'n agosáu at bont isel heb unrhyw arwyddion uchder yn cael eu harddangos. Beth ddylech chi ei wneud, a pham mae'n bwysig gwirio uchder y cerbyd cyn cychwyn?

Bydd myfyrio ar y sefyllfaoedd hyn yn helpu i ddatblygu meddwl beirniadol a'ch paratoi ar gyfer y prawf theori a gyrru ymarferol ar y ffordd.

---

## Crynodeb

Roedd y bennod hon yn ymdrin ag elfennau allweddol gyrru LGV diogel, gan ganolbwyntio ar bellteroedd stopio, gyrru traffyrdd, a chanfyddiad peryglon. Mae pellteroedd stopio yn cynyddu'n sylweddol mewn amodau gwlyb ac rhewllyd, sy'n golygu bod yn rhaid i yrrwyr LGV addasu eu pellteroedd a'u cyflymderau canlynol yn unol â hynny. Gall gwyntoedd cryfion wneud cerbydau mawr yn ansefydlog, ac mae ymwybyddiaeth o reolau lôn draffordd yn hanfodol ar gyfer cynnal llif traffig llyfn ac osgoi symudiadau peryglus.

Mae gyrru traffordd ar gyfer LGVs yn gofyn am ddealltwriaeth o derfynau cyflymder, disgyblaeth lonydd, a sut i ymuno a gadael yn ddiogel. Rhaid i yrrwyr fod yn ofalus iawn wrth ddelio â mannau dall ac uno traffig.

Yn olaf, mae canfyddiad peryglon yn sgil hanfodol sy'n caniatáu i yrrwyr ragweld peryglon cyn iddynt ddatblygu. Trwy ddeall y gwahaniaeth rhwng peryglon goddefol, potensial a gweithredol, gall gyrrwyr LGV wneud penderfyniadau mwy diogel a lleihau'r risg o ddamweiniau.

Yn y bennod nesaf, byddwn yn archwilio arferion llwytho diogel, gan ganolbwyntio ar sicrhau cargo yn iawn, deall dosbarthiad pwysau cerbydau, ac atal sifftiau llwyth a allai wneud LGV yn ansefydlog.

## Pennod 4: Arferion Llwytho Diogel

---



### Cyflwyniad

Cyn i unrhyw daith ddechrau, rhaid i yrrwr LGV sicrhau bod ei gerbyd yn cael ei lwytho'n ddiogel ac yn ddiogel. Gall llwytho amhriodol arwain at ansefydlogrwydd cerbydau, materion brecio, a mwy o risg damweiniau. Gall llwyth sydd wedi'i sicrhau'n wael newid wrth deithio, gan wneud y cerbyd yn anodd ei reoli neu hyd yn oed achosi iddo wrthdroi.

Mae'r bennod hon yn archwilio gweithdrefnau llwytho diogel, cyfrifoldebau cyfreithiol gyrwyr a chyflogwyr, a phwysigrwydd dosbarthu pwysau yn gywir yn y cerbyd. Mae hefyd yn ymdrin â sut i adnabod deunyddiau peryglus a'r symbolau rhybuddio a ddefnyddir i ddosbarthu gwahanol fathau o nwyddau peryglus. Erbyn diwedd y bennod hon, dylech fod yn gallu:

- Eglurwch bwysigrwydd sicrhau llwythi yn iawn.
- Nodi gwahanol dechnegau atal llwyth.
- Deall sut mae llwytho amhriodol yn effeithio ar sefydlogrwydd a brecio cerbydau.
- Adnabod arwyddion rhybudd perygl cyffredin ar nwyddau wedi'u cludo.

Mae cerbyd wedi'i lwytho'n dda yn fwy diogel i'w yrru, yn fwy effeithlon o ran tanwydd, ac yn lleihau'r risg o ddifrod i'r cargo a defnyddwyr eraill y ffordd.

---

## Egwyddorion Llwytho Diogel

Mae gan bob gyrrwr LGV ddyletswydd gyfreithiol i sicrhau bod eu llwyth yn cael ei sicrhau'n gywir cyn cychwyn ar eu taith. Gall llwyth sy'n ansefydlog, dros bwysau, neu wedi'i ddosbarthu'n anghywir wneud y cerbyd yn annïogel, gan arwain at ddamweiniau neu ddirwyon am beidio â chydymffurfio.

Mae egwyddorion allweddol llwytho diogel yn cynnwys:

- **Dosbarthu Pwysau:** Dylai eitemau trwm gael eu gwasgaru'n gyfartal ar draws y trelar, gyda'r llwythi trymaf yn cael eu gosod tuag at y ganolfan.
- **Llwyth Securing:** Dylid cynnal cargo ar waith gan ddefnyddio strapiau, cadwyni neu rwydi i atal symud.
- **Sefydlogrwydd Cerbydau:** Gall llwythi sy'n newid wrth deithio effeithio ar lywio, brecio a chornelu, gan wneud y cerbyd yn anoddach ei reoli.
- **Cydymffurfiaeth Gyfreithiol:** Mae'r Ddeddf Traffig Ffyrdd yn nodi na ddylid defnyddio cerbyd ar ffordd os yw'r llwyth yn debygol o achosi perygl i unrhyw berson.

Mae llwyth wedi'i sicrhau'n dda yn atal symudiad diangen, sydd yn ei dro yn lleihau traul ar y cerbyd ac yn gwella effeithlonrwydd tanwydd.



## Llwyth Sicrhau Dulliau

Mae gwahanol fathau o lwythi angen technegau sicrhau gwahanol i'w cadw'n ddiogel wrth eu cludo. Y ddau brif **ddull yw lashing uniongyrchol a lashing ffrithiannol**.

### Lashing Uniongyrchol

- Fe'i defnyddir ar gyfer sicrhau peiriannau trwm neu offer planhigion.
- Mae'n cynnwys atodi un pen cadwyn neu strap i'r llwyth a'r llall i'r cerbyd.
- Trefnir strapiau mewn parau gwrthwynebol i atal symud i gyfeiriadau gwahanol.

### Lashing ffrithiannol

- Defnyddir yn gyffredin ar gyfer paledi, blychau, neu lwythi wedi'u pentyrru.
- Gosodir strapiau dros ben y llwyth a'u sicrhau i ddwy ochr y trelar.
- Mae nifer y strapiau sydd eu hangen yn dibynnu ar bwysau'r llwyth, y math o ffrithiant rhwng y gwely llwyth a threlar, ac ongl y strapiau.

Er mwyn gwella sefydlogrwydd, gellir defnyddio matiau ffrithiant i gynyddu gafael rhwng y llwyth a'r wyneb trelar. Os yw llwyth yn debygol o setlo dros amser, dylai gyrwyr wirio strapiau yn rheolaidd i sicrhau eu bod yn parhau i fod yn dynn.

Ar gyfer rhai mathau o lwythi, mae angen dulliau diogelu amgen:

- Efallai y bydd angen rhoi eitemau bregus neu falu mewn stillage neu graciau.
- Rhaid gorchuddio deunyddiau rhydd fel graean neu dywod â tharpolinau neu rwydo.
- Mae llwythi tancer, hylifau yn arbennig, yn gofyn am blatiau baffle y tu mewn i'r tanc i atal symudiad gormodol, a allai achosi ansefydlogrwydd.

Dylai gyrwyr bob amser wirio eu llwyth ar ddechrau'r daith ac ar ôl yr ychydig filltiroedd cyntaf i sicrhau nad yw wedi symud.

## Cyfyngiadau Pwysau Cerbydau a Lleoli Llwyth

Gall gorlwytho LGV achosi anawsterau brecio a llywio a gall arwain at gosbau cyfreithiol i'r gyrrwr a'r gweithredwr. Mae'n bwysig deall y termau canlynol:

- **Llwyth cyflog** – Yr uchafswm pwysau y gall cerbyd ei gario.
- **Kerbside Pwysau** – Pwysau y cerbyd pan wag.
- **Pwysau Cerbydau Gros (GVW)** – Cyfanswm pwysau'r cerbyd ynghyd â'i lwyth.

Mae'r terfyn pwysau cyfreithiol ar gyfer LGV yn amrywio yn dibynnu ar y math o drwydded a cherbyd. Er enghraifft:

- Gall LGV Categori C gario hyd at 32 tonn.
- Gall Categori C + E LGV gario hyd at 44 tonn.

I gyfrifo faint y gall cerbyd ei gario:  $\text{Uchafswm Payload} = \text{Pwysau Cerbyd Gros} - \text{Pwysau ymyl y ffordd}$

Os nad yw llwyth yn cael ei ddosbarthu'n gyfartal, gall achosi:

- Mwy o bellteroedd brecio oherwydd pwysau gormodol ar un echel.
- Ansefydlogrwydd wrth droi, gan gynyddu'r risg o dipio.
- Gwisgo teiars anwastad, a all arwain at fethiannau mecanyddol.

Y dull llwytho mwyaf diogel yw gosod eitemau trymach ger canol y trelar a'r eitemau ysgafnach tuag at yr ymylon. Dylai gyrwyr bob amser wirio eu dosbarthiad llwyth cyn cychwyn.



## Nwyddau Peryglus a Symbolau Rhybudd

Mae rhai llwythi yn cyflwyno risgiau ychwanegol oherwydd natur y deunyddiau sy'n cael eu cludo. Rhaid labelu nwyddau peryglus yn gywir gydag arwyddion rhybuddio peryglon i hysbysu gyrwyr a gwasanaethau brys am risgiau posibl.

Mae symbolau rhybudd perygl cyffredin yn cynnwys:

- **Hylifau fflamadwy** – Nodwyd gan symbol diemwnt coch gyda fflam.
- **Sylweddau crydol** – Dangosir gan hylif du sy'n gorlifo ar wyneb.
- **Nwyon cywasgedig** – Cynrychiolaeth gan symbol silindr nwy.
- **Deunyddiau gwenwynig** – Wedi'u nodi gan benglog a chroesesgyrn.

Rhaid i yrwyr sy'n cludo deunyddiau peryglus feddu ar drwydded ADR, sy'n cynnwys hyfforddiant ychwanegol ar sut i drin nwyddau peryglus yn ddiogel. Rhaid iddynt hefyd gario cardiau gwybodaeth frys sy'n amlinellu'r gweithdrefnau cywir rhag ofn damwain neu arllwysiad.

---

## Cyfrifoldebau cyfreithiol dros lwytho diogel

Mae tair prif rôl yn y gadwyn drafnidiaeth:

1. **Y Traddodwr (Loader)** – Yn gyfrifol am sicrhau bod y llwyth yn cael ei sicrhau'n gywir cyn ei gludo.
2. **Y Gweithredwr (Cwmni Trafnidiaeth)** – Rhaid sicrhau bod cerbydau'n ddiogel ac yn cael eu cynnal a'u cynnal a'u cadw'n iawn.
3. **Y Gyrwr** - Yn gyfreithiol gyfrifol am wirio bod y llwyth yn ddiogel cyn cychwyn taith.

Os bydd damwain yn digwydd oherwydd llwyth anniogel, gallai'r tair ochr wynebu camau cyfreithiol. Mae'r Ddeddf Traffig Ffyrdd (Adran 40A) yn datgan ei bod yn drosedd gweithredu cerbyd lle nad yw'r llwyth yn ddiogel neu lle gallai beryglu defnyddwyr eraill y ffordd.

Mae risgiau cyffredin yn y gweithle wrth lwytho a dadlwytho yn cynnwys:

- **Disgyn o uchder** wrth sicrhau llwythi.
- **Nwyddau sy'n disgyn o ôl-gerbydau**, gan achosi anaf.
- **Llithriadau a theithiau** o amgylch ardaloedd llwytho.

Trwy ddilyn y gweithdrefnau cywir, gellir lleihau'r risgiau hyn, gan sicrhau bod gyrwyr, staff warws, a defnyddwyr eraill y ffordd yn aros yn ddiogel.

---

## Ymestyn a Her

Ystyriwch y senarios byd go iawn canlynol a sut y byddech chi'n eu trin:

- Mae gweithiwr warws yn llwytho'r holl nwyddau trwm yng nghefn eich trelar ar gyfer dadlwytho hawdd. Sut allai hyn effeithio ar eich cerbyd? Beth ddylech chi ei wneud?
- Rydych chi'n cludo tancer hylif. Sut mae symudiad yr hylif yn effeithio ar sefydlogrwydd eich cerbyd, a pha fesurau sydd ar waith i leihau'r risg hon?
- Rydych chi'n cael eich stopio am wiriad ar ochr y ffordd, ac mae'r arolygydd yn canfod nad yw eich llwyth wedi'i sicrhau'n iawn. Beth yw'r canlyniadau posibl i chi a'ch cyflogwr?

Bydd meddwl yn feirniadol am y sefyllfaoedd hyn yn eich helpu i ddeall defnyddio arferion llwytho diogel yn ymarferol wrth yrru'r byd go iawn.

---

## Crynodeb

Roedd y bennod hon yn ymdrin ag egwyddorion hanfodol llwytho'n ddiogel, gan gynnwys sut i sicrhau llwythi yn gywir, effaith dosbarthu llwythi gwael, a chyfrifoldebau cyfreithiol gyrwyr LGV. Mae sicrhau bod llwyth wedi'i atal yn iawn yn lleihau'r risg o ddamweiniau, ansefydlogrwydd cerbydau, a methiant mecanyddol.

Rhaid i yrwyr ddeall terfynau pwysau a dosbarthu echel i gynnal trin a brecio diogel. Mae deunyddiau peryglus yn gofyn am hyfforddiant arbennig a labelu cywir, a rhaid llwytho a dadlwytho pob nwyddau gyda diogelwch mewn golwg.

Trwy ddilyn y gweithdrefnau llwytho cywir, mae gyrwyr LGV yn helpu i sicrhau ffyrdd mwy diogel, llai o gerbydau'n torri i lawr, a gwell effeithlonrwydd.

Bydd y bennod nesaf yn ailedrych ar yr holl bwyntiau dysgu allweddol o'r cwrs, gan atgyfnerthu popeth sydd angen i chi ei wybod ar gyfer eich prawf theori LGV a'ch gyrfa yrru yn y dyfodol.