	PEN (DRUDDOL / WEDDW) Dawnsul pendefynnidau, dodenwaddi a gwella cryndiguwydd	Y GALON (CYNGHORTHAGOL / TEMLO) Dangos pwllegiad, lenkyd a ffliwyddi cydymdeud	DWYLO (YSGOGOL / GWNEUD) Defdiogo crwenyddiaeth, technog a sgiliau
Ffydd	- Cyfleoniu syniadau sylfaenol at strwcthur dawns - Dyfeisio cynulebion sylfaenol i ysgogiad - Defnyddio geiriau synnl i ddisgrifio a dehongli dawns	- Dangos peth deallwriaeth o pam mae angen iddyn nhw gynhesu a dadgynhesu - Gwaithio mewn grŵp bach - Rhoi a derbyn adborth o fewn grŵp	- Ardlangos rhai sgiliau sylfaenol - Perfformio symudiadau gyda rhwiaeth - Cetsio dangos ymdeimlad o ddynamig a nodweddion mynegiannol wrth ddawnsio
Arlan	- Creu symudiadau'n fyrfyfyr ac yn rhydd, gan ehtei syniadau a ysgogiad yn symudiad - Creu dhynamau dawns sy'n sylfaen syniadau - Adlewnd a thrafod y symudiadau a ddefnyddir a nodweddion mynegiannol dawns - Anogynnu gwelliannau i'w dawnsiau eu hunain a dawnsiau pobl eraill	- Rhannu a cheisu dhynannau dawns gyda phartner ac mewn grŵp bach - Deall pwysigrwydd synhwyau a dadgynhesu - Gwaithio'n gydweithiol mewn grŵp bach - Rhoi a derbyn adborth adeiladol o fewn grŵp	- Adeiladadd, cofio a pherfformio'r dhynannau hyn mewn dawns - Defnyddio nodweddion dynamig, rhythmig a mynegiannol yn gîr a chydu rhwiaeth
Aur	- Dewis symudiadau priodol i fynegi syniad, neuu o themidad dawns - Dangos gwell deallwriaeth o sut i gyfansoddi dhynannau dawns - Gwneud awgymiadau priodol ynghylch sut a gellid gwella gwaith	- Cymryd yr awenau wrth greu dawnsiau gyda phartner neu mewn grŵp - Cydweithio a gwaithio'n effeithiol mewn grwpiau bach - Rhoi a derbyn adborth adeiladol o fewn grŵp	- Defnyddio ystod eang o symudiadau wrth symud yn fyrfyfyr - Dangos mwy o neyddlonde o rhwiaeth yn eu symudiadau - Dehongli rhythm yn dda

Mewn prawf cynllun astau yn gysylltiedig â Deganyddiadau 2000 yr Awdurdod Cymwysterau a Chwricwlwm