# Fframwaith Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant

## Adran 2: Iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae

Bydd yr adran hon yn eich helpu i ymchwilio i’r rôl sydd gennych chi fel gweithiwr ym maes y blynyddoedd cynnar a gofal plant o hybu iechyd a llesiant plant.

## Cynnwys

2.1 Ffactorau sy’n effeithio ar iechyd, llesiant, datblygiad a chwarae

2.2 Amgylcheddau cadarnhaol ar gyfer iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae plant

2.3 Chwarae

2.4 Datblygiad iaith, lleferydd a chyfathrebu

2.5 Anghenion cefnogi ychwanegol

2.6 Gofal personol plant

2.7 Maeth a hydradu

2.8 Rhoi meddyginiaeth

Geirfa

## Log cynnydd ar gyfer iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae

## 2.1 Ffactorau sy’n effeithio ar iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae

**Ffactorau sy'n effeithio ar iechyd, llesiant, chwarae, dysgu a datblygiad plant**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.1a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Y gwahanol gyfnodau o ddatblygiad plant (0-19 oed) |  |  |  |
| Yr amrywiaeth o **ffactorau a fyddai'n gallu effeithio ar iechyd, llesiant a datblygiad personol, corfforol, cymdeithasol ac emosiynol plant** a'r effaith mae hyn yn gallu ei chael arnynt |  |  |  |
| Profiadau andwyol mewn plentyndod a sut mae'r rhain yn gallu effeithio ar iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Beth yw ystyr y gair 'ymlyniad' a gallu disgrifio pam ei fod yn rhan bwysig o ddatblygiad a gallu plant i ffurfio perthnasoedd |  |  |  |
| Beth yw ystyr y term 'gwydnwch' a gallu disgrifio pam ei fod yn bwysig i lesiant a datblygiad plant |  |  |  |
| Pwysigrwydd hunaniaeth, hunan-barch a synnwyr o ddiogelwch a pherthyn i lesiant a datblygiad plant |  |  |  |
| Yr hyn sydd ei angen ar blant i ddysgu, datblygu, chwarae ac aros yn iach – yn gorfforol, yn feddyliol ac yn emosiynol |  |  |  |
| Yr amrywiaeth o asiantaethau a gweithwyr a fyddai'n gallu ymwneud â chefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Y cysylltiadau rhwng twf deallusol, corfforol ac emosiynol a sut i gefnogi eu datblygiad |  |  |  |
| Sut mae **meysydd cwricwlwm** yn cefnogi **datblygiad cyfannol** plant |  |  |  |
| Pwysigrwydd cymryd rhan mewn gweithgareddau ystyrlon, llawn mwynhad i lesiant a datblygiad twf deallusol, corfforol ac emosiynol |  |  |  |
| Sut i ddefnyddio arferion pob dydd a gweithgareddau a deunyddiau sy'n briodol yn ddatblygiadol a phrofiadau uniongyrchol er mwyn cefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Pwysigrwydd **datblygiad creadigol** i iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Beth yw ystyr 'profiadau dysgu' |  |  |  |
| Sut mae datblygiad yn cael ei gefnogi gan brofiadau dysgu |  |  |  |
| Pwysigrwydd hybu hunanhyder teuluoedd/gofalwyr wrth rianta a meithrin eu gallu i uniaethu mewn ffordd gadarnhaol a chymryd rhan mewn gweithgareddau chwarae gyda'u plant |  |  |  |
| Sut mae strwythur teuluoedd a threfniadau gofal plant yn gallu effeithio ar y ffordd maen nhw'n gweld y byd a'u hymdeimlad o lesiant |  |  |  |
| Pwysigrwydd ymyrryd yn gynnar a gweithio mewn partneriaeth er mwyn cefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Rôl perthnasoedd a rhwydweithiau cefnogi wrth gefnogi llesiant plant |  |  |  |
| Ffyrdd o weithio sy'n meithrin perthnasoedd cadarnhaol â phlant a theuluoedd / gofalwyr yn seiliedig ar ymddiriedaeth, parch a thosturi |  |  |  |
| Y mathau o newidiadau mewn plentyn a fyddai'n achos pryder |  |  |  |
| Pwysigrwydd arsylwi ar ddatblygiad plant, ei fonitro a'i gofnodi |  |  |  |
| Y defnydd o **fframweithiau datblygu ac asesu** wrth arsylwi ar ddatblygiad plant, ei fonitro a'i gofnodi |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.1b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Hyrwyddo ffyrdd o weithio gyda phlant sy’n eu helpu i gymryd rhan mewn gweithgareddau a phrofiadau amrywiol, a chynyddu eu datblygiad ar lefel sy’n briodol i’w hoedran, eu hanghenion a’u gallu |  |  |  |
| Cefnogi plant mewn ffyrdd sy’n hyrwyddo eu hunan-barch, eu hymdeimlad o ddiogelwch ac o berthyn |  |  |  |
| Cefnogi plant i gydnabod a dathlu eu gallu, eu doniau, a’u cyflawniadau |  |  |  |

## 2.2 Amgylcheddau cadarnhaol ar gyfer iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae plant

**Gwerth trefnu a defnyddio amgylcheddau i gefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.2a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Gofynion rheoleiddiol amgylcheddau mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar |  |  |  |
| Nodweddion **amgylchedd** cadarnhaol |  |  |  |
| Y ffordd y gall yr amgylchedd gefnogi datblygiad cyfannol plant |  |  |  |
| Y ffordd y gall yr amgylchedd gefnogi datblygiad plant yn unol â **fframweithiau cwricwlwm a meysydd cwricwlwm** |  |  |  |
| Y ffordd y gall yr amgylchedd gefnogi cynnwys pob plentyn yn y lleoliad gan gynnwys y rheini ag anghenion ychwanegol |  |  |  |
| Pwysigrwydd sicrhau bod yr amgylchedd yn groesawgar, yn meithrin plant, yn ddiogel, yn lân, yn llawn ysgogiad ac yn ystyried anghenion, diddordebau a dewisiadau plant |  |  |  |
| Pwysigrwydd cydbwyso cyfnodau o weithgarwch corfforol â gorffwys ac amser tawel er mwyn cefnogi iechyd, llesiant a datblygiad plant |  |  |  |
| Pwysigrwydd arferion cyson er mwyn cefnogi llesiant a datblygiad plant |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.2b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Cefnogi amgylchedd cadarnhaol a diogel sy’n diwallu anghenion iechyd, llesiant, datblygiad ac anghenion unigol plant |  |  |  |
| Cyfrannu at y broses o gynllunio a threfnu amgylchedd cadarnhaol a diogel sy’n cefnogi datblygiad plant |  |  |  |
| Darparu amgylchedd diogel, gofalgar, ymatebol i blant a’u teuluoedd sy’n eu meithrin ac yn eu gwerthfawrogi. |  |  |  |

## 2.3 Chwarae

**Rôl chwarae wrth gefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.3a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Beth yw ystyr y term 'egwyddorion gwaith chwarae' |  |  |  |
| Pwysigrwydd chwarae er mwyn cefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Rôl 'chwarae' i blentyn wrth ddeall ei hun |  |  |  |
| Y **gwahanol fathau o chwarae** a'u manteision |  |  |  |
| Sut mae'r amgylchedd a'r dewis o gyfarpar a deunyddiau yn cael eu defnyddio i gefnogi chwarae |  |  |  |
| Sut i gefnogi datblygiad cyfannol drwy chwarae |  |  |  |
| Sut mae chwarae yn helpu plant i ddysgu amdanyn nhw eu hunain, y rhai o'u cwmpas a'r amgylchedd ehangach |  |  |  |
| Sut mae plant yn gallu defnyddio chwarae i fynegi emosiwn, ofn, gorbryder neu gopïo ymddygiad maen nhw wedi'i weld |  |  |  |
| Sut i gynnwys plant wrth greu gwahanol fathau o fannau chwarae |  |  |  |
| Sut i nodi p'un a yw man chwarae yn ysgogol, yn heriol, yn ymlaciol neu'n dawel |  |  |  |
| Pam mae risg yn bwysig wrth chwarae a sut i annog, a chefnogi lefelau derbyniol o risg |  |  |  |
| Sut i gydbwyso cymryd risgiau â manteision datblygiadol iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.3b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Darparu cyfleoedd amrywiol ar gyfer mathau gwahanol o chwarae |  |  |  |
| Addasu’r amgylchedd a’r gweithgareddau i wneud yn siŵr y gall pob plentyn gymryd rhan |  |  |  |
| Diwallu anghenion a dewisiadau unigol plant |  |  |  |

## 2.4 Datblygiad iaith, lleferydd a chyfathrebu

**Sut i gefnogi datblygiad iaith, lleferydd a chyfathrebu**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.4a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Pwysigrwydd iaith, lleferydd a chyfathrebu i lesiant, dysgu a datblygiad plant |  |  |  |
| Effaith anawsterau iaith, lleferydd a chyfathrebu ar ddatblygiad plant |  |  |  |
| Pwysigrwydd ymyrryd yn gynnar o ran oedi mewn iaith, lleferydd a chyfathrebu ac anhwylderau cysylltiedig |  |  |  |
| Sut mae timau amlasiantaethol yn cydweithio er mwyn cefnogi iaith, lleferydd a chyfathrebu |  |  |  |
| Ffyrdd y gall oedolion gefnogi datblygiad iaith, lleferydd a chyfathrebu plant |  |  |  |
| Sut mae chwarae a gweithgareddau yn cael eu defnyddio i gefnogi datblygiad iaith, lleferydd a chyfathrebu |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.4b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Ystyried anghenion cyfathrebu lleferydd ac iaith plant |  |  |  |

## 2.5 Anghenion cefnogi ychwanegol

**Sut i gefnogi iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant ag anghenion cefnogi ychwanegol**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.5a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Fframweithiau cyfreithiol sy'n gymwys i ddarparu gwasanaethau i blant ag anghenion ychwanegol |  |  |  |
| Y mathau o **anghenion cefnogi ychwanegol** a fyddai'n gallu bod gan blant |  |  |  |
| Sut i gefnogi plant mwy abl a thalentog a sut y byddai angen cefnogaeth ychwanegol ar y plant hyn o bosibl |  |  |  |
| Sut i ddysgu am anghenion cefnogaeth ychwanegol plant |  |  |  |
| Egwyddorion cynhwysiant i blant ag anghenion cymorth ychwanegol |  |  |  |
| Sut i addasu gweithgareddau fel bod pob plentyn yn gallu cymryd rhan |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.5b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Ystyried unrhyw anghenion cymorth ychwanegol sydd gan blant |  |  |  |

## 2.6 Gofal personol plant

**Sut i gefnogi plant o ran eu gofal corfforol**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.6a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Pwysigrwydd cefnogi **arferion gofal corfforol** plant |  |  |  |
| Sut i drin plant ag urddas a pharch wrth eu cefnogi gyda'u harferion gofal corfforol gan ystyried eu cefndir, diwylliant a chrefydd |  |  |  |
| Sut i gefnogi plant gyda'u harferion gofal corfforol mewn ffordd sy'n diogelu'r plentyn a'r oedolion sy'n gofalu amdano |  |  |  |
| Sut i ofalu am groen, gwallt a dannedd plant |  |  |  |
| O ble i gael gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth ychwanegol o ran arferion gofal corfforol plant |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.6b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Cynorthwyo gyda phatrymau gofal personol sy’n diwallu anghenion unigol plant |  |  |  |
| Cynorthwyo gyda phatrymau gofal personol plant mewn ffordd sy’n eu trin gydag urddas a pharch, ac sy’n amddiffyn y plentyn rhag niwed a’r gweithiwr rhag honiadau o niwed |  |  |  |

## 2.7 Maeth a hydradu

**Pwysigrwydd maeth a hydradu i iechyd a llesiant plant**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.7a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Beth yw ystyr y termau 'maeth' a 'hydradu' |  |  |  |
| Egwyddorion deiet cytbwys a hydradu da i blant |  |  |  |
| Argymhellion y llywodraeth o ran deiet cytbwys a hydradu |  |  |  |
| Mentrau lleol a chenedlaethol sy'n cefnogi maeth a hydradu |  |  |  |
| Pwysigrwydd deiet cytbwys er mwyn cefnogi iechyd, datblygiad a thwf plant i'r graddau gorau posibl |  |  |  |
| **Ffactorau** sy'n gallu effeithio ar faeth a hydradu |  |  |  |
| Sut i annog plant i wneud dewisiadau iach o ran bwyd |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.7b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Ystyried unrhyw ofynion dietegol penodol sydd gan blant |  |  |  |
| Darparu cefnogaeth ar gyfer hydradiad da ac yn annog diet iach |  |  |  |

## 2.8 Rhoi meddyginiaeth

**Rolau a'r cyfrifoldebau sy'n ymwneud â rhoi meddyginiaeth mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar a gofal plant**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.8a Canlyniadau dysgu gwybodaeth craidd i'r holl weithwyr** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Deddfwriaeth a chanllawiau cenedlaethol sy'n ymwneud â rhoi meddyginiaeth |  |  |  |
| Rolau a chyfrifoldebau'r sawl sy'n ymwneud â chefnogi'r defnydd o feddyginiaeth |  |  |  |
| Y cysylltiadau rhwng rhoi'r feddyginiaeth anghywir a diogelu |  |  |  |
| Pwysigrwydd cofnodi gwybodaeth am drefn weinyddol rhoi meddyginiaeth |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2.8b Canlyniadau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant**  **Rydych chi'n gallu gweithio mewn ffyrdd sy’n:** | **Tystiolaeth a ddefnyddir** | **Yn cael ei asesu gan bwy a phryd** | **Llofnodion** |
| Dilyn polisïau a gweithdrefnau eich sefydliad wrth gefnogi rhoi a defnyddio meddyginiaeth |  |  |  |

## Geirfa

Gall **'ffactorau a fyddai'n gallu effeithio ar iechyd, llesiant a datblygiad personol, corfforol, cymdeithasol ac emosiynol plant'** gynnwys:

* amgylchiadau andwyol neu drawma cyn neu yn ystod genedigaeth
* ymlyniad
* cyflwr sbectrwm awtistig
* amgylchiadau teuluol
* niwed neu gam-drin
* anaf
* anabledd dysgu
* cyflyrau meddygol (cronig neu aciwt)
* iechyd meddwl (gan gynnwys hunan-niwed ac anorecsia)
* anabledd corfforol
* afiechyd corfforol
* amharu ar leoliad
* tlodi
* anghenion dyrys neu gymhleth
* anghenion synhwyraidd
* sefydlogrwydd
* amddifadedd cymdeithasol
* camddefnyddio sylweddau.

**Fframweithiau cwricwlwm a meysydd cwricwlwm** yw'r safonau a'r canllawiau sy'n nodi'r disgwyliadau a'r gofynion ar gyfer dysgu a datblygu i blant cyn ysgol a phlant oedran ysgol o'r cyfnod sylfaen gan gynnwys:

* datblygiad personol a chymdeithasol, llesiant ac amrywiaeth ddiwylliannol
* sgiliau iaith, llythrennedd a chyfathrebu
* gwybodaeth a dealltwriaeth o'r byd
* datblygiad corfforol
* datblygiad creadigol
* datblygiad mathemategol
* datblygiad y Gymraeg.

Mae **datblygiad cyfannol** yn cyfeirio at blant yn meithrin sgiliau a chymhwysedd drwy ddysgu a chwarae wedi'i gynllunio i feithrin eu sgiliau corfforol, cymdeithasol, emosiynol, deallusol, gwybyddol ac ieithyddol.

Mae **datblygu creadigol** yn cynnwys:

* meithrin dychymyg a chwarae llawn dychymyg
* ymateb i brofiadau, mynegi syniadau
* archwilio cyfryngau a deunyddiau
* celfyddydau creadigol traddodiadol
* cerddoriaeth, dawns a symud
* chwarae anniben.

Mae **fframweithiau datblygu ac asesu** yn fframweithiau sydd wedi'u cydnabod yn genedlaethol ar gyfer cofnodi dysgu a datblygiad plant. Mae’r rhain yn cynnwys:

* Fframwaith Datblygu ac Asesu'r Blynyddoedd Cynnar
* Amserlen Sgiliau Tyfu.

Mae **amgylchedd** yn cyfeirio at yr amrywiaeth o leoliadau ffisegol, cyd-destunau a diwylliannau lle mae plant yn dysgu drwy arbrofi a chwarae.

**Yr egwyddorion gwaith chwarae:** www.chwaraecymru.org.uk/cym/egwyddoriongwaithchwarae

Gallai **mathau gwahanol o chwarae** gynnwys:

* chwarae'n greadigol
* chwarae corfforol
* chwarae llawn dychymyg / dychmygu neu chwarae rôl
* chwarae amgylcheddol
* chwarae mewn amgylchedd strwythuredig
* chwarae anstrwythuredig
* chwarae hunangyfeiriedig
* chwarae wedi'i hwyluso gan oedolyn.

Mae **anghenion cefnogi ychwanegol** yn cynnwys:

* anabledd corfforol
* anabledd dysgu
* awtistiaeth
* anghenion iechyd ychwanegol
* colli synhwyrau
* anawsterau emosiynol ac ymddygiadol
* anhwylder diffyg canolbwyntio a gorfywiogrwydd
* dyslecsia
* dyspracsia
* anghenion lluosog cymhleth
* anhwylder ymlyniad.

Gallai **arferion gofal corfforol** gynnwys:

* mynd i'r toiled
* golchi dwylo
* gofalu am y croen
* gofal y geg
* cyfleoedd i orffwys, cael amser tawel neu gysgu
* amddiffyn rhag yr haul / oerfel
* gofalu am ardal y cewyn
* bwydo.

Gall **ffactorau** gynnwys:

* incwm isel a thlodi plant
* ffactorau seicolegol, fel gorbryder rhieni, anhwylderau bwyta
* sgiliau a gwybodaeth
* darpariaeth bwyd mewn lleoliadau, megis ysgolion, meithrinfeydd, lleoliadau ieuenctid
* yn dilyn deiet arbennig
* ffactorau corfforol, fel lleoli, anawsterau llyncu, iechyd y geg
* problemau iechyd, fel rhwymedd, anaemia
* cyfryngau torfol a hysbysebu
* dylanwad teulu a chymheiriaid
* moeseg, moesau a chredoau
* yr amgylchedd bwyta / amser prydau bwyd
* esgeulustod a cham-drin
* diwylliant a chrefydd
* dewisiadau ac arferion unigol y plentyn
* mentrau bwyd cymunedol.