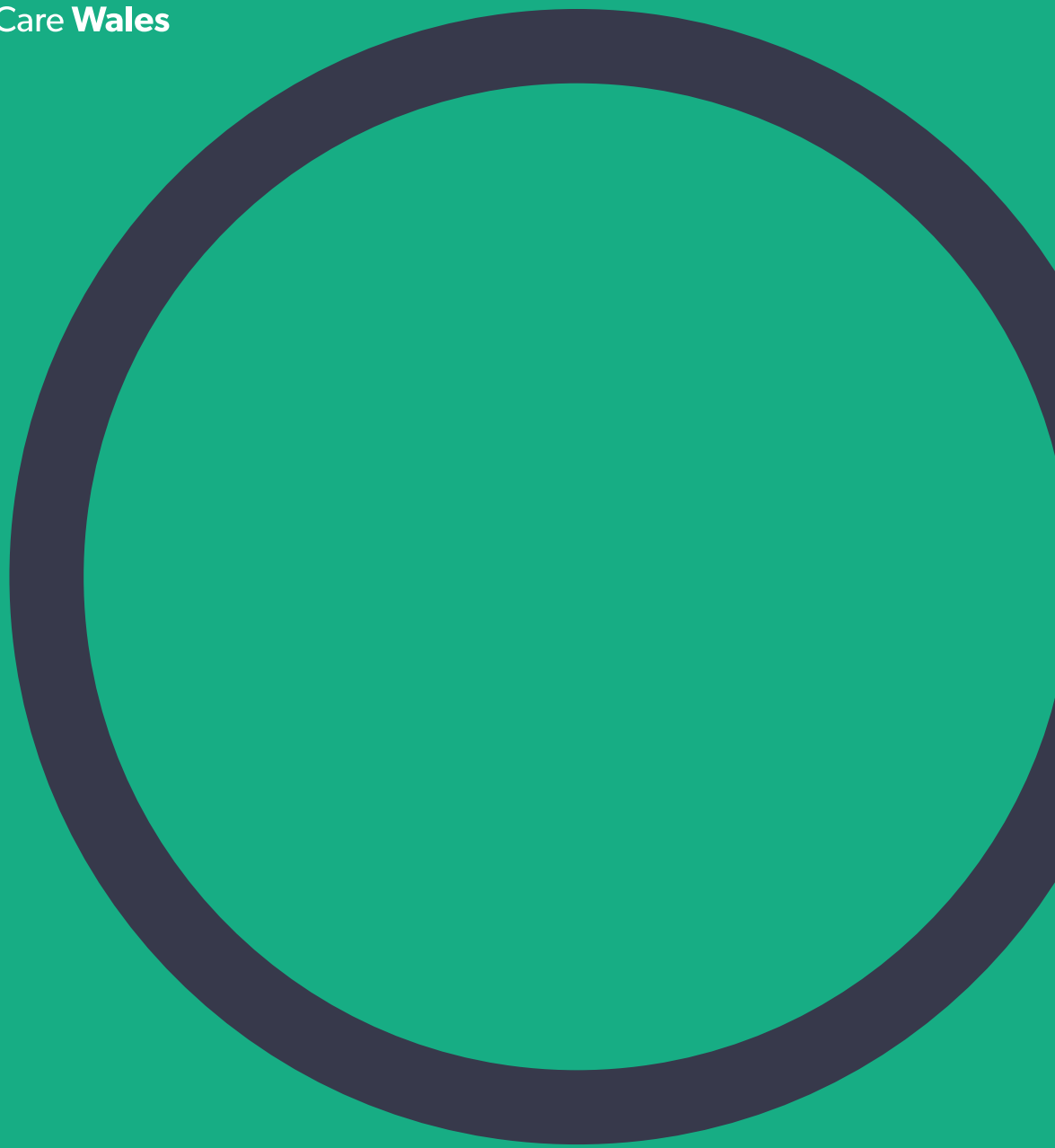




Gofal Cymdeithasol **Cymru**  
Social Care **Wales**



Fframwaith sefydlu Cymru  
gyfan ar gyfer iechyd a  
gofal cymdeithasol:  
**Log cynnydd pedwar**

Llesiant iechyd – plant a phobl ifanc

Rhagfyr 2017



Noddir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Sponsored by  
**Welsh Government**

# Manylion cyswilt

---

## Gofal Cymdeithasol Cymru

South Gate House  
Wood Street  
Caerdydd  
CF10 1EW

Ffôn: 0300 3033 444

Minicom: 029 2078 0680

E-bost: [gwybodaeth@gofalcymdeithasol.cymru](mailto:gwybodaeth@gofalcymdeithasol.cymru)

**[gofalcymdeithasol.cymru](http://gofalcymdeithasol.cymru)**



@GofCymdeithasol

© 2018 Gofal Cymdeithasol Cymru

Cedwir pob hawl. Ni cheir atgynhychu unrhyw ran o'r cyhoeddiad hwn na'i gadw mewn system adferadwy na'i drosglwyddo mewn unrhyw ddull na thrwy unrhyw gyfrwng heb ganiatad ysgrifenedig Gofal Cymdeithasol Cymru ymlaen llaw. Dylai ymholiadau am atgynhychu y tu hwnt i'r hyn a ganiateir yn benodol gan y gyfraith gael eu hanfon at Brif Weithredwr Gofal Cymdeithasol Cymru yn y cyfeiriad a roddir uchod.

### Fformatau eraill:

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg.

# 4.1 Llesiant

Beth mae llesiant yn meddwl yng nghyd-destun iechyd a gofal cymdeithasol

4.1a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Beth yw ystyr y term 'llesiant' a pham fod hyn yn bwysig			
Ffactorau sy'n effeithio ar lesiant plant a phobl ifanc			
Pwysigrwydd teuluoedd, ffrindiau a 'phobl arwyddocaol eraill' ar lesiant plant a phobl ifanc			
Ffyrdd o weithio sy'n hybu llesiant			

4.1b Deilliannau dysgu ychwanegol fframwaith sefydlu iechyd a gofal cymdeithasol (fframwaith sefydlu): Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Adnabod pwysigrwydd teuluoedd / a phobl arwyddocaol eraill y plentyn i gefnogi a datblygu y perthnasau yma sydd o fudd i'r plentyn onibai fod yna dystiolaeth i ddweud fod hyn yn gallu achosi niwed			

# 4.2 Ffactorau sy'n effeithio ar Ilesiant a Iechyd

Ffactorau sy'n effeithio ar Ilesiant a Iechyd plant a phobl ifanc

4.2a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
<b>Datblygiad plentyn,</b> gan gynnwys y gwahanol gamau o ddatblygu a'r ffactorau sy'n gallu effeithio arno			
<b>Y ffactorau amrywiol sy'n gallu effeithio ar Iechyd, Ilesiant a datblygiad personol, corfforol, cymdeithasol ac emosiynol plant a phobl ifanc</b> a'r effaith a allai hyn ei chael arnyn nhw			
Pwysigrwydd ymyrraeth gynnar a gweithio mewn partneriaeth ar gyfer Iechyd, Ilesiant a datblygiad plant a phobl ifanc			
Pwysigrwydd hybu hunan hyder rhieni yn y rôl o fod yn rhiant a datblygu eu gallu gysylltu'n bositif ac ymgysylltu mewn gweithgareddau chwarae gyda'i plenty			
Ystyr y term 'ymlyniad' a pham ei fod yn elfen bwysig o ddatblygiad a gallu plant i ffurfio perthynas			
Ystyr y term 'gwydnwch' a pham mae hyn yn bwysig i Iechyd a Ilesiant plant a phobl ifanc			

4.2a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Pwysigrwydd 'hunaniaeth', hunan-werth, ymdeimlad o ddiogelwch a pherthyn i iechyd a llesiant plant a phobl ifanc			
Y gwahaniaeth rhwng modelau anabledd meddygol a chymdeithasol			
Beth sydd angen i blant ei wneud i gadw'n iach – yn gorfforol, yn feddyliol ac yn emosiynol			
Yr <b>asiantaethau amrywiol</b> a'r gweithwyr a all gyfrannu at gefnogi llesiant a iechyd plant a phobl ifanc			
Cysylltiadau rhwng twf deallusol, corfforol ac emosiynol a sut i gefnogi eu datblygiad			
Pwysigrwydd cymryd rhan mewn gweithgareddau ystyrlon sy'n rhoi boddhad i lesiant a datblygiad twf deallusol, corfforol ac emosiynol			
Pwysigrwydd datblygiad creadigol a'r 'celfyddydau' ar gyfer llesiant a iechyd plant a phobl ifanc			

4.2a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Sut i ddefnyddio arferion bob dydd a gweithgareddau i gefnogi iechyd a llesiant plant a phobl ifanc			
Ystyr y term 'dysgu drwy brofiad'			
Sut mae datblygiad yn cael ei gefnogi gan ddysgu drwy brofiad			
Rôl perthnasoedd a rhwydweithiau cymorth yn y gwaith o gefnogi iechyd a llesiant plant a phobl ifanc			
Ffyrdd o weithio sy'n datblygu perthnasoedd cadarnhaol gyda phlant a phobl ifanc yn seiliedig ar ymddiriedaeth, parch a thosturi			
Y mathau o newidiadau mewn plentyn neu unigolyn ifanc a fyddai'n destun pryder			
Pwysigrwydd arsylwi, monitro a chofnodi datblygiad plant a phobl ifanc			

<b>4.2b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu:</b> <b>Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n</b>	<b>Tystiolaeth defnyddiwyd</b>	<b>Aseswyd gan bwy a phryd</b>	<b>Llofnod</b>
Cydnabod yr effaith mae profiadau a digwyddiadau bywyd wedi'i chael ar fywydau plant a phobl ifanc			
Hyrwyddo hunaniaeth, hunan-barch ac ymdeimlad o ddiogelwch a pherthyn plant a phobl ifanc			
Cefnogi plant a phobl ifanc i gydnabod a dathlu eu galluoedd, eu doniau a'u cyraeddiadau			
Ymgorffori dull cyd-gynhyrchu i gefnogi ac annog plant a phobl ifanc i gymeryd rhan mewn amryw o weithgareddau a phrofiadau ac i wneud cynnydd ar lefel addas i'w hoedran, anghenion a'u gallu			
Ymgorffori dull cyd-gynhyrchu i sicrhau cymaint o <b>gyfranogiad gweithredol</b> â phosibl, a'u bod mor annibynnol a chyfrifol â phosibl			

# 4.3 Amgylcheddau cadarnhaol ar gyfer iechyd, lles a datblygiad plant a phobl ifanc

Amgylcheddau sy'n cefnogi iechyd, lles a datblygiad plant a phobl ifanc

4.3a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Nodweddion amgylchedd cadarnhaol			
Sut y gall yr amgylchedd gefnogi <b>datblygiad cyfannol</b> plant a phobl ifanc			
Sut y gall yr amgylchedd gefnogi cynnwys holl blant a phobl ifanc			
Pwysigrwydd sicrhau bod yr amgylchedd yn groesawgar, meithrin, yn ddiogel, yn lân, yn ysgogol ac yn ystyried anghenion plant a phobl ifanc a, diddordebau a dewisiadau			
Pwysigrwydd cydbwysio cyfnodau o weithgarwch corfforol â gorffwys ac amser tawel ar gyfer iechyd, lles a datblygiad plant a phobl ifanc			



4.3a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Pwysigrwydd trefn gyson ar gyfer iechyd, lles a datblygiad plant a pobl ifanc			

4.3b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu: Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Cefnogi amgylchedd ymatebol cadarnhaol, diogel, gofalgar a meithrin sy'n diwallu anghenion, llesiant a datblygiad unigol plant a phobl ifanc			

# 4.4 Chwarae

Cefnogi'r defnydd o chwarae ar gyfer iechyd, lles a datblygiad plant

4.4a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Pwysigrwydd chwarae i iechyd, llesiant a dysgu a datblygiad plant a phobl ifanc			
<b>Gwahanol fathau o chwarae</b> a'u buddion			
Sut mae amgylchedd a'r dewis o offer a deunyddiau yn cael eu defnyddio i gefnogi gwahanol fathau o chwarae			
Sut i gefnogi datblygiad cyfannol drwy chwarae			
Sut mae chwarae yn cynorthwyo dysgu plant a phobl ifanc am eu hunain, y rhai o'u cwmpas a'r amgylchedd ehangach			
Sut y gall plant a phobl ifanc defnyddio chwarae i fynegi emosiynau, ofnau neu bryderon neu gopïo ymddygiad maent wedi arsylwi arnynt			
Pam fod risg yn bwysig mewn chwarae a sut i annog a chefnogi lefelau derbyniol o risg			

<b>4.4b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu: Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n</b>	<b>Tystiolaeth defnyddiwyd</b>	<b>Aseswyd gan bwy a phryd</b>	<b>Llofnod</b>
Dangos eich bod yn gallu darparu ystod o gyfleoedd ar gyfer gwahanol fathau o chwarae			
Addasu'r amgylchedd a gweithgareddau i gefnogi cyfranogiad			
Diwallu anghenion a dewisiadau unigol plant a phobl ifanc			

# 4.5 Lleferydd, iaith a chyfathrebu

## Datblygiad lleferydd, iaith a chyfathrebu

4.5a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd:	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Pwysigrwydd lleferydd, iaith a chyfathrebu i blant a phobl ifanc a sut mae hyn yn effeithio ar eu hiechyd, llesiant a'u datblygiad			
Esboniwch bwysigrwydd ymyrraeth gynnar ar gyfer lleferydd, oedi ac anhwylderau iaith a chyfathrebu			
Amlinellwch sut mae timoedd aml-asiantaeth yn gweithio gyda'i gilydd i gefnogi datblygiad lleferydd, iaith a chyfathrebu			
Esboniwch sut mae chwarae a gweithgareddau yn cael eu defnyddio i gefnogi datblygiad lleferydd, iaith a chyfathrebu			

4.5b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu: Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Cymeryd i ystyriaeth anghenion lleferydd, iaith a chyfathrebu plant			

# 4.6 Anghenion cymorth ychwanegol

Cefnogi iechyd, llesiant a datblygiad plant ag anghenion cymorth ychwanegol

4.6a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd:	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Mathau o <b>anghenion cymorth ychwanegol</b> y gall plant gael			
Egwyddorion cynhwysiant ar gyfer plant ag anghenion cymorth ychwanegol			
Addasu'r amgylchedd a'r gweithgareddau i alluogi pob plentyn a pherson ifanc i gymryd rhan			

# 4.7 Cyngor, arweiniad a chymorth

Pryd i ddarparu cyngor, arweiniad a chymorth i blant a phobl ifanc a'u teuluoedd sy'n eu helpu i wneud dewisiadau cadarnhaol am lesiant iechyd

4.7a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
<b>Meysydd sy'n berthnasol i lesiant iechyd</b> plant a phobl ifanc a'r amryw o asiantaethau amrywiol sy'n darparu gwybodaeth a chyngor			

# 4.8 Rhoi meddyginiaeth

Rolau a'r cyfrifoldebau sy'n gysylltiedig â rhoi meddyginiaeth mewn lleoliadau gofal cymdeithasol

4.8a: Deilliannau Dysgu Gwybodaeth Graidd:	Evidence used	Assessed by who and when	Signatures
Deddfwriaeth a chanllawiau cenedlaethol sy'n gysylltiedig â rhoi meddyginiaeth			
Rolau a chyfrifoldebau'r rhai sy'n: rhagnodi, dosbarthu a chefnogi'r defnydd o feddyginiaeth			
Pwy sy'n gyfrifol am ddefnyddio meddyginiaethau a chynhyrchion atodol 'dros y cownter' mewn lleoliadau gofal cymdeithasol			
Cysylltiadau rhwng cam-roi meddyginiaeth a diogelu			

4.8b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu: Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Rydych yn ymwybodol o beth allwch chi a beth na allwch chi ei wneud o ran rhoi a defnyddio meddyginiaeth yn y cyfnod hwn o'ch hyfforddiant			
Dilyn polisiau a gweithdrefnau eich gweithle wrth gefnogi'r gwaith o roi a defnyddio meddyginiaeth			

# 4.9 Gofal personol

## Cefnogi plant a phobl ifanc gyda'u gofal personol

4.9a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd:	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Pwysigrwydd cefnogi <b>trefniadau gofal personol</b> ar gyfer plant a phobl ifanc			
Sut i drin plant a phobl ifanc gydag urddas a pharch wrth eu cynorthwyo gyda'u arferion gofal personol gan ystyried eu cefndir, diwylliant a chrefydd			
Sut i gefnogi plant a phobl ifanc gyda'u arferion gofal personol mewn modd sy'n gwarchod y plentyn neu'r person ifanc a'r oedolion sy'n eu cefnogi			



<b>4.9b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu: Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n</b>	<b>Tystiolaeth defnyddiwyd</b>	<b>Aseswyd gan bwy a phryd</b>	<b>Llofnod</b>
Cefnogi trefniadau gofal personol sy'n diwallu anghenion unigol plant a phobl ifanc			
Cefnogi trefniadau gofal personol plant a phobl ifanc mewn ffordd sy'n eu trin gydag urddas a pharch ac yn amddiffyn y plentyn neu'r person ifanc a chi eich hun rhag niwed neu honiadau o niwed			
Dilyn polisiau a gweithdrefnau ar gyfer atal a rheoli heintiau pan yn cefnogi plant a phobl ifanc gyda'i gofal personol			

# 4.10 Maetheg a hydradiad

Pwysigrwydd maetheg a hydradiad i iechyd a llesiant plant a phobl ifanc

4.10a Deilliannau dysgu gwybodaeth graidd	Tystiolaeth defnyddiwyd	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod
Beth yw ystyr y termau 'maetheg' a 'hydradiad'			
Egwyddorion deiet cytbwys a hydradu da ac argymelliadau llywodreathol ar gyfer deiet cytbwys a hydradu da			
Mentrau cenedlaethol a lleol sy'n cefnogi maetheg a hydradiad			
Pwysigrwydd deiet cytbwys ar gyfer yr iechyd a llesiant orau ar gyfer plant a phobl ifanc			
<b>Ffactorau sy'n gallu effeithio ar faetheg a hydradiad</b>			

<b>4.10b Deilliannau dysgu ychwanegol y fframwaith sefydlu: Rydych yn gallu gweithio mewn ffyrdd sy'n</b>	<b>Tystiolaeth defnyddiwyd</b>	<b>Aseswyd gan bwy a phryd</b>	<b>Llofnod</b>
Cymryd i ystyriaeth unrhyw anghenion maetheg a hydradiad y plant a phobl ifanc rydych chi'n ei gefnogi			
Darparu cefnogaeth ar gyfer deiet cytbwys a hydradu da			