



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



Fframwaith sefydlu Cymru gyfan ar gyfer y blynyddoedd cynnar a gofal plant: **Gweithlyfr 2**

Iechyd, llesiant, dysgu,
datblygiad a chwarae

Hydref 2018



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

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 ar gael mewn print bras a fformatau eraill, os oes angen.

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Saesneg.

Cyflwyniad

Er mwyn helpu gweithwyr a chyflogwyr i roi'r fframwaith sefydlu ar waith a helpu gweithwyr i greu'r dystiolaeth sydd ei hangen arnynt i ennill y cymhwyster "craidd", rydym wedi datblygu gweithlyfrau ar gyfer pob adran o'r fframwaith.

Mae gan y fframwaith sefydlu bum adran sydd wedi'u trefnu'n **brif rannau**. Yna caiff y prif rannau eu rhannu ymhellach er mwyn dangos yr hyn sydd angen i chi ei wybod, ei ddeall a'i arddangos.

- Adran 1 – Egwyddorion a gwerthoedd
- Adran 2 – Iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad
- Adran 3 – Ymarfer proffesiynol fel gweithiwr y blynyddoedd cynnar a gofal plant
- Adran 4 – Diogelu plant
- Adran 5 – Iechyd a diogelwch ym maes gofal, dysgu, datblygiad a chwarae plant

Mae pob adran yn gwneud y canlynol:

- nodi'r wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd angen i chi, fel gweithiwr newydd, eu cael yn ystod eich cyfnod sefydlu – gan gynnwys y wybodaeth graidd, y sgiliau a'r ddealltwriaeth sy'n berthnasol ar draws holl leoliadau'r blynyddoedd cynnar a gofal plant, yn ogystal â'r hyn sy'n benodol i'ch rôl a'ch gweithle
- nodi egwyddorion a gwerthoedd y blynyddoedd cynnar a gofal plant sydd angen i chi eu dangos.

Mae gan y gweithlyfr le i chi gofnodi eich dysgu wrth i chi fynd yn eich blaen a lle i'ch **rheolwr** gofnodi ei adborth. Efallai bydd eich rheolwr neu eich cyflogwr am ddefnyddio gweithgareddau dysgu neu astudiaethau achos eraill yn ogystal â'r rhai yn y gweithlyfr hwn. Cofiwch gofnodi unrhyw ddysgu ychwanegol fel y gellir ei ddefnyddio tuag at eich cymhwyster.

Mae yna eirfa sy'n berthynas i'r holl weithlyfrau ac sy'n rhoi rhai diffiniadau o'r termau a ddefnyddir. Bydd unrhyw beth sydd wedi'i nodi mewn **print trwm** yn cael ei gynnwys yma. Wrth i chi wneud eich ffordd drwy'r gweithgareddau dysgu yn y gweithlyfr, bydd eich rheolwr yn eich cyfarfod i weld sut ydych yn ymdopi ac i drafod unrhyw gymorth ychwanegol sydd ei angen arnoch. Byddant yn cwblhau'r log cynnydd gyda chi ac yn helpu os oes yna unrhyw fylchau.

Iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae

Bydd y gweithlyfr hwn 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	6
2.2	Amgylcheddau cadarnhaol ar gyfer iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae plant	9
2.3	Chwarae	10
2.4	Gofal personol plant	12
2.5	Rhoi meddyginiaeth	13
	Log cynnydd	14

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

Canlyniadau

Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n:

- 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.

Yn yr adran hon byddwch yn dangos eich dealltwriaeth o'r ffactorau sy'n effeithio ar iechyd, llesiant a datblygiad plant. Mae'n bwysig eich bod yn gwybod am ddatblygiad plant oherwydd bydd yn eich helpu i ddeall anghenion plant ar wahanol gamau yn eu bywydau. Byddwch angen bod yn ymwybodol hefyd o'r ffactorau a all gael effaith gadarnhaol neu negyddol ar ddatblygiad a'r ffordd y mae hyn yn gysylltiedig ag iechyd a llesiant plentyn.

Byddwch angen dysgu am ddatblygiad plant cyn gwneud y rhan hwn o'r gweithlyfr. Gall hyn fod drwy hyfforddiant neu drwy ddarllen a gwaith ymchwil dan arweiniad.

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pam ei bod yn bwysig sicrhau y gall plant gymryd rhan mewn amrywiaeth eang o weithgareddau a phrofiadau?

2. Sut mae eich lleoliad yn sicrhau y gall plant gymryd rhan mewn amrywiaeth eang o weithgareddau a phrofiadau?

3. Rhewch enghraifft o un ffordd rydych wedi ei gwneud yn haws i blant gymryd rhan yn eich lleoliad. Beth oedd y canlyniadau?

Gweithgaredd dysgu

Byddwch angen dysgu bod y ffordd y mae plant yn ffurfio ymlyniadau â'r rhai sy'n darparu gofal sylfaenol yn cael effaith sylweddol ar eu datblygiad cynnar.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth mae'r term "ymlyniad" yn ei olygu i chi?
2. Allwch chi ddisgrifio sut mae ymlyniadau diogel yn cael eu ffurfio, a'r effaith y mae ymlyniadau diogel ac ymlyniadau anniogel yn eu cael ar ddatblygiad plant a phobl ifanc?
3. Rhewch enghraifft o un ffordd yr ydych yn gweithio gyda phlant er mwyn hybu eu hunaniaeth, eu hunan-barch, eu hymdeimlad o ddiogelwch ac o berthyn.

Gweithgaredd dysgu

Mae'n bwysig eich bod yn deall y cysylltiad rhwng gwydnwch emosiynol a hunan-barch, a'r ffordd y gallwch chi, fel ymarferydd ym maes y blynyddoedd cynnar a gofal plant, ei hybu.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pam ei bod yn bwysig cydnabod a dathlu gallu, doniau a chyflawniadau'r plant yn eich gofal?
2. Sut mae eich lleoliad yn cydnabod a dathlu gallu, doniau a chyflawniadau'r plant yn eich gofal?
3. Rhowch enghraifft o un ffordd yr ydych wedi helpu plant i gydnabod a dathlu eu galluoedd, eu doniau a'u cyflawniadau.

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

Canlyniadau

Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n:

- 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, gofalgarn, ymatebol i blant a'u teuluoedd sy'n eu meithrin ac yn eu gwerthfawrogi.

Mae darparu amgylcheddau cadarnhaol sy'n meithrin ac sy'n cefnogi llesiant emosiynol, corfforol a meddyliol plant yn bwysig er mwyn eu helpu i dyfu a datblygu. Mae amgylchedd cadarnhaol yn cynnwys darparu gofal o ansawdd da sy'n meithrin y plentyn mewn amgylchedd ffisegol diogel a chyfforddus.

Gan feddwl am y plant rydych yn eu cynorthwyo yn eich lleoliad, mae angen i chi gwblhau nodiadau'r gweithlyfr isod.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Beth sy'n cyfrannu at amgylchedd cadarnhaol? Rhestrwch bum nodwedd o leiaf
2. Sut mae amgylchedd eich lleoliad yn helpu i sicrhau bod pob plentyn yn cael ei gynnwys ac yn datblygu'n gyfannol?
3. Rhowch enghraifft o un ffordd rydych wedi addasu'r amgylchedd i gefnogi cynhwysiant a datblygiad cyfannol plentyn penodol yn eich lleoliad

2.3 Chwarae

Canlyniadau

Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n:

- 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.

Mae chwarae yn bwysig i iechyd, llesiant, dysgu a datblygiad plant. Yn ôl Cymru: Gwlad sy'n Creu Cyfle i Chwarae – Canllawiau Statudol (2014) Llywodraeth Cymru:

"Mae Llywodraeth Cymru yn rhoi gwerth mawr ar chwarae ac ar ei bwysigrwydd i fywydau plant yn ein cymdeithas. Credwn fod gan blant hawl sylfaenol i allu chwarae, a bod chwarae'n rhan annatod o'u mwynhad mewn bywyd ac yn cyfrannu at eu lles. Credwn hefyd fod chwarae yn hanfodol i ddatblygiad gwybyddol; corfforol; cymdeithasol ac emosiynol plant. Mae llawer o dystiolaeth i gefnogi'r gred hon yn ogystal â dealltwriaeth gynyddol o gyfraniad chwarae nid yn unig at fywydau plant, ond hefyd at les eu teuluoedd a'r gymuned ehangach."

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

Mae angen i chi arsylwi ar blant yn chwarae yn eich lleoliad. Defnyddiwch eich sgiliau arsylwi i:

1. Nodi'r gwahanol fathau o chwarae rydych wedi arsylwi arnynt

2. Disgrifio sut roedd y chwarae'n cael ei ddewis yn rhydd, ei gyfarwyddo'n bersonol a'i gymell o'i ran ei hun

3. Nodi unrhyw beth a oedd yn rhwystro plentyn rhag cymryd rhan

4. Nodi anghenion a dewisiadau unigol y plant

5. Myfyrion ar y ffordd roedd oedolion yn cynorthwyo gyda'r chwarae

2.4 Gofal personol plant

Canlyniadau

Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n:

- 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 a chi rhag niwed neu honiadau o niwed.

Mae cefnogi gofal personol plant mewn ffordd sy'n dangos urddas a pharch yn agwedd bwysig ar ofal a chymorth o ansawdd da. Bydd rhai plant angen cymorth neu arweiniad i ddysgu i gymryd mwy o gyfrifoldeb am eu gofal personol, tra bydd eraill angen cymorth mwy uniongyrchol, gan ddibynnu ar eu hoedran a'u hanghenion o ran cymorth.

Gweithgaredd dysgu

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pam mae'n bwysig cefnogi patrymau gofal personol sy'n diwallu anghenion unigol plant?
2. Pa bolisiâu a gweithdrefnau sydd gan eich sefydliad neu leoliad er mwyn sicrhau bod heintiau'n cael eu hatal a'u rheoli pan fyddwch yn helpu plant gyda phatrymau gofal personol?
3. Rhowch enghraifft o un ffordd rydych wedi cynorthwyo gyda phatrwm gofal personol plentyn a'r ffordd y gwnaethoch amddiffyn y plentyn a chi rhag honiadau o niwed.

2.5 Rhoi meddyginiaeth

Canlyniadau

Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n:

- dilyn polisiâu a gweithdrefnau eich sefydliad wrth gynorthwyo gyda'r dulliau o roi meddyginiaeth a'r defnydd o feddyginiaeth.

Mewn lleoliadau lle mae ymarferwyr yn gyfrifol am roi meddyginiaeth a chwblhau gweithdrefnau iechyd sylfaenol, mae'n bwysig bod ymarferwyr yn deall sut i gwblhau'r tasgau hyn yn briodol ac yn deall pwysigrwydd ei gofnodi'n gywir. Mae angen i chi fod yn ymwybodol o bolisiâu a gweithdrefnau eich lleoliad, a dylech fod yn glir am yr hyn y mae gofyn i chi ei wneud ac y caniateir i chi ei wneud.

Gweithgaredd dysgu

Atebwch y cwestiynau canlynol er mwyn dangos eich bod yn deall polisiâu a gweithdrefnau eich sefydliad wrth gynorthwyo gyda'r dulliau o roi meddyginiaeth a'r defnydd o feddyginiaeth.

Nodiadau'r gweithlyfr

1. Pa bolisiâu a gweithdrefnau sydd gan eich sefydliad neu leoliad mewn perthynas â rhoi meddyginiaeth a'r defnydd ohono?
2. Rhowch enghraifft o sefyllfa lle y gall fod angen i chi roi meddyginiaeth. Beth sydd angen i chi ei ystyried?
3. Pryd fydddech chi angen gofyn am ragor o gyngor, canllawiau neu gymorth ar gyfer rhoi meddyginiaeth a'r defnydd ohono?

Log cynnydd

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

Enw:

Enw'r gweithle:

Dyddiad cychwyn y broses sefydlu:

Prif feysydd	Canlyniad	Seiliedig ar dystiolaeth	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod y rheolwr a dyddiad
2.1 Ffactorau sy'n effeithio ar iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae	Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n: • 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	Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n: • 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.			

Prif feysydd	Canlyniad	Seiliedig ar dystiolaeth	Aseswyd gan bwy a phryd	Llofnod y rheolwr a dyddiad
2.3 Chwarae	Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n: • 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 Gofal personol plant	Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n: • 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 a chi rhag niwed neu honiadau o niwed.			
2.5 Rhoi meddyginiaeth	Gallwch weithio mewn ffyrdd sy'n: • dilyn polisïau a gweithdrefnau eich sefydliad wrth gynorthwyo gyda'r dulliau o roi meddyginiaeth a'r defnydd o feddyginiaeth.			

Anghenion a chyfleoedd dysgu:

Llofnod y rheolwr:

Llofnod y gweithiwr: