**A close up of a logo

Description generated with very high confidence**

**Fframwaith Cymru Gyfan** **ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar a Gofal Plant**

**Gweithlyfr 2: Iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae**

**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 rhan o’r fframwaith.

Mae pum adran i’r fframwaith sefydlu sydd wedi’u trefnu’n **brif rannau**. Mae’r prif rannau wedi’u trefnu fel y gallwch weld yr hyn sydd angen i chi ei wybod, ei ddeall a’i ddangos.

* 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 (bold)** 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**

**Tudalen**

**2.1** [Ffactorau sy’n effeithio ar iechyd, llesiant, datblygiad a chwarae](#Ffactorau) **5**

**2.2** [Amgylcheddau cadarnhaol ar gyfer iechyd, llesiant, dysgu, datblygiad a chwarae plant](#Amgylcheddau) **8**

**2.3** [Chwarae](#Chwarae) **9**

**2.4** [Gofal personol plant](#Gofal) **11**

**2.5** [Rhoi meddyginiaeth](#Meddyginiaeth)  **12**

[Log cynnydd](#Log) **13**

**2.1 Ff****actorau 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. **1.** Pam ei bod yn bwysig sicrhau y gall plant gymryd rhan mewn amrywiaeth eang o weithgareddau a phrofiadau? 2. **2.** Sut mae eich lleoliad yn sicrhau y gall plant gymryd rhan mewn amrywiaeth eang o weithgareddau a phrofiadau?     **3.** Rhowch 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. Rhowch 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, datblygi****ad 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, gofalgar, 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 Ch****warae**

**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. Myfyrio ar y ffordd roedd oedolion yn cynorthwyo gyda’r chwarae |

* 1. **Gofal person****ol 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 bolisïau 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 m****eddyginiaeth**

**Canlyniadau**

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.

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 bolisïau 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 polisïau a gweithdrefnau eich sefydliad wrth gynorthwyo gyda’r dulliau o roi meddyginiaeth a’r defnydd o feddyginiaeth.

|  |
| --- |
| **Nodiadau’r gweithlyfr**   1. Pa bolisïau 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 fyddech chi angen gofyn am ragor o gyngor, canllawiau neu gymorth ar gyfer rhoi meddyginiaeth a’r defnydd ohono? |

**Log c****ynnydd**

**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. |  |  |  |
| 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: …………………………………………………….**