NEWYDDLEN CWLWM – TYMOR YR HAF 2025

cwlwm

Newyddlen Cwlwm – Tymor yr Haf 2025

Croeso i Newyddlen Tymor yr Haf! Wrth i'r haf agosáu, mae'r haul yn disgleirio'n fwy llachar a'r dyddiau'n ymestyn, ac mae'n gyfle perffaith i blant chwarae, ffynnu a chael hwyl yn yr awyr agored! Yn y rhifyn hwn rydym yn canolbwyntio ar chwarae yn yr awyr agored, gan ddathlu'r manteision a rhannu syniadau i helpu chi wneud y gorau o'r haf, tra'n cadw plant yn egnïol, yn weithgar ac yn ddiogel. Yn ogystal â hyn, fe welwch gyfoeth o wybodaeth ddefnyddiol arall sy'n berthnasol i'r sector blynyddoedd cynnar, gofal plant a gwaith chwarae.

Cynnwys:

1. Pŵer Chwarae Awyr Agored — 3
2. Syniadau ar gyfer Chwarae Awyr Agored — 4
3. Tynnu sylw at Chwarae Cynhwysol — 10
4. Dathlu Chwarae: Straeon Go Iawn o'r Sector — 11
5. Mewnwelediadau gan Arbenigwyr — 15
6. Asesiad Risg-Budd yn yr Awyr Agored — 17
7. Tipiau Gorau: Diogelwch yn yr Haul — 19
8. Adnoddau a Dolenni — 21
9. Digwyddiadau ar y Gweill — 23
10. Llywodraeth Cymru – Diweddariad Cynnydd y Blynyddoedd Cynnar: Beth Sydd Wedi'i Wneud, Beth Sydd Nesaf — 24
11. Gorchymyn Gwarchod Plant ac Eithriadau Gofal Dydd (Cymru) 2010 — 25
12. Gofalwn Cymru — 26

1. Pŵer Chwarae Awyr Agored

Mae chwarae yn yr awyr agored yn fwy na dim ond awyr iach ac ymarfer corff; mae'n arf pwerus ar gyfer dysgu a datblygiad yn y blynyddoedd cynnar. Boed hynny'n adeiladu den/ffau, archwilio natur, neu rhedeg yn rhydd, mae profiadau yn yr awyr agored yn helpu plant i dyfu'n hyderus, datblygu sgiliau cymdeithasol, ac yn eu helpu i ddatblygu'n gorfforol ac yn emosiynol. Yn y sector blynyddoedd cynnar, gofal plant a gwaith chwarae, rydym yn gwybod bod yr awyr agored yn cynnig cyfleoedd diddiwedd ar gyfer chwilfrydedd, creadigrwydd ac i ddarganfod. Mae'n ofod lle gall plant fod yn egnïol, cydweithio, ac ennill sgiliau pwysig drwy brofiadau bywyd go iawn.

2. Syniadau ar gyfer Chwarae Awyr Agored

Mae Cwlwm wedi casglu amrywiaeth o syniadau syml a chreadigol ar gyfer chwarae yn yr awyr agored, i helpu plant i fanteisio ar eu hamser y tu allan. Mae gweithgareddau natur yn annog plant i archwilio, arbrofi ac ymgysylltu â'r byd o'u cwmpas, gan gefnogi pob rhan o'u datblygiad tra'n gwneud y tu allan yn lle hwyliog ac ysgogol i fod ynddo.

10 Ffordd i Gynnwys Natur yn y Lleoliad Chwarae:

- **Trefnwch helfa sborion yn yr awyr agored** – Gwnewch restr o eitemau natur i'r plant archwilio ac ymgysylltu â'r amgylchedd.
- **Crëwch bortreadau natur** – Defnyddiwch eitemau i greu portreadau ohonynt eu hunain neu cymeriadau.
- **Chwaraewch Gemau Natur** – Chwaraewch y gêm cylchoedd-a-chroesau natur neu greu eich antur lwybro eich hun.

- **Plannwch rywbeth** – Anogwch blant i blannu perlysiau, blodau neu lysiau.
- **Adeiladwch borthwr adar** – Defnyddiwch foch coed a chortyn i greu porthwr adar syml.

- **Dowch â'r tu mewn i'r tu allan** – Gadewch i'r plant fynd â'u paentiadau a'u lluniadau allan, sefydlwch le iddynt greu eu celf.
- **Adeiladwch dden/ffau neu gaer** – Gadewch i'r plant wneud deniau/ffeuau neu gaerau y tu allan.
- **Bwytewch fyrbryd y tu allan** – Ar amser byrbryd, yn lle bwyta y tu mewn gadewch i'r plant gael eu byrbryd y tu allan.
- **Crëwch gelf natur** – Gadewch i'r plant gasglu adnoddau naturiol fel creigiau, brigau, dail a rhisgl a gadewch iddyn nhw greu gwaith celf.
- **Chwaraewch Tag Fflach lamp** – Gall y plentyn sydd 'ymlaen' dagio'r lleill trwy ddefnyddio'r fflach lamp yn lle eu tagio.

Adeiladu Deniau/Ffeuau:

Mae plant wrth eu bodd yn adeiladu deniau/ffeuau; mae'r profiad yn eu cyffroi ac yn bwydo eu dychymyg a'u creadigrwydd. Mae'r broses o fynd ati i adeiladu deniau/ffeuau'n hybu llawer o fanteision datblygiadol gan gynnwys meddwl rhesymegol, sgiliau datrys problem a sgiliau llythrennedd a rhifedd. Mae plant yn archwilio ac yn profi gwahanol sefyllfaoedd, megis tywyllwch, sut mae'n teimlo i fod mewn mannau caeedig ac ystod o deimladau ac emosiynau. Bydd plant yn adeiladu deniau/ffeuauyn unrhyw le ac yn defnyddio unrhyw beth i'w creu, gan gynnwys ystod eang o adnoddau a phropiau. Gadewch iddynt fod yn greadigol a defnyddio eu dychymyg: efallai y byddant am i'w den/ffau fod yn dwnsiwn neu'n ogof, balŵn aer-poeth neu long ofod. Mae eu dychymyg yn rhedeg yn wyllt pan aent ar goll yn eu chwarae. Rydym yno i'w cefnogi trwy sicrhau bod y ardal yn ddiogel ac yn rhydd o rwystrau; i godi a chario adnoddau, dal pethau drostynt, clymu rhaffau, ac ati.

Syniadau adnoddau ar gyfer Adeiladu Den/Ffau Awyr Agored:

- Pren
- Deunydd/dalennau/parasiwtiau/bocsys cardfwrdd
- Rhaff
- Pegiau/pegiau pabell
- Ffonau/polion bambŵ
- Sgwariau carped, rygiau, blancedi
- Rhwydo
- Morthwyl a Hoelion

Pethau i'w Addurno

- Paent
- Cratiau
- Ffaglau
- Dail
- Llinyn
- Canghennau
- Goleuadau llinyn wedi'u pweru gan fatri

Awgrym: *Peidiwch â chymryd drosodd chwarae'r plant. Gadewch iddyn nhw arbrofi. Mae angen iddyn nhw wneud penderfyniadau drostynt eu hunain a chael profiadau uniongyrchol eu hunain er mwyn datblygu eu sgiliau cymdeithasol, corfforol, emosiynol a sgiliau bywyd.*

Rhannau Rhydd mewn Natur

Rhannau rhydd yw deunyddiau y gellir eu symud, eu cario, eu cyfuno, eu hailgynllunio, eu rhoi mewn llinellau, a'u tynnu'n ddarnau a'u rhoi yn ôl at ei gilydd mewn sawl ffordd.

Pan fydd plant yn chwarae yn eu hamgylchedd naturiol, mae ganddynt fynediad at ystod eang o rannau rhydd naturiol – mae'n un o fanteision mawr chwarae yn yr awyr agored, gan hyrwyddo defnyddio dychymyg, creadigrwydd a sgiliau datrys problem y plant.

Un o agweddau gorau a mwyaf cyffrous rhannau rhydd naturiol yw y gallant amrywio o dymor i dymor. Er enghraifft, yn y gaeaf byddai gan blant fynediad at rew, aeron a moch coed, ac yn yr haf glaswellt newydd ei dorri, blodau ac ati. Mae hyn yn cefnogi plant i ddatblygu dealltwriaeth o'u hamgylchedd eu hunain a'r gwahaniaethau rhwng tymhorau. Mae mynediad at ystod o amgylcheddau gwahanol, fel coetiroedd, y traethau, caeau a pharciau hefyd yn cynnig ystod ehangach o rannau rhydd naturiol i blant chwarae gyda nhw.

Enghreifftiau o Rannau Rhydd Naturiol

- Plu
- Cerrig
- Cregyn
- Moch coed
- Dail
- Mwsogl
- Concers
- Hadau
- Blodau
- Rhew
- Tywod
- Brigau bychain

Am fwy o syniadau chwarae, ewch i:

Syniadau Chwarae ac Ysbrydoliaeth – Cewch ysbrydoliaeth a chyfle i archwilio syniadau eraill a all rhoi hwb i greadigrwydd a chefnogi datblygiad eich darpariaeth chi.

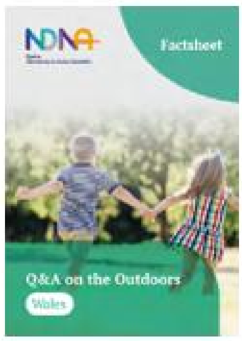
Manteision Chwarae Natur – Mae'r adnodd yma ar gyfer dysgwyr ifanc ac yn amlygu manteision cysylltu â natur fel rhan allweddol o ddatblygiad plentyndod iach. Mae'n cynnig ystod o brofiadau awyr agored sy'n cyd-fynd â'r Cwricwlwm i Gymru, gan ddarparu cyfleoedd i blant i ddysgu a datblygu amrywiaeth o sgiliau gan ddefnyddio natur.

Gweithgareddau awyr agored syml i deuluoedd – Darganfyddwch fanteision treulio amser yn yr awyr agored a chymryd rhan mewn gweithgareddau hwyliog a syml y gall teuluoedd eu mwynhau gyda'i gilydd.

10 Tip Gorau ar gyfer Defnyddio'r Awyr Agored ar Gyllideb – Taflen ffeithiau Cymru – NDNA – 10 tip gorau ar gyfer datblygu'ch defnydd o'r awyr agored heb wario llawer o bres.

Profiadau Ymgysylltiol: Prosiect Garddio – Taflen ffeithiau Cymru – NDNA – Mae plant ifanc yn chwilfrydig i ddysgu am yr amgylchedd o'u cwmpas, ac mae garddio yn cynnig cyfle iddynt archwilio arogleuon, synhwyrau a blasau gwahanol. Defnyddiwch y daflen hon i ddarganfod garddio gyda'ch plant.

Profiadau Ymgysylltiol: Darganfod Gwynt a Hedfan – Taflen ffeithiau Cymru – NDNA – Mae awyr, gwynt a hedfan yn ddiddordebau cyffredin i blant ifanc. Defnyddiwch y daflen hon i ddarganfod gwynt gyda'ch plant.



C&A ar yr Awyr Agored – Taflen ffeithiau Cymru – NDNA – Darllenwch brofiadau a rennir gan ymarferydd blynyddoedd cynnar ar ddatblygu'r awyr agored yn eu lleoliadau.

Cylchlythyr Clybiau Plant Cymru – Gwanwyn 2024: Natur - Mae aelodau Clybiau Plant Cymru Kids' Clubs hefyd yn gallu cael mynediad at amrywiaeth o syniadau chwarae yn yr awyr agored ac yn seiliedig ar natur yn ardal adnoddau'r wefan,

megis: Tyfwch Eich Gwledd Eich Hun, Parth Natur, Canllaw Adeiladu Deniau/Ffeuau, Chwarae gyda'r Elfennau – Cardiau Adnoddau: [Chwarae y Tu Allan a Chwilota ym Myd Natur Adnoddau - Clybiau Plant Cymru (CY)]

[Gadewch i ni wlychu a mynd yn flêr] – Archwiliwch syniadau chwarae dŵr hwyliog a syml sy'n ymgysylltu â phlant trwy gydol y flwyddyn, glaw neu haul, gan ddefnyddio eitemau cartref bob dydd.

Taflenni Syniadau Tymhorol – Ydych chi'n chwilio am brofiadau tymhorol newydd i'w rhannu gyda'r plant? Beth am lawrlwytho'r taflenni syniadau canlynol:

- [Gaeaf]
- [Gwanwyn]
- [Haf]
- [Hydref Rhan 1] / [Hydref Rhan 2]

3. Tynnu sylw at Chwarae Cynhwysol

Mae chwarae yn yr awyr agored yn hanfodol i bob plentyn, gan gynnwys y rhai ag anghenion dysgu ychwanegol, gan ei fod yn cynnig cyfleoedd cyfoethog ar gyfer archwilio synhwyraidd, datblygiad corfforol a rhyngweithio cymdeithasol. Mae treulio amser yn yr awyr agored yn cefnogi amrywiaeth o arddulliau dysgu ac yn gallu helpu i leihau pryder, meithrin hyder, ac annog annibyniaeth. Mae'n hollbwysig bod plant ag anghenion ychwanegol yn cael eu cynnwys yn llawn mewn gweithgareddau awyr agored, gyda chynllunio gofalus ac adnoddau hyblyg yn sicrhau bod pawb yn gallu cymryd rhan a chael budd. Nid yn unig y mae chwarae cynhwysol yn yr awyr agored yn cefnogi datblygiad unigol, ond mae hefyd yn meithrin ymdeimlad o berthyn a chydraddoldeb o fewn y grŵp.

Darllen pellach:

- Newyddlen Cwlwm – Tymor yr Hydref 2024 – Cefnogi ADY mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar, gofal plant a gwaith chwarae.
- Blog: Ddeddf Anghenion Dysgu Ychwanegol (ADY) a'r Cod ADY

4. Dathlu Chwarae: Straeon Go Iawn o'r Sector

Mae'r straeon hyn yn amlygu sut y gall bod yn yr awyr agored helpu plant i feithrin hyder, datblygu sgiliau corfforol, a chysylltu â'r byd o'u cwmpas. Mae chwarae yn yr awyr agored hefyd yn cynnig cyfleoedd ar gyfer creadigrwydd, datrys problemau, a rhyngweithio cymdeithasol. Trwy rannu'r straeon hyn, rydym yn dathlu gwerth chwarae yn yr awyr agored o fewn y sector blynyddoedd cynnar, gofal plant a gwaith chwarae.

Darganfyddwch hud chwarae yn yr awyr agored gyda Ffrindiau'r Goedwig

Yn ystod gwyliau'r Pasg, roedd un o'n Swyddogion Hyfforddi, Jacqui John yn ddigon lwcus i gael cyfle i gymryd rhan mewn diwrnod Datblygiad Proffesiynol Parhaus (DPP) ysbrydoledig gyda Ffrindiau'r Goedwig – sef, lleoliad awyr agored dwyieithog sydd wedi'i gofrestru'n ddiweddar gydag Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC). Mae'r lleoliad wedi lleoli yng nghanol byd natur, mae'n fan lle caiff natur a bywyd gwyllt nid yn unig ei groesawu, ond ei ddathlu.

Lleolir Ffrindiau'r Goedwig ymhlith y coed, yn yr awyr agored. Clywir hyrddiau o chwerthin yn adleisio drwy'r coed, wrth i ddychymyg y plant gael eu meithrin, yn ogystal â'u sgiliau cymdeithasol; a chaiff cariad at natur ei blannu'n ddwfn yn y chwarae. Seilwyd y lleoliad ar un egwyddor syml, ond pwerus, sef: chwarae heb derfyn. Neu fel dywedodd perchennog angerddol y lleoliad, Maria mewn modd hyfryd:

> ***"Mae gan y plant rhyddid heb derfynau i atal eu dychymyg neu eu chwarae. Mae yna gyfle i gymdeithasoli, cymryd risgiau, cysylltu â phobl, plant eraill a natur. Heb hyn, gall arwain at broblemau gyda chyfeillgarwch a chreu grwpiau cymdeithasol."***

Adleisiwyd teimlad o ryddid ym mhob ôl troed mwdlyd, pob coeden wedi'i ddringo, a phob dyfyniad daw o galon y plant. Pan ofynnwyd beth oedd rhan gorau'r diwrnod, daeth yr atebion hyderus:

> ***"Creu ffrindiau newydd."***

> ***"Cael y rhyddid i'w gwneud beth rydyn ni eisiau."***

> ***"Defnyddio'r microsgop!"***

> ***"Chwarae mig."***

Mae'r momentau bach hyn yn dweud llawer am beth mae chwarae'n meddwl mewn gwirionedd i blant - archwilio, cysylltu, chwilfrydedd a llawenydd.

Felly, beth mae chwarae yn golygu i ni yng Nghlybiau Plant Cymru Kids' Clubs?

Chwarae yw'r ffordd y gall blant gwneud synnwyr o'r byd. Chwarae yw eu hiaith nhw, eu harbrawf, eu hantur. Mae'n helpu nhw meithrin perthnasau, hyder a gwytnwch. Mae'n rhoi cyfle iddyn nhw gymryd risgiau mewn amgylchedd diogel a chefnogol, yn enwedig mewn lleoliadau naturiol a'r awyr agored, lle nad yw terfynau yn cael i'w diffinio gan waliau concrit, ond gan goed a dychymyg.

Yr awyr agored – pam?

Oherwydd bod natur yn gallu rhoi profiad llawnach, llai rhagweladwy, a llawn synhwyraidd nag y gallai unrhyw fan dan do cynnig. Mae chwarae yn yr awyr agored yn annog datblygiad corfforol, sgiliau datru problemau, rheoli emosiynau, a chysylltiad dyfnach gyda'r byd o'u cwmpas. Mae hefyd yn rhoi man i'r plant i fod eu hunain, i gymryd risgiau, ac i ddatblygu, ym mhob ystyr o'r gair.

Fel pobl broffesiynol, nid cyfle i weld arferion da ar waith yn unig oedd treulio amser yn Ffrindiau'r Goedwig; roedd yn atgof opam rydym yn wneud beth rydym ni'n ei wneud. Wnaeth y profiad rhoi hwb i'n hysbrydion, ac adnewyddu ein hymrwymiad i ddathlu chwarae a arweinir gan blant ar hyd a lled Cymru.

Gadawon ni gyda sgidiau mwdlyd, gyda'n calonnau'n curo, ac ymdeimlad newydd o bwrpas. Diolch o galon i'r tîm yn Ffrindiau'r Goedwig am y croeso cynnes ac am ddangos i ni beth sy'n bosibl pan roddir rhyddid i blant ffynnu.

Mae **Helen Greenwood o Ysgol Feithrin Pontypŵl** yn rhannu sut mae'r Cylch Meithrin wedi datblygu eu gofodau tu mewn a thu allan: [Astudiaeth Achos Ysgol Feithrin Pontypŵl]

Ysgol Feithrin Pontypŵl

mudiad meithrin

Mae **Emma Healy o Feithrinfa Gogerddan** yn trafod yr ardal arddio: [Astudiaeth Achos Meithrinfa Gogerddan, Penrhyncoch, Aberystwyth]

Case Study

Gogerddan Garden – gardening and growing

Who we are?

Emma Healy tells us why they love gardening

cwlwm

Mae **Kayleigh Bickford, aelod o staff Mudiad Meithrin**, yn rhannu ei phrofiad o gwblhau'r cymhwyster newydd [Bod Tu Allan], cwrs arbenigol sy'n canolbwyntio ar chwarae a dysgu yn yr awyr agored.

mudiad meithrin

Case Study

Being Outdoors Level 3 Certificate

Mae'r [blog] hwn gan warchodwr blant sydd newydd gofrestru yn dilyn cyfres o hyfforddiant ar Rifedd yn y Blynyddoedd Cynnar a hwyluswyd gan PACEY Cymru. Roedd un o'r sesiynau'n canolbwyntio'n benodol ar chwarae yn yr awyr agored, ac yn y blog hwn mae'r gwarchodwr yn rhannu enghreifftiau, gan gynnwys defnyddio teiars gwibgart, hen lywiau a hambyrddau archwilio. *"Mae fy ardal awyr agored yn ddelfrydol ar gyfer defnyddio cariad y plant at natur a'r awyr agored i danio eu dychymyg a chaniatáu cyfleoedd ar gyfer dysgu ac atgyfnerthu'r holl sgiliau a drafodwyd yn y sesiynau."*

5. Mewnwelediadau gan Arbenigwyr

Mae **Elizabeth Jarman, Arbenigwraig Amgylcheddau Dysgu**, yn rhannu ei phrofiad o weithio mewn partneriaeth â rhieni a gofalwyr i'w hymgysylltu i gefnogi profiadau synhwyraidd cyffyrddol plant. Darllenwch fwy yma.

Mae **Leo Holmes, Swyddog Arweiniol Polisi ac Eiriolaeth, Blynyddoedd Cynnar Cymru**, yn trafod pwysigrwydd polisïau teithio llesol Llywodraeth Cymru i hyrwyddo cymunedau mwy diogel i blant a theuluoedd. Mae'r blog yn mynd i'r afael â pham ei bod yn bwysig ystyried anghenion iechyd a lles plant wrth lunio polisïau ehangach, gan greu dyfodol sydd wedi'i wreiddio mewn mynediad cyfartal at gyfleoedd datblygiad iach.

Yn 2021 cyhoeddodd Blynyddoedd Cynnar Cymru gyfres dau ran ar bwysigrwydd chwarae mentrus a datblygu sgemâu yng nghylchgrawn Smalltalk. **Ysgrifennwyd yr erthyglau gan Dr Amanda Thomas a Pavla Boulton, Prifysgol De Cymru, Casnewydd** gyda'r bwriad o gefnogi ac ysbrydoli Addysgwyr Plentyndod Cynnar ac ymarferwyr Plentyndod Cynnar dan hyfforddiant ym maes addysg blynyddoedd cynnar a phlentyndod cynnar, i ddatblygu gwybodaeth a dealltwriaeth o sut i gefnogi datblygiad sgematig plant gan ddefnyddio rhannau rhydd a chwarae mentrus, trwy gael mynediad i'r amgylchedd naturiol awyr agored.

Rydym yn falch iawn o rannu gyda chi fersiynau wedi'u diweddaru o'r ddwy erthygl hyn, sydd bellach yn cynnwys y Rhagair arbennig canlynol gan yr awduron.

Mae profiadau plentyndod cynnar yn chwarae rôl mor hanfodol yn natblygiad plentyn ac mae'r tri llinyn (mannau awyr agored naturiol, chwarae mentrus a rhannau rhydd, a datblygiad sgematig) yn edau aur mewn ymarfer plentyndod cynnar. Mae rhai eu gweld yn amharu ar y disgwrs traddodiadol o addysgu, ond mae ganddynt y pŵer i ddod â ffordd gyfannol o feddwl am eich ymarfer sy'n cefnogi plant ifanc i ddatblygu a dysgu mewn ffyrdd sy'n cefnogi ble maen nhw arni ar hyn o bryd, ac yn golygu rhywbeth iddyn nhw.

Mae'r erthyglau yn bwriadu creu lens amgen i ymarferwyr fynd â phlant i amgylcheddau naturiol lle gallant gymryd risgiau trwy eu chwarae, trylifo'r

dysgu ar eu cyflymder nhw eu hunain, lle gallant gysylltu â mannau awyr agored; a thrwy'r cysylltiad hwnnw, meithrin eu sgemâu. Darperir crynodeb o wahanol sgemâu deinamig yn yr ail erthygl ac mae'r esboniadau hyn yn bwysig i gefnogi eich dealltwriaeth. Fodd bynnag, darperir dolenni pellach o fewn yr erthyglau, i adnoddau a fydd yn rhoi mwy o fanylion i chi ar sut i adnabod sgemâu, syniadau ymarferol i'w meithrin a'r damcaniaeth i helpu i gyfiawnhau eich dewisiadau, gan ryddhau addysgu a dysgu. Gellir dod o hyd i'r dolenni yn yr adnoddau ar-lein am ddim a restrir isod. Fel rhan o'r adnoddau hyn, anogir ymarferwyr i fyfyrio ar eu hymarfer a mabwysiadu ffyrdd newydd o feddwl, sy'n blaenoriaethu'r *broses* o ddysgu, nid y canlyniad.

Rydym yn gobeithio, wrth i chi ddarllen yr erthyglau byddwch yn dod o hyd i eiliadau o ysbrydoliaeth a'ch bod yn cael eich annog i fyfyrio ar eich ymarfer ac efallai rhoi cynnig ar rywbeth sy'n herio'r dull traddodiadol. Dros amser, wrth i chi archwilio ac ehangu eich ymarfer eich hun, rydym yn gobeithio y byddwch chi'n datblygu argyhoeddiad i weithio ar gyflymder y plentyn a chaniatáu iddynt yr amser iddynt fyfyrio ar y dysgu, gan wneud y gorau o ddysgu mewn mannau awyr agored, lle gallant gysylltu â natur, datblygu eu sgemâu, gwneud synnwyr o'r byd, datblygu 'Cynefin', a'u ymdeimlad o le a pherthyn iddo.

I lawrlwytho'r erthyglau ewch i: https://www.earlyyears.wales/cy/dysgu-sylfaen neu defnyddiwch y cod QR:

6. Asesiad Risg-Budd yn yr Awyr Agored

Gan ein bod ni nawr yng nghanol misoedd yr haf, mae'n sicr y bydd plant yn manteisio i'r eithaf ar eu hamser yn yr awyr agored, felly roedden ni eisiau manteisio ar y cyfle hwn i'ch atgoffa am bwysigrwydd cwblhau asesiadau risg-budd ar gyfer mannau chwarae awyr agored i helpu i gadw plant yn ddiogel. Gall risgiau fod yn gysylltiedig â llawer o ardaloedd a geir yn yr amgylchedd awyr agored, gan gynnwys potiau planhigion uchel, cafnau dŵr, ceginau mwd a phyllau tywod, a llawer mwy. Er bod risg yn rhan hanfodol, naturiol a gwerthfawr o chwarae plant, pwrpas cwblhau asesiadau risg yw nodi unrhyw beryglon posibl, gwerthuso tebygolrwydd a difrifoldeb unrhyw niwed y gallent ei achosi a gweithredu mesurau rheoli i leihau neu ddileu risgiau o'r fath. Gall bod yn rhagweithiol yn eich dull helpu i atal unrhyw ddamweiniau a digwyddiadau, sydd yn y pen draw yn creu amgylchedd mwy diogel i bawb.

Mae Fforwm Diogelwch Chwarae (FDC), a ffurfiwyd ym 1993, yn bodoli i ystyried a hyrwyddo lles plant a phobl ifanc drwy sicrhau cydbwysedd rhwng diogelwch, risg a her o ran darpariaeth chwarae a hamdden.

Chwarae Cymru yw'r elusen chwarae genedlaethol ar gyfer chwarae plant yng Nghymru ac mae'n hyrwyddo angen a hawl pob plentyn i chwarae. Maent yn cydnabod mai chwarae yw un o agweddau pwysicaf bywydau plant a bod plant yn gwerthfawrogi amser, rhyddid a mannau o safon i chwarae. Maent hefyd yn cydnabod bod plant yn naturiol yn chwilio am risg ac ansicrwydd yn eu chwarae.

Mae'r Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (AGID/HSE) a'r Fforwm Diogelwch Chwarae wedi cyhoeddi datganiad lefel uchel ar y cyd i hyrwyddo dull cytbwys o reoli risg mewn chwarae plant – Chwarae a Hamdden Plant – gan hyrwyddo dull cytbwys. Mae'r datganiad yn pwysleisio '*Mae chwarae'n wych ar gyfer lles a datblygiad plant. Wrth gynllunio a darparu cyfleoedd chwarae, y nod yw nid dileu risg, ond pwyso a mesur y risgiau a'r manteision.*

Ni fydd unrhyw blentyn yn dysgu am risg os yw wedi'i lapio mewn gwlân cotwm'.

Mae angen rhaglen reolaidd o gynnal a chadw ac archwilio ar fannau chwarae. Bydd amlder yr archwiliadau yn amrywio yn seiliedig ar faint y gofod, faint o offer, a'r lleoliad a'r adnoddau sydd ar gael. Gall archwiliadau gynnwys:

- **Archwiliadau cynnal a chadw** – archwiliadau gweledol dyddiol neu wythnosol ynghyd â chael gwared ar sbwriel a malurion.
- **Archwiliadau gweithredol arferol** – tua phob tri mis i brofi rhannau symudol ac offer.
- **Archwiliadau technegol blynyddol** – a argymhellir gan y Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau (GFAD) a'r Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (AGID).

Mae Rheoli Risg mewn Darpariaeth Chwarae: Canllaw Gweithredu yn dangos sut y gall darparwyr chwarae ddatblygu dull o reoli risg sy'n ystyried manteision profiadau chwarae heriol i blant a phobl ifanc, yn ogystal â'r risgiau. Mae'n dechrau o'r safbwynt er bod arbenigedd a chyngor allanol yn werthfawr, yn y pen draw y darparwr gofal plant sy'n gyfrifol am wneud penderfyniadau.

Mae Fforwm Diogelwch Chwarae (PSF) a Chwarae Cymru yn cynnig amrywiaeth o adnoddau sy'n codi ymwybyddiaeth am bwysigrwydd chwarae i blant ac yn cynnig canllawiau arfer da ar amrywiaeth o bynciau ynghylch darparu cyfleoedd i chwarae wrth reoli risgiau hefyd. Gweler ragor o wybodaeth yma: Chwarae Cymru - Chwarae a Risg.

Efallai yr hoffech ymweld â llyfrgell adnoddau Chwarae Cymru hefyd, sydd â phecynnau cymorth ac adnoddau defnyddiol a all eich helpu i reoli risgiau. Gellir dod o hyd i'r llyfrgell adnoddau yma: Chwarae Cymru - Llyfrgell Adnoddau.

Mae adran Diogelwch Chwarae GFAD hefyd yn darparu cyngor a gwybodaeth ar reoli meysydd chwarae a diogelwch mannau chwarae dan do ac awyr agored, ac ar gyfer amrywiaeth o offer o byllau peli i offer chwarae tywod ac offer chwarae pren: Cyngor a Gwybodaeth GFAD.

7. Tipiau Gorau: Diogelwch yn yr Haul

Mae golau'r haul yn bwysig i'r corff gael fitamin D. Mae arnom angen fitamin D i helpu'r corff amsugno calsiwm a ffosffad o'n deiet.

Mae'r mwynau hyn yn bwysig ar gyfer esgyrn, dannedd a chyhyrau iach. Mae croen plant ifanc yn fwy sensitif na chroen oedolion, ac mae llosg haul difrifol yn ystod plentyndod yn gallu arwain at ddatblygiad melanoma maleisus (y math mwyaf peryglus o ganser y croen) yn ddiweddarach mewn bywyd.

Felly, mae'n bwysig eich bod yn cymryd camau i ddarparu mesurau diogelwch rhag yr haul i amddiffyn pob babi a phlentyn wrth fwynhau gweithgareddau mewn tywydd heulog.

- Gwnewch yn siŵr bod plant yn gwisgo het haul bob amser pan fyddant y tu allan mewn tywydd heulog. Yn ddelfrydol, dylai'r het fod o ddyluniad 'legionnaires' (h.y. gydag estyniad i gefn ac ochrau'r het i gysgodi gwddf a chlustiau'r plentyn rhag yr haul) i ddarparu amddiffyniad ychwanegol
- Cadwch fabanod allan o lygad uniongyrchol yr haul – mae eu croen yn rhy denau ac yn rhy sensitif cyn iddynt gyrraedd chwe mis oed, felly mae'n bwysig eu cadw yn y cysgod. Peidiwch â'u gosod yn uniongyrchol ar y ddaear rhag ofn ei bod yn rhy boeth
- Gweithiwch gyda rhieni i sicrhau bod eli haul priodol yn cael ei ddarparu; labelwch boteli eli haul unigol. Gwiriwch y lefelau a'r dyddiadau dod i ben yn rheolaidd
- Gwnewch yn siŵr bod pob plentyn wedi rhoi / ail-roi haen o eli haul cyn chwarae yn yr awyr agored yn yr haul
- Crëwch 'orsaf haul' gydag eli haul y plant, fel bod rhieni'n gallu rhoi eli ar eu plant wrth gyrraedd, os nad ydynt wedi gwneud hynny gartref. Gall plant hŷn ddefnyddio'r orsaf haul i roi haen ychwanegol o eli haul yn ystod y dydd

- Darparwch gysgod yn eich mannau awyr agored, gan ddefnyddio hen gynfasau wedi'u pinio i waliau neu ffensys
- Darparwch digon o ddŵr oer i blant yfed. Monitrwch lefelau yfed ac atgoffwch plant prysur i yfed yn gyson
- Anogwch rieni i ddarparu dillad cotwm ysgafn sy'n addas ar gyfer yr haul, gyda llewys hir a choesau hir
- Peidiwch mynd â phlant allan yn yr haul rhwng 11.00yb a 3.00yp o fis Mawrth i fis Medi, fel y cynghorir gan GIG yn eu gwybodaeth am 'Eli Haul ag Amddiffyn rhag yr Haul'
- Gall pramiau, teganau ac adnoddau y tu allan fynd yn boeth iawn yn yr haul, felly cadwch nhw yn y cysgod a, lle bo'n bosibl, gwiriwch nhw'n rheolaidd i sicrhau nad yw'r offer yn rhy boeth i blant eu defnyddio. Mae llithrennau metel poeth yn enwedig yn debygol o achosi llosgiadau
- Ceisiwch gadw'ch adeilad mor oer â phosibl, gan ddefnyddio systemau awyru, ffannau a thynnu'r llenni neu'r bleindiau i gadw golau'r haul cryf allan
- Cofiwch fod yn wyliadwrus am arwyddion trawiad gwres. Os yw plentyn yn dechrau ymddwyn yn wahanol i'r arfer, yn ymddangos yn llipa neu'n flinedig yn sydyn, dylech eu hoeri gyda lliain gwlyb, dŵr oer, diodydd, a defnyddio ffan os oes un ar gael. Os oes gennych unrhyw bryderon, cysylltwch â gweithiwr iechyd proffesiynol.

8. Adnoddau a Dolenni

Mae cyfoeth o hyfforddiant a gwybodaeth ar gael ynghylch pwysigrwydd chwarae. Dyma rai dolenni defnyddiol:

Ar 11.6.2025, dathlwyd yr ail Ddiwrnod Chwarae Rhyngwladol, gyda'r thema *"Dewiswch chwarae – bob dydd"*. Ail gadarnhaodd Llywodraeth Cymru ei hymrwymiad i hawliau plant drwy gyhoeddi fersiynau cyfeillgar i blant o Adroddiad Cynnydd ar yr Adolygiad Gweinidogol o Chwarae, ynghyd ag animeiddiad llawn gwybodaeth, ac mae'n parhau i gydweithio ag awdurdodau lleol i wella cyfleoedd chwarae cynhwysol, gyda chefnogaeth o £5 miliwn mewn cyllid cyfalaf.

Amgylcheddau Ysbrydoledig – wedi'i ddatblygu mewn partneriaeth ag Elizabeth Jarman, bydd y pecyn cymorth hwn o ddiddordeb i unrhyw un sy'n gweithio ym maes gofal plant ac sydd â diddordeb mewn datblygu amgylcheddau sy'n cefnogi lles, dysgu a datblygiad plant. Mae'n cynnwys syniadau, ysbrydoliaeth ac offer i gefnogi ymarferwyr newydd a phrofiadol.

Taniwch chwilfrydedd plant trwy olau – Darganfyddwch sut i danio chwilfrydedd plant a chefnogi eu datblygiad drwy gefnogi'r gwaith o ddarganfod golau a chysgod mewn amgylcheddau blynyddoedd cynnar.

[Pŵer Chwarae](#) – Adnodd dysgu digidol dan arweiniad Kym Scott, AM DDIM i leoliadau gofal ag addysg y blynyddoedd cynnar.

[Chwarae a hwyl i'r teulu ym myd natur](#) – Syniadau gweithgareddau syml, awgrymiadau a chyngor i helpu i gadw diddordeb y plant a meithrin eu cysylltiad â natur.

[Pecyn Gweithgareddau Awyr Agored](#) – Cefnogi datblygiad iaith Gymraeg yn eich lleoliad.

[Chwarae Cymru](#) – Llawer o wybodaeth ddefnyddiol ar amrywiaeth o bynciau, gan gynnwys [ffilm fer](#) sy'n dangos plant yn chwarae yng Nghymru a Japan, i ddathlu llawenydd byd-eang chwarae.

Mae Cwlwm wedi cyhoeddi sawl newyddlen dros y blynyddoedd yn trafod pwysigrwydd chwarae. I ddarllen mwy, ewch i: [Newyddlenni | Cwlwm](#) ac edrychwch ar:

- Cylchlythyr Cwlwm – Tymor yr Haf 2020
- Cylchlythyr Cwlwm – Tymor yr Haf 2021
- Cylchlythyr Cwlwm – Tymor yr Haf 2022

9. Digwyddiadau ar y Gweill

Diwrnod Chwarae 2025

Diwrnod Chwarae yw diwrnod cenedlaethol chwarae, a ddethlir bob blwyddyn ledled y DU ar ddydd Mercher cyntaf mis Awst. Bydd Diwrnod Chwarae 2025 yn cael ei ddathlu ar **Ddydd Mercher 6 Awst.**

Thema Diwrnod Chwarae eleni yw ...Mannau ar gyfer Chwarae, gan dynnu sylw at bwysigrwydd hanfodol mannau hygyrch a chynhwysol lle mae gan blant a phobl ifanc gyfleoedd i chwarae'n rhydd, treulio amser a chysylltu â ffrindiau – a theimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi fel rhan o'u cymuned. I weld y datblygiadau diweddariadau diweddaraf ar ymgyrch eleni, dilynwch Facebook ac X a chymerwch ran gan ddefnyddio'r hashnodau #DiwrnodChwarae2025 a #MannauArgyferChwarae.

Y Diwrnod Chwarae hwn, galwch am fannau ar gyfer chwarae sydd:

- Yn gynhwysol ac yn groesawgar i blant a phobl ifanc o bob oed a gallu.
- Yn darparu mannau hygyrch, diogel a chwareus lle gall plant chwarae'n rhydd yn eu cymuned leol.
- Yn gwneud y mwyaf o gyfleoedd i chwarae mewn ysgolion, gofal plant, a lleoliadau ieuenctid.
- Yn cael eu llunio gan leisiau, anghenion a phrofiadau plant a phobl ifanc eu hunain.
- Cefnogi chwarae sy'n hyrwyddo hwyl, cyfeillgarwch, bod yn egnïol, mwynhau natur, ac adeiladu ymdeimlad cryf o berthyn.
- Annog teuluoedd, gofalwyr, a chymunedau i ddod at ei gilydd trwy chwarae ar draws cenedlaethau.

10. Llywodraeth Cymru – Diweddariad Cynnydd y Blynyddoedd Cynnar: Beth Sydd Wedi'i Wneud, Beth Sydd Nesaf

Ar 30 Mehefin cyhoeddodd Llywodraeth Cymru graffig blynyddol Cynllun Chwarae, Dysgu a Gofal Plentyndod Cynnar, yn nodi:

- yr hyn y bydd Llywodraeth Cymru yn parhau i'w wneud,
- yr hyn y mae Llywodraeth Cymru wedi'i wneud ers cyhoeddi'r cynllun ym mis Mawrth 2024 a,
- beth arall y bydd Llywodraeth Cymru yn ei wneud hyd at ddiwedd tymor y Senedd hon (Mai 2026).

Fel y mae Llywodraeth Cymru wedi dweud o'r blaen, ni allant gyflawni eu gweledigaeth ar eu pennau eu hunain ac eisiau manteisio ar y cyfle hwn i ddiolch i bawb sy'n gweithio yn y sectorau gofal plant, gwaith chwarae ac addysg feithrin am chwarae eu rhan yn yr hyn sydd wedi'i gyflawni hyd yma a'r hyn y gellir ei gyflawni erbyn diwedd tymor y Senedd hon.

Mae croeso i chi ledaenu'r infograffig i'ch cydweithwyr a rhwydweithiau ehangach.

11. Gorchymyn Gwarchod Plant ac Eithriadau Gofal Dydd (Cymru) 2010

Mae Llywodraeth Cymru wedi adolygu eu dogfen ganllawiau sy'n esbonio Gorchymyn Gwarchod Plant ac Eithriadau Gofal Dydd (Cymru) 2010.

Wrth i ni symud tuag at wyliau'r haf, adnewyddwch eich dealltwriaeth o'r Gorchymyn Eithriadau a nodwch a yw'ch darpariaeth haf wedi'i heithrio neu a yw'n ofynnol cofrestru gydag Arolygiaeth Gofal Cymru.
[Cofrestru fel darparwr gofal plant: eithriadau | LLYWODRAETH. CYMRU](#)

12. Gofalwn Cymru

Mae Gofalwn Cymru yn angerddol am gefnogi cyflogwyr ym maes gofal plant, chwarae a blynyddoedd cynnar.

Yn Gofalwn Cymru, gallwch:

- ychwanegu eich swyddi gofal gwag ar ein porthol swyddi
- lawrlwytho deunyddiau ac adnoddau marchnata
- cefnogi cyflogai i ddod yn Llysgenhadon Gofalwn
- rhannu eich stori ac ein helpu i drawsnewid dyfodol gofal.

Dysgwch fwy am sut gall Gofalwn Cymru eich cefnogi yn gofalwn.cymru neu anfonwch e-bost atom at cyswllt@gofalwn.cymru ac fe gysylltwn gyda chi i drefnu sgwrs.

www.cwlwm.org.uk

Mae partneriaeth Cwlwm yn cynnwys y sefydliadau isod:

CLYBIAU PLANT CYMRU KIDS' CLUBS
Bridge House, Station Road, Llanishen, Caerdydd CF14 5UW
Ffôn: 029 2074 1000 **E-bost:** info@clybiauplantcymru.org

BLYNYDDOEDD CYNNAR CYMRU
Uned 9, Centre Court, Treforest, Rhondda Cynon Taff, CF37 5YR
Ffôn: 029 2045 1242 **E-bost:** info@earlyyears.wales

MUDIAD MEITHRIN
Y Ganolfan Integredig, Boulevard de Saint-Brieuc, Aberystwyth, Ceredigion SY23 1PD
Ffôn: 01970 639639 **E-bost:** post@meithrin.cymru

NDNA CYMRU
NDNA Cymru, 3 Connaught House, Riverside Business Park, Ffordd Benarth, Conwy LL32 8UB
Ffôn: 01824 707823 **E-bost:** wales@ndna.org.uk

CORAM PACEY CYMRU
The Maltings, East Tyndall Street, Caerdydd, CF24 5EZ
Ffôn: 02920 351407 **E-bost:** cymru@corampacey.org.uk