

Chwarae Cymru

Play Wales



Chwarae a lles

Adolygiad o ymchwil diweddar i chwarae plant, polisi cymdeithasol ac ymarfer, gyda ffocws ar Gymru

Crynodeb

Diolchiadau

Hoffem ddiolch i Chwarae Cymru am gomisiynu'r ymchwil hwn ac i Lywodraeth Cymru am ei ariannu. Hoffem hefyd ddiolch i'r lluo o bobl, sy'n ormod i'w rhestru yma, sydd wedi ymateb i geisiadau am wybodaeth trwy e-bost neu trwy'r cyfryngau cymdeithasol a/neu sydd wedi rhannu gwaith sy'n berthnasol. Ni fydd defnyddio peiriannau chwilio academiaidd i ddod o hyd i lenyddiaeth yn cyflwyno popeth sydd ar gael bob tro, felly rydym hefyd wedi defnyddio profiad, arbenigedd a gwybodaeth llawer o bobl na fyddai eu gwaith wedi ei gynnwys fel arall.

Awduron: Wendy Russell, Mike Barclay a Ben Tawil

Mae'r **Dr Wendy Russell** wedi gweithio yn y sector chwarae ers dros 45 mlynedd, yn gyntaf ar feysydd chwarae antur yn Llundain, ac yna mewn rolau datblygu, hyfforddi, addysg ac ymchwil. Mae wedi gweithio gyda'r sector cyhoeddus, cymunedol a phreifat ar lefel leol, genedlaethol a rhyngwladol. Ar hyn o bryd, mae'n gweithio fel ymgynghorydd ac ymchwilydd i chwarae plant a gwaith chwarae, yn annibynnol ac ar ran Prifysgol Swydd Gaerloyw, ble y cyd-ddatblygodd a dysgu ar raglenni gradd ac ôl-radd ar chwarae plant a gwaith chwarae, a ble y cydsefydlodd gynhadledd ryngwladol, ddwyflynyddol 'Philosophy at Play'. Mae gan Wendy gysylltiad hirsefydlog, trwy Chwarae Cymru, gyda Dyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae Llywodraeth Cymru, yn ei datblygiad, gan gynnal pedwar prosiect ymchwil a chyd-drosglwyddo rhaglenni datblygiad proffesiynol ar gyfer awdurdodau lleol.

Mae **Mike Barclay** a **Ben Tawil** yn gweithio gyda'i gilydd fel Ludicology, i ddarparu ymgynghoriaeth, ymchwil a hyfforddiant ar chwarae plant. Ers cychwyn y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, mae Ben a Mike wedi bod yn ymchwilio ac yn datblygu dulliau ar gyfer 'cyflawni' digonolrwydd chwarae ar lefel cymdogaeth, awdurdod lleol a chenedlaethol, a hynny yng Nghymru a Lloegr. Mae Ben a Mike yn fentoriaid hefyd ar y rhaglen OPAL, sy'n gweithio i wella amserau chwarae mewn ysgolion cynradd. Mae Ben a Mike yn cyflwyno'n rheolaidd mewn cynadleddau cenedlaethol a rhyngwladol, maent wedi cynhyrchu lluo o ddogfennau canllaw ar bynciau'n cynnwys gwaith chwarae, digonolrwydd chwarae a rheoli risg, a chyhoeddwyd eu gwaith mewn cyfnodolion a adolygwyd gan gymheiriaid a chyfrolau a olygwyd. Cyn Ludicology, gweithiodd Ben mewn swyddi rheoli mewn dau faes chwarae antur, fel swyddog datblygu chwarae cenedlaethol i Chwarae Cymru, a darlithio ar raglenni plentyndod, chwarae a gwaith chwarae mewn Addysg Bellach ac Addysg Uwch. Mike oedd arweinydd digonolrwydd chwarae Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam am dros 10 mlynedd ac mae ei gefndir ym maes darpariaeth chwarae mynediad agored a gofal plant y tu allan i'r ysgol. Mae hefyd wedi cymhwyso fel gweithiwr chwarae, peiriannydd dylunio a hyfforddwr oedolion.

ISBN: 978-1-914361-17-3

© Chwarae Cymru

Cedwir pob hawl. Ni chaniateir atgynhyrchu unrhyw ran o'r cyhoeddiad hwn, ei gadw mewn cyfundrefn adferadwy na'i drosglwyddo drwy unrhyw ddull gan unrhyw berson heb ganiatâd ysgrifenedig y cyhoeddwr.

Cyhoeddwyd gan Chwarae Cymru, Tŷ Parc, Heol y Brodyr Llwydion, Caerdydd, CF10 3AF

Cynnwys

1.1 Cwmpas ac arddull	6
1.1.1 Nodyn ar iaith	7
1.2 Beth sydd wedi newid dros y 15 mlynedd diwethaf?	8
1.2.1 Ymchwil i chwarae plant	8
1.2.2 Newidiadau polisi	9
1.2.3 Geowleidyddiaeth, economeg fyd-eang a digwyddiadau eraill ar draws y byd	10
1.3 ‘Chwarae a lles’: pam y dewiswyd y teitl hwn	12
1.4 Gosod cyd-destun a fframio’r adolygiad (pennod 2)	13
1.4.1 Astudio plentyndod	14
1.4.2 Y plentyn cyffredinol, gwahaniaeth, anghydraddoldeb a chroestoriadedd	15
1.4.3 Plentyndod, chwarae a pholisi cymdeithasol	15
1.4.4 Chwarae plant fel mater o gyfiawnder gofodol	17
1.4.5 Lles plant a pholisi	18
1.4.6 Tuag at ddull galluogrwydd perthynol at les plant	19
1.5 Rôl chwarae yn lles plant (pennod 3)	20
1.5.1 Gwahanol chwaraewyr yn chwarae’n wahanol	21
1.5.2 Persbectifau perthynol ar esblygiad a niwrowyddoniaeth	22
1.5.3 Chwarae gyda symudiad a’r synhwyrâu	24
1.5.4 Chwarae gydag affaith/emosiwn	27
1.5.5 Rôl therapiwtig chwarae	28
1.5.6 Chwarae gydag eraill	29

1.5.7 Chwarae gyda phethau	30
1.5.8 Chwarae, lle a lles	32
1.5.9 Dod yn ôl at chwarae a lles	35
1.6 Chwarae plant heddiw (pennod 4)	36
1.6.1 Fframwaith a strwythur ar gyfer y bennod	37
1.6.2 Dirywiad mewn chwarae (y tu allan)?	38
1.6.3 Rhyddid bob dydd a chwarae'r tu allan	39
1.6.4 Chwarae yn ac o amgylch y cartref	44
1.6.5 Chwarae mewn gofodau digidol	46
1.6.6 Chwarae mewn darpariaeth dan oruchwyliaeth oedolion	47
1.6.7 Casgliad: rhoi cyfrif am chwarae	48
1.7 Cefnogi chwarae plant (pennod 5)	49
1.8 Dychwelyd at ddull galluogrwydd perthynol: sylwadau clo ar atebol-rwydd oedolion am chwarae plant	52
1.8.1 Dull galluogrwydd perthynol tuag at chwarae a lles	52
1.8.2 Model ar gyfer ystyried cyfrif-oldeb am chwarae plant: pedair cofrestr Amin	54
1.8.3 Dod â'r syniadau ynghyd â'r ymchwil a adolygwyd	55
Cyfeiriadau	58

Sylwer: mae'r grynodedb hon yn fersiwn sydd wedi ei haddasu ychydig o bennod gyntaf yr adolygiad llenyddiaeth llawn, sydd ar gael o:

www.chwarae.cymru/chwaraealles

Comisiynwyd *Chwarae a Lles: Adolygiad o ymchwil diweddar i chwarae plant, polisi cymdeithasol ac ymarfer, gyda ffocws ar Gymru* gan Chwarae Cymru, ac mae ei gyd-destun polisi'n un Cymreig. O'r cychwyn, mae llywodraeth ddatganoledig Cymru wedi mabwysiadu arddull seiliedig ar hawliau tuag at bolisi ar gyfer plant ac wedi gweithio mewn partneriaeth gyda Chwarae Cymru i ddatblygu polisi a strategaeth genedlaethol er mwyn cefnogi chwarae plant. Llywodraeth Cymru oedd y cyntaf yn y byd i wneud chwarae plant yn gyfrifoldeb statudol ar awdurdodau lleol trwy'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, sy'n rhan o Fesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010. Ar adeg cwblhau'r adolygiad llenyddiaeth hwn, mae'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae wedi bod yn weithredol ers deng mlynedd ac mae Llywodraeth Cymru'n cynnal Adolygiad Gweinidogol o Chwarae.

Felly, bwriad *Chwarae a Lles* yw darparu tystiolaeth gyfredol i hysbysu'r gwaith parhaus hwn. Mae hefyd yn darparu diweddariad i *Play for a Change: Play, policy and practice – a review of contemporary perspectives*, adolygiad llenyddiaeth a gynhaliwyd gan Stuart Lester a Wendy Russell ac a gyhoeddwyd gan y National Children's Bureau a Play England yn 2008. Cyflawnwyd y mwyafrif o'r ymchwil ar gyfer yr adolygiad rhwng Ebrill 2021 ac Ionawr 2023 ac mae'n adlewyrchu'r hyn oedd ar gael ar y pryd.

1.1 Cwmpas ac arddull

Gan ehangu ar *Play for a Change*, rydym wedi adolygu tri maes allweddol o ymchwil sy'n gyberthynol ac sy'n gorgyffwrdd:

- fframio a gosod yr ymchwil ar chwarae plant yn ei gyd-destun trwy edrych ar yr ymchwil diweddaraf i blentynod a pholisi cymdeithasol sy'n ymwneud â phlant (pennod 2)
- adolygu ymchwil cyfoes ar rôl chwarae yn lles plant (pennod 3) ac ar batrymau chwarae plant (pennod 4)
- adolygu agweddau tuag at gefnogi chwarae plant (pennod 5).

Rydym, yn bennaf, wedi tynnu ar ymchwil academiaidd, ond mewn mannau (er enghraifft mewn trafodaethau ar bolisi neu ymarfer) bu'n briodol hefyd adolygu'r llenyddiaeth 'lwyd' mewn dogfennau polisi ac eiriolaeth yn ogystal â gweithiau llenyddol ymarferwyr (yn enwedig ym mhenodau 2 a 5).

Mae chwarae plant wedi'i ymchwilio ar draws ystod eang o ddisgyblaethau academiaidd, yn cynnwys bioleg, astudiaethau esblygiadol, etholeg, niwrowyddoniaeth, seicoleg datblygiad ac addysg, seicoleg dyfnder (*depth psychology*), cymdeithaseg, daearyddiaeth, anthropoleg, llên gwerin, athroniaeth, astudiaethau polisi a mwy. Rydym wedi tynnu'n bennaf ar ymchwil empirig (yn enwedig ym mhenodau 3 a 4). Fodd bynnag, gan ein bod wedi anelu i daflu golwg beirniadol, ac o ystyried y pryderon a fynegwyd gan rai ysgrifenyddwyr ynghylch gwladychu yn ogystal â gor-ramantu chwarae plant gan eiriolwyr sy'n oedolion ac ymchwilwyr fel ei gilydd, rydym hefyd wedi defnyddio ymchwil a theori gysyniadol.

O ran daearyddiaeth, rydym wedi tynnu ar ymchwil a gynhaliwyd yng ngwledydd y byd lleiafrifol¹ fel y Deyrnas Unedig, Gogledd a Gorllewin Ewrop, Gogledd America ac Awstralia, gan fod hyn yn darparu data cymharol, yn

¹ Mae'r term 'byd lleiafrifol' yn cyfeirio at yr hyn a elwir yn fwy cyffredin yn wledydd 'datblygedig' neu 'Orllewinol', neu'n fwy diweddar, y Gogledd Byd-eang (*Global North*). Mae ei wrthwyneb, y 'byd mwyafrifol', yn cael ei alw'n hynny oherwydd bod y mwyafrif o boblogaeth y byd yn byw yn y gwledydd hynny y cyfeirir atynt yn aml fel rhai 'datblygol'. Er bod perygl i'r termau byd 'mwyafrifol' a 'lleiafrifol' or-symleiddio pethau, maent yn anelu i 'newid y pwyslais ar ein safbwyntiau ar y byd sy'n aml yn breintio materion a phoblogaethau "gorllewinol" a "gogleddol"' (Punch a Tisdall, 2012, td. 241).

enwedig ar batrymau chwarae a champau gweithredu i gefnogi chwarae plant. Wrth drafod materion demograffig neu bolisi, rydym wedi tynnu ar ddata o Gymru a'r DU. Buom yn agored i adolygu llenyddiaeth ar blant 0 i 18 mlwydd oed, er bod ambell ystod oedran wedi'i hymchwilio'n well nag eraill mewn ffyrdd sy'n amrywio ar draws y tri maes ymchwil allweddol.

Rydym wedi diffinio ymchwil 'diweddar' fel ymchwil a gyhoeddwyd ers 2005, er bod y mwyafrif o ffynonellau gryn dipyn yn fwy diweddar na hynny. Fel gyda daearyddiaeth, mae cyfredolrwydd a pherthnasedd ymchwil yn newid yn dibynnu os yw, er enghraifft, am bolisi, patrymau chwarae plant neu fuddiannau chwarae. At ei gilydd, rydym wedi defnyddio'r ffynonellau diweddaraf y llwyddom i gael hyd iddynt. Weithiau, ble fo'n berthnasol, rydym wedi cyfeirio at destunau clasurol sydd y tu allan i'r cyfnod amser hwn.

Rydym wedi cael mynediad i lyfrgelloedd tair prifysgol a defnyddio gwasanaeth Discovery EBSCO yn bennaf, peiriant chwilio academaidd cynhwysol sy'n cwmpasu'r rhan fwyaf o gronfeydd data academaidd perthnasol. Rydym hefyd, ar adegau, wedi defnyddio Google Scholar. Mae'r termau chwilio a ddefnyddiwyd yn rhy niferus i'w rhestru ac maent wedi'u seilio ar feysydd ymchwil penodol.

Gan fod y pynciau'n rhy eang ar gyfer adolygiad systematig, rydym wedi defnyddio arddull cyfunol, naratif a chreadigol.² Mae hyn wedi cynnwys chwilio am a dethol ffynonellau a defnyddio'r dull 'caseg eira' (dilyn i fyny ar gyfeiriadau perthnasol mewn erthyglau) er mwyn un ai ehangu neu fireinio ffynonellau. Mae'r agwedd naratif, greadigol yn galw am gyfuno ffynonellau yn themâu cysyniadol a defnyddio hyn i greu esboniad gwreiddiol. O ystyried yr ystod aruthrol o ymchwil i blentyndod a chwarae plant, mae'r hyn yr ydym wedi'i adolygu, o reidrwydd, yn rhannol ac, o ystyried ein diddordebau a'n arferion ymchwil ein hunain, mae ein dehongliad yn rhannol hefyd. Er inni wneud pob ymdrech i gynnwys ystod eang o safbwyntiau a'u beirniaid, rydym wedi tynnu ar amrywiaeth o ddulliau cysyniadol i'n helpu i drefnu'r deunydd gyda rhyw fath o gydlynid yn ogystal ag i'w ddehongli. At hynny, tra bo gan y tîm brofiad helaeth o ddarllen (a rhai ohonom o ddysgu) ar draws ystod eang o ddisgyblaethau academaidd a gwyddorau naturiol a chymdeithasol, rydym yn cydnabod pen draw ein gallu wrth ddehongli a chrynhoi ymchwil wyddonol gymhleth, er enghraifft fanylion niwroanatomeg a niwrogemeg. Rydym wedi gwneud ein gorau i gyflwyno adolygiad dilys o'r deunydd hwn, ond mae'n bosibl y ceir ambell gamfynegiant oherwydd ein diffyg gwybodaeth arbenigol.

1.1.1 Nodyn ar iaith

Mae iaith yn bwysig ac yn bwerus. Mae iaith dechnegol yn caniatáu i'r bobl hynny sy'n gweithio yn yr un maes gyfathrebu'n glir gyda'i gilydd. Ar yr un pryd, gall eithrio'r rheini sydd ddim yn arbenigwyr. Gall iaith dechnegol gynnwys, er enghraifft, fanylion am anatomeg yr ymennydd neu brosesau niwrolegol, neu gysyniadau damcaniaethol o ystod o ddisgyblaethau academaidd. Mae'n anodd peidio defnyddio'r iaith heb gam-gyfleu neu or-symleiddio prosesau a chysyniadau cymhleth. Mae'r ymchwil a adolygir yma'n defnyddio termau yr ydym wedi ceisio eu hegluro wrth inni eu cyflwyno gyntaf, ond mae'n bosibl y ceir manau ble nad yw hyn yn digwydd. Yn ogystal, rydym wedi darparu geirfa ar ddiwedd yr adolygiad.

Mae iaith yn bwysig a phwerus hefyd oherwydd ei bod yn berfformiadol. Hynny yw, yn aml fydd geiriau ddim yn disgrifio'n syml mewn ffyrdd niwtral, maent yn gweithredu i lunio ffyrdd penodol o ddeall sy'n aml yn cyfleu normau ac o ganlyniad 'abnormalrwydd' neu arallrwydd. Mae iaith yn newid dros amser wrth i bobl ddod i sylweddoli sut gall geiriau penodol un ai ddiddynoli, wthio i'r cyrion neu feirniadu'r rheini sydd ddim yn cydymffurfio gyda'r hyn a ystyrir yn normal neu sy'n cyflwyno hunaniaeth gadarnhaol.

² Montuori, 2005; Toracco, 2016

Un enghraifft yw priflythrennu'r term 'Du'. Mae'r dyfyniad isod yn rhoi blas inni o rym manylion o'r fath:

'mae du gyda "b" fach yn lliw, tra bod Du gyda "B" fawr yn cyfeirio at grŵp o bobl y ganed eu cyndeidiau yn Affrica, gafodd eu cludo i'r Unol Daleithiau yn erbyn eu hewyllys, a gollodd eu gwaed, eu chwys a'u dagrau i greu'r wlad hon i fod yn rym byd-eang ac ar yr un pryd lwyddo i greu gweithiau celf godidog, cerddoriaeth angerddol, darganfyddiadau gwyddonol, bwydydd bendigedig, a champweithiau llenyddol dirifedi. Pan fydd golygydd copi'n dileu'r "B" fawr, maent i bob diben yn dileu hanes a chyfraniadau fy mhobl.'³

Weithiau ceir anghytuno am derminoleg addas, ac mae'n anodd gwybod pa eiriau sy'n barchus a phriodol. Yn ogystal, yn aml iawn bydd yr iaith a ddefnyddir mewn llenyddiaeth academiaidd a phroffesiynol yn wahanol i'r iaith fyddai'n well gan rai aelodau o'r cymunedau sy'n cael eu disgrifio. Yn yr adolygiad hwn, rydym wedi ceisio defnyddio termau sy'n well gan y cymunedau yr ydym yn eu disgrifio, er nad yw'r dewisiadau a fynegir bob amser yn gyson. Mewn mannau, ac yn enwedig wrth ddyfynnu testunau, rydym wedi defnyddio'r iaith a geir yn yr erthyglau.

1.2 Beth sydd wedi newid dros y 15 mlynedd diwethaf?

Dros y 15 mlynedd ers cynnal ymchwil *Play for a Change* gwelwyd llawer o newidiadau a datblygiadau sy'n werth eu nodi, a hynny mewn ymchwil a digwyddiadau'n genedlaethol ac yn fyd-eang.

1.2.1 Ymchwil i chwarae plant

Gwelwyd twf sylweddol mewn diddordeb academiaidd mewn chwarae plant fel yr amlygir mewn cyfnodolion academiaidd newydd (er enghraifft, yr *International Journal of Play*, yr *American Journal of Play* a'r *International Journal of Playwork Practice*, sydd i gyd wedi'u sefydlu ers 2007); cyhoeddi nifer o lawlyfrau ar ymchwil academiaidd ar chwarae plant⁴ a llyfrau theori ar chwarae.⁵

Er bod corfforaethau rhyngwladol fel LEGO ac Ikea wedi bod yn buddsoddi mewn ymchwil i chwarae plant ers cryn amser, mae hyn wedi ehangu. Un enghraifft yw sefydlu Canolfan Ymchwil Chwarae mewn Addysg, Datblygiad a Dysg (PEDAL) a noddir gan y LEGO Foundation ym Mhrifysgol Caergrawnt. Un arall yw sefydlu The Real Play Coalition, yn Fforwm Economaidd y Byd 2018, a grëwyd ar y cyd gan Unilever (trwy frandiau 'Dirt is Good' Persil ac Omo), y LEGO Foundation, Ikea Group a National Geographic, a'r partneriaid presennol yw'r LEGO Foundation, Ikea Group, National Geographic, UNICEF ac Arup, sy'n gweithio mewn partneriaeth gyda Placemaking X a'r Resilient Cities Network.

Gwelwyd newidiadau hefyd, mewn dulliau cysyniadol a methodolegol tuag at astudio plentyndod a chwarae plant. Cyflwynodd *Play for a Change* syniadau oedd, ar y pryd, yn weddol radical oedd yn herio goruchafiaeth a detholrwydd y persbectif mai cyfraniad chwarae i blentyndod oedd helpu plant i symud ymlaen trwy gyfnodau datblygiadol tuag at oedolaeth. Er na wnaeth ddiystyru safbwynt o'r fath, cynigodd *Play for a Change* 'bersbectifau ychwanegol ar gysyniadau allweddol chwarae a datblygiad sy'n fwy cymhleth, gwahaniaethol a pherthynol'.⁶

Roedd y cysyniadau hyn yn cynnwys dull systemau sy'n ystyried datblygiad fel perthynas gytwys a chydblethedig o enynnau, corff ac amgylchedd, gydag esblygiad yn cwmpasu mwy nag etifeddiad genetidd, ac felly'n tarfu ar y cyfuniad natur/magwraeth deuaidd bythol. Yn ogystal, cyhoeddwyd *Play for a Change* fel yr oedd yr hyn a alwyd

³ Tharps (2014)

⁴ Er enghraifft, Brooker *et al.*, 2014; Johnson *et al.*, 2015; Pellegrini, 2011; Smith a Roopnarine, 2019

⁵ Mae rhywfaint o enghreifftiau'n cynnwys Cohen, 2019; Henricks, 2015a; Lester, 2020; Sicart, 2014; Smith, 2010; Sutton-Smith, 2017

⁶ Lester a Russell, 2008, td. 14

yn 'don newydd' o astudiaethau plentyndod yn ymddangos oedd hefyd yn anelu i edrych y tu hwnt i'r cysyniadau deuaidd clasurol o natur/diwylliant, oedolyn/plentyn, asiantaeth/strwythur tuag at ddull mwy perthynol.⁷

Dros y 15 mlynedd ganlynol, mae'r syniadau hyn wedi eu mabwysiadu a'u datblygu ymhellach gan ysgolheigion plentyndod ar draws yr hyn a elwir yn wyddorau naturiol a chymdeithasol (termau sydd ynddynt eu hunain yn creu gwahaniaeth deuaidd ac all gyfyngu ar weithio rhyngddisgyblaethol a thraws-ddisgyblaethol), sy'n aml yn tynnu ar gysyniadau o athroniaeth. Mae'r syniadau'n gymhleth ac yn anodd eu crynhoi heb eu gorsymleiddio. Er hynny, rydym yn awgrymu yma, yn y bennod gyflwyniadol hon, mai'r hyn sy'n cyd-gysylltu'r gwahanol linyddau hyn yw perthynoledd radicalaidd. Mae'r berthynoledd yma'n fwy na rhyngweithiad gwahanol organeddau, cyd-destunau a phrosesau. Nid oes gan ffenomena (er enghraifft, gofod, chwarae, cyrff a bywyd ei hun) ragfodolaeth sefydlog a phenodedig ond maent bob amser yn y broses o ddatblygu trwy ac ar ffurf cyfarfyddiadau. Mae cyfarfyddiadau o'r fath yn cynnwys y diriaethol, fel cyrff eraill (dynol, annynol, elfennaidd, sefydliadol), gwrthrychau materol, tirweddau, a hefyd y llai diriaethol, megis affeithiau, teimladau, dyheadau, yn ogystal â systemau a phrosesau (er enghraifft, calendrau, rheolau, codau ymddygiad, systemau gormes).⁸ Mae perthynoledd yn diganoli 'y plentyn'⁹ ac yn rhoi ffocws ar fywiogrwydd gwrthrychau materol, gan droi sylw ar sut y mae ffurfiau dynol a materol yn cydlunio ac yn cael eu llunio gan ei gilydd.¹⁰

Wrth inni gychwyn yr adolygiad hwn, roeddem wedi meddwl y byddem yn syml yn adrodd ar y tro perthynol hwn ochr yn ochr â safbwyntiau deuaidd a llinellol ar y byd, sy'n dal yn drech, sy'n canolbwyntio ar y bod dynol. Fodd bynnag, wrthi inni ymchwilio'r llenyddiaeth ar astudiaethau plentyndod, polisi, lles, chwarae a phatrymau chwarae plant, cododd perthynoledd fel elfen ganolog i'r naratif yr oeddem yn ei datblygu. Mae'r naratif hwnnw'n un o ddull galluogrwydd perthynol tuag at les.

1.2.2 Newidiadau polisi

Ar lefel polisi rhyngwladol, mae'r 15 mlynedd diwethaf wedi gweld cyhoeddi Sylw Cyffredinol Pwyllgor y Cenedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn ar Erthygl 31, hawl plant i chwarae, yn 2013. Ar draws y DU, gwelwyd cyflwyno'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae statudol yng Nghymru (sy'n gofyn i awdurdodau lleol asesu a sicrhau cyfleoedd digonol i blant chwarae) a chorfforiad statudol asesiadau digonolrwydd chwarae yn Yr Alban trwy Ddeddf Cynllunio (Yr Alban) 2019, ac mae gan dair gwlad ddatganoledig y DU eu polisiâu chwarae gweithredol eu hunain. Mae hyn yn cyferbynnu â llywodraeth y DU, ble cafodd Strategaeth Chwarae Lloegr ei dileu gan Lywodraeth newydd y Glymblaid yn 2010.

Efallai mai un o'r newidiadau mwyaf sylweddol mewn meddwl yn y 15 mlynedd ers *Play for a Change* yw o ran gwerthfaworgi perthnasedd mentrau polisi ehangach a'r perthnasau rhwng y rhain a gallu plant i chwarae. Mae newid o'r fath wedi codi trwy ystod o rymoedd cydberthynol, yn cynnwys newid hinsawdd, pryderon iechyd y cyhoedd, dylanwad eiriolwyr dros amgylcheddau cyfeillgar at blant ac, yng Nghymru'n benodol, ofyniad y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, i weithio'n draws-broffesiynol. Mae'r grymoedd hyn wedi dangos perthnasedd polisiâu sy'n ymwneud â datblygiad cynaliadwy, cynllunio, dylunio trefol a theithio llesol.

O bwys hefyd yng nghyd-destun polisi Cymreig, mae deddf arloesol a throsfwaol Llywodraeth Cymru, Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015. Mae'r ddeddf hon yn radicalaidd gan ei bod yn gosod Cymru ymhlith nifer fechan o lywodraethau economi lles (yn cynnwys Yr Alban, Gwlad yr Iâ, Seland Newydd a'r Ffindir) sy'n canolbwyntio ar ddatblygiad cynaliadwy trwy nid yn unig les economaidd ond hefyd les cymdeithasol, amgylcheddol a diwylliannol.

⁷ Prout, 2005

⁸ Änggård, 2016; Lester, 2020; Mereweather, 2020; Murriss, 2019; Prout, 2007; Rautio, 2013a, 2013b; Spyrou, 2017; Taylor a Pacini-Ketchabaw, 2015

⁹ Prout, 2007; Spyrou, 2017; Taylor a Pacini-Ketchabaw, 2015

¹⁰ Lester, 2020; Mereweather, 2020; Murriss, 2019; Rautio, 2013a, 2013b

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yn gosod y ddealltwriaeth ehangach hon o les wrth galon holl waith cyrff cyhoeddus dynodedig, sydd â dyletswydd i gynllunio ar gyfer dyfodol cynaliadwy, trwy bennu amcanion lleol ar gyfer cyflawni'r saith nod llesiant a ddynodwyd yn genedlaethol:

- Cymru lewyrchus
- Cymru gydnherth
- Cymru iachach
- Cymru sy'n fwy cyfartal
- Cymru o gymunedau cydlynus
- Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu
- Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang.¹¹

Mae holl waith arall llunio polisiau awdurdodau lleol yn alinio gyda'r cynlluniau lles hyn, yn cynnwys y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae. Yma, hefyd, ceir amod i weithio mewn ffyrdd cydweithrediadol ac integredig gyda'r holl randdeiliaid. Er nad oes llawer o gyfeiriadau penodol at blant yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, heblaw yn nhermau mesur iechyd a datblygiad plant (ynghyd â ffocws ar brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod), mae natur uchelgeisiol a throsfwaol y ddeddf yn golygu ei bod o ddiddordeb i'r adolygiad hwn.

1.2.3 Geowleidyddiaeth, economeg fyd-eang a digwyddiadau eraill ar draws y byd

Ochr yn ochr â'r newidiadau polisi hyn cafwyd cyfnod o gynnwrf cydberthynol sylweddol iawn yn wleidyddol, geowleidyddol, economaidd a hinsoddol. O ystyried y dull perthynol yr ydym wedi ei fabwysiadu ar gyfer yr adolygiad hwn, mae'r grymoedd graddfa macro hyn wedi'u cydblethu'n dynn gyda bywydau bob dydd graddfa ficro plant a'u gallu i chwarae. Mae hyn yn golygu bod ein hagwedd tuag at yr adolygiad yn wleidyddol ac yn tanategu'r syniad o ddull galluogrwydd perthynol tuag at les plant yn ogystal â'r gydnabyddiaeth gysylltiedig bod gallu plant i chwarae'n fater o gyfiawnder gofodol. Arweiniodd argyfwng ariannol byd-eang 2008 at gyfnod o wleidyddiaeth cyni yn y DU gyflwynodd ansicrwydd cynyddol o ran cyflogaeth a thai, cynydd mewn tlodi plant a chynnydd amlwg mewn anghydraddoldebau¹² gyda 335,000 amcangyfrifedig o 'farwolaethau ychwanegol' (hynny yw, mwy na fyddem yn ei ddisgwyl fel arfer) rhwng 2012 a 2019 yn cael eu priodoli i fesurau cyni.¹³ Golygodd y mesurau cyni, yn enwedig ar gyfer chwarae plant, doriadau heb eu tebyg mewn gwariant cyhoeddus a cholli llawer o wasanaethau ac isadeiledd chwarae a gwaith chwarae.¹⁴

Mae'r refferendwm Brexit yn 2016 ac yna ymadawiad diweddarach y DU o'r Undeb Ewropeaidd wedi ychwanegu at ansicrwydd gwleidyddol ac economaidd,¹⁵ a rhagwelir y bydd yn gwneud y DU yn dlotach yn y tymor hir.¹⁶ Mae gan Ddeddf yr Undeb Ewropeaidd (UE) Y Cytundeb Ymadael 2020 oblygiadau ar hawliau dynol yn gyffredinol, sy'n goblygu hawliau plant hefyd.¹⁷ Yn ogystal, mae newidiadau i bolisiau mewn fudo o ganlyniad i Brexit wedi arwain at broblemau gyda recriwtio a chadw staff mewn gwasanaethau iechyd a gwasanaethau cyhoeddus eraill sy'n effeithio ar blant.¹⁸

¹¹ Jones *et al.*, 2020; Llywodraeth Cymru, 2015

¹² Marmot *et al.*, 2020

¹³ Walsh *et al.*, 2022

¹⁴ Brown a Wragg, 2018; Children's Rights Alliance England, 2015; Gill, 2015b; McKendrick *et al.*, 2015; Voce, 2015b, 2021

¹⁵ Dhingra *et al.*, 2022; Llywodraeth Cymru, 2021f

¹⁶ Dhingra *et al.*, 2022

¹⁷ Yr Academi Brydeinig, 2020; Comisiynwyr Plant Teyrnas Unedig Prydain Fawr a Gogledd Iwerddon, 2020

¹⁸ Marmot *et al.*, 2020

Mae'r argyfwng costau byw presennol wedi codi'n sgil tarfu ar gadwyni cyflenwi byd-eang o ganlyniad i'r pandemig COVID-19 (gweler isod), yr argyfwng hinsawdd, ac ymosodiad Rwsia ar Wcráin, gyda rhai'n darogan y bydd y canlyniadau'n waeth na'r pandemig.¹⁹ Fe wnaeth arolwg gan y Food Foundation (Hydref, 2022) ganfod bod un o bob pedwar cartref yn y DU sydd â phlant (pedwar miliwn o blant) wedi profi ansicrwydd bwyd yn y mis blaenorol, cynnydd dros y chwe mis blaenorol, gyda'r cartrefi hyn yn profi problemau gyda chostau ynni hefyd. Mae pobl anabl ac aelwydydd sydd â grwpiau ethnig sydd ddim yn wyn yn cael eu heffeithio'n anghyfartal, fel y mae'r dosbarthiad daearyddol ar draws y DU.²⁰ Mae effaith yr argyfwng hwn ar blant yn ychwanegu at yr heriau addysgol ac iechyd a wynebwyd eisoes yn ystod y pandemig.²¹

Y pandemig COVID-19

Mae'r pandemig COVID-19 a'i ddylanwadau wedi'u heffeithio gan – ac yn effeithio ar – lawer o'r materion a godwyd uchod. Mae'r pandemig, yn cynnwys y cyfnodau clo cysylltiedig a mesurau lliniarol eraill, wedi tarfu'n sylweddol ar fywydau plant, yn cynnwys eu gallu i chwarae gyda'u ffrindiau.

Mynnodd cyfnod clo cyntaf y DU rhwng canol Mawrth a chanol Mai 2020 bod rhaid i bobl aros gartref a chaewyd manau fel ysgolion, meysydd chwarae, canolfannau hamdden, canolfannau chwarae a safleoedd eraill ble gallai plant gwrdd a chwarae gyda'u ffrindiau. Yn ystod y cyfnod clo cyntaf, cymerodd Llywodraeth Cymru ac awdurdodau lleol yng Nghymru nifer o gamau i annog a chefnogi chwarae plant, yn cynnwys:

- cadw lleoliadau gofal plant ac ysgolion yn agored ar gyfer plant gweithwyr allweddol, gydag ambell ysgol hwb yn cyflogi gweithwyr chwarae
- dosbarthu pecynnau chwarae i blant agored i niwed
- Chwarae Cymru a sefydliadau eraill yn rhannu syniadau chwarae ar y cyfryngau cymdeithasol.²²

Mae profiadau plant o'r pandemig wedi amrywio'n fawr. Fe wnaeth mesurau'r cyfnodau clo ddwysáu anghydraddoldebau oedd yn bodoli eisoes, er enghraifft:

- rhieni mewn swyddi cyflogau is ddim yn gallu gweithio gartref
- teuluoedd yn disgyn i dlodi
- mynediad anghyfartal i adnoddau ar gyfer addysgu gartref
- plant yn byw gyda thrais domestig, plant anabl a gofalwyr ifainc yn dioddef diffyg mynediad neu ddim mynediad i wasanaethau cymorth a gofal
- plant yn byw mewn llety ansawdd gwael a gyda dim mynediad i ofod awyr agored preifat.²³

I rai plant, golygodd y cyfnodau clo dreulio mwy o amser yn chwarae gydag aelodau o'r teulu ac anifeiliaid anwes, neu gyda ffrindiau ar-lein. Cafwyd hefyd lawer o straeon yn y cyfryngau ac mewn gwaith ymchwil am adfeddiannu chwareus strydoedd di-draffig, yn cynnwys llwybrau enfys, llwybrau tedi bêrs, nadroedd cerrig, llwybrau sialc, disgo rhiniog y drws a bingo trothwy.²⁴ Ar y cyfan, fodd bynnag, roedd eiriolwyr dros blant yn pryderu ynghylch effeithiau llai o gyfleoedd i chwarae, yn enwedig gyda ffrindiau.²⁵

¹⁹ The Lancet, golygyddol, 2022

²⁰ The Food Foundation, 2022

²¹ The Lancet, golygyddol, 2022

²² Llywodraeth Cymru, 2022

²³ Casey a McKendrick, 2022; Comisiynydd Plant Lloegr, 2020; Cowie a Myers, 2020; Holt a Murray, 2021; Kallio *et al.*, 2020; Mukherjee, 2021

²⁴ Casey a McKendrick, 2022; Cowan *et al.*, 2021; Kourti *et al.*, 2021; Mukherjee, 2021; Russell a Stenning, 2022

²⁵ Barron ac Emmett, 2020; Barron *et al.*, 2021; Casey a McKendrick, 2022; Kourti *et al.*, 2021

Tra yr adroddir bod rhai plant wedi bod yn fwy corfforol fywiog o ganlyniad i gael mwy o amser rhydd, gan dreulio peth o'r amser hwnnw'r tu allan yn chwarae ac yn ymarfer corff,²⁶ mae'r mwyafrif o astudiaethau'n dod i'r casgliad bod plant yn llai corfforol fywiog, yn enwedig y tu allan.²⁷ Mae eraill yn adrodd bod gwahaniaethau mewn graddfeydd gordewdra rhwng plant o wahanol gefndiroedd ethnig a statws economaidd-gymdeithasol wedi cynyddu ymhellach yn ystod y pandemig.²⁸

Mae'r corff sylweddol o ymchwil i brofiadau plant yn ystod y pandemig a'r mesurau lliniarol yn cynnig cipolwg ar bwysigrwydd chwarae ym mywydau plant.²⁹ Er enghraifft, golygodd y gostyngiad sylweddol mewn traffig ar y ffyrdd yn ystod y cyfnodau clo cyntaf bod strydoedd yn dawelach (er, nid o reidrwydd yn fwy diogel gan y gwelwyd achosion o oryrru a chynnydd mewn traffig dosbarthu), a bod gostyngiad sylweddol mewn rhai mathau o lygredd aer o ganlyniad.³⁰ Gwnaeth nifer o awdurdodau lleol newidiadau i batrymau ffyrdd i'w gwneud yn fwy diogel ar gyfer cerddwyr ac anogwyd hyn gan lywodraeth y DU.³¹ Galwodd nifer o ymgyrchoedd ar i lywodraeth y DU gydnabod angen a hawl plant i chwarae, trwy werthfawrogi eu dulliau o ddefnyddio gofod ar ffyrdd a thrwy flaenoriaethu chwarae wrth iddynt ddechwyn i'r ysgol.³² Mae un astudiaeth ryngwladol yn argymhell gwreiddio cyfleoedd i chwarae mewn polisïau sy'n ymwneud â pharodrwydd ar gyfer clefydau pandemig ac argyfyngau tebyg yn y dyfodol.³³

1.3 'Chwarae a Lles': pam y dewiswyd y teitl hwn

Nid yw penderfynu ar deitl ar gyfer adolygiad o'r fath yn fater hawdd. Mae'n bwysig crynhoi naratifau allweddol a dylai teitlau, yn ddelfrydol, fod yn gofiadwy ac yn wahanol tra'u bod hefyd yn hawdd cael hyd iddynt wrth chwilio ar y we. Gallai hyn awgrymu os ydym yn teimlo bod angen egluro'r teitl nad ydym wedi cyflawni elfennau allweddol teitl da. Er hynny, rydym yn teimlo ei fod yn haeddu rhyw fath o eglurhad.

Wrth i'r gwaith symud yn ei flaen, daeth yn amlwg bod y berthynas rhwng chwarae a lles yn dechrau tyfu'n un bwysig gan mai dyma oedd yr ymchwil academiaidd yn ddweud. Mae ffocws o'r fath yn gweddu'n dda hefyd gyda Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, Llywodraeth Cymru.

Felly pam ddim ei alw'n 'Chwarae a Llesiant'? Yn fras, mae'r ateb i'w gael yn yr hyn y mae'r ddau air 'chwarae' a 'llesiant' yn ei gyflawni, gan ddechwyn at y ddadl y gall iaith freintio dealltwriaethau penodol o gysyniadau. Yn dilyn yr hyn wnaethom ei ganfod yn llawer o'r llenyddiaeth, roeddem am darfu ar dybiaethau a gymerir yn ganiataol sydd wedi'u gwreiddio yn y ddau air allweddol hyn a chynnig ffurfiau fyddai'n ysgwyd darllenwyr rywfaint ac allai darfu rhywfaint (ond nid yn ormodol) ar rym dealltwriaethau synnwyr cyffredin – nid er mwyn eu diystyru, ond er mwyn ychwanegu rhywbeth arall.

Mae 'chwarae' a 'llesiant' yn enwau, geiriau sy'n disgrifio *pethau*. Un broblem gydag ystyried chwarae a llesiant fel pethau yw eu bod yn troi'n sefydlog. Yn ogystal, mae geiriau o'r fath angen eu diffinio, proses sydd yn sefydlogi syniadau am chwarae a llesiant ymhellach. Mae chwarae'n troi'n weithgaredd y gellir ei ddarparu, mae ganddo elfen gyferbyniol (nid chwarae), gellir ei farnu fel rhywbeth da neu ddrwg, gellir ei gyfyngu. Mae llesiant yn troi'n rhywbeth y mae unigolion un ai'n meddu arno neu beidio, yn rhywbeth y gallwn ei gyflawni, unwaith ac am byth.

²⁶ Alma Economics, 2021

²⁷ Kourti *et al.*, 2021

²⁸ Jenssen *et al.*, 2021

²⁹ Casey a McKendrick, 2022

³⁰ Stenning a Russell, 2020

³¹ Russell a Stenning, 2021

³² Ferguson *et al.*, 2021; Stenning a Russell, 2020; Ymgyrch Haf o Chwarae, 2021; Play First UK, 2020

³³ Andres *et al.*, 2023

Mae siarad am 'chwarae' a 'lles' yn blaenoriaethu prosesau a pherthynoledd. Mae'n amlygu'r llw o wrthrychau, affeithiau, syniadau, arferion a mwy sy'n dod ynghyd i gynhyrchu enydau o chwarae a lles mewn casgliadau dros dro.³⁴ Mae'n golygu talu sylw i'r amodau sy'n cefnogi ymddangosiad chwarae a lles mewn ffyrdd llithrig a byrhoedlog ar brydiau ac mewn ffyrdd sy'n sicrhau newid all gael effaith uniongyrchol a thymor hirach. Mae'n golygu hefyd bod angen i ymyriadau i gefnogi chwarae plant gydnabod gwahaniaethau a hynodrwydd casgliadau o'r fath. Er y gellir llunio ambell egwyddor gyffredinol am yr hyn sy'n gwneud chwarae a lles yn fwy tebygol, mae'r rhain yn cael eu dylanwadu hefyd gan lawer o amodau eraill yn lleol ac unigol.

Fe wnaethom chwarae gyda'r teitl *Playing and being well* yn Saesneg i weld sut oedd yn teimlo. Un ffordd posibl o'i darllen yn Saesneg yw bod 'da' yn cyfeirio at chwarae a bod. I ddechrau, teimlwyd efallai y byddai hyn yn broblemus pe bae'n atgyfnerthu syniadau am ba fathau o chwarae a ystyrir yn 'well' nag eraill. Mae safbwynt cyfryngol o chwarae'n ei gysylltu gyda datblygu sgiliau penodol, sy'n golygu bod y ffurfiau hynny o chwarae y credir sy'n datblygu sgiliau dymunol yn cael eu hyrwyddo dros rai eraill y gellid eu hystyried yn aflonyddol neu'n tabŵ.³⁵ Wedi myfyrio ymhellach, ac edrych trwy'r llenyddiaeth, daethom i'r casgliad *bod* ffurfiau o chwarae sy'n broblemus ar gyfer chwaraewyr, ar gyfer y rheini sy'n cael eu chwarae neu i eraill. Mae ystyried chwarae fel elfen amhroblemus sy'n rym er lles yn ei ramantu a gall gymylu chwarae sydd, er enghraifft, yn copïo, perfformio a thragwyddoli anghydraddoldebau pŵer,³⁶ sy'n gaethiwus,³⁷ peryglus, neu'n niweidiol mewn ffyrdd eraill.³⁸ Fodd bynnag, mae cyflwyno arddull perthynol tuag at chwarae a lles yn cydnabod grymoedd niweidiol all alluogi ffurfiau o chwarae sydd ddim yn ffafriol i les. Mae hyn yn wahanol i farn linellol oedolion am chwarae, dysg a datblygiad gan ei fod yn symud sylw oddi wrth ffocws i'r dyfodol ar feddyliau a chyrff plant unigol a thuag at effeithiau cyfunol y grymoedd hynny. Os yw'r holl amodau'n gywir i blant gymryd rhan mewn mathau o chwarae y maent yn eu gwerthfawrogi, mae'n fwy tebyg y bydd enydau o les yn ymddangos hefyd.

Mae'r adrannau canlynol yn cynnig trosolwg cryno o bob pennod, gan ganolbwyntio ar sut y mae'r naratif o ddull galluogrwydd perthynol yn datblygu ar draws pob maes o waith ymchwil.

1.4 Gosod cyd-destun a fframio'r adolygiad (pennod 2)

Mae pennod 2 yn cynnig cyd-destun ar gyfer yr adolygiad trwy ystyried y llenyddiaeth gyfoes ar astudiaethau ar blentyndod ac ar bolisiau sy'n ymwneud â phlant a chwarae, yn cynnwys tybiaethau a wneir am blant, chwarae a gwleidyddiaeth cynhyrchu gwybodaeth ei hun. Nid yw gwybodaeth fyth yn fater niwtral, mae ei gynhyrchiad parhaus yn berthynol hefyd. Mae bob amser yn lleoledig, wastad yn llawn cwestiynau sy'n ymwneud â phŵer ac, o ganlyniad, mae bob amser yn fater moesegol; yn ogystal, mae'r modd y byddwn yn deall pethau'n effeithio ar sut y byddwn yn ymddwyn. Mae naratifau, paradeimau a dealltwriaethau'n cynhyrchu arferion³⁹ materol-cwmpasog sy'n effeithio ar berthnasau oedolion gyda phlant ar draws pob maes o fywyd yn cynnwys bywyd teuluol, y fro gyhoeddus, y sector diwylliannol, addysg, iechyd, hamdden, polisi a'r gyfraith. Mae dulliau ar gyfer

³⁴ Daw'r cysyniad o'r casgliad o waith Deleuze a Guattari (1998) ac mae'n cyfeirio at grwpiau *ad hoc* o amrywiol ffenomena all gynnwys pobl a'u perthnasau, hanesion, deunydd ac arteffactau symbolaidd, technolegau, dyheadau, ac yn y blaen. Nid yw casgliadau'n endidau sefydlog ond maent yn debycach i 'ddigwyddiadau'; mae'r rhain, a'r ffenomena sy'n cyfuno i'w cyd-greu, yn meddu ar nodweddion fel ymddangosiad, manteisiaeth, lluosogrwydd ac amhendrantrwydd, sy'n golygu eu bod yn agored ac yn ymatebol i'r hyn fydd yn digwydd wrth symud ymlaen.

³⁵ Rautio, 2014; Sutton-Smith, 2017; Woodyer *et al.*, 2016

³⁶ Bryan, 2019, 2020, 2021; Göncü a Vadeboncoeur, 2015; Grieshaber a McArdle, 2010; Kinard *et al.*, 2021; McDonnell, 2019; Trammell, 2020, 2023

³⁷ Sicart, 2014

³⁸ Sutton-Smith, 2017

³⁹ Mae 'arferion materol-cwmpasog' yn derm sy'n cydnabod cydberthnasau dynamig dealltwriaethau, ystyrion, iaith, elfennau materol ac arferion all gael eu gwreiddio mor ddwfn fel y gellir eu hystyried yn synnwyr cyffredin, ac fydd weithiau'n anodd edrych y tu hwnt iddynt (Barad, 2007).

astudio plentyndod a chwarae plant – a’r beirniadaethau o ddulliau o’r fath – yn amlygu goruchafiaeth dychymyg oedolion dros brofiadau byw plant. Yn yr un modd, mae llawer o ymchwil wedi’i wreiddio yn safbwyntiau’r byd lleiafrifol sy’n tarddu o ddamcaniaethau’r Oes Oleuedig (*Enlightenment Age*) ac sy’n dal gafael ar lawer o’u tybiaethau⁴⁰ gwladychol gwreiddiol. Mae’r lluo o wahanol bersbectifau a gynigir ym mhennod 2 a thrwy’r adolygiad yn arddangos amhosibilrwydd – yn wir, annymunoldeb – gwirionedd unigol am blentyndod a chwarae plant y gellir ei arddel fel ‘tystiolaeth’ a’i ddefnyddio i hysbysu polisi ac ymarfer. Yn hytrach, mae’n anelu i arddangos gwerth gwerthfawrogi ffyrdd lluosog o wybod ac o gydnabod bod sut yr ydym yn meddwl yn effeithio ar yr hyn yr ydym yn ei wneud wrth gefnogi chwarae plant.

1.4.1 Astudio plentyndod

Mae pennod 2 yn cynnig adolygiad o ddulliau ar gyfer astudio plentyndod a phlant, yn cynnwys beirniadaethau o’r dulliau hyn. Mae’n agor gyda thrafodaeth ar ‘datblygiadaeth’ fel naratif gorbwysol cyson mewn damcaniaethau ar blentyndod. Mae ‘datblygiadaeth’ yn y cyd-destun hwn yn cyfeirio at uchafiaeth cyfrifon gorsymyl a lleihaol am oedrannau a chyfnodau sefydlog, disgwylidwy a normadol o ddatblygiad plant, a’u dylanwad parhaus ar bolisi ac arferion proffesiynol. Yna, mae’r bennod yn adolygu maes eang astudiaethau ‘cymdeithasol’ o blentyndod ymddangosodd yn ystod ail hanner yr ugeinfed ganrif i herio goruchafiaeth seicoleg datblygiad mewn astudiaethau plentyndod. Yn y ‘paradeim newydd’ hwn,⁴¹ roedd y plentyn sy’n datblygu’n naturiol yn cael ei ystyried yn lluniad cymdeithasol, ynghyd â lluniadau eraill fel y plentyn drwg a’r plentyn diniwed. Yn hytrach na bod yn wrthrychau goddefol cymdeithasoli a datblygiad, roedd plant yn cael eu hystyried yn asiantau gweithredol yn eu bywydau eu hunain.

Yna, cyflwynir trydydd dull, mwy diweddar, tuag at astudio plentyndod, un gaiff ei alw weithiau yn ‘don newydd’.⁴² Ymddangosodd hwn ochr yn ochr â symudiadau athronyddol, gwleidyddol a damcaniaethol ehangach oddi wrth ffurfiau modernaid o feddwl (oedd yn chwilio am eglurder, gwirionedd a sefydlogrwydd) a thuag at ystod amrywiol o ddulliau ‘ôl’ (ôl-foderniaeth, ôl-adeileddiaeth, ôl-ddyneiddiaeth i enwi dim ond rhai). Mae dulliau o’r fath yn gweithio gyda’r oes ôl-fodern o newid aruthrol a nodweddir gan ansicrwydd, risg ac anniogelwch cymdeithasol, economaidd, geowleidyddol ac amgylcheddol, ynghyd ag anghydraddoldebau cynyddol.⁴³ Mae’r don (‘newydd’) eang hon yn cwmpasu amrywiol bersbectifau, yn cynnwys ôl-ddyneiddiaeth a materoliaeth newydd, sy’n nodi symud oddi wrth weld plentyndod neu chwarae fel categori hunaniaeth sefydlog a thuag at edrych ar sut y mae’r ddau’n cael eu cynhyrchu’n barhaus trwy arferion perthynol.⁴⁴ Mae gwneud hyn yn amlygu symudiad, rhythmau a llifau bywyd bob dydd, gwahaniaeth a newid parhaus. Mae perthynoledd yn diganoli ‘y plentyn’⁴⁵ ac yn troi’r ffocws ar fywiogrwydd gwrthrychau materol, gan roi sylw i sut y mae ffurfiau dynol a materol yn cyd-lunio ac yn cael eu llunio gan ei gilydd.⁴⁶

⁴⁰ Abebe, 2019; Aitken, 2018a; Burman, 2017, 2018; Garrison, 2008; Hanson *et al.*, 2018; Knight, 2019; Konstantin ac Emejulu, 2017; Malik, 2019; May, 2011; Owen, 2020; Rudolph, 2017; Spyrou, 2019; Tisdall a Punch, 2012; Varga, 2020

⁴¹ Hammersley, 2016; Holmberg, 2018; James a Prout, 1997; James, Jenks a Prout, 1998; Prout, 2011

⁴² Holmberg, 2018; Kraftl a Horton, 2019; Kraftl *et al.*, 2019; Ryan, 2011

⁴³ Prout, 2011

⁴⁴ Goodenough *et al.*, 2021; Kraftl a Horton, 2019; Kraftl *et al.*, 2019; Lenz Taguchi, 2014; Lester, 2020; Murriss, 2016a, 2016b; Spyrou *et al.*, 2019; Taylor, 2011

⁴⁵ Prout, 2007; Spyrou, 2017; Taylor a Pacini-Ketchabaw, 2015

⁴⁶ Lester, 2020; Mereweather, 2020; Murriss, 2018; Rautio, 2013a, 2013b

1.4.2 Y plentyn cyffredinol, gwahaniaeth, anghydraddoldeb a chroestoriadedd

Yma rydym yn adolygu damcaniaethau pŵer, anghydraddoldeb a gwahanol fathau o blentyndod. Er gwaethaf astudiaethau am wahanol fathau o blentyndod, mae'r rhagdybiaeth am 'y plentyn' yn dal i fodoli, yn seiliedig ar normau hanesyddol sy'n wyn, patriarchaidd, heteronormadol, Ewropeaidd/Americanaidd a dosbarth canol.⁴⁷

Cyflwynir nifer o ddulliau cyfoes tuag at ymchwilio i amrywiol fathau o blentyndod. Un enghraifft yw'r cysyniad o groestoriadedd,⁴⁸ all edrych y tu hwnt i categorïau hunaniaeth unigol er mwyn gweithredu fel offeryn dadansoddol ac fel her i ryngweithiadau pŵer, darostyngiad a braint ger croestoriadau, er enghraifft, hil, rhyw, dosbarth, anabledd a chyfeiriadedd rhywiol.

Mae symud y tu hwnt i categorïau hunaniaeth unigol sefydlog wedi arwain rhai i gwestiynu'r categori hunaniaeth 'plentyn' ei hun,⁴⁹ er, fel gyda safleoedd eraill o ddarostyngiad a phŵer, gall categorïau unigol fod yn wleidyddol ddefnyddiol weithiau.⁵⁰ Mae gan y cysyniad o blentynoldeb (*childism*) wahanol ystyron mewn gwahanol gyd-destunau, ond mae wedi ei fabwysiadu gan grŵp o ysgolheigion plentynod sy'n ei ddefnyddio i nid yn unig ddatgelu a beirniadu strwythurau grym oedolion ond hefyd i alluogi i brofiadau plant newid ysgolheictod yn ogystal â chymdeithasau. Y ddatl yw, tra gall 'oldebau' fod yn arfau creulon, gallant ac maent hefyd yn cynnig lensys damcaniaethol pwerus ar gyfer astudio beirniadol a gweithredaeth.⁵¹ Er hynny, mae'r grymoedd sy'n gwahaniaethu yn erbyn plant fel categori ar wahân yn berthynol ac yn ymddwyn yn wahanol ar draws croestoriadau gwahaniaeth.

1.4.3 Plentyndod, chwarae a pholisi cymdeithasol

Mae gweddill pennod 2 yn edrych ar y llenyddiaeth ar bolisi cymdeithasol sy'n ymwneud â phlant a chwarae. Mae llawer o fanylion yn y rhan hon o bennod 2 sydd heb eu crynhoi yma (er bod ffocws polisi Cymru a'r newidiadau allweddol mewn polisiau ers cyhoeddi *Play for a Change* wedi'u trafod uchod). Yn hytrach, yma rydym yn crynhoi'r pynciau a drafodir yn y bennod ac yna'n pwysleisio rhai o'r pwyntiau a'r naratifau allweddol sy'n adeiladu at y cysyniad o ddull galluogrwydd perthynol tuag at ystyried y berthynas rhwng chwarae a lles plant.

Wrth adolygu'r llenyddiaeth ar blant a pholisi cymdeithasol, rydym yn agor gyda throsolwg, gan amlinellu naratifau polisi cyfoes, pryderon poblogaidd am blant a dealltwriaethau hanesyddol o chwarae ym mholisi plant. Yna, rydym yn lleoli llunio polisiau cyfoes mewn hanes diweddar a'r cyfnod presennol o gynt yn dilyn argyfwng ariannol 2008, gyda ffocws ar fuddsoddiad cymdeithasol fel ffurfiant polisi. Yn dilyn hyn ceir cyflwyniad cryno i ddull Llywodraeth Cymru tuag at lunio polisi ers datganoli, gan bwysleisio'r egwyddorion allweddol a'r arddull seiliedig ar hawliau tuag at lunio polisi ar gyfer plant a pholisiau chwarae Cymreig, yn cynnwys Dyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, Llywodraeth Cymru. Yna, rydym yn cynnig adolygiad o Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 Llywodraeth Cymru, ac yn dilyn hyn gyda chipolwg ar y llenyddiaeth ar les plant a pholisi. Yna, mae'r bennod yn ail-ymweld â rhai o'r pryderon cyfoes ynghylch plant a gyflwynwyd yn gynharach er mwyn ystyried ymatebion polisi i'r rhain ac mae'n cloi gyda sylw cryno ar y berthynas rhwng chwarae a lles, gan gyflwyno'r cynnig dros ddull galluogrwydd perthynol.

⁴⁷ Abebe, 2019; Burman, 2019; Butler *et al.*, 2019; Dowd, 2016; Dyer, 2017; Hanson *et al.*, 2018; Robinson a Jones Diaz, 2006; Shallwani, 2010; Smith, 2011; Thorne, 2007; VandenBroeck a Bouverne-De Bie, 2006

⁴⁸ Cho *et al.*, 2013; Konstantoni ac Emejulu, 2017; Konstantoni *et al.*, 2014

⁴⁹ Dahlbeck, 2012; Kraftl, 2020a

⁵⁰ Alanen, 2016; James, 2010

⁵¹ Wall, 2022a, 2022b

Mae pryderon cyfoes ynghylch plant, sy'n amlwg yn y cyfryngau, polisi a naratifau bob dydd, yn cynnwys:

- diogelwch, ar-lein ac yn y fro gyhoeddus, oddi wrth draffig, pobl eraill ac yn gynyddol rhag llygredd⁵²
- defnydd cynyddol o ddyfeisiau digidol a gweithgareddau ar-lein, yn cynnwys amser sgrîn, pryderon ynghylch dibyniaeth a diogelwch ar-lein⁵³
- tueddiadau mewn iechyd meddwl gwael, er bod astudiaethau'n anghyson neu hyd yn oed yn groesddywedol yn yr hyn maent yn ei fesur, yr hyn maent yn ei ganfod ac achosion unrhyw dueddiadau⁵⁴
- lefelau isel o weithgarwch corfforol a chynnydd mewn gordewdra, er bod y naratif lleihaol hwn yn fater cwbl bersonol o gydbwyso cymeriant ac allbwn caloriffig wedi ei herio⁵⁵
- troseddau ieuencid a thrais ieuencid.⁵⁶

Mae llawer o'r ymchwil yma'n arddangos anghyfartalwch sylweddol o ran dosbarth, hil, rhywedd ac an/abledd o ran sut caiff y pryderon hyn eu profi gan blant a theuluoedd,⁵⁷ sy'n pwysleisio cydberthynas amodau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol sy'n effeithio ar allu plant i wneud yn dda a bod yn iach. Yn ogystal, mae'r anghyfartalwch yma'n ymddangos mewn ffyrdd penodol mewn ymatebion polisi cymdeithasol i'r pryderon hyn a rhai eraill.⁵⁸

Mae polisiâu sy'n ymwneud â phlant, ar y cyfan, yn disgyn o fewn model buddsoddiad cymdeithasol, hynny yw, mae adnoddau'n cael eu buddsoddi mewn plant fel dinasyddion cynhyrchiol a defnyddwyr y dyfodol. Gwelir y model buddsoddiad cymdeithasol mewn darpariaeth gynhwysol megis addysg ac mewn darpariaeth wedi'i thargedu sy'n dynodi bod plant penodol un ai angen eu hamddiffyn (plant sydd *mewn* perygl) neu eu rheoli (plant sydd *yn* berygl);⁵⁹ gall dulliau o'r fath, yn aml, gadarnhau anghydraddoldebau ymhellach.⁶⁰ Er bod Llywodraeth Cymru'n amlwg yn cyflwyno arddull seiliedig ar hawliau i bolisiau sy'n ymwneud â phlant,⁶¹ mae'r naratif buddsoddiad cymdeithasol yn dal yn amlwg.⁶²

⁵² Barclay a Tawil, 2021; Bessell, 2017; Giles *et al.*, 2019; Shaw *et al.*, 2015; UNICEF, 2022

⁵³ Blum-Ross a Livingstone, 2016; Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant, 2019; Colvert, 2021; Family Kids and Youth, 2021; Gottschalk, 2019; Livingstone *et al.*, 2017

⁵⁴ Collishaw *et al.*, 2015; Cowie a Myers, 2020; Ford *et al.*, 2021; Kvist Lindholm a Wickström, 2020; Langley *et al.*, 2017; Page *et al.*, 2021; Patalay a Fitzsimmons, 2020; Pitchforth *et al.*, 2019; UNICEF, 2021

⁵⁵ Alexander *et al.*, 2014, 2019; Clark a Dumas, 2020; Cynulliad Cenedlaethol Cymru, 2019; Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2021; Janssen *et al.*, 2016; Lee a Blumberg, 2019; Love *et al.*, 2019; Medvedyuk *et al.*, 2018; NHS Digidol, 2021; O'Hara a Taylor, 2018; Ralston *et al.*, 2018; Suchert *et al.*, 2015; Tan *et al.*, 2020; Tomkinson *et al.*, 2017

⁵⁶ Bryan, 2020; Crenshaw *et al.*, 2014; Densley *et al.*, 2020; Dowd, 2016; Harding, 2020; Katz, 2019; Maxwell *et al.*, 2019; Uned Atal Trais Cymru, 2020; Windle *et al.*, 2020; Y Bwrdd Cyfiawnder Ieuencid, 2021

⁵⁷ Bryan, 2020; Crenshaw *et al.*, 2014; Davies, 2019; Densley *et al.*, 2020; Dowd, 2016; Katz, 2019; Lee a Blumberg, 2019; NHS Digidol, 2021; Patalay a Fitzsimmons, 2020; Shortt a Ross, 2021; The Food Foundation, 2021; Witten a Carroll, 2016; Witten *et al.*, 2015

⁵⁸ Asenova, 2015; Edwards *et al.*, 2015; Edwards *et al.*, 2022; Edwards a Gillies, 2020; Gillies *et al.*, 2017; Lambert, 2019; Richardson *et al.*, 2014; Ryan, 2021

⁵⁹ Archer ac Albin-Clark, 2022; Bonoli *et al.*, 2017; Burman, 2019; Read, 2011; Ryan, 2020; Vignoles a Thomson, 2019; Read, 2011; Ryan, 2020; Vignoles a Thomson, 2019

⁶⁰ Edwards *et al.*, 2022; Katz, 2019

⁶¹ Butler a Drakeford, 2013; Sullivan a Jones, 2013

⁶² Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru, 2020; Knibbs *et al.*, 2013; yn amlwg hefyd yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015

Yn ogystal, ers y 1980au, mae llywodraethau neoryddfrydol⁶³ wedi cyflwyno iaith ac arferion y farchnad fwyfwy i bolisi cyhoeddus a gwasanaethau cyhoeddus, gyda ffocws ar fesur deilliannau mewn ffyrdd sy'n anelu i dystio i'r berthynas achosol broblemus rhwng mewnbyn, allbwn a chanlyniadau.⁶⁴ Mae neoryddfrydiaeth, y model buddsoddiad cymdeithasol a mesurau cyni y 2010au wedi cyfuno i wneud dinasyddion yn fwyfwy 'cyfrifol', gan annog unigolion i fod yn llai dibynnol ar y wladwriaeth ac i wneud dewisiadau doeth ynghylch eu hiechyd, eu diogelwch a'u lles eu hunain⁶⁵ a rhai eu plant.⁶⁶ Gall cynyddu cyfrifoldeb hefyd greu syniadau am fai, er yn ddamweiniol, yn enwedig am famau tlawd (ym mhob ystyr o'r gair).⁶⁷

Mae'n hawdd gweld, o fewn y ffrâm hon, y gallai rhywbeth fel chwarae plant, sydd i bob ymddangosiad yn wamal a dreswm, gael ei wthio i'r cyrion neu ei gyfyngu mewn polisi oni bai y gellir ei ddefnyddio fel rhan o'r prosiect cyfan o atal problemau cymdeithasol a chynhyrchu dinasyddion y dyfodol.⁶⁸ Mae pryderon cyfoes sy'n ymwneud â chwarae plant yn cynnwys materion cydberthynol ofnau ynghylch diogelwch plant, bywydau digidol plant, iechyd meddwl plant, gweithgarwch corfforol a gordewdra, a thrais a throseddau ieuencid. Mae llawer o bolisiâu Llywodraeth Cymru'n cydnabod gwerth cyfrannol chwarae yn ogystal â'i werth cynhenid fel hawl, er enghraifft mewn polisiâu addysg megis y Cyfnod Sylfaen a'r Cwricwlwm i Gymru, a hefyd yn y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae.

1.4.4 Chwarae plant fel mater o gyfiawnder gofodol

Mae chwarae plant, yn ei hanfod, yn ofodol gan ei fod wastad yn digwydd yn rhywle. Mae'r cysyniad o gyfiawnder gofodol, a ddefnyddiwyd mewn pedair astudiaeth ymchwil i weithredu'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae,⁶⁹ yn agor ffyrdd o edrych ar sut y cynhyrchir gofodau trwy'r cydberthnasau rhwng dylunio'r amgylchedd adeiledig a systemau cyfreithiol a llywodraethu sy'n rhoi blaenoriaeth i gadw'r economi i symud, a sut y mae'r rhain wedi eu clymu gyda normau gwleidyddol a chymdeithasol ac arferion gofodol bob dydd.⁷⁰ Mae'n caniatáu inni hefyd symud oddi wrth naratif 'niwed'⁷¹ (sy'n canolbwyntio ar bryderon am iechyd a lles corfforol a meddyliol plant) tuag at gydnabyddiaeth pan fo'r amodau'n gywir, y bydd chwarae'n ymddangos fel ffordd y plant eu hunain o wneud yn iawn a bod yn iach, gan gynnig cyfrif sy'n llawer mwy cadarnhaol.

Yn aml, bydd defnydd chwarae plant o ofod cyhoeddus yn ei ail-gyflunio (er enghraifft, chwarae peidio cerdded ar y bylchau yn y palmant, balansio ar wal isel, chwarae cwrbyn, triciau sglefrfyrdio, parkour, neu ddim ond cymdeithasu), gan greu gofodau chwarae dros dro sy'n dad-dirioegaethu bwriadau'r dylunwyr. Bydd gallu plant i negodi amser-lle i chwarae fel hyn yn dibynnu ar berthnasau grym anghyfartal ac anghydraddoldebau cynyddol ar nifer o lefelau. Mae'r cysyniad o gyfiawnder gofodol wedi ei gydnabod yn Adolygiad Gweinidogol o Chwarae Llywodraeth Cymru,⁷² a gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol, sydd wedi annog Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus i gydnabod sut y mae cynhyrchu gofod yn cyfrannu at anghyfiawnderau wrth lunio eu cynlluniau

⁶³ Mae neoryddfrydiaeth yn cyfeirio at athroniaethau ac arferion gwleidyddol ac economaidd sy'n ystyried bod lles bodau dynol yn codi o 'ryddid entrepreneuraidd unigol' (Harvey, 2007, td. 2) a chasglu cyfoeth. Mae wedi codi o bolisiâu yn y 1970au ymlaen sydd wedi gweld y wladwriaeth yn camu'n ôl o rôl lles cymdeithasol traddodiadol, ymyrraeth gynyddol y marchnadoedd ac athroniaethau rheolaethol cysylltiedig ar wasanaethau cyhoeddus a dadreoleiddio systemau ariannol a systemau eraill y credir sy'n cyfyngu ar rymoedd y farchnad.

⁶⁴ Bovaird, 2014; Edwards *et al.*, 2022

⁶⁵ Juhila *et al.*, 2017

⁶⁶ Edwards a Gillies, 2020; Edwards *et al.*, 2022; Katz, 2019

⁶⁷ Asenova, 2015; Edwards *et al.*, 2015, 2020; Gillies *et al.*, 2017; Richardson *et al.*, 2014; Ryan, 2021; Lambert, 2019

⁶⁸ Lester a Russell, 2013a

⁶⁹ Lester a Russell, 2013a, 2014a; Russell *et al.*, 2019, 2020

⁷⁰ Lester, 2020; Pyyry a Tani, 2019; Soja, 2010

⁷¹ Russell a Stenning, 2022; Tuck, 2009, 2010

⁷² Grŵp Llywio yr Adolygiad Gweinidogol o Chwarae, 2023

llesiant.⁷³ Bydd gweithio tuag at gyfiawnder gofodol yn gofyn am fwy na mynd i'r afael ag anghyfiawnderau cymdeithasol cyfredol mewn lleoliadau penodol, mae'n golygu gwneud synnwyr o sut gaiff gofodau traws-sgalar (*transcalar spaces*) eu cynhyrchu a'u hatgynhyrchu trwy ddrysni materoldeb a dylunio, llywodraethiant ac ideoleg, arferion gofodol, hanes a mwy.⁷⁴ Mae Dyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, Llywodraeth Cymru yn cynnig cyfleoedd ar gyfer y ddau mewn ffyrdd perthynol. Mae ymchwil tra-leol gyda phlant all ddod â materion penodol i'r amlwg mewn cymdogaethau penodol yn gweithio gyda'r gofyn am weithio traws-broffesiynol, gan gysylltu'r ddyletswydd gydag ystod eang o bolisiâu sydd ddim yn ymwneud yn benodol â chwarae.⁷⁵

1.4.5 Lles plant a pholisi

O ystyried y gydberthynas rhwng lles a chyfiawnder gofodol sydd wedi'i gwreiddio yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, mae'n werth edrych yn fanylach ar sut y mae lles yn cael ei fframio mewn polisiâu cyhoeddus sy'n berthnasol i blant. Er gwaethaf casgliad sylweddol o waith ar y penderfynyddion a'r dangosyddion lles ar gyfer plant, mae diffyg cydsyniad yn ogystal â thrafodaeth ar yr hyn sy'n creu lles plant.⁷⁶ Er hynny, mae'n bosibl dynodi dealltwriaeth drechol sy'n categorioedd cydrannau a/neu benderfynyddion lles, sy'n ei ystyried fel elfen y gall unigolyn ei ennill neu ei gyflawni, ac sydd â ffocws ar gysyniadau megis hapusrwydd a gwytnwch.⁷⁷ Ceir corff sylweddol o lenyddiaeth sy'n trafod beth a sut i fesur lles plant, sy'n cwmpasu mesurau gwrthrychol a goddrychol a barn y plant eu hunain.⁷⁸ Mae hefyd feirniadaethau o'r cysyniad⁷⁹ yn ogystal â'r ffyrdd o'i fesur, yn cynnwys y sylw bod dynodi dangosyddion a meysydd ar gyfer mesur lles plant – penderfynu'r hyn sydd o bwys a'r hyn sy'n cyfrif – yn seiliedig (yn aml yn anfeirniadol) ar dybiaethau diwylliannol, oedolion a seiliedig ar ddsbarth cymdeithasol ynghylch yr hyn sy'n creu plentyndod da.⁸⁰

Un feirniadaeth allweddol o'r cysyniad o les a'r modd y'i defnyddir mewn ymchwil a pholisi yw ei fod yn unigolyddol, hynny yw, mae lles yn cael ei ddehongli fel rhywbeth y mae unigolyn yn meddu arno ac fel rhywbeth y gellir – ac y dylid – ei ennill neu ei gyflawni,⁸¹ a thrwy hynny beri bod unigolion yn gyfrifol am eu lles eu hunain.⁸² Ail feirniadaeth berthynol yw y gall yr unigoleiddio yma, ynghyd ag arddull 'cydrannau', ymddangos fel pe bae'n ddi-gyd-destun, yn enwedig o ran mesurau o les goddrychol all weithredu fel mwgwd i faterion mwy strwythurol o anghydraddoldeb.⁸³ At hynny, mae ymchwil i les yn aml yn canolbwyntio ar 'waeledd', gan hybu pryderon ynghylch plant. Ar un lefel, mae hyn yn ddealladwy, gan ei fod yn amlygu materion pwysig sydd angen i lunwyr polisiâu fynd i'r afael â nhw. Ar yr un pryd, gall greu ymdeimlad o blentyndod mewn argyfwng.⁸⁴ Mae ffocws o'r fath ar 'niwed' yn dod o hyd i broblemau mewn unigolion, sy'n gofyn am ymyriadau proffesiynol i gywiro rhai sydd wedi'u 'niweidio', ac o ganlyniad yn cuddio grymoedd strwythurol pŵer ac anghyfiawnder.⁸⁵ Nid yw hyn yn gwadu'r drwg a'r problemau real iawn y bydd rhai plant yn eu hwynebu, ond mae'n bwysig bod yn ymwybodol o'r hyn all naratifau o'r fath, er eu bod yn dda eu bwriad, eu hachosi hefyd.⁸⁶

⁷³ Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol, 2017; Jones *et al.*, 2020

⁷⁴ Jones *et al.*, 2020; Lester, 2020

⁷⁵ Russell *et al.*, 2019, 2020

⁷⁶ Raghavan ac Alexandrova, 2015

⁷⁷ Atkinson, 2013; Lester, 2020

⁷⁸ Ben-Arieh a Frønes 2011; Ben-Arieh *et al.*, 2014; Bradshaw, 2019; Bradshaw *et al.*, 2012; Camfield *et al.*, 2010; Cho a Yu, 2020; González-Carrasco *et al.*, 2019; Kosher a Ben-Arieh, 2017; Rees *et al.*, 2020

⁷⁹ Andrews a Duff, 2020; Atkinson, 2021; Fattore *et al.*, 2021; Laruffa, 2018; Walby, 2012

⁸⁰ Atkinson, 2013; Bourdillon, 2014; Camfield *et al.*, 2010; Fattore *et al.*, 2021

⁸¹ Atkinson, 2013; Coffey, 2020; Fattore *et al.*, 2021; Lester, 2020

⁸² White, 2017

⁸³ Atkinson, 2013, 2021; Bradshaw, 2019; Camfield *et al.*, 2010; Coffey, 2020; Fattore, 2020

⁸⁴ Adams, 2013; Kvist Lindholm a Wickström, 2020

⁸⁵ Tuck, 2009; Russell a Stenning, 2022

⁸⁶ Kvist Lindholm a Wickström, 2020

Wrth ddelio gyda'r broblem o les fel elfen unigolyddol, awgrymwyd nifer o arddulliau perthynol tuag at les, yn cynnwys y dylid cydnabod lles fel rhywbeth sy'n codi trwy weithredoedd a chyfarfyddiadau (yn hytrach nag fel elfen y gellir meddu arni, ei hennill neu ei chyflawni)⁸⁷ a bod lles felly, yn y bôn, yn ofodol ac yn berthynol.⁸⁸

1.4.6 Tuag at ddull galluogrwydd perthynol at les plant

Un agwedd tuag at les sydd wedi ei harchwilio gan nifer gynyddol o ymchwilwyr ac ymarferwyr lles plant yw'r dull galluogrwydd, gydag enghreifftiau'n tynnu ar waith yr athronydd-economegydd Amartya Sen a'r athronydd Martha Nussbaum.⁸⁹ Mae'r dull yn anelu i symud y tu hwnt i ddim ond ystyried pwysigrwydd adnoddau ar gyfer lles pobl ar un llaw (cyfrifon gaiff eu mesur yn wrthrychol) a chyfrifon goddrychol ar y llaw arall.⁹⁰ Nid yw galluogrwydd yn cyfeirio at sgiliau, doniau a nodweddion cymeriad personol ond yn hytrach y cyfuniad o adnoddau a chyfleoedd (amodau) sy'n bodoli a'r ffaith bod plant yn gallu gwneud yn fawr o'r adnoddau a'r cyfleoedd hyn er mwyn bod yn iach a gwneud yn dda.⁹¹ Mae galluogrwydd yn cyfeirio at y cyfleoedd a'r rhyddid i bobl allu gwneud a bod yr hyn sydd o werth iddyn nhw; yn rhan o hyn mae'r broses o 'drosi' adnoddau'n 'weithrediadau' fel y gall pobl wneud a bod yr hyn sydd o werth iddyn nhw. Mae 'ffactorau' trosi yn gweithredu ar draws y personol, y cymdeithasol a'r amgylcheddol mewn ffyrdd cydberthynol, rhyngddibynnol ac allddyfodol. Felly, mae galluogrwydd yn cyfuno'r adnoddau digonol a'r ddawn i ddefnyddio'r adnoddau hynny er mwyn gwneud a bod yn dda.⁹²

Er bod dadlau ynghylch os gellir cael rhestr gyffredinol, osodedig o ddoniau dynol, mae Nussbaum yn awgrymu bod rhestr o'r fath yn angenrheidiol er mwyn galluogi ffocws ar gyfiawnder. Mae'n rhestru deg dawn ddynol craidd:

- Bywyd
- Iechyd Corfforol
- Cywirdeb Corfforol
- Datblygiad a Mynegiant y Synhwyr, Dychymyg a Meddwl
- Iechyd Emosiynol
- Rheswm Ymarferol
- Ymlyniad (yn bersonol ac yn wleidyddol)
- Perthnasau gyda Rhywogaethau Eraill a Byd Natur
- Chwarae
- Rheolaeth dros Eich Amgylchedd (yn faterol ac yn gymdeithasol).

Mae Nussbaum yn disgrifio'r gallu i chwarae fel 'gallu chwerthin, chwarae, mwynhau gweithgareddau hamdden'.⁹³ O hyn, gellid dadlau os yw chwarae'n cael ei ystyried fel un o'r deg dawn ddynol craidd (ar gyfer pob oedran), yna byddai angen i ddull galluogrwydd tuag at les dalu sylw i'r amodau sy'n cefnogi'r adnoddau, y cyfleoedd a'r rhyddid i chwarae. Fel hyn, mae doniau'n ddefnyddiol oherwydd eu bod yn mynd i'r afael ag anghydraddoldebau

⁸⁷ Fattore, 2020; Lester, 2020

⁸⁸ Atkinson, 2013, 2020; Fattore *et al.*, 2021; Lester, 2020

⁸⁹ Biggeri *et al.*, 2011; Camfield a Tafere, 2011; Domínguez-Serrano *et al.*, 2019; Kellock a Lawthom, 2011; Schweiger, 2016

⁹⁰ Owens *et al.*, 2021

⁹¹ Biggeri *et al.*, 2011; Camfield a Tafere, 2011; Domínguez-Serrano *et al.*, 2019; Kellock a Lawthom, 2011; Murriss, 2019; Nussbaum, 2007; Robeyns, 2017; Schweiger, 2016

⁹² Robeyns, 2017

⁹³ Nussbaum, 2007

a syniadau am gyfiawnder ac felly, mae'r dull yn cynnig llawer ar gyfer ystyried cyfiawnder gofodol⁹⁴ ar gyfer plant o ran eu gallu i ganfod amser, lle a chaniatâd i chwarae a'r buddiannau y mae hynny'n ei gynnig ar gyfer cyfoethogi bywyd yn yr ennyd yn ogystal â lles tymor hir plant a chymunedau.

Fodd bynnag, fel gyda nifer o ddamcaniaethau lles, mae'r dull galluogrwydd wedi ei feirniadu am fod yn unigolyddol ac wedi'i wreiddio yn nyfeisiadau'r byd lleiafrifol o gyfiawnder fel tegwch, rhyddid a dewis.⁹⁵ Mae eraill wedi dadlau bod agweddau perthynol y damcaniaethau wedi'u hesgeuluso, yn enwedig yn nhermau cydberthynas ffactorau a grymoedd personol (a ddehonglir ar wahanol adegau fel sgiliau, cyraeddiadau, natur a/neu adnoddau corfforedig yr unigolyn), cymdeithasol (normau ac adnoddau diwylliannol, economaidd, gwleidyddol a chymdeithasol) ac amgylcheddol/strwythurol (natur ffisegol yr amgylchedd adeiledig, isadeiledd, sefydliadau, nwyddau cyhoeddus, adnoddau naturiol) sy'n effeithio ar y tebygolrwydd y gellir trosi adnoddau'n weithrediadau.⁹⁶

Felly, rydym yn cloi pennod 2 gyda chynnig am ddull galluogrwydd perthynol tuag at chwarae plant all gyfrif am y drysni o amodau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol sy'n effeithio i ba raddau y gall plant drosi adnoddau ar gyfer chwarae yn chwarae go iawn, a phopeth y mae hynny'n ei gynnig ar gyfer enydau o les yn ogystal â lles tymor hirach. Mae dull o'r fath yn cynnig persbectif perthynol ar chwarae a lles, yr ydym yn ei adolygu ym mhennod 3.

1.5 Rôl chwarae yn lles plant (pennod 3)

Yn dilyn sylwebaeth agoriadol ar chwarae a lles, mae pennod 3 yn cyflwyno trosolwg o'r gwahanol dulliau tuag at astudio chwarae, yn cynnwys sut caiff chwarae ei ddiffinio (neu beidio), amrywiol fathau o chwarae ac amrywiaeth y chwaraewyr. Yna, mae'n edrych ar sut y mae gwahanol ddisgyblaethau'n mynd ati i astudio chwarae, gwleidyddiaeth gwahanol dulliau tuag at gynhyrchu gwybodaeth a'r methodolegau a'r dulliau a ddefnyddir i ymchwilio. Yn dilyn hyn, mae'r bennod yn adolygu:

- y berthynas rhwng chwarae ac esblygiad
- astudiaethau niwrowyddonol o chwarae a lles
- y berthynas rhwng chwarae a lles plant, trwy:
 - chwarae gyda symudiad
 - chwarae gydag affaith ac emosiynau
 - rôl therapiwtig chwarae (yn cynnwys chwarae'n ystod y pandemig COVID-19)
 - chwarae gydag eraill
 - chwarae gyda phethau
 - chwarae, lle a lles.

Daw'r bennod i ben gyda myfyrdod ar rôl chwarae a lles. Nid yw chwarae a dysgu, ynghyd â chwarae a chreadigedd/dyfeisgarwch, dwy thema allweddol sy'n amlwg yn y llenyddiaeth ymchwil, yn cael eu trafod ar wahân yma gan eu bod yn gydblythedig trwy'r cyfan (gyda 'dysgu' a 'datblygiad' yn cael eu deall fel newid).

Mae pennod 3 yn cynnig adolygiad manwl o ymchwil pellgyrhaeddol i chwarae a lles plant, sy'n cwmpasu'r holl sbectrwm o ddisgyblaethau a dulliau academaidd. Nid ydym yn crynhoi'r holl astudiaethau amrywiol hyn yma, yn hytrach rydym yn anelu i gyflwyno syniad cyffredinol o sut y mae'r ymchwil yn gyson gyda dull galluogrwydd

⁹⁴ Schweiger, 2016

⁹⁵ Fattore a Mason, 2017; Walby, 2012

⁹⁶ Owens *et al.*, 2021

perthynol tuag at ystyried chwarae a lles, ac o ganlyniad sut y mae'n cydberthyn i weithredoedd oedolion er cefnogi chwarae plant, gan ailbwsleisio nad yw galluogrwydd, chwarae a lles wedi'u lleoli ym meddyliau a chyrrff plant unigol ond eu bod yn ymddangos yn ddynamig trwy ac ar ffurf cyfarfyddiadau.

Mae'r bennod yn pwysleisio sut mae'r gallu i chwarae'n effeithio ar yr holl ddoniau eraill yn rhestr Nussbaum. Am y rheswm hwn, mae gwarchod a hyrwyddo gallu plant i chwarae, yn enwedig i blant sydd eisoes yn wynebu anghyfiawnderau cymdeithasol a gofodol, yn alinio gyda hawliau plant⁹⁷ yn ogystal â'r model polisi buddsoddiad cymdeithasol a ddisgrifir ym mhennod 2.⁹⁸ Mewn geiriau eraill, mae gwarchod a hyrwyddo gallu plant i chwarae yn gwneud synnwyr o ran cyfiawnder ac economeg. Fodd bynnag, mae cynnwys hawliau a buddsoddiad cymdeithasol mewn dull galluogrwydd yn codi'r tensiwn bythol o werth cynhenid a chyfryngol chwarae: mae dull galluogrwydd yn gweld pobl fel y diben ynddynt eu hunain yn hytrach na'r modd o gyflawni'r diben,⁹⁹ ac felly ni fyddai cyfryngu chwarae at ddibenion cymdeithasol ac economaidd yn cytseinio gydag egwyddorion dull galluogrwydd. Er hynny, os yw'r ffocws ar dalu sylw i *greu'r amodau* ar gyfer chwarae (*y gallu* i blant chwarae) er mwyn i blant fod a gwneud yn dda, yn hytrach na hyrwyddo neu arwain ffurfiau penodol o chwarae er mwyn y buddiannau cymdeithasol ac economaidd y cymerir y maent yn eu sicrhau, efallai ei bod yn bosibl i'r ddau gyd-fodoli mewn modd llai gwrthwynebus.

At hynny, gall dull galluogrwydd perthynol herio gwrthwynebiad deuaidd bythol gwerth cynhenid a chyfryngol chwarae trwy gydnabod y gallai chwarae, ar adegau, fod â gwerth anghynhenid ar gyfer y plant eu hunain¹⁰⁰ a thrwy werthfawrogi chwarae fel elfen sy'n annibynnol ac sy'n newid o ran ei hunaniaeth.¹⁰¹ Yn ogystal, mae'r llenyddiaeth yn arddangos dau-gyfeiriant chwarae a'i ddeilliannau cyfryngol megis iechyd a datblygiad.¹⁰² Mewn geiriau eraill, mae'n amlwg bod plant yn datblygu sgiliau cymdeithasol, corfforol, emosiynol a gwybyddol pan maent yn chwarae. Ar yr un pryd, mae amrywiol ffurfiau o chwarae'n galw am sgiliau penodol a pho fwyaf datblygedig yw'r sgiliau hyn, y mwyaf cymhleth fydd y chwarae.

Mae dull perthynol yn tarfu hefyd ar syniadau gwerthfawr a hirsefydlog bod chwarae'n cael ei ddewis o wirfodd a'i gyfarwyddo'n bersonol. Mae pennod 3 yn cyflwyno llu o ddulliau i ddelio â'r broblem ddyrys o ddiffinio chwarae, ac mae nifer o ddisgrifiadau o nodweddion chwarae'n cynnwys cwestiynau am ddewis a chyfryngiad personol. Ond eto, o safbwynt perthynol, nid yw chwarae'n cael ei ystyried fel elfen sy'n byw ym meddyliau a chyrrff plant unigol, ond fel elfen sy'n ymddangos ac yn datblygu'n berthynol, yn oportiwnistaidd ac yn ddigymell o'r amodau cyfredol.¹⁰³ Mae safbwynt o'r fath hefyd yn diddymu'r syniad deuaidd o chwarae/nid-chwarae, gan nad yw ymddygiad, ysgogiad a natur (chwarëusrwydd) yn elfennau sefydlog ond cyfnewidiol, sy'n newid yn barhaus o ennyd i ennyd.¹⁰⁴

1.5.1 Gwahanol chwaraewyr yn chwarae'n wahanol

Mae llawer o'r llenyddiaeth yn cyffredinoli ynghylch profiadau plant o chwarae (er enghraifft, ei fod bob amser yn wirfoddol neu yn dod ag affaith cadarnhaol) yn ogystal ag am ei fuddiannau ar gyfer lles plant. Mae 'chwarae' a 'phlant' yn troi'n gysyniadau homogenaidd, normadol yn rhwydd iawn, sy'n dileu profiadau a swyddogaethau chwarae ar gyfer plant sydd ddim yn ffitio mowld y plentyn delfrydol.¹⁰⁵ Mae pennod 3 yn cynnwys adran

⁹⁷ Lott, 2020

⁹⁸ Nielsen, 2018

⁹⁹ Laruffa, 2018

¹⁰⁰ Lopez Frías, 2020

¹⁰¹ Rautio a Winston, 2015

¹⁰² Lillard *et al.*, 2013; Lockman a Tamis-LeMonda 2021; Solis *et al.*, 2017

¹⁰³ Lester, 2020; Russell, 2015

¹⁰⁴ Lester, 2020

¹⁰⁵ Buchanan a Johnson, 2009; Cook, 2016, 2019; Doak, 2020; Göncü a Vadenboncoeur, 2015; Goodley a Runswick-Cole, 2010; Mayeza, 2018; Smith, 2017

helaeth sy'n adolygu'r llenyddiaeth ar gategoriâu penodol o blant, gan fod y categoriadau hynny'n bodoli yn y llenyddiaeth er gwaethaf croestoriadedd profiadau bob dydd plant a'r amrywiaeth o brofiadau a geir yn ac ar draws categorïau o'r fath. Mae tybiaethau normadol a/neu ystrydebol all effeithio'n andwyol ar ddawn plant i chwarae'n gweithredu ar draws hil, dosbarth, an/abledd, rhywedd a heteronormadolrwydd. Er enghraifft, gellir darllen arddulliau a dewisiadau chwarae ambell blentyn niwrowahanol fel bod yn broblemus a'u defnyddio fel offeryn diagnostig sydd yna'n cyfiawnhau ymyriadau therapiwtig.¹⁰⁶ Gall ymyraethau o'r fath fod yn ddefnyddiol os ydynt yn taro'r cydbwysedd cywir rhwng normaleiddio/newid plant niwrowahanol a'u cynorthwyo i ymdopi'n dda a mwynhau eu bywydau.¹⁰⁷ Enghraifft arall yw'r llenyddiaeth ar rywedd a chwarae sy'n cyffredinoli gwahaniaethau rhwng hoff deganau ac arddulliau chwarae bechgyn a merched mewn ffyrdd sy'n tragwyddoli'r gwahaniaethau deuaidd rhwng bechgyn a merched fel categorïau sefydlog¹⁰⁸ a rhwng natur a diwylliant.¹⁰⁹ Mae elfennau deuaidd o'r fath yn cuddio'r ffyrdd manwl y bydd plant yn actio, copïo a gwrthsefyll rolau rhyweddol ystrydebol a heteronormadol yn eu chwarae.¹¹⁰ Trydedd enghraifft yw sut y gall plant Du gael eu troseddoli oherwydd eu chwarae, gydag oedolion yn dehongli ymddygiadau chwarae plant Gwyn a Du yn wahanol ac mewn ffyrdd all fod yn farwol¹¹¹ neu all, dros amser, bennu plant Du fel problemau mewn ysgolion.¹¹²

Mae enghreifftiau o'r fath yn arddangos natur anwahanadwy perthnasau hanesyddol a grym anghytwys a gwladychiaeth gyda'r holl ffenomenau eraill sy'n effeithio ar – ac sy'n cael eu heffeithio gan – sut y mae plant yn chwarae yn yr ennyd a thros amser hefyd. Mae'n hawdd cyffredinoli am chwarae plant, yn enwedig gan fod nifer o astudiaethau meintiol yn defnyddio ystod eang o strategaethau ar gyfer unioni gwahaniaethau i wneud datganiadau cyffredinol am chwarae. Mae astudiaethau o'r fath yn ddefnyddiol, ac ar yr un pryd, mae'n bwysig cofio bod gwahaniaethau'n bwysig hefyd. Gall dull galluogrwydd perthynol tuag at feddwl am chwarae plant osgoi'r tueddiad i or-efengylu a gor-ramantu chwarae plant yn ogystal â chymryd i ystyriaeth wahaniaethau trwy'r drysni o amodau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol sy'n effeithio ar ddawn plant i drosi adnoddau ar gyfer chwarae yn chwarae go iawn.

1.5.2 Persbectifau perthynol ar esblygiad a niwrowyddoniaeth

O ystyried bod chwarae wedi esblygu ac y gellir ei arsylwi mewn mamaliaid, adar ac anifeiliaid eraill (er, i raddau amrywiol), bod anifeiliaid ifainc yn chwarae er gwaetha'r gost amlwg (defnyddio egni, datguddio eu hunain i ysglyfaethwyr) a bod mamaliaid ifainc yn arddangos 'adlam chwarae' wedi cael eu hamddifadu rhag chwarae, gellir cymryd bod chwarae'n cyflawni rhyw bwrpas esblygiadol.¹¹³ Deëllir 'pwrpas' mewn termau esblygiadol yn bennaf fel cyfraniad chwarae tuag at ffitrwydd cyfredol ac i'r dyfodol (ymaddasolrwydd i'r amgylchedd cyfredol), yn ogystal â'i fuddiannau ar gyfer ontogenesis (datblygiad unigolion) yn ogystal â ffylogenedd (esblygiad rhywogaethau).

Un feirniadaeth o rai astudiaethau esblygiadol yw eu ffocws penderfyniadol ar enynnau fel yr unig ffynhonnell o nodweddion etifeddol. Mae safbwynt systemau ehangach yn cydnabod perthynoldeb genynnau, cyrff ac amgylcheddau, yn cynnwys systemau etifeddol eraill megis etifeddiaeth epigenetig (ble gellir pasio patrymau ymddygiad caffaeledig ymlaen), dysg cymdeithasol, a systemau symbolaidd fel iaith.¹¹⁴ Yr hyn y mae'r safbwyntiau ehangach hyn yn ei awgrymu yw bod deuliaeth glasurol natur/magwraeth yn cael ei diddymu, ac y gall arddull

¹⁰⁶ Barron *et al.*, 2017; Goodley a Runswick-Cole, 2010; Murphy, 2021; Ray-Kaeser *et al.*, 2017

¹⁰⁷ Leadbitter *et al.*, 2021

¹⁰⁸ Bragg *et al.*, 2018; Callahan a Nicholas, 2019; Dinella a Weisgram, 2018; Keenan a Lil Miss Hot Mess, 2020; Osgood, 2014; Pawlowski *et al.*, 2015; Prioletta, 2020; Tembo, 2021a

¹⁰⁹ Blaise a Taylor, 2012; Josephidou a Bolshaw, 2020; Osgood, 2014; Prioletta, 2020

¹¹⁰ Blaise a Taylor, 2012; Renold a Mellor, 2013

¹¹¹ Dumas a Nelson, 2016; Pinckney *et al.*, 2019

¹¹² Bryan, 2020; Kinard *et al.*, 2021; Meek ac Evandra, 2020

¹¹³ Gray, 2019; LaFreniere, 2011, 2013; Sgro a Mychasiuk, 2020; Sharpe, 2019

¹¹⁴ Bateson, 2015, 2017; Bateson a Martin, 2013; Jablonka a Lamb, 2007, 2014; Panksepp, 2008

systemau tuag at ddatblygiad¹¹⁵ gynnig safbwyntiau diddorol ar swyddogaeth chwarae ac yn enwedig ei berthynas gyda lles.

Mae astudiaethau esblygiadol yn pwysleisio nad yw chwarae'n ffenomenon unigol neu gydryw a bod gwahanol ffurfiau o chwarae wedi codi o wahanol darddleoedd a llwybrau esblygiadol a'u bod yn cyflawni gwahanol swyddogaethau,¹¹⁶ sy'n golygu nad yw'r un theori unigol yn ddigon i gyfrif am amrywiaeth chwarae a chwaraewyr.¹¹⁷ Yn fras, fodd bynnag, mae'r mwyafrif o ddamcaniaethau esblygiadol yn rhagdybio mai swyddogaeth ddatblygiadol chwarae yw cynorthwyo rhai ifanc i gyfaddasu mewn amrywiol ffyrdd i'w amgylcheddau penodol eu hunain, ac y gall dawn ymgyfaddasu o'r fath effeithio ar newid esblygiadol trwy arloesi a chreadigedd.¹¹⁸ Gallai crynodeb o ddibenion esblygiadol dros chwarae gynnwys:

- ymarfer sgiliau
- datblygu'r ddawn i ymdopi'n gorfforol ac yn emosïynol gyda digwyddiadau annisgwyl
- cynhyrchu newyddbethau fydd neu na fydd yn ddefnyddiol
- creu cysylltiadau cymdeithasol ar gyfer creu ymlyniad a chydweithio.¹¹⁹

Mae niwrowyddoniaeth wedi tyfu'n faes ymchwil grymus sy'n cynnig nid yn unig esboniadau am y meddwl dynol ond hefyd dechnolegau sy'n trin – a rheoli – afiechydon a phroblemau eraill yr ymennydd a'r meddwl.¹²⁰ Un broblem allweddol yw lleihadaeth eglurhaol, hynny yw, y tueddiad a anogir gan dechnolegau mewn geneteg a delweddu'r ymennydd y bydd ambell ymchwilydd, eiriolwr a lluniwr polisiau gorfrwdfrydig yn eu hystyried yn wirioneddau empirig ar gyfer y cyflwr dynol go iawn.¹²¹ Er enghraifft, mae'r delweddu cymhellol syml o weithgarwch ymennyddol yn cuddio llu o gamau prosesu data yn cynnwys dadansoddi ystadegol a llyfnhau cronfeydd data er mwyn dileu 'sŵn' (y llu o weithgareddau eraill gaiff eu darlunio gan y broses ddelweddu) a 'normaleiddio gofodol' o'r delweddu terfynol ar lun templed o'r ymennydd er mwyn caniatáu cymharu.¹²² Yn ogystal, mae llawer o'r ymchwil niwrowyddonol i chwarae wedi'i gynnal ar anifeiliaid ac ar chwarae gwyllt.¹²³ Fodd bynnag, nid yw'r rhain yn rhesymau i ddiystyru niwrowyddoniaeth a'r hyn allai ei gynnig i ddealltwriaeth o chwarae. Yn hytrach, mae'n fater o fod yn ofalus a gwrthsefyll esboniadau achosol gor-sympl am brosesau dryslyd, cymhleth.

Un farn gyffredin yw mai yn yr ymennydd y mae meddwl (neu wybyddiaeth) yn digwydd,¹²⁴ a'i fod yn brosesydd gwybodaeth, gyda niwronau'n derbyn mewnbynnau synhwyrdd a gwybyddol (o'r gwaelod i fyny ac o'r top i lawr) sy'n rhyddhau un ai niwrodrowsyrrydd cyffroadol neu ataliol i anfon negeseuon ymlaen ar gyfer gweithredu neu atal gweithredu.¹²⁵ Clywir metafforau cyfrifiadurol yn aml, er enghraifft, gwifro (yn cynnwys gwifro caled), cylchedau niwral, rhaglennu, codio ac algorithmau¹²⁶ gyda'r meddwl fel y meddalwedd.¹²⁷ Mae'r bobl hynny sy'n rhan o ddatblygu 'niwrowyddoniaeth affeithiol' yn dadlau bod y ffocws ar agweddau gwybyddol (cyfrifiannol)

¹¹⁵ Fagen, 2011; Bergen *et al.*, 2016; Fromberg, 2015; Oyama, 2016

¹¹⁶ Burghardt, 2015; Burghardt a Pellis, 2019; Smaldino *et al.*, 2019

¹¹⁷ Burghardt a Pellis, 2019; Sutton-Smith, 2017

¹¹⁸ Bateson, 2015; Burghardt a Pellis, 2019; Pellegrini *et al.*, 2007

¹¹⁹ Bateson a Martin, 2013; Gray, 2019; Panksepp, 2010, 2016; Panksepp a Panksepp, 2013; Panksepp *et al.*, 2012; Pellis a Pellis, 2017; Pellis *et al.*, 2018

¹²⁰ Altikulaç *et al.*, 2019; Borsboom *et al.*, 2019; Münch *et al.*, 2021; Rose, 2012; Signorelli *et al.*, 2021

¹²¹ Altikulaç *et al.*, 2019; Borsboom *et al.*, 2019; Rose, 2012; Tallis, 2016

¹²² Dufford *et al.*, 2022; Dumit, 2012; Glover, 2011

¹²³ Kellman a Radwan, 2022; Sgro a Mychasiuk, 2020

¹²⁴ Corris a Chemero, 2022

¹²⁵ Bergen *et al.*, 2016; Corris a Chemero, 2022; Estrin a Bhavnani, 2020; Koziol *et al.*, 2012; Signorelli a Meling, 2021; Steffen *et al.*, 2022

¹²⁶ Burke *et al.*, 2020; Krakauer *et al.*, 2017; Redish *et al.*, 2019; Rose, 2012; Signorelli a Meling, 2021

¹²⁷ Protevi, 2012

ac ymddygiadol yr ymennydd, ar y cyfan, yn anwybyddu prosesau affeithiol isgortigol. Mae nifer cynyddol o astudiaethau'n dangos sut mae prosesau affeithiol, ynghyd ag amgylcheddau cefnogol, yn hanfodol ar gyfer gwybyddiaeth effeithiol, gan alinio gyda dull galluogrwydd perthynol.¹²⁸ Mae beirniaid eraill yn dadlau na ellir lleihau bywyd (ymwybyddiaeth, goddrychedd, ymddygiad, symudiad, emosiynau) yn gyfathrebu niwral electrocemegol.¹²⁹ Mae modelau amgen yn awgrymu safbwyntiau mwy perthynol ac yn cynnwys modelau rhwydweithiau¹³⁰ modelu biolegol yn seiliedig ar brosesau bywyd,¹³¹ a damcaniaeth systemau dynamegol a gwybyddiaeth ymgorfforedig, sy'n ystyried yr ymennydd fel un elfen mewn systemau ymennydd-corrff-amgylchedd.¹³²

Yn gryno, mae ymchwil niwrowyddonol i chwarae'n awgrymu bod chwarae'n broses neu system niwral o'r 'gwaelod i fyny'.¹³³ Mae'r ysgogiad ar gyfer chwarae'n tarddu yn y systemau gwobrwyo (term cyffredin ond dadleuol am y rhwydweithiau effaith cadarnhaol isgortigol sy'n cynnwys rhwydweithiau synhwyraidd a motor). Mae hwn yn cysylltu gyda, ac yn deffro'r ardaloedd a'r prosesau cortigol¹³⁴ gan gefnogi cyfaddasu i amgylcheddau ffisegol, cymdeithasol a diwylliannol cymhleth.¹³⁵ Mae cyfaddasiadau'n cynnwys sensitifrwydd cymdeithasol, empathi ac ymlyniad; gweithredu goruchwylol (yn cynnwys talu sylw, cynllunio a llunio penderfyniadau; rheoleiddio emosiwn; rheoli impylsau) a systemau ymateb i straen sy'n cefnogi'r ddawn i ymdopi gyda sefyllfaoedd newydd. Rhyddhau niwrogemegion yn cynnwys opioidau wrth chwarae yw'r hyn sy'n achosi'r pleser ddaw yn ei sgil fel arfer, gan roi mwy o ysgogiad i chwarae. O ystyried hyn, credir bod chwarae a'i brosesau niwrogemegol cysylltiedig yn darparu gwytnwch yn erbyn iselder¹³⁶ ac yn erbyn straen,¹³⁷ gan ei osod fel elfen ganolog o les plant o ran y pleser y mae'n ei gynnig. Fel estyniad o hyn, credir bod gan chwarae'r potensial i leihau symptomau anhwylder diffyg canolbwytio a gorfywiogrwydd (ADHD).¹³⁸ Am y rhesymau hyn, cyflwynwyd dadl niwrowyddonol y dylai oedolion greu amodau i blant chwarae.¹³⁹

Mae ymchwil niwrowyddonol i chwarae plant yn amlygu pwysigrwydd symudiad yn ogystal ag affaith/emosiwn. Adolygir y rhain yn y ddwy adran ganlynol o'r bennod, gan gydnabod nad ydynt yn gweithredu ar wahân i'w gilydd.

1.5.3 Chwarae gyda symudiad a'r synhwyrau

Yn rhyfedd iawn, telir fawr ddim sylw i symudiad o fewn ymchwil chwarae¹⁴⁰ heblaw am ei rôl mewn gweithgarwch corfforol a lleihau gordewdra. Yma, gall buddiannau gynnwys:

- cryfder cyhyrau, ffitrwydd aerobig¹⁴¹

¹²⁸ Panksepp, 2010, 2012, 2016; Panksepp *et al.*, 2019

¹²⁹ Signorelli a Meling, 2021

¹³⁰ Borsboom *et al.*, 2019

¹³¹ Signorelli a Meling, 2021

¹³² Corris a Chemero, 2022

¹³³ Panksepp 2010, 2012, 2016; Panksepp *et al.*, 2019; Pellis *et al.*, 2019

¹³⁴ Y cortecs cerebrol yw haen allanol yr ymennydd sy'n gysylltiedig gyda doniau a phrosesau meddyliol uwch (er enghraifft, gwneud penderfyniadau), gyda llabedau'n cynnwys ardaloedd arbenigol yn cynnwys prosesu'r synhwyrau, iaith a symud gwirfoddol. Yr isgortecs yw ardal hŷn (mewn termau esblygiadol) yr ymennydd sy'n gysylltiedig ag ymatebion mwy uniongyrchol i ysgogiadau amgylcheddol.

¹³⁵ Kellman a Radwan, 2022; Panksepp, 2016; Sivi, 2016

¹³⁶ Panksepp, 2008, 2010, 2015; Sgro a Mychasiuk, 2020

¹³⁷ Burgdorf *et al.*, 2017; Sharpe, 2019

¹³⁸ Panksepp, 2007, 2008, 2017; Sivi a Panksepp, 2011

¹³⁹ Panksepp, 2015

¹⁴⁰ Eberle, 2014; Pellegrini, 2011

¹⁴¹ Martins *et al.*, 2015

- mwy o ystwythder, ystod symudiad, hyblygrwydd, cydsymud a chadw cydbwysedd, a gostyngiad mewn blinder, straen ac iselder¹⁴²
- gostwng pwysedd gwaed mewn plant sydd â gorbwysedd (yn enwedig ar gyfer gweithgarwch aerobig), gwelliannau yn lefelau colesterol a lipidau gwaed ac mewn syndrom metabolaidd a dwysedd mwynau'r esgyrn.¹⁴³

At hynny, mae symud yn helpu i gynyddu llif gwaed a chymeriant ocsigen, ac mae'n ysgogi'r system lymffatig, gan warchod yn erbyn salwch ac alergeddau.¹⁴⁴ Gall buddiannau eraill gynnwys:

- gwarchod yn erbyn anhwylderau fel clefyd cardiofasgwlar, diabetes, canser, osteoporosis, gorbwysedd, iselder a gordewdra¹⁴⁵
- gwell iechyd meddwl¹⁴⁶
- gwell hunan-barch a gweithrediad gwybyddol,¹⁴⁷

sydd i gyd yn arddangos cysylltiadau amlwg gyda lles plant. Gall y llawenydd, ysgogiad cynhenid, ymdeimlad o reolaeth a chyfleoedd i arbrofi a gynigir gan ffurfiau corfforol fywiog o chwarae hybu llythrennedd corfforol, datblygu sgiliau motor, ystwythder a chymhwysedd yn ogystal â'r ysgogiad i barhau gyda gweithgarwch corfforol yn hwyrach mewn bywyd.¹⁴⁸ Er gwaethaf yr ystod eang o fuddiannau corfforol, gwybyddol, cymdeithasol ac emosiynol, mae'n deg dweud y cymerir mai budd pennaf 'chwarae bywiog' yw iechyd corfforol, a hynny trwy losgi egni a ffitrwydd corfforol.¹⁴⁹

Y tu hwnt i'r ffocws ar 'chwarae bywiog', mae deall chwarae fel proses berthynol yn anochel yn gofyn inni feddwl am symud, a hynny o ran symudiad corfforol yn ogystal â'r broses o newid.¹⁵⁰ Mae cyrff yn cael eu profi a'u byw ynddynt, ac mae ymgyfeiriad gyda'r byd yn digwydd yng nghyd-destun yr hyn mae'r byd yn ei gynnig o ran gweithredu, yr hyn mae'n ei ddarparu. O'r safbwynt hwn, mae gwybyddiaeth ac amgyffred yn fwy na gweithgareddau'r ymennydd ond yn hytrach yn rhywbeth y mae bodau dynol yn ei wneud, a hynny'n bennaf trwy symud.¹⁵¹ Mae bron yn wireb i ddweud bod plant, trwy chwarae, yn *gwneud synnwyr* o'u byd ac o'u hunain, eu doniau a'u potensial.¹⁵² Yn gyffredinol, fodd bynnag, caiff hyn ei ddehongli fel gwneud-ystyr yn hytrach na gwneud-synnwyr. Gall 'gwneud synnwyr' gael ei ystyried yn llai fel proses haniaethol cwbl wybyddol ac yn fwy fel teimlad,¹⁵³ gan amlygu cyd-ddibyniaeth symudiad a'r synhwyr a ddarparu cysylltiadau ehangach rhwng chwarae, symudiad, y synhwyr, affaith a lles plant.

Gall chwarae helpu plant i brosesu, integreiddio a rheoleiddio gwybodaeth synhwyradd.¹⁵⁴ Yn yr un modd, mae integreiddio synhwyradd¹⁵⁵ fel proses yn dylanwadu ar ddatblygiad chwarae,¹⁵⁶ gyda hoff ddewisiadau

¹⁴² Yogman *et al.*, 2018

¹⁴³ Janssen a LeBlanc, 2010

¹⁴⁴ Hanscom, 2016

¹⁴⁵ Block *et al.*, 2017; Boddy *et al.*, 2014; de Rossi, 2020

¹⁴⁶ Ahn *et al.*, 2011

¹⁴⁷ Biddle *et al.*, 2019

¹⁴⁸ de Rossi, 2020

¹⁴⁹ Alexander *et al.*, 2014, 2019

¹⁵⁰ Eberle, 2014; Lester, 2020

¹⁵¹ Corris a Chemero, 2022; Sheets-Johnstone, 2018

¹⁵² Atmakur-Javdekar, 2016; Brown *et al.*, 2019; Hakkarainen a Bredikyte, 2008; Henricks, 2014, 2015

¹⁵³ Olson, 2022

¹⁵⁴ Bundy *et al.*, 2007; Fearn, 2014; Prendiville a Fearn, 2017; Hanscom, 2016; Roberts *et al.*, 2018

¹⁵⁵ Integreiddio gweithredoedd gyda gwybodaeth amgylcheddol a dderbynnir trwy'r synhwyr.

¹⁵⁶ Watts *et al.*, 2014

prosesu synhwyrdd plant yn effeithio ar eu hoff ddewisiadau chwarae, er nid mewn modd unffurf.¹⁵⁷ Mae plant niwrowahanol yn fwy tebygol o fod â gwahaniaethau prosesu synhwyrdd o'u cymharu â phlant niwronodweddiadol (a ddisgrifir yn aml fel problemau),¹⁵⁸ ac efallai y byddant yn chwarae mewn ffyrdd y gellid eu dirnad fel ffyrdd aflonyddol, gan ddenu cerydd mewn rhai cyd-destunau.¹⁵⁹

Er bod y synhwyrddau i gyd yn bwysig, o ddiddordeb penodol i'r gydberthynas rhwng chwarae, y synhwyrddau a symud mae'r synhwyrddau cyffwrdd, propriodderbyniaeth a chinaesthesia.¹⁶⁰ Cinaesthesia a chyffwrdd yw'r systemau synhwyrdd cynharaf i ddatblygu, gan eu bod yn datblygu cyn geni.¹⁶¹ Mae nifer o ffurfiau o chwarae'n cynnwys cyffwrdd rhwng cyrff bodau dynol, er enghraifft, chwarae gwyllt, cosi, gemau tic¹⁶² a chwarae smalio.¹⁶³ Mae gwobr niwrogemegol chwarae o'r fath, a deimlir fel llawenydd, yn ysgogi plant i geisio cyswllt o'r fath eto, ac yn y broses honno ddatblygu ymlyniadau, ystod eang o sgiliau cymdeithasol a rhwydweithiau niwral affeithiol all helpu yn erbyn iselder.¹⁶⁴ Mae cyffyrddiad (trwy'r corff cyfan, nid dim ond y dwylo) yn ganolog i chwarae oherwydd hyd yn oed os nad yw plant yn cyffwrdd ei gilydd, byddant yn cyffwrdd arwynebau a gwrthrychau, gan symud drostynt neu eu trin a'u trafod, yn ogystal â phrofiadau eraill fel pwysau, tymheredd, dirgryniad, pleser neu boen,¹⁶⁵ sydd, yn eu tro, i gyd yn gysylltiedig â symud.¹⁶⁶

Mae propriodderbyniaeth yn angenrheidiol ar gyfer ac yn cael ei ddatblygu trwy symudiadau sy'n nodweddiadol mewn chwarae, er enghraifft, siglo, balansio, sgipio, dringo coed, rholio i lawr brynau, troelli, hongian â'ch pen i lawr, yn ogystal â gwthio a thynnu pethau, llusgo deunyddiau o gwmpas, defnyddio gwahanol rannau o'r corff, gwybod pa mor galed i roi cwtsh neu dicio wrth chwarae, neu gymryd rhan mewn chwarae gwyllt.¹⁶⁷ Mae'r mathau hyn o chwarae'n cael eu heffeithio gan ac yn effeithio ar system cyntedd y glust,¹⁶⁸ sy'n chwarae rhan allweddol mewn cydsymudiad motor, cydbwysedd, sefydlogi sylliad wrth symud y pen, sefydlogrwydd osgo, rhythm y galon a phwysedd gwaed, cyfeiriadaeth ofodol ac ymwybyddiaeth o'ch symudiadau personol, talu sylw, cof, canolbwytio, yn ogystal â gwybyddiaeth a rheoleiddio emosiwn.¹⁶⁹ At hynny, mae cyffroi system cyntedd y glust, fel gyda chyffwrdd, yn achosi affaith cadarnhaol,¹⁷⁰ sy'n amlwg yng ngwichiadau a sgrechfeydd plant sy'n cymryd rhan mewn mathau chwarae di-gydbwysedd o'r fath.¹⁷¹

¹⁵⁷ Binder, 2021; Bundy *et al.*, 2007; Mische Lawson a Dunn, 2008; Roberts *et al.*, 2018; Watts *et al.*, 2014

¹⁵⁸ Dellapiazza *et al.*, 2021; Jorquera-Cabrera *et al.*, 2017; Pfeiffer *et al.*, 2014

¹⁵⁹ Binder, 2021; Conn, 2015

¹⁶⁰ At ddibenion yr adolygiad hwn, rydym yn defnyddio'r dealltwriaethau canlynol. Propriodderbyniaeth yw'r synnwyr o wybod ble mae rhannau'r corff mewn gofod heb orfod edrych arnynt ac mae'n cynnwys y synnwyr cydbwysedd (Brodie, 2021; Hanscom, 2016). Cinaesthesia yw'r ymwybyddiaeth o symudiad eich corff (Sheets-Johnstone, 2011, 2018, 2020).

¹⁶¹ Fearn a Troccoli, 2017; Hanscom, 2016; Jackson a McGlone, 2020; Sheets-Johnstone, 2020

¹⁶² Jackson a McGlone, 2020; Panksepp, 2010

¹⁶³ Roberts *et al.*, 2018

¹⁶⁴ Jackson a McGlone, 2020; Panksepp, 2010

¹⁶⁵ Hanscom, 2016

¹⁶⁶ Bundy *et al.*, 2008; Gibson *et al.*, 2017; Prendiville a Fearn, 2017

¹⁶⁷ Fagen, 2011; Goddard Blythe, 2017; Hanscom, 2016

¹⁶⁸ Mae organau cyntedd y glust wedi'u lleoli yn y glust fewnol ac maent yn gweithio gyda'r systemau golwg, clywedol a chorfforol-synhwyrdd a gyda derbynyddion disgyrchol (*graviceptors*) i fwydo gwybodaeth synhwyrdd i mewn i goesyn yr ymennydd, y cerebelwm a'r cortecs.

¹⁶⁹ Brodie, 2021; Hanscom, 2016; van Hecke *et al.*, 2021

¹⁷⁰ Miller *et al.*, 2017; Rajagopalan *et al.*, 2017

¹⁷¹ Eberle, 2014; Work-Slivka, 2017

1.5.4 Chwarae gydag affaith/emosiwn

Nid yw meddwl a gweithredu rhesymegol yn bosibl heb y wybodaeth synhwyraidd a geir o symudiadau, teimladau ac emosiynau.¹⁷² Nid yw'r berthynas rhwng teimladau corfforol, emosiynau, affaith, meddwl a gweithredu/symud yn un o gystadleuaeth a deuoliaeth ond yn hytrach o unoliaeth. Gellir deall chwarae ei hun fel 'system affeithiol/cymhellol'.¹⁷³

Mae affaith, emosiynau a theimladau'n dermau a ddefnyddir yn gyfnewidiol yn aml ac a wahaniaethir ac a ddiffinnir weithiau mewn gwahanol ffyrdd ar draws disgyblaethau.¹⁷⁴ Weithiau defnyddir 'affaith' fel term ambarél am emosiynau a theimladau.¹⁷⁵ Mae dealltwriaeth fwy perthynol yn ystyried bod affaith yn codi o gyfarfyddiadau yn hytrach na rhywbeth sydd y tu mewn i unigolion, ac sy'n cynnwys y ddawn ddwyochrog i effeithio ar ac i gael eich effeithio gan y byd.¹⁷⁶ Mae'r tri yma – affaith, teimladau ac emosiynau – yn anelu am homeostasis, y broses hunanreoleiddiol sy'n cynnal 'cyflwr sefydlog' ar gyfer organebau wrth iddynt wynebu amrywiadau a newidiadau mewnol neu allanol ac sy'n sicrhau eu goroesiad. Fodd bynnag, mae homeostasis yn fwy na dim ond bod yn gadarn a sefydlog, mae'n broses ddynamig o chwilio am gyfleoedd i ffynnu.¹⁷⁷

Mynnir yn aml bod chwarae'n cynhyrchu affaith cadarnhaol, neu bod affaith cadarnhaol yn un o nodweddion allweddol chwarae,¹⁷⁸ er y ceir hefyd feirniadaethau am gysylltiad amhroblemus oedolion rhwng chwarae a llawenydd.¹⁷⁹ Mae plant yn aml yn cysylltu chwarae gydag emosiynau cadarnhaol.¹⁸⁰ O'r safbwynt hwn, mae chwarae'n werthfawr, a bydd plant yn chwilio amdano er mwyn profi'r gwerth hwnnw, er mwyn profi cyflwr o ffynnu, mwy o fodlonrwydd mewn bod yn fyw – mewn geiriau eraill, enydau o les a gwneud yn dda.¹⁸¹

Ar berygl gor-symleiddio maes ymchwil cymhleth ar y berthynas rhwng chwarae, affaith, emosiynau a lles, y mae llawer ohono'n dod o niwrowyddoniaeth, gellir crynhoi'r rhain fel a ganlyn:

- Gall pleser a llawenydd chwarae leihau gorbryder, cynyddu gwytnwch yn erbyn iselder a chael buddiannau iechyd eraill;¹⁸² gall ehangu rhyngweithiadau cymdeithasol a ffurfio cysylltiadau ac ymlyniadau mwy parhaol;¹⁸³ a gall ysgogi chwarae pellach.¹⁸⁴
- Mae plant yn mynd ati'n weithredol i chwilio am ffyrdd i brofi emosiynau sylfaenol fel ofn, ffeidd-dod, sioc, dicter mewn ffyrdd cymharol ddiogel, gan gyflwyno bywiogrwydd i fywyd am adeg y chwarae a hefyd sicrhau buddiannau mwy hirdymor yr affaith cadarnhaol a ddisgrifir uchod.¹⁸⁵

¹⁷² Damasio, 2018, 2021; Marks-Tarlow, 2010; Panksepp, 2010

¹⁷³ LaFreniere, 2013, td. 192

¹⁷⁴ Burghardt, 2019; Damasio, 2018; Russ, 2014; Stanley, 2017; Tembo, 2021b

¹⁷⁵ Burghardt, 2019; Damasio, 2018; Russ, 2014

¹⁷⁶ Harker, 2005; Johansson a Hultgren, 2016; Lester, 2020; Leyshon, 2016; McPhail a Huynh, 2016; Stanley, 2017

¹⁷⁷ Billman, 2020; Damasio, 2018; Nirmalan a Nirmalan, 2020; Rose, 2012

¹⁷⁸ Ahloy-Dallaire *et al.*, 2018; Bateson, 2015; Burghardt, 2011; Eberle, 2014; Held a Spinka, 2011; Johnson a Dong, 2019; Sivi, 2016; Sutton-Smith, 2017; Whitebread, 2018

¹⁷⁹ Cook, 2019

¹⁸⁰ Brockman *et al.*, 2011; Goodhall ac Atkinson, 2019; Howard *et al.*, 2017; Moore a Lynch, 2018

¹⁸¹ Lester, 2020; Sutton-Smith, 2017

¹⁸² Burgdorf *et al.*, 2017; Panksepp, 2008, 2010; Trezza *et al.*, 2019

¹⁸³ Tugade *et al.*, 2021

¹⁸⁴ Lester a Russell, 2010; Sutton-Smith, 2017

¹⁸⁵ Panksepp, 2008; Sutton-Smith, 2017

- Mae chwarae'n galw am reoleiddio emosiwn¹⁸⁶ ac yn darparu ffrâm cymharol ddiogel ar gyfer profi ac ymarfer rheoli'r emosiynau,¹⁸⁷ gydag amrywiadau ar draws rhywiau a phlant sydd â mympwy a/neu orbryder uchel neu isel.¹⁸⁸
- Mae nifer o ffurfiau chwarae'n cynnwys creu ansicrwydd, un ai trwy ddisgwyl syrpreis neu trwy gynllunio colli rheolaeth dros dro. Gall y ffurfiau hyn o chwarae ddarparu cyd-destun cymharol ddiogel ar gyfer paratoi rhwydweithiau niwral i ymateb yn hyblyg ac yn greadigol i sefyllfaoedd newydd heb or-ymateb, gan ddysgu sut i ddelio'n emosiynol gyda chael syrpreis neu golli rheolaeth dros dro,¹⁸⁹ cyn belled â bod y syrpreis yn disgynt o fewn terfynau derbynol peidio bod yn rhy ragweladwy nac yn rhy anhrefnus.¹⁹⁰
- Mae plant hefyd yn chwilio'n fwriadol am ofn a risg yn eu chwarae, unwaith eto o fewn terfynau hawdd eu trin.¹⁹¹ Gall ffurfiau chwarae o'r fath ysgogi teimladau o lawenydd, fydd yn sicrhau buddiannau affaith cadarnhaol;¹⁹² a gall baratoi systemau niwrolegol i ymdopi gydag ansicrwydd a newydd-deb.¹⁹³

1.5.5 Rôl therapiwtig chwarae

Mae llawer wedi ysgrifennu y gall straen tocsig¹⁹⁴ tymor hir fod yn niweidiol i blant.¹⁹⁵ Yn yr un modd, mae chwarae wedi ei ddeall fel gweithgaredd ymdopi neu iachaol ers amser maith, sy'n helpu plant i ddelio gydag anawsterau, caledi a straen y byddant yn eu profi. Tra gall ystod eang o oedolion proffesiynol, yn cynnwys therapyddion chwarae, therapyddion galwedigaethol, arbenigwyr ysbysai, gweithwyr chwarae a mwy, gynorthwyo plant trwy chwarae, mae'r plant eu hunain yn defnyddio chwarae yn y modd hwn hefyd.¹⁹⁶

Mae buddiannau therapiwtig chwarae'n cynnwys:

- hwyluso cyfathrebu (yn cynnwys mynegi materion na ellir eu mynegi mewn geiriau)
- meithrin lles emosiynol (yn cynnwys catharsis, gwrthadwaith, emosiynau cadarnhaol, gwrthgyflyru rhag ofnau, inocwleiddio rhag straen a rheoli straen)
- cyfoethogi perthnasau cymdeithasol (yn cynnwys sgiliau cymdeithasol, ymlyniadau ac empathi)
- cynyddu cryfderau personol (er enghraifft, gwytnwch a hunanddisgyblaeth).¹⁹⁷

¹⁸⁶ Mae'n bwysig nodi nad yw rheoleiddio emosiwn yr un peth â rheoli'r emosiynau (er y gall hyn fod yn un o strategaethau rheoliad emosiynau), ond mae wedi ei gysylltu'n nes at homeostasis.

¹⁸⁷ Colle a del Giudice, 2011; Foley, 2017; Gilpin *et al.*, 2015; Granic *et al.*, 2014; Hoffman a Russ, 2012; La Freniere, 2011, 2013; Lindsey a Colwell, 2013; Nielsen a Hanghøj, 2019; Palagi, 2018; Pellis a Pellis, 2017; Pellis *et al.*, 2014; Rao a Gibson, 2019; Sandseter *et al.*, 2022; Slot *et al.*, 2017; Thibodeau-Mielsen a Gilpin, 2020; Vanderschuren a Trezza, 2014

¹⁸⁸ Rao a Gibson, 2019

¹⁸⁹ Andersen *et al.*, 2022; Gray, 2019; Kellman a Radwan, 2022; Pellis *et al.*, 2014; Pellis *et al.*, 2018; Sgro a Mychasiuk, 2020; Sivi, 2016; Vandervert, 2017

¹⁹⁰ Andersen *et al.*, 2022

¹⁹¹ Dodd a Lester, 2021; Sandseter, 2009, 2010

¹⁹² Hinchion *et al.*, 2021; Hyndman a Telford, 2015; Lester a Russell, 2014b; Sando *et al.*, 2021; Sandseter, 2009, 2010

¹⁹³ Gray, 2020; Lester a Russell, 2014b; Sandseter, 2010; Sandseter a Kennair, 2011

¹⁹⁴ Y ddealltwriaeth bresennol o 'straen tocsig' gan Academi Peditreg America yw ei fod yn 'cyfeirio at gasgliadau eang o newidiadau biolegol sy'n digwydd ar lefelau moleciwlaidd, cellol, ac ymddygiadol pan fydd adfyd estynedig neu sylweddol yn absenoldeb clustogau cymdeithasol-emosiynol lliniarol. Mae os yr ystyrir y newidiadau hynny a achosir gan adfyd yn ymaddasol a hyrwyddol i iechyd neu'n gamaddasol a "thocsig" yn dibynnu ar y cyd-destun' (Garner *et al.*, 2021, td. 2).

¹⁹⁵ Foley, 2017; Garner *et al.*, 2021

¹⁹⁶ Bateman *et al.*, 2013; Clark, 2018

¹⁹⁷ Drewes a Schaeffer, 2014

Gall chwarae ddarparu plant gyda ffrâm ‘cam ymhellach’ a chymharol ddiogel ar gyfer archwilio teimladau a mecanweithiau ymdopi addasol posibl, yn cynnwys mynegi ofnau, gan ddod o hyd i ffyrdd i amddiffyn eu hunain rhag bygythiadau o’r fath, a’u trechu neu eu gwatwar.¹⁹⁸ Gwelwyd enghreifftiau o hyn yn ystod y pandemig COVID-19, yn cynnwys gweld rhai plant yn cynnwys y feirws yn eu naratifau chwarae.¹⁹⁹ I blant sydd yn yr ysbty, mae’r gallu i gymryd rhan mewn chwarae a drefnir yn bersonol yn medru helpu i roi rhyw ymdeimlad o reolaeth dros ddigwyddiadau, helpu i greu ymdeimlad o ddilyniant gyda bywyd bob dydd, a lleihau gorbryder, ofn, straen a hyd yn oed boen, gan eu helpu nhw a’u teuluoedd i gael profiad mwy cadarnhaol o fod yn yr ysbty.²⁰⁰

1.5.6 Chwarae gydag eraill

Yma, mae’r ffocws ar y berthynas rhwng chwarae ac ymlyniad i ofalwyr ac i gyfoedion a phwysigrwydd cyfeillgarwch ar gyfer lles. Gellir ystyried ymlyniad fel system addasol ar draws ystod o berthnasau teuluol, cyfoedion a rhamantaidd a rhwydweithiau cymdeithasol sy’n cyfrannu’n uniongyrchol at wytnwch yn ogystal ag at ddatblygiad a chefnogi systemau addasol amddiffynnol eraill, fel hunanddisgyblaeth, gaiff eu creu trwy berthnasau agos gydag eraill.²⁰¹ Mae ymlyniad cynnar baban i ofalwyr wedi ei gysylltu’n gryf â lles trwy fabandod, plentyndod, glasoed ac yn hwyrach mewn bywyd.²⁰² Mae chwarae’n helpu i greu’r ymlyniadau hyn, i ddechrau trwy oedolion yn creu defodau diogel ar gyfer nifer o ffurfiau o chwarae, yn cynnwys cosi a gemau fel pi-po.²⁰³ Mae chwarae cynnar rhwng y gofalwr-baban yn galw am ac yn creu’r cyweiriad affeithiol sydd ei angen ar gyfer ffurfiau diweddarach o chwarae cymdeithasol gyda chyfoedion yn cynnwys chwarae gwyllt, gemau, jôcs a defodau, gan helpu i ffurfio ymlyniadau â chyfoedion.²⁰⁴ Mae arddull perthynol yn cydnabod ymlyniad fel system sy’n ddibynnol ar systemau gofalwyr effeithlon a chyd-destunau gwleidyddol-gymdeithasol ehangach.²⁰⁵

I blant hŷn, er bod ymlyniad â gofalwyr yn dal i fod yn bwysig, mae cyfeillgarwch yn cynnig gwahanol brofiadau, yn enwedig trwy chwarae.²⁰⁶ Wrth i blant sy’n datblygu’n nodweddiadol dyfu, byddant yn ffurfio cyfeillgarwch mwy parhaol gyda’u cyfoedion.²⁰⁷ Chwarae yw un o’r cyfnewidiadau cymdeithasol sy’n diffinio cyfeillgarwch²⁰⁸ yn ogystal â darparu’r cyd-destun i gyfeillgarwch gael ei ffurfio a’i gynnal.²⁰⁹ Gall plant sydd â chyfeillgarwch cryf ymdopi’n well gyda straen ac mae ganddynt ymdeimlad cryfach o hunan-barch a sicrwydd emosiynol, tra gall y rheini sy’n teimlo eu bod wedi’u heithrio a’u gwrthod brofi unigrwydd ac iselder.²¹⁰ Gall tensiynau godi mewn cyfeillgarwch plant rhwng y rhesymau cyflenwol ar gyfer integreiddio cymdeithasol yn ogystal â chystadleuaeth gymdeithasol, gan y gall integreiddio cymdeithasol gynnwys cystadlu am ffrindiau, cynghreiriaid, enw da a statws.²¹¹ Yn y ddawns am statws neu gael eich derbyn gan y grŵp, bydd plant yn defnyddio cystadlu uniongyrchol, ymosoddedd, tynnu coes, eithrio, bwlio a hel clecs mewn ffyrdd rhyweddol.²¹² Mae amwysedd chwarae, o ran

¹⁹⁸ Clark, 2018; McKinty a Hazleton, 2022

¹⁹⁹ Casey a McKendrick, 2022; Cowan *et al.*, 2021; Graber *et al.*, 2021; Kourtis, 2021; Mukherjee, 2021; Russell a Stenning, 2021, 2022

²⁰⁰ Gulyurtlu *et al.*, 2020; Koukourikos *et al.*, 2015; Nijhof *et al.*, 2018

²⁰¹ Masten, 2014

²⁰² Gorrese, 2016; Gorrese a Ruggieri, 2012; Jackson a McGlone, 2020; Masten, 2014; McGinley ac Evans, 2020; Panksepp, 2010

²⁰³ Bergen *et al.*, 2016; Gordon, 2015; Jackson a McGlone, 2020

²⁰⁴ Gordon, 2015

²⁰⁵ Carlyle *et al.*, 2020; Duschinsky *et al.*, 2015

²⁰⁶ Balluerka *et al.*, 2016; Gorrese, 2016; McGinley ac Evans, 2020

²⁰⁷ Fattore a Mason, 2017; Holder a Coleman, 2015

²⁰⁸ Bagwell a Schmidt, 2013; Brogaard-Clausen a Robson, 2019

²⁰⁹ Beazidou a Botsoglou, 2016; Carter a Nutbrown, 2016

²¹⁰ Brogaard-Clausen a Robson, 2019; Fattore a Mason, 2017; Holder a Coleman, 2015

²¹¹ Del Giudice, 2015

²¹² LaFreniere, 2011; Madrid, 2013

ei statws real-ond-ddim-yn-real, yn caniatáu ar gyfer cyflwyno gwaharddiadau o fewn y gêm mewn ffyrdd all chwarae allan yn wahanol ar draws wahaniaethau cymdeithasol mewn ffyrdd cymhleth.²¹³

Mae diwylliannau chwarae'r plant eu hunain yn safleoedd ar gyfer rhannu, cymryd rhan mewn a chynhyrchu gemau traddodiadol, defodau, jôcs a naratifau gaiff eu diweddar'u'n barhaus er mwyn cydweddu â chyd-destunau diwylliannol cyfoes yn cynnwys bywydau ar-lein plant.²¹⁴ Er bod ymchwil i'r ffurfiau chwarae hyn yn aml yn amlygu dyfeisgarwch plant, nonsens a ffurfiau mwy tabŵ o chwarae,²¹⁵ mae cysylltiadau amlwg hefyd gyda lles plant.²¹⁶ Mae cyfranogi mewn diwylliannau chwarae yn fath o rannu cymunedol,²¹⁷ sy'n cynnig gwefr emosiynol trwy ymdeimlad o berthyn.²¹⁸ Mae rhywfaint o'r ymdeimlad hwn o berthyn diwylliannol yn deillio o'r heriau i rym ac awdurdod oedolion, sydd hefyd yn cynnig ymdeimlad o reolaeth i blant a hunaniaeth torfol.²¹⁹ Fodd bynnag, nid yw diwylliannau chwarae plant yn gweithredu ar wahân i ddiwylliannau oedolion, yn hytrach gellir eu deall fel gwrthdiwylliant sy'n bodoli ochr yn ochr ac mewn cystadleuaeth â safonau a rheolau oedolion. Bydd y rheini sy'n llwyddiannus yn y berthynas hon rhwng diwylliannau plant ac oedolion yn canfod y cydbwysedd cywir rhwng eu gweithredoedd gwrthsafol ac ufudd-dod pan fydd o bwys.²²⁰

Yn ogystal, gall plant ddatblygu ymlyniadau i anifeiliaid annynol, yn enwedig (ond nid yn unig) i anifeiliaid anwes y teulu. Pan ofynnir iddynt am eu bywydau, bydd plant yn aml yn siarad am eu perthnasau gydag anifeiliaid, yn cynnwys anifeiliaid anwes, bywyd gwyllt neu dda byw,²²¹ er nad yw atyniad plant i anifeiliaid yn wir am bawb.²²² Mae llawer o'r ymchwil seicolegol a datblygiadol ar blant ac anifeiliaid yn tueddu i ganolbwyntio ar fuddiannau anifeiliaid anwes ar gyfer lles plant, creulondeb plant tuag at anifeiliaid a chysylltiadau posibl gydag ymddygiad camdriniol yn hwyrach fel oedolyn, neu gysylltiadau plant â natur.²²³ At hynny, mae llawer o'r astudiaethau hyn wedi canolbwyntio ar gathod a chŵn fel anifeiliaid anwes. Y tu hwnt i hyn, mae astudiaethau ôl-ddynol wedi ystyried cyfarfyddiadau bob dydd plant gyda rhywogaethau eraill mewn ffyrdd sy'n beirniadu cyfundrefnau deuaidd natur-diwylliant ac sy'n herio neilltuoldeb dynol.²²⁴

1.5.7 Chwarae gyda phethau

Yn gyffredinol, pur anaml y cyfeirir at 'stwmff' chwarae mewn astudiaethau sy'n canolbwyntio ar chwarae a lles plant. Y tu hwnt i ymchwil ar chwarae gwrthrych babanod,²²⁵ ceir ambell i astudiaeth ar chwarae gyda blociau neu chwarae adeiladu,²²⁶ casgliad bychan o waith sy'n ystyried rôl teganau therapiwtig mewn therapi chwarae²²⁷

²¹³ McDonnell, 2019; Trammell, 2020, 2023

²¹⁴ Breathnach *et al.*, 2018; Corsaro, 2020; Johanson, 2010; Marsh a Bishop, 2013; Potter a Cowan, 2020; Karoff a Jessen, 2008

²¹⁵ Koch, 2018; Lester, 2020; Marsh a Bishop, 2013; Rosen, 2015a, 2015b; Sutton-Smith, 2017

²¹⁶ Corsaro, 2020; Marsh a Bishop, 2013

²¹⁷ Corsaro, 2020

²¹⁸ Marsh a Bishop, 2013

²¹⁹ Corsaro, 2020

²²⁰ Corsaro, 2020; Koch, 2018

²²¹ Moore a Lynch, 2018; Tipper, 2011

²²² Irvine a Cilia, 2017; Tipper, 2011

²²³ Tipper, 2011

²²⁴ Rautio, 2013b

²²⁵ Herzberg *et al.*, 2021; Lifter *et al.*, 2022; Lockman a Tamis-LeMonda, 2021; Orr, 2020; Pellegrini, 2019; Riede *et al.*, 2018; Solis *et al.*, 2017

²²⁶ Gold *et al.*, 2021; Ness a Farenga, 2016; Tian *et al.*, 2020

²²⁷ Kottman, 2011; Parker *et al.*, 2021; Ray *et al.*, 2013

a llenyddiaeth gynyddol ar fuddiannau chwarae gyda rhannau rhydd.^{228, 229} Mae'r astudiaethau hyn gan amlaf, ond nid bob amser, yn dehongli perthnasau plant gyda gwrthrychau materol fel rhyngweithio, gan ystyried y gwrthrychau eu hunain yn ddifywyd a goddefol yn y broses o chwarae, gyda ffocws ar yr hyn sy'n newid ar gyfer y plant. Mae astudiaethau daearyddiaeth cymdeithasol a diwylliannol yn talu mwy o sylw i fateroldeb chwarae, ond maent gan amlaf yn ystyried *sut* (yn hytrach na *pham*) y mae plant yn chwarae gyda theganau a gwrthrychau eraill, yn cynnwys edrych ar deganau fel diwylliant materol plentyndod yn croestorri gyda grymoedd y farchnad a dychmygion oedolion.

Fodd bynnag, mae rhai o'r astudiaethau hyn yn nodi troi at ffurfiau o fateroliaeth berthynol all darfu ar elfennau deuaidd gwerth cynhenid a chyfryngol chwarae²³⁰ a'r real a'r dychmygol²³¹ trwy dalu sylw i sut mae chwarae'n ymddangos o gyfarfyddiadau gyda'r materol, yr anfaterol (yn cynnwys y synhwyrâu) a'r symbolaidd, a thrwy ail-ddychmygu datblygiad a lles fel elfennau gaiff eu cydgyhyrchu.²³² Mae astudiaethau o'r fath yn ystyried bywiogrwydd gwrthrychau materol a'u rhan yn sut bydd chwarae'n datblygu.²³³ O'r safbwynt hwn, mae pob mater (sy'n fyw ac sydd ddim yn fyw) yn elfen gyfartal yn y drysni sy'n cynhyrchu enydau cyfnewidiol o chwarae, gyda chyfryngiad yn cael ei ddsbarthu ar draws rwydweithiau o berthnasau yn hytrach na chael eu meddu gan blant neu oedolion unigol.

O ystyried y gellir defnyddio unrhyw beth fel tegan ac o ystyried bod sut y defnyddir gwrthrych yn diffinio ei 'degan-usrwydd', mae'n bosibl y bydd ambell wrthrych yn degan ar ambell ennyd ac o dan rai amodau ond nid rai eraill. Felly, nid yw'r label 'tegan' o reidrwydd a bob amser yn cael ei gysylltu gyda gwrthrychau penodol; yn hytrach, gellid deall teganau fel 'enydau *mewn amser*'.²³⁴ Mae'r hyn sydd gan wrthrychau i'w gynnig ar gyfer chwarae'n codi rhwng y gwrthrych a'r chwaraewyr a phopeth arall sy'n cynhyrchu pob ennyd.

O safbwynt therapiwtig, gall teganau a gwrthrychau eraill gefnogi plant i chwarae allan a theimlo rhyw lefel o reolaeth dros ddigwyddiadau, gan eu helpu i brosesu a gwella wedi trawma.²³⁵ Yn aml, bydd plant yn datblygu ymlyniadau cryfion i deganau a gwrthrychau eraill sy'n eu helpu i leihau pryder gwahanu oddi wrth ofalwyr a lleddfu gofid wrth dderbyn triniaethau meddygol.²³⁶

Mae defnydd plant o deganau masnachol (yn ddigidol ac an-nigidol) wedi ei wreiddio'n ddwfn yn eu bywydau cymdeithasol a'u cyfeillgarwch ac, o ganlyniad, eu lles.²³⁷ Mae meddu ar eitemau defnyddwyr penodol yn caniatáu i blant, yn enwedig rhai o gefndiroedd tlotach ac o fywydau teuluol amharedig, i berthyn ac i gael eu clywed ymysg eu cyfoedion.²³⁸ Gall teganau hefyd fod yn feysydd cyfranogiad diwylliannol a chymdeithasol,²³⁹ ac weithiau gall mynd â theganau poced i'r ysgol helpu yn ystod amser chwarae, un ai fel cysur a rhywbeth i chwarae ag e os nad yw plant yn gallu cael mynediad i gemau, neu fel atyniad.²⁴⁰

²²⁸ Mae'r term 'rhannau rhydd' yn cyfeirio at ddeunyddiau amhenodol, anghyfarwyddol, naturiol, wedi eu hailgylchu neu ddeunyddiau gwastraff y gall plant chwarae gyda nhw mewn lluo o wahanol ffyrdd.

²²⁹ Ardelean *et al.*, 2021; Brown, 2018; Bullough *et al.*, 2018; Bundy *et al.*, 2017; Engelen *et al.*, 2018; Farmer *et al.*, 2017; Gibson *et al.*, 2017; Hyndman *et al.*, 2014; Lee *et al.*, 2020; Lester *et al.*, 2011; Luchs a Fikus, 2013; Patte *et al.*, 2018; Poulsen, 2022; Taylor *et al.*, 2014; Verberne *et al.*, 2014

²³⁰ Woodyer, 2008

²³¹ Wohlwend, 2020

²³² Rautio a Winston, 2015

²³³ Thiel, 2015

²³⁴ Levinovitz, 2017, p. 271

²³⁵ Parker *et al.*, 2021

²³⁶ Lee a Hood, 2021

²³⁷ Buckingham, 2011; Mertala *et al.*, 2016; Wilson, 2016

²³⁸ Wilson, 2016

²³⁹ Wohlwend, 2020

²⁴⁰ Carter a Nutbrown, 2016

Daw tystiolaeth am sut mae materoldeb yr hyn sydd ar gael ar gyfer chwarae'n effeithio ar les plant o'r astudiaethau cynyddol i rannau rhydd, yn enwedig eu cyflwyniad i amser chwarae yn yr ysgol. Mae hyn yn cynnwys cynnydd mewn gweithgarwch corfforol,²⁴¹ cymryd rhan mewn ffurfiau chwarae mwy cymhleth,²⁴² mwy o greadigedd, ymgysylltiad a mwynhau amserau chwarae,²⁴³ a grwpiau mwy amrywiol o blant yn chwarae gyda'i gilydd.²⁴⁴

1.5.8 Chwarae, lle a lles

Yma, rydym yn ystyried sut mae chwarae plant yn cynhyrchu mannau sy'n cefnogi lles. Gan barhau â'r safbwynt perthynol, deïllir bod gofod yn cael ei saernïo'n barhaus, wastad yn y broses o gael ei gynhyrchu trwy ddrwsni arferion gofodol, gwrthrychau materol a symbolaidd (sy'n bresennol ac yn absennol, yn lleol ac yn fyd-eang), affeithiau, dyheadau, cydberthnasau grym ac yn y blaen.²⁴⁵ Mae persbectif o'r fath wedi tanategu'r dull galluogrwydd perthynol a gynigir, sy'n dadlau os yw'r amodau'n iawn i blant chwarae, bod gan y plant y *gallu* i wneud yn iawn a bod yn iach. Mae gofodoldeb plant wedi'i wreiddio mewn cydberthnasau grym ac mae hyn yn arbennig o wir o ran ble maent yn chwarae.²⁴⁶ Mae chwarae plant yn ofodol yn ei hanfod: bydd pob chwarae'n digwydd yn rhywle.²⁴⁷ Mae hyn yn fwy na lleoliad materol a chymdeithasol, mae'n broses berthynol ac allddodol barhaus a brofir trwy'r synhwyrau, symud a'r dychymyg.²⁴⁸

Chwarae'r tu allan a bod yn iach

Pan fydd plant yn gallu chwarae'r tu allan, maent yn ffurfio adnabyddiaeth fanwl o gymdogaethau.²⁴⁹ Mae ymgysylltiad plant gyda gofodau'n gorfforedig ac affeithiol, yn cael ei brofi trwy symudiad a'r synhwyrau yn ogystal â'r dychymyg, a thrwy hynny mae gofodau'n cael eu llenwi ag ystyr.²⁵⁰ Yn y modd yma, mae plant yn datblygu *ymdeimlad* o le, cysylltiad ac ymlyniad â lle affeithiol a chorfforedig.²⁵¹ Mae ymlyniadau â lleoedd yn cynnig ymdeimlad o sicrwydd ac o berthyn, ymlyniad cymdeithasol a chyfleoedd ar gyfer mynegiant creadigol ac archwilio.²⁵² Er bod ymlyniad i le yn datblygu'n aml mewn mannau draw oddi wrth oedolion, mae tensiwn rhwng yr awydd am annibyniaeth a risg (yn aml trwy ymlyniad i ofodau cyfrinachol)²⁵³ a'r ymdeimlad o ddiogelwch y gellir ei ennill oddi wrth oedolion sydd gerllaw. Gall ymlyniad i le gynnig sefydlogrwydd ar adegau o newid a gall talu sylw i brofiadau plant o leoedd fod yn bwysig wrth gefnogi plant sydd wedi eu dadleoli.²⁵⁴ Mae chwarae'r tu allan a chael mannau arbennig, y bydd plant yn aml yn rhoi eu henwau eu hunain iddynt,²⁵⁵ yn meithrin ymdeimlad o berthyn a hunaneffeithiolrwydd, gan warchod a chyfoethogi lles.²⁵⁶

²⁴¹ Bundy *et al.*, 2017; Engelen *et al.*, 2018; Farmer *et al.*, 2017; Gibson *et al.*, 2017; Hyndman *et al.*, 2014; Lee *et al.*, 2020; Taylor *et al.*, 2014

²⁴² Bundy, 2009; Lester *et al.*, 2011; Luchs a Fikus, 2013; Verberne *et al.*, 2014

²⁴³ Bundy *et al.*, 2008; James, 2012; Lester *et al.*, 2011; McLachlan, 2014; Sterman *et al.*, 2020

²⁴⁴ Armitage, 2009; Farmer *et al.*, 2017; James, 2012; Tawil, 2017

²⁴⁵ Holloway *et al.*, 2019; Lester, 2020; Malone, 2015; Soreaunu a Hurducaş, 2016

²⁴⁶ Carroll *et al.*, 2019; Lester, 2020; Pyyry, 2016; Pyyry a Tani, 2019; Soreaunu a Hurducaş, 2016

²⁴⁷ Lester, 2020; Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, 2013

²⁴⁸ Joelsson, 2022

²⁴⁹ Bauer *et al.*, 2022; Jansson *et al.*, 2016; Wales *et al.*, 2021

²⁵⁰ Joelsson, 2022

²⁵¹ Bartos, 2013

²⁵² Koller a Farley, 2019; Weir *et al.*, 2022

²⁵³ Bauer *et al.*, 2022

²⁵⁴ Weir *et al.*, 2022

²⁵⁵ Bauer *et al.*, 2022; Russell *et al.*, 2023; Wales *et al.*, 2021

²⁵⁶ Bourke, 2017; Hooper *et al.*, 2015; Wales *et al.*, 2021

Mae plant yn creu ymlyniad i fannau sy'n noddfa arbennig oddi wrth alwadau bywyd bob dydd.²⁵⁷ Mae'r rhain yn fannau y bydd plant yn dychwelyd iddynt dro ar ôl tro, a allai fod â gwerth penodol ar gyfer plant ac ieuencid sydd wedi eu gwthio i'r cyrion neu sy'n wynebu risg.²⁵⁸ Nid yw noddfa'n rhywbeth a gymerir o ofod sefydlog a digyfnewid, ond mae wedi'i wreiddio mewn perthnasau ac arferion parhaus.²⁵⁹

Mae amser a mwy o ryddid i chwarae'r tu allan gyda ffrindiau, draw oddi wrth oruchwyliaeth a rheolaeth uniongyrchol oedolion, yn cael ei gysylltu'n gyson gyda lefelau gwell o weithgarwch corfforol a ffitrwydd, ac ymddygiad llai eisteddog.²⁶⁰ Pan fydd plant yn chwarae'r tu allan heb oruchwyliaeth oedolion, maent yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn ffurfiau chwarae anturus a llawn risg.²⁶¹ Mae hyn yn dod â buddiannau sy'n cynnwys y ddawn i ymdopi gyda sefyllfaoedd newydd neu annisgwyl,²⁶² lleihau gorbryder²⁶³ ac ymdeimlad o berthyn sy'n codi o rannu enydau o chwarae,²⁶⁴ ac ymdeimlad o fywiogrwydd o ganlyniad i'r wefr o gymryd risg a chwarae gydag ofn yn fwy cyffredinol, gan gynhyrchu ymdeimlad o lawenydd sy'n gysylltiedig â lles.²⁶⁵

Ar y llaw arall, mae'r dirywiad ymddangosiadol mewn chwarae'r tu allan a draw oddi wrth gyfarwyddyd ac ymyrraeth oedolion wedi ei gysylltu hefyd gyda chynnydd mewn seicopatholeg yn ystod plentynod a glasoed, yn cynnwys cynnydd mewn gorbryder ac iselder,²⁶⁶ lefelau uwch o orfywiogrwydd a diffyg canolbwytio, ymdeimlad is o les ac ansawdd bywyd,²⁶⁷ yn ogystal â theimladau dwysach o unigrwydd sy'n gysylltiedig ag ymdeimlad gwannach o gymuned, ymdeimlad is o ddiogelwch, a llai o weithgareddau cymdeithasol, mwy afreolaidd gyda ffrindiau.²⁶⁸

Chwarae yn y fro ddigidol

Mae bywydau digidol ac an-nigidol plant wedi'u cydblethu'n agos iawn.²⁶⁹ Gall bydoedd rhithiol plant a gemau digidol cysylltiedig eraill gefnogi lles plant trwy eu cymdeithasoldeb greddf, ²⁷⁰ er eu bod hefyd â'r potensial i beri niwed ac eithrio, yn union fel y mae gofodau all-lein.²⁷¹ Gall adnabyddiaeth o iaith, llên, chwedlau a defodau²⁷² gemau a phlatfformau ar-lein feithrin ymdeimlad o berthyn.²⁷³ Gall lleoedd ar-lein gynnig cyfleoedd ar gyfer cysylltiadau cymdeithasol gyda ffrindiau (y mae'r mwyafrif ohonynt yn ffrindiau all-lein eisoes)²⁷⁴ all godi uwchlaw'r cyfyngiadau a osodir gan oedolion.²⁷⁵ Gall hyn fod yn arbennig o wir am blant sy'n derbyn gofal,²⁷⁶ y mae llawer ohonynt yn symud yn aml ac sydd, o ganlyniad, yn ei chael yn anodd cynnal cysylltiadau cymdeithasol heblaw trwy'r cyfryngau cymdeithasol a chwarae gemau fideo.²⁷⁷ Yn ogystal, gall gofodau digidol

²⁵⁷ Arvidsen a Beames, 2019; Malone, 2015; Vanderstede, 2011

²⁵⁸ Malone, 2015

²⁵⁹ Arvidsen a Beames, 2019

²⁶⁰ Brockman *et al.*, 2011; Foster *et al.*, 2014; Gray *et al.*, 2015; McQuade *et al.*, 2019; Wen *et al.*, 2009

²⁶¹ Gray, 2020

²⁶² Gray, 2020; Sandseter, 2010; Sandseter a Kennair, 2011

²⁶³ Dodd a Lester, 2021; Dodd *et al.*, 2022

²⁶⁴ Little a Stapleton, 2021

²⁶⁵ Sando *et al.*, 2021

²⁶⁶ Gray, 2011; Gray *et al.*, 2023

²⁶⁷ Suchert *et al.*, 2015

²⁶⁸ Pacilli *et al.*, 2013

²⁶⁹ Bailey, 2021; Burke, 2013; Ruckenstein, 2013; Stevens *et al.*, 2017; Wilson, 2016

²⁷⁰ Carter *et al.*, 2020; Markey *et al.*, 2020; Robertson, 2021

²⁷¹ Colvert, 2021; Marsh, 2011, 2012; Stevens *et al.*, 2017

²⁷² Robertson, 2021

²⁷³ Bailey, 2016, 2021; Marlatt, 2020; Marsh, 2012; Ringland, 2019

²⁷⁴ Carter *et al.*, 2020

²⁷⁵ Colvert, 2021; Ruckenstein, 2013; Wilson, 2016

²⁷⁶ Plant sydd yng ngofal yr awdurdod lleol.

²⁷⁷ Wilson, 2016

diogel a chyfarwydd gynnig cyfle i blant fynegi eu gwendidau mewn llawer o wahanol ffyrdd, ac i chwarae gyda hunaniaeth,²⁷⁸ yn cynnwys i blant awtistig²⁷⁹ a phobl ifanc LHDTCRhA+ (LGBTWQIA+).²⁸⁰

Mannau 'naturiol'

Mae llenyddiaeth gynyddol am (ddiffyg) cyswllt plant gyda natur.²⁸¹ Mae adolygiadau systematig, tra'n cymhell gofal ac amlygu diffyg cysondeb rhwng astudiaethau, yn awgrymu nifer o fuddiannau ar gyfer cyswllt plant gyda natur (a grynhoir yn ôl awdur isod, felly gyda rhywfaint o orgyffwrdd):

- gweithgarwch corfforol, ffitrwydd a datblygu sgiliau motor, creadigedd, a buddiannau cymdeithasol ac emosiynol;²⁸²
- adfer talu sylw, cof gweithredol, ymlyniad cymdeithasol, hunanddisgyblaeth, gwella ymddygiad a symptomau ADHD, gwella perfformiad academiaidd, cynnig rhyddhad rhag straen;²⁸³
- affaith cadarnhaol (a negyddol weithiau), hunan-barch a hyder, lleihau straen ac adferiad, buddiannau cymdeithasol a gwytnwch;²⁸⁴
- perthnasau cadarnhaol, ymddygiadau cymdeithasol ymaddasol, gallu cymdeithasol, rheoli a mynegi emosiwn, ataliaeth ymddygiadol, meddyliau am yr hunan, ymaddasiad cymdeithasol-emosiynol cyffredinol, a symptomau awtistiaeth ac ADHD, cof gweithredol, a hefyd ymgysylltiad dyfnach a hirach mewn chwarae;²⁸⁵
- symptomau ADHD, iechyd meddwl cyffredinol, llai o straen, gwytnwch, ansawdd bywyd sy'n berthnasol i iechyd;²⁸⁶
- gwybodaeth amgylcheddol ac agweddau sydd mwy o blaid yr amgylchedd fel oedolyn.²⁸⁷

Er hynny, mae beirniadaethau am y syniad bod plant yn colli eu cysylltiad gyda natur yn niferus.²⁸⁸ Mae rhai'n cwestiynu beth yw ystyr 'natur' gan nodi bod plant trefol yn gallu cael hyd iddo 'mewn holltau ac agennau yn y sment, yn olion traed llwynogod a chwingod y ddinas'.²⁸⁹ Mae eraill yn pwysleisio rhamantu natur sy'n cyfuno'n rymus gyda delfrydau am ddiiniweidrwydd plentyndod²⁹⁰ mewn ffyrdd sy'n seiliedig ar ddsbarth, hil a rhywedd.²⁹¹ Mae'r beirniaid yn nodi hefyd bod y syniad o 'ddatgysylltiad' oddi wrth natur yn tragwyddoli'r gwahaniad natur-diwylliant.²⁹² Mae gwyddonwyr amgylcheddol bellach yn gwbl glir am ddrysni annatod bodau dynol a'r amgylchedd ac effaith dinistriol y byd lleiafrifol ar fio- a geo-systemau'r ddaear.²⁹³ Mae symud y tu hwnt i arbenigrwydd bodau dynol yn gofyn inni gymryd o ddifrif y syniad ein bod eisoes yn rhan o'r rhwyllwaith cymhleth a dyrys o rymoedd dynol ac annynol.²⁹⁴

²⁷⁸ Bailey, 2021; Ruckenstein, 2013; Yau a Reich, 2018

²⁷⁹ Ringland, 2019

²⁸⁰ Downing, 2013

²⁸¹ Edwards *et al.*, 2020; Frumkin *et al.*, 2017; Larson *et al.*, 2019; Charles a Louv, 2009, 2020; Louv, 2005; Moss, 2012

²⁸² Dankiw *et al.*, 2020

²⁸³ McCormick, 2017

²⁸⁴ Roberts *et al.*, 2019

²⁸⁵ Mygind *et al.*, 2021

²⁸⁶ Tillmann *et al.*, 2018

²⁸⁷ Gill, 2011, 2014

²⁸⁸ Kraftl *et al.*, 2018; Lester, 2016; Malone, 2016a; Rautio *et al.*, 2017; Taylor, 2017

²⁸⁹ Rautio *et al.*, 2017, p. 1379

²⁹⁰ Harwood *et al.*, 2019; Kraftl *et al.*, 2018; Lester, 2016, 2020; Taylor, 2013, 2017

²⁹¹ Dickinson, 2013; Taylor, 2017

²⁹² Fletcher, 2017

²⁹³ Taylor, 2017

²⁹⁴ Malone, 2016a, 2016b; Murriss, 2016; Rautio *et al.*, 2017; Taylor, 2017

O safbwynt perthynol, yn hytrach na gweld y 'plentyn mewn natur',²⁹⁵ gellir troi sylw at y drysni o gyrff (dynol ac annynol), materoldeb (yn 'naturiol' a gwneuthuredig) ac affaith.²⁹⁶ Heb leihau pwysigrwydd ymchwil i fuddiannau amser a dreulir gyda/ym myd natur, gellir tarfu ar y gwahaniad deuaidd a'i ailfeddwl trwy dalu sylw i a chyfrif am gyfarfyddiadau bychain, bob dydd a dinod hyd yn oed.²⁹⁷

1.5.9 Dod yn ôl at chwarae a lles

Er gwaethaf y gagendor tybiedig rhwng gwahanol arddulliau disgyblaethol at ymchwilio i'r berthynas rhwng chwarae plant a'u lles, mae tebygrwydd rhyfeddol – a chymell gofal – yn y casgliadau. Mae'r mwyafrif o astudiaethau'n bwylllog yn eu honiadau, gan gydnabod cyd-ddibyniaeth a pherthynoledd prosesau niwral, y synhwyrau, symudiad, affaith, dirnadaeth, bodau dynol eraill, bodau annynol, gwrthrychau, cyd-destunau hanesyddol-ddiwylliannol, gwleidyddiaeth, polisïau a gofodau. Nid yw plant yn bodoli a datblygu ar wahân oddi wrth weddill eu bydoedd, a gall chwarae amsugno gwirioneddau bywydau bob dydd plant yn ogystal â chynnig y cyfle i'w dychmygu'n wahanol.

Mae'r grynodeb a nodir isod yn or-syml a chyffredinol, ond bydd yn cynnig blas o ba mor ddwfn mae chwarae wedi'i wreiddio yn lles plant, a'i rôl yn neg dawn greiddiol Nussbaum²⁹⁸ o Fywyd, Iechyd Corfforol, Cywirdeb Corfforol, Datblygiad a Mynegiant y Synhwyrau, Dychymyg a Meddwl, Iechyd Emosiynol, Rheswm Ymarferol, Ymlyniad (yn bersonol ac yn wleidyddol), Perthnasau gyda Rhywogaethau Eraill a Byd Natur, Chwarae, a Rheolaeth dros Eich Amgylchedd (yn faterol ac yn gymdeithasol):

- mae chwarae o bwys i blant
- mae pleser chwarae'n gwneud cyfraniad sylweddol i iechyd meddwl ac yn ysgogi chwarae pellach
- mae'r sgiliau, y cymeriad a'r integriti corfforol sydd eu hangen ar gyfer, ac a gaiff eu mireinio trwy chwarae, yn gallu gwneud chwarae'n fwy boddhaol ac yn cyfrannu at les y tu hwnt i chwarae
- gall dimensiynau cydberthynol a chyd-ddibynol corfforedig, synhwyraidd, dynamig ac affeithiol chwarae ychwanegu at ei fywioldeb a chyfrannu at iechyd a chryfder corfforol, rheoleiddio emosiwn a systemau ymateb i straen iach
- trwy chwarae gall plant greu ymlyniadau i gyfoedion, oedolion eraill, anifeiliaid annynol, gwrthrychau a lleoedd, gan gyfrannu at ymdeimlad plant o ddiogelwch ac o berthyn ac o allu effeithio ar eu bywydau eu hunain a bywydau pobl eraill
- gall chwarae weithredu fel math o gyfranogi mewn bywyd bob dydd, gan gyfrannu at gynhyrchu cymdogaethau a rhwydweithiau cymdeithasol
- mae nonsens yn werthfawr ac mae potensial 'beth pe bae?' chwarae'n cefnogi creadigedd a dyfeisgarwch, all gyfrannu at esblygiad
- mae gan chwarae werth cynhenid a chyfryngol, ac er nad yw'n ddefnyddiol inni ystyried y ffurfiau gwerth hyn fel elfennau croes deuaidd sy'n eithrio ei gilydd, gellir cyflawni gwerth cyfryngol yn fwy effeithiol os cydnabyddir gwerth cynhenid
- ni ddylid rhamantu chwarae, tra ei fod ar y cyfan yn cynnig buddiannau o'r fath, gan ei fod yn y pen draw yn ddifoeseg a gall atgynhyrchu'r anghydraddoldebau a'r creulondebau sy'n bodoli'r tu allan i chwarae.

²⁹⁵ Harwood *et al.*, 2019, td. 58

²⁹⁶ Harwood *et al.*, 2019; Malone, 2016a, 2016b; Rautio *et al.*, 2017

²⁹⁷ Änggård, 2016; Goodenough *et al.*, 2021; Harwood *et al.*, 2019; Nelson, 2020; Rautio a Jokinen, 2016; Wales *et al.*, 2021

²⁹⁸ Nussbaum, 2007

Nid yw chwarae'n cael ei gynnig yma fel ateb i bob anghyfiawnder y mae plant yn eu hwynebu oherwydd eu statws fel plant ac o ganlyniad i groestoriadau anghyfiawnder eraill. Mae'r argyfyngau economaidd, geowleidyddol ac amgylcheddol presennol yn cyflwyno bygythiadau gwirioneddol i allu plant ar gyfer bywyd, iechyd corfforol, integriti corfforol ac elfennau eraill yn rhestr Nussbaum sy'n dibynnu ar fynediad cyfiawn i fwyd digonol, tai, gofal iechyd, addysg a gwasanaethau cyhoeddus sylfaenol eraill yn ogystal â sicrwydd ariannol, cymdeithasol ac amgylcheddol. Er hynny, mae chwarae'n cael ei gynnwys yn rhestr Nussbaum yn union oherwydd y gall gyfrannu at les mewn ffyrdd arwyddocaol.

O safbwynt perthynol, mae llif a dwyster affaith sy'n codi o gyfarfyddiadau'n cynhyrchu cyflyrau teimlo sy'n effeithio ar y gallu i ymgysylltu, y pŵer i effeithio ar a chael eich effeithio gan ddigwyddiadau parhaus bywyd: teimladau o fod yn iach neu beidio bod yn iach. Os yw chwarae'n cael ei ystyried yn un o'r deg dawn ddynol craidd (i bob oedran) ar restr Nussbaum, yna byddai angen i ddull galluogrwydd tuag at les dalu sylw i'r amodau gofodol, amserol ac affeithiol sy'n cefnogi cyfleoedd i chwarae er mwyn i blant allu gwneud yn dda a bod yn iach. Adolygir yr amodau hyn ym mhenodau 4 a 5.

1.6 Chwarae plant heddiw (pennod 4)

Mae meddwl am gyfleoedd plant i chwarae o safbwynt dull galluogrwydd perthynol yn troi sylw at amodau dryslyd bywydau bob dydd plant a'r graddau y gall y rhain gefnogi neu gyfyngu ar gyfleoedd i chwarae, gan nodi y gallai'r ddau fod yn wir ar yr un pryd mewn rhai amgylchiadau. Mae dawn plant i ganfod amser a lle i chwarae'n cael ei gynhyrchu'n berthynol ac mae'n gyd-ddibynnol ar lu o ffactorau a grymoedd cydberthynol sydd, ar brydiau, yn ffurfio cynghreiriau dros dro i greu amodau gofodol ac affeithiol sydd yn fwy neu'n llai agored i'r posibilrwydd o chwarae. Ble mae amodau'n ffafriol, bydd chwarae'n ymddangos trwy ac ar ffurf cyfarfyddiadau rhwng plant, cyrff eraill a materoldeb ac awyrgylchoedd affeithiol eu *milieux*.²⁹⁹

Mae cysyniad cyffredin a geir yn y llenyddiaeth ar sut, pryd, ble a gyda phwy y bydd plant yn chwarae yn tynnu ar ddamcaniaethau fforddiannau.³⁰⁰ Fforddiannau yw'r hyn y mae organeddau yn ystyried y gallai amgylchedd eu cynnig ar gyfer gweithredu.³⁰¹ Fel y dangoswyd ym mhennod 3, mae amgyffred yn dibynnu ar y synhwyrâu, symud ac affaith yn ogystal â dirnadaeth.³⁰² Elfennau pwysig eraill yw'r agweddau cymdeithasol ac emosiynol sydd hefyd yn dylanwadu ar allu plentyn i wireddu fforddiant ffisegol neu beidio.³⁰³ Mae dull galluogrwydd perthynol yn caniatáu ar gyfer gwleidyddoli'r ddamcaniaeth fforddiannau. Mae'r amodau personol, cymdeithasol, gwleidyddol, amserol a gofodol sy'n golygu y gall plant wireddu fforddiannau ffisegol – y gallant drosi adnoddau yn allu i chwarae – yn faterion o gyfiawnder cymdeithasol a gofodol.

O ran rôl oedolion (un o faterion sylfaenol yr adolygiad llenyddiaeth hwn), mae dealltwriaeth o'r fath yn cynnwys ac yn symud y tu hwnt i'r ddarpariaeth o amserau a gofodau penodedig ar gyfer chwarae, i ystyried y lluoedd ffyrdd y mae oedolion, yn uniongyrchol ac yn anuniongyrchol, yn fwrriadol neu beidio, yn dylanwadu ar allu plant i chwarae ac, o ganlyniad, sut y gallem ofalu'n well am allu plant i chwarae. Mae prosesau deul cyfrif-oldeb ac atebol-rwydd wedi'u defnyddio mewn ymchwil i Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, Llywodraeth Cymru³⁰⁴ ac fe'u defnyddir

²⁹⁹ Defnyddir y term *milieu* yma i gyfeirio at gyd-destunau eang bywydau plant, ac mae'n croesawu'r drysni o amodau ffisegol, cymdeithasol, diwylliannol, affeithiol, hanesyddol, gwleidyddol. Mae'n derm Ffrengig sy'n golygu yn y canol yn ogystal ag amgylchoedd, sy'n gweithio'n dda gyda syniadau am gasgliadau a chydblethiadau a goresgyn y broblem o siarad am berthnasau bodau dynol-amgylcheddau fel rhyngweithiadau dau ffenomenon gwahanol (Lester, 2020; Massumi, 2013).

³⁰⁰ Er enghraifft, Chatterjee, 2017; Gill, 2021; Heft a Kyttä, 2006; Kyttä *et al.*, 2018; Li a Seymour, 2019; Malone, 2015; Woolley, 2013

³⁰¹ Gibson, 1979

³⁰² Corris a Chemero, 2022; Sheets-Johnstone, 2018

³⁰³ Kyttä, 2004

³⁰⁴ Lester a Russell, 2013a, 2014a; Russell *et al.*, 2019, 2020

hefyd yn yr adolygiad llenyddiaeth hwn i strwythuro penodau 4 a 5. Mae cyfrif-oldeb yn y cyd-destun hwn yn cyfeirio at allu oedolion i ystyried ac i gyfrif am brofiadau byw bob dydd plant, hyd a lled eu gallu i chwarae, a'r amrywiol lifau a grymoedd sy'n dylanwadu ar y doniau hynny (pennod 4). Mae atebol-rwydd yn golygu defnyddio'r dystiolaeth yma i archwilio'n feirniadol arferion meddwl, iaith ac arfer sy'n gwneud gofodau'n fwy neu'n llai agored i'r posibilïadau i chwarae ymddangos. Mae hyn yn ymwneud ag ail-feddwl agweddau oedolion tuag at chwarae, datblygu a rhoi camau gweithredu ar waith sydd wedi'u dylunio i agor a chadw gofod yn agored ar gyfer chwarae, gyda'r nod o warchod, cynnal a meithrin amodau sy'n fwy ffafriol ar gyfer chwarae (pennod 5).

Felly, mae pennod 4 yn gyfrif o'r ymchwil ar batrymau chwarae cyfoes plant ac amodau cydberthynol bywydau plant, sydd yn eu tro'n siapio ac yn cael eu siapio gan gyfleoedd plant i chwarae. Mae'n cychwyn gyda'r gydnabyddiaeth bod plant yn chwarae yn unrhyw le ac ym mhobman,³⁰⁵ ac felly mae cyfrif am batrymau chwarae plant yn gofyn am edrych y tu hwnt i amserau a gofodau penodedig ar gyfer chwarae. Mae hefyd yn golygu talu sylw i'r croestoriadau o strwythurau, grymoedd a dylanwadau ar lefel macro a manylion profiadau bob dydd plant. Yn aml, mae'r llenyddiaeth yn ystyried y naill neu'r llall.³⁰⁶ Mae arddull perthynol tuag at gyfrif am chwarae plant yn symud y tu hwnt i ddeuliaethau gor-sympl asiantaeth/strwythur, lleol/byd-eang, plentyndod/oedolaeth, natur/ diwylliant, preifat/cyhoeddus, trefol/gwledig, ar-lein/all-lein a ffisegol/rhithiol.³⁰⁷ Yn hytrach, gall edrych ar gymhlethdodau'r perthnasau hyn, gan gydnabod eu bod yn lleoledig ac yn drafodadwy,³⁰⁸ a bod bywydau plant yn ddynamig ac yn newid yn barhaus dros amser a gofod.³⁰⁹

1.6.1 Fframwaith a strwythur ar gyfer y bennod

Mae pennod 4 wedi ei strwythuro gan ddefnyddio'r syniad o'r lleoedd cyntaf, ail a thrydydd.³¹⁰ Mae'r lle cyntaf yn cyfeirio at y cartref. Mae'r ail le yn cyfeirio at fannau gorfodol, sydd yng nghyd-destun oedolion yn golygu gwaith, ond i blant maent yn cynnwys yr ysgol a gofodau annomestig eraill y maent yn cael eu gorfodi i'w mynychu at ddibenion addysg, gofal plant a datblygiad. Y tu hwnt i'r ysgol a'r cartref, y trydydd lleoedd yw mannau cyhoeddus sy'n darparu cyd-destun ar gyfer cymdeithasgarwch, mynegiad emosiynol, naturioldeb ac (yn enwedig ar gyfer yr adolygiad hwn), ble bydd plant yn chwarae.³¹¹ Mae nodweddion y trydydd lleoedd hyn yn hwyluso'r buddiannau affeithiol a werthfawrogrir gan blant ac yn ennyn teimladau o les, yn cynnig gollyngdod rhag straen, ac yn gwella canfyddiadau am ansawdd bywyd, am gymuned/cymdogaeth, ac o gynhwysiant, perthyn a chyfranogiad.³¹² Wrth ystyried yr hyn allai gyfrif fel lle cyntaf, ail neu drydydd ar gyfer chwarae plant, mae'n ddefnyddiol peidio cyfyngu'r categorïau'n rhy gul i safleoedd daearyddol penodol. Nid yw dosbarthiad yn absoliwt ond mae'n seiliedig ar y swyddogaeth y mae gofod yn ei ddarparu, a gall hyn fod yn gyfnewidiol ac amrywio ar wahanol adegau neu mewn gwahanol gyd-destunau.

Wedi'r cyflwyniad, mae'r bennod yn adolygu'r haerïad cyffredin bod chwarae plant y tu allan yn dirywio, gan nodi sut caiff hyn ei gyfuno'n aml gyda dirywiad mewn chwarae'n gyffredinol; mae'n ystyried agweddau tuag at fesur chwarae awyr agored plant a'i gysylltiad clòs gyda rhyddid symudiad plant; ac yn adolygu'r pryderon ynghylch diogelwch a ffactorau eraill sydd wedi effeithio ar allu plant i chwarae'r tu allan. Wedi'r cyflwyniad cyd-destunol

³⁰⁵ Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, 2013

³⁰⁶ Freeman, 2020; Holloway, 2014; Horton a Kraftl, 2018a; Malone a Rudner, 2016

³⁰⁷ Änggård, 2016; Ansell, 2009; Holloway, 2014; Malone, 2016a, 2016b; Marsh *et al.*, 2016; Nairn a Kraftl, 2016; Smith a Dunkley, 2018

³⁰⁸ Malone, 2016a, 2016b; Prout, 2011; Ruckenstein, 2013

³⁰⁹ Freeman, 2020

³¹⁰ Mae'r syniadau hyn yn tynnu ar waith gwreiddiol gan Oldenburg (1989), Oldenburg a Brissett (1982) a gwaith mwy diweddar sydd wedi addasu hyn i ystyried gofodoldeb bob dydd plant (Hooper *et al.*, 2015; Kearns *et al.*, 2016; Oliver *et al.*, 2016; Shortt a Ross, 2021; Witten a Carroll, 2016; Witten *et al.*, 2015; Witten *et al.*, 2019)

³¹¹ Carroll *et al.*, 2015

³¹² Jeffres *et al.*, 2009

eang hwn, mae gweddill y bennod yn gweithio gyda'r fframwaith trydydd lle i archwilio'r llenyddiaeth ar amodau cyfoes ar gyfer chwarae ar draws ystod eang o gyd-destunau penodol, ond cydgysylltiedig, yn cynnwys y fro gyhoeddus, y pandemig, y cartref, gofodau digidol a gofodau a oruchwylir gan oedolion.

1.6.2 Dirywiad mewn chwarae (y tu allan)?

Un honiad cyffredin a wneir gan oedolion am chwarae plant heddiw yw bod plant, yn gyffredinol, yn chwarae llai nac mewn cenedlaethau blaenorol.³¹³ Tra bod hyn, efallai, yn wir am rai plant, prin oedd y dystiolaeth empirig y daethom o hyd iddi i awgrymu bod y mwyafrif o blant, rywsut neu'i gilydd, wedi stopio chwarae (neu ddim yn gwybod sut i chwarae). Fodd bynnag, 'does dim dwywaith bod amodau cyfoes ar gyfer chwarae plant wedi newid yn sylweddol o'i gymharu â'r hyn fyddai llawer o oedolion hŷn wedi ei brofi'n ystod eu plentyndod hwy,³¹⁴ gydag oblygiadau ar gyfer gallu plant i chwarae, gan arwain at newidiadau ym mhatrymau chwarae plant. Beth mae hyn yn ei arddangos yw nid bod plant yn chwarae llai ond eu bod, weithiau, yn chwarae mewn gwahanol fannau ac mewn gwahanol ffyrdd i genedlaethau blaenorol, efallai mewn ffyrdd sy'n cael eu amgyffred yn llai o werth.³¹⁵

Yn seiliedig ar y dystiolaeth sydd ar gael, fe ddaethom i'r casgliad ble y bu dirywiad mewn chwarae, mae hynny yn rhyddid plant i chwarae'r tu allan ac o gwmpas yn y fro gyhoeddus a chyfanswm yr amser y byddant yn treulio'n gwneud hynny.³¹⁶ Tra'n cydnabod amrywiaeth plentyndod yn ogystal â beirniadaethau am rai o'r tybiaethau a'r dulliau casglu data,³¹⁷ mae tueddiadau dirnadwy ar draws wledydd y byd lleiafrifol sy'n dangos dirywiad yn nifer y plant sy'n chwarae'r tu allan yn rheolaidd³¹⁸ a chyfanswm yr amser y bydd plant yn ei dreulio'n chwarae'r tu allan,³¹⁹ cynnydd yn yr oed y caiff y mwyafrif o blant ganiatâd i fynd allan i chwarae,³²⁰ a lleihad yn y pellter y caniateir i blant deithio heb oedolyn i'w hebrwng.³²¹ Daw'r newidiadau hyn ynghyd â newid cysylltiedig ym mhatrymau chwarae plant tuag at dreulio mwy o amser yn chwarae yn ac o amgylch y cartref, mwy o amser yn chwarae dan oruchwyliaeth oedolion, a chynnydd mawr mewn chwarae plant gyda dyfeisiau digidol, gyda newidiadau dilynol yn niwylliant chwarae cyfoedion plant.³²²

Er hynny, mae plant yn aml iawn yn dal i adrodd am awydd cryf i chwarae'r tu allan gyda'u ffrindiau,³²³ a phan mae'r amodau'n gywir, mae plant yn dal i chwarae'r tu allan.³²⁴

³¹³ Bergen, 2018; Borst, 2021; Brown, 2014; Gleave a Cole-Hamilton, 2012; Gray, 2011, 2023

³¹⁴ Basset *et al.*, 2015; Harris, 2017; Jolleyman *et al.*, 2019; McQuade *et al.*, 2019; Play England, 2023

³¹⁵ Alexander *et al.*, 2014, 2019; Cook, 2019; Gray *et al.*, 2015; Harris, 2017; Janssen *et al.*, 2016; Lester, 2016; Lewis, 2017; McQuade *et al.*, 2019; Wood, 2012

³¹⁶ Barron a Emmett, 2020; Bates a Stone, 2015; Gray *et al.*, 2015; Holt *et al.*, 2016; Karsten, 2005; Lewis, 2017; Loebach *et al.*, 2021; McQuade *et al.*, 2019; Mullan, 2019; Woolley a Griffin, 2015

³¹⁷ Bhosale *et al.*, 2017; Cleland *et al.*, 2010; Dodd *et al.*, 2021; Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Lehman-Frisch *et al.*, 2012; Loebach *et al.*, 2021; Malone a Rudner, 2016; Martin *et al.*, 2023; McQuade, 2019; Rixon *et al.*, 2019

³¹⁸ Loebach a Gilliland, 2016a, 2016b; Play England, 2023

³¹⁹ Larouche *et al.*, 2017

³²⁰ Dodd *et al.*, 2021; Shaw *et al.*, 2015

³²¹ Dodd *et al.*, 2021; Gill, 2021; Malone a Rudner, 2016; Shaw *et al.*, 2015

³²² Holt *et al.*, 2016; McQuade *et al.*, 2019

³²³ Brockman *et al.*, 2011; Comisiynydd Plant Cymru, 2018; Comisiynydd Plant Lloegr, 2021; Dallimore, 2019; HAPPEN, 2018

³²⁴ Dallimore, 2019; Dodd *et al.*, 2021; Freeman, 2020; Kraftl, 2020b; Russell *et al.*, 2019, 2020

1.6.3 Rhyddid bob dydd a chwarae'r tu allan

Mae cydberthynas glòs rhwng rhyddid plant i symud o amgylch eu cymdogaethau a'r amser a dreulir yn chwarae'r tu allan.³²⁵ Mae'r syniad sy'n seiliedig ar farn oedolion am symudedd annibynnol plant wedi ei feirniadu am, o bosibl, anwybyddu'r lluo o ffyrdd cyfoethog y bydd plant yn negodi a rhannu eu symudiadau yn y fro gyhoeddus gyda bodau dynol ac annynol eraill.³²⁶ Er hynny, mae'r rhesymau am y dirywiad yn rhyddid plant i symud ac o ganlyniad mewn chwarae'r tu allan yn niferus a chymhleth. Dau reswm a roddir yn aml yw pryderon rhieni³²⁷ am ddiogelwch ac atyniad technoleg ddigidol.³²⁸ Tra bo'r rhain yn amlwg yn ddylanwadol iawn, ni ellir eu hystyried yn syml a bod grymoedd achos ac effaith unigol ar fai, gan eu bod wedi'u cydblethu mewn arferion materol-cwmpasog ehangach sy'n effeithio ar amodau bywydau bob dydd plant. Er enghraifft, gall cyffredinolli datganiadau am or-warchod gan oedolion wneud y plant hynny sydd mewn mwy o berygl yn anweladwy a beio gofawyr am yr hyn sy'n aml yn faterion strwythurol,³²⁹ yn cynnwys y risgiau gwirioneddol iawn a wynebwr gan y rheini sy'n byw mewn cymdogaethau sydd wedi'u gwrthio i'r cyrion yn strwythurol.³³⁰ At hynny, fel rhan o drafodaeth am risgiau'n ystod plentyndod, mae rhaid i rieni a gofawyr fod yn 'reolwyr risg', wastad yn wylidwrs, er mwyn amddiffyn plant yn ogystal ag osgoi cael eu beirniadu gan oedolion eraill,³³¹ gyda'r newyddion a'r cyfryngau cymdeithasol yn aml yn llwyddo i fwyhau euogrwydd rhieni a chanfyddiadau o risg.³³²

Mae ystyried grymoedd mor gymhleth yn troi'r ffocws eto ar allu plant i chwarae'r tu allan fel mater o gyfiawnder gofodol. Tra bod y cysyniad o gyfiawnder gofodol yn gymwys ar draws holl leoliadau a gofodau plentyndod, mae'r ymchwil a adolygwyd yn dangos yn glir mai safle'r anghyfiawnder gofodol mwyaf dybryd yw mewn gofod cyhoeddus a gallu plant i chwarae'r tu allan yn eu cymdogaethau. Wrth edrych ar rymoedd strwythurol, lefel macro, mae dwy enghraifft o gyfyngiadau pwysig ar allu plant i chwarae'r tu allan yn eu cymdogaethau â'u gwreiddiau yn y broses o flaenoriaethu'r economi dros les dinasyddion.³³³ Y gyntaf yw colli gofodau amhenodol y bydd plant yn aml yn eu meddiannu ar gyfer chwarae, gan fod llecynnau fel hyn yn cael eu caffael a'u cau fwyfwy ar gyfer dibenion masnachol penodol,³³⁴ gyda llawer ohonynt yn cael eu gwerthu i berchnogion preifat.³³⁵ Rhwng 1979 a 2018, trosglwyddwyd 10% o dirfas Prydain, sydd gyfwerth â dwy filiwn o hectarau, o berchnogaeth gyhoeddus i berchnogaeth breifat.³³⁶ Yr ail enghraifft yw bod yr economi'n galw am symudiad effeithlon nwyddau a phobl i gefnogi'r broses o gynhyrchu, dosbarthu a defnyddio, sy'n golygu mai cerbydau modur, wedi'u parcio ac yn symud, yw prif ddefnyddwyr strydoedd preswyl.³³⁷ Dros y 25 mlynedd diwethaf, mae'r nifer o geir a drwyddedwyd ym Mhrydain Fawr wedi codi 39.6%,³³⁸ sy'n golygu bod dros dair gwaith cymaint o gerbydau modur ac sydd o blant yn y DU,³³⁹ gyda phob un ohonynt yn cymryd cryn dipyn o le pan maent yn symud neu wedi'u

³²⁵ Frohlich a Collins, 2023; Loebach *et al.*, 2021; Wen *et al.*, 2009

³²⁶ Kraftl, 2020b; Loebach a Gilliland, 2016a, 2016b; Mikkelsen a Christensen, 2009; Murray a Cortés-Morales, 2019; Nansen *et al.*, 2015; Russell *et al.*, 2020

³²⁷ Borst, 2021; Day, 2023; Gray, 2011; Lee *et al.*, 2015; Tremblay *et al.*, 2015

³²⁸ Brown, 2014; Elkind, 2008

³²⁹ Bauer *et al.*, 2021; Gerlach *et al.*, 2019; Giles *et al.*, 2019; Talbot, 2013

³³⁰ Gerlach *et al.*, 2019

³³¹ Day, 2023; McQuade *et al.*, 2019; Mainland *et al.*, 2017; Pynn *et al.*, 2019; Rixon *et al.*, 2019

³³² Chaudron *et al.*, 2017; Day, 2023; Talbot, 2013

³³³ Bollier, 2016; Monbiot *et al.*, 2019

³³⁴ Hart, 2014

³³⁵ Brett, 2018; Grant, 2022; Layard, 2019; Monbiot *et al.*, 2019; Smith, 2021

³³⁶ Brett, 2018

³³⁷ Frohlich a Collins, 2023; Monbiot *et al.*, 2019; Russell, 2021; Wood *et al.*, 2019

³³⁸ NimbleFins, 2022

³³⁹ White, 2019; Yr Adran Drafndiaeth, 2019a; Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 2020b

parcio. Tra bod gan y grymoedd hyn effaith sylweddol ar allu pob plentyn i chwarae, mae eraill yn effeithio ar blant penodol. Mae croestoriadau oedran, rhywedd, dosbarth, an/abledd, ac ethnigrwydd yn hanfodol i ddeall sut y mae cyfleoedd plant gwahanol i chwarae'n cael eu llunio gan drefniadau gwleidyddol a chymdeithasol-ofodol eu bywydau bob dydd.³⁴⁰

Gellir ystyried y dylanwadau eang, cyfnewidiol a chydblethedig hyn fel 'ffactorau trosiant'³⁴¹ (neu amodau) sy'n effeithio ar allu plant i chwarae'r tu allan. Mae'r grynodeb a geir isod yn rhoi blas o'r ffactorau trosiant personol, cymdeithasol ac amgylcheddol allweddol sy'n effeithio ar allu plant i chwarae'r tu allan ddaeth i'r amlwg o'r llenyddiaeth, gan gydnabod eu perthynoledd. Er ein bod wedi categorio rhai ffactorau fel rhai personol, dylid pwysleisio nad yw'r rhain yn 'berchen' i unigolion ond yn cael eu cynhyrchu trwy'r drysni o nodweddion personol a grymoedd gwleidyddol-gymdeithasol.

Ffactorau personol

- Oedran a lefel cymhwysedd canfyddedig;³⁴² rhywedd;³⁴³ an/abledd, niwroamrywiaeth a symudedd;³⁴⁴ hil ac ethnigrwydd;³⁴⁵ a statws economaidd-gymdeithasol y plant.³⁴⁶
- Presenoldeb brodyr a chwiorydd hŷn a nifer y plant ar yr aelwyd.³⁴⁷
- Ysgogiadau, hoff ddewisiadau a diddordebau plant, yn gysylltiedig gyda chanfyddiadau plant o ddiogelwch cymunedol a bod ffrindiau ar gael i chwarae gyda nhw.³⁴⁸
- Apêl technolegau digidol (a leolir dan do'n bennaf).³⁴⁹

Ffactorau cymdeithasol

- Normau a disgwyliadau diwylliannol a chymdeithasol rhieni, gydag arddulliau magu plant yn cael eu dylanwadu gan safbwyntiau penodol ar blant a phlentyndod ac yn effeithio ar ganiatâd i chwarae'r tu allan.³⁵⁰
- Canfyddiadau rhieni am ddiogelwch y gymdogaeth a'r angen canfyddedig am gadw golwg ar blant.³⁵¹

³⁴⁰ Brito *et al.*, 2021; Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Laoire, 2011; Mukherjee, 2020; Ortiz *et al.*, 2016; Pinkney *et al.*, 2019; Skelton, 2009; Stafford *et al.*, 2020

³⁴¹ Robeyns, 2017

³⁴² Alparone a Pacilli, 2012; Janssen *et al.*, 2015; Lee *et al.*, 2015; Loebach *et al.*, 2021; Shaw *et al.*, 2012; Zougheibe *et al.*, 2021

³⁴³ Bornat a Shaw, 2019; Boxberger a Reimers, 2019; Helleman, 2021; Lambert *et al.*, 2019; Lee *et al.*, 2015; Loebach *et al.*, 2021; Mansfield a Couve, 2020; Martins *et al.*, 2015; Mullan, 2019; Shaw *et al.*, 2012, 2015; Villanueva *et al.*, 2014; Zougheibe *et al.*, 2021

³⁴⁴ Beetham *et al.*, 2019; Dallimore, 2019; Dodd *et al.*, 2021; Horton, 2017; Memari *et al.*, 2015; Stafford *et al.*, 2020; von Benzon, 2017

³⁴⁵ Aggio *et al.*, 2017; Allport *et al.*, 2019; Barclay a Tawil, 2021; Dumas a Nelson, 2016; Elliott a Read, 2019; Giralt, 2011; Goff *et al.*, 2014; Pinckney *et al.*, 2019; Wallace, 2018; Wen *et al.*, 2009

³⁴⁶ Boxberger a Reimers, 2019; Loebach *et al.*, 2021; Long, 2017; Pacilli *et al.*, 2013; Parent *et al.*, 2021; Schoeppe *et al.*, 2016; Suchert *et al.*, 2015; Veitch *et al.*, 2017

³⁴⁷ Alparone a Pacilli, 2012; Singer *et al.*, 2009

³⁴⁸ Cleland *et al.*, 2010; Loebach *et al.*, 2021; Shaw *et al.*, 2012; Veitch, 2007

³⁴⁹ Bailey, 2021; Bhosale *et al.*, 2017; Chaudron *et al.*, 2018a; Colvert, 2021; Eyre *et al.*, 2015; Grimes, 2015; Loebach *et al.*, 2021; Loebenberg, 2013; Marsh *et al.*, 2016, 2020; Ruckenstein, 2013; Willet, 2017; Verdoodt *et al.*, 2021

³⁵⁰ Allport *et al.*, 2019; Bacon, 2018; Bhosale *et al.*, 2017; Carroll *et al.*, 2015; Day, 2023; Dodd *et al.*, 2021; Foy-Phillips a Lloyd-Evans, 2011; Holloway a Pimlott-Wilson, 2014; Holt *et al.*, 2015, 2016; Jolleyman *et al.*, 2019; Lee *et al.*, 2015; Loebach *et al.*, 2021; Mainland *et al.*, 2017; Mansfield a Couve, 2020; Marsh *et al.*, 2020; Pynn *et al.*, 2019; Smith *et al.*, 2018; Talbot, 2013; Vincent a Maxwell, 2016; Visser *et al.*, 2015

³⁵¹ Day, 2023; Eyre *et al.*, 2015; Janssen *et al.*, 2015; Lee *et al.*, 2015; Long, 2017; Riazzi *et al.*, 2019

- Ymdeimlad pobl o gymuned a lefelau o ymddiriedaeth cymdeithasol.³⁵²
- Agweddau a gweithredoedd trigolion eraill neu reolwyr tai, yn cynnwys gwahardd chwarae'n contractiol oherwydd ei fod yn niwsans, mae'n debyg, i drigolion sy'n oedolion.³⁵³
- Risgiau byw mewn ardaloedd gyda lefelau uchel o ddefnyddio cyffuriau ac alcohol, cysgu allan (*rough sleeping*) a'r busnes rhyw.³⁵⁴
- Lefelau troseddu a thrais, digwyddiadau trawmatig hanesyddol a/neu fwy diweddar,³⁵⁵ yn ogystal â mythau trefol a sion.³⁵⁶
- Sylw ar y cyfryngau am droseddu, trais a digwyddiadau trasig sy'n ymwneud â phlant.³⁵⁷
- Trefniadau arferol ac amserlenni teuluol.³⁵⁸
- Patrymau gweithio rhieni, eu presenoldeb yn y cartref, a'r amser sydd ganddynt i gefnogi gweithgareddau'r plant.³⁵⁹
- Lefelau gwaith cartref a osodir gan ysgolion.³⁶⁰
- Yr 'amser rhydd' sydd ar gael i blant.³⁶¹
- I ba raddau y mae diwylliant o chwarae'r tu allan yn bodoli mewn cymdogaethau³⁶² ynghyd â goddefgarwch a derbyniad cysylltiedig ymddygiadau o'r fath ymysg trigolion sy'n oedolion.³⁶³

Ffactorau amgylcheddol a strwythurol

- Demograffeg y gymdogaeth, yn enwedig statws economaidd-gymdeithasol a chanran y boblogaeth sy'n blant, yn cynnwys argaeledd ffrindiau yn y gymdogaeth i chwarae gyda nhw.³⁶⁴
- Croestoriadau tlodi, gwthio i'r cyrion yn strwythurol, eithrio, hiliaeth, ablediaeth, rhywiaeth, dosbarthyddiaeth, heterorywiaeth a phlentyndod.³⁶⁵
- Maint a math yr aneddiad, lefel trefoli a ffurf trefol cysylltiedig³⁶⁶ yn cynnwys patrymau topograffig a daearyddol cymdogaethau.³⁶⁷

³⁵² Lee *et al.*, 2015; Long, 2017

³⁵³ Grant, 2022; Krysiak, 2018; Play England, 2023; Witten *et al.*, 2015

³⁵⁴ Gerlach *et al.*, 2019; Witten a Carroll, 2016; Witten *et al.*, 2015, 2019

³⁵⁵ Malone a Rudner, 2016

³⁵⁶ Horton a Kraftl, 2018a

³⁵⁷ Bhosale *et al.*, 2017; Lee *et al.*, 2015

³⁵⁸ Crawford *et al.*, 2017; Nansen *et al.*, 2015; Visser, 2020

³⁵⁹ Lee *et al.*, 2015; Smith *et al.*, 2018

³⁶⁰ Mullan, 2019; Smith *et al.*, 2018

³⁶¹ Bhosale *et al.*, 2017; Holloway a Pimlott-Wilson, 2014; Loebach *et al.*, 2021; Malone a Rudner, 2016; Smith *et al.*, 2018

³⁶² Malone a Rudner, 2016

³⁶³ Long, 2017

³⁶⁴ Jago *et al.*, 2009; Lee *et al.*, 2015; Loebach *et al.*, 2021; Veitch, 2007; Zougheibe *et al.*, 2021

³⁶⁵ Aggio *et al.*, 2017; Akerman *et al.*, 2017; Allport *et al.*, 2019; Barclay a Tawil, 2021; Beetham *et al.*, 2019; Bornat a Shaw, 2019; Boxberger a Reimers, 2019; Brockman *et al.*, 2009; Dallimore, 2019; Dodd *et al.*, 2021; Dumas a Nelson, 2016; Elliott a Read, 2019; Gerlach *et al.*, 2019; Giralt, 2011; Goff *et al.*, 2014; Helleman, 2021; Horton, 2017; Horton a Kraftl, 2018b; Kimbro a Schachter, 2011; Lee *et al.*, 2015; Loebach *et al.*, 2021; Mansfield a Couve, 2020; Memari *et al.*, 2015; Mullan, 2019; Pacilli *et al.*, 2013; Parent *et al.*, 2021; Pinckney *et al.*, 2019; Stafford *et al.*, 2020; Villanueva *et al.*, 2014; von Benz, 2017; Wallace, 2018; Wang a Ramsden, 2018; Watchman a Spencer-Cavaliere, 2017; Zougheibe *et al.*, 2021

³⁶⁶ Malone a Rudner, 2016

³⁶⁷ Bornat, 2016; Bornat a Shaw, 2019; Loebach *et al.*, 2021; Long, 2017

- Trwch a chyflymder y traffig, materion diogelwch ffyrdd cysylltiedig a lefelau parcio ar y stryd.³⁶⁸
- Cysylltedd strydoedd a'r llwybrau cerdded a seiclo di-draffig sydd ar gael.³⁶⁹
- Agosrwydd, nifer, amrywiaeth, hygyrchedd, cysylltioldeb a gwyrddni manau chwaraeadwy.³⁷⁰
- Dyluniad, ymarferoldeb, a chyflwr cynnal a chadw manau cyhoeddus, yn cynnwys yr ystod o fforddiannau a'r ymdeimlad o ddiogelwch a gynigir i blant o wahanol oed.³⁷¹
- Rhwyddineb mynediad.³⁷²
- Lleoliad ysgolion, penderfyniadau lleoli a'r pellter rhwng y cartref a'r ysgol.³⁷³
- Y tywydd, yr adeg o'r flwyddyn a'r oriau golau dydd.³⁷⁴
- Preifateiddio gofod cyhoeddus a masnacheiddio darpariaeth chwarae.³⁷⁵
- Diwylliant nwyddau traul, buddiannau corfforaethol, a masnacheiddio cysylltiedig plentyndod.³⁷⁶
- Ideoleg llywodraeth, polisiau cysylltiedig, lefelau buddsoddiad cyhoeddus, a rheoleiddio buddiannau corfforaethol.³⁷⁷

Er gwaethaf y llu o gyfyngiadau, mae plant yn dal i chwarae'r tu allan pan mae amodau'n caniatáu. Gellir ystyried rhyngweithiadau bob dydd anffurfiol plant trwy deithio, chwarae, hamdden ac adloniant fel cyfranogi mewn bywyd cyhoeddus,³⁷⁸ gan gyfrannu'n weithredol at gynhyrchiad cymdeithasol gofodau cymdogol³⁷⁹ a helpu i gynyddu eu cyfalaf cymdeithasol, rhwydweithiau cymdeithasol ac ymgysylltiad cymunedol,³⁸⁰ personol a'u teuluoedd, a thrwy hynny greu diwylliant sy'n cefnogi chwarae'r tu allan ymhellach.

Gofodau y cyfeirir atynt yn aml fel y 'stryd', er mai pur anaml y maent wedi'u dynodi'n fannau chwarae gan oedolion, yw'r rhai a feddiannir amlaf gan blant ar gyfer chwarae³⁸¹ a gellir eu hadnabod yn hawdd fel trydydd lleoedd iddyn nhw.³⁸² Gall y stryd gynnwys gofodau ar riniog y drws, lleiniau dros dro a gofodau cyrchfan.³⁸³

³⁶⁸ Basset *et al.*, 2015; Bhosale *et al.*, 2017; Frohlich a Collins, 2023; McQuade *et al.*, 2019; Veitch *et al.*, 2017; Wales *et al.*, 2021

³⁶⁹ Bornat, 2016; Bornat a Shaw, 2019; Malone a Rudner, 2016; Oliver *et al.*, 2015; Villanueva *et al.*, 2014; Wales *et al.*, 2021

³⁷⁰ Bhosale, 2017; Broberg *et al.*, 2013; Lee *et al.*, 2015; Othman a Said, 2012; Smith *et al.*, 2018; Villanueva *et al.*, 2014; Wales *et al.*, 2021

³⁷¹ Eyre *et al.*, 2015; Lee *et al.*, 2015; Veitch 2007

³⁷² Jago *et al.*, 2009; Lee *et al.*, 2015; Veitch, 2007

³⁷³ Basset *et al.*, 2015; Fyhri *et al.*, 2011; Malone a Rudner, 2016; Oliver *et al.*, 2015

³⁷⁴ Brockman, 2011; Ergler *et al.*, 2013; Eyre *et al.*, 2015; Smith *et al.*, 2018

³⁷⁵ Brett, 2018; Frago a Graziano, 2021; Hart, 2014; Layard, 2019; Lee *et al.*, 2015; Monbiot *et al.*, 2019; Shearer a Walters, 2015

³⁷⁶ Marsh, 2011, 2012, 2014; Grant, 2022; Holloway a Pimlott-Wilson, 2014; Colvert, 2021; Verdoodt *et al.*, 2021

³⁷⁷ Association for Public Service Excellence, 2021; Burman, 2019; Kallio *et al.*, 2020; Katz, 2019; Lester, 2020; Pyyry a Tani, 2019; Russell, 2021; Smith, 2021; Wood *et al.*, 2019

³⁷⁸ Derr *et al.*, 2017; Malone, 2013; Wales *et al.*, 2021

³⁷⁹ Bullough *et al.*, 2018; Lester a Russell, 2013a

³⁸⁰ Bornat, 2016; Carroll *et al.*, 2015; Freeman, 2020; Heft a Kyttä, 2006; Malone, 2013; Nairn a Kraftl, 2016; Pacilli *et al.*, 2013; Ross, 2007; Schoeppe *et al.*, 2016; Wood *et al.*, 2013

³⁸¹ Barclay a Tawil, 2013; Danenberg *et al.*, 2018; Francis, 2016; Gill, 2021; Tranter, 2015; Weir, 2023

³⁸² Hooper *et al.*, 2015; Kearns *et al.*, 2016; Oliver *et al.*, 2016; Shortt a Ross, 2021; Witten a Carroll, 2016; Witten *et al.*, 2015; Witten *et al.*, 2019

³⁸³ Carroll *et al.*, 2015; Witten a Carroll, 2016

Mae trydydd lleoedd ar riniog y drws yn cynnwys cynteddau, cyfleusterau hamdden cymunedol, a choridorau'r rheini sy'n byw mewn tai dwysedd canolig ac uchel, yn ogystal â llwybrau troed cyfagos, strydoedd ac ymylon ffyrdd, meysydd parcio a lleiniau parcio preifat³⁸⁴ sy'n agos i adref, ac y cyfeirir atynt yn aml fel mannau poblogaidd i chwarae.³⁸⁵

Mae plant hefyd yn defnyddio strydoedd a llwybrau troed, grisiau a waliau, a rhwydweithiau o aliau fel gyrchfannau yn ogystal â lleiniau dros dro, gan chwarae wrth fynd yn eu blaen, yn ogystal ag ymweld â mannau penodol am resymau penodol. Gallai hyn gynnwys hopian i osgoi'r craciau yn y palmant, dringo, gwylio pobl, cymdeithasu neu 'jest cerdded', sydd unwaith eto'n gwneud strydoedd fel hyn yn ofodau trydydd lle pwysig.³⁸⁶ Gall manylion cyffredin daearyddiaeth strydoedd, gaiff eu hanwybyddu'n aml, er enghraifft ymylon palmant, tyllau yn y ffordd, cambrau a llethrau strydoedd, blodau gwyllt a chwyn, fod yn fforddiannau pwysig ar gyfer chwarae.³⁸⁷ Yn aml, bydd plant yn meddiannu strydoedd mewn ffyrdd na fwriadwyd gan gynllunwyr,³⁸⁸ er enghraifft yn eu chwarae neu isddiwylliannau chwaraeon stryd fel sglefrfyrdio, llafn-rolio, BMX a parkour. Gellir ystyried y meddiannu yma fel rhyw fath o weithredaeth wleidyddol, sy'n ailwampio strydoedd a diwylliannau trwy gyfranogi.³⁸⁹

Mae trydydd lleoedd sy'n gyrchfannau, sydd o bwys ym mhrofiadau byw plant, yn fannau pwysig ar gyfer cwrdd gydag a bod gyda ffrindiau, i chwarae gemau a chwaraeon traddodiadol, dringo, chwarae dychmygol, ac fel mannau lloches.³⁹⁰ Mae'r mannau hyn yn cynnwys lleiniau bychain o dir, llecynnau gwag, meysydd parcio, iardiau chwarae ysgolion gwag, llecynnau yn y coed, rhodfeydd siopa, blaenau siopau a mwy,³⁹¹ yn ogystal â gofodau dynodedig fel meysydd chwarae a pharciau.

Mae meysydd chwarae, parciau a gofodau gwyrdd yn gyrchfannau poblogaidd hefyd ar gyfer plant.³⁹² O ran meysydd chwarae, mae plant hyn yn dueddol o deimlo eu bod wedi'u hanelu at blant iau ac nad ydynt, yn aml, yn darparu ar eu cyfer nhw.³⁹³ Gall dyluniad meysydd chwarae fod yn seiliedig ar gysyniadau normadol am gyrff plant, ffyrdd o fod yn y byd a'u symudedd, a thrwy hynny eithrio plant anabl.³⁹⁴ Argymhellir y cysyniad o ddylunio cyffredinol yn Sylw Cyffredinol rhif 17 Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, ond mae hefyd yn creu tensiwn rhwng mynediad a her.³⁹⁵ Yn yr un modd, mae darpariaeth ar gyfer ardegwyr yn dueddol o ganolbwyntio ar weithgareddau ystrydebol gwrywaidd, fel parciau sglefrio a Mannau Chwarae Amldeffnydd (MUGAs).³⁹⁶

Mae'r cysyniad o ddylunio cyffredinol, gyda'r bwriad o ddarparu meysydd chwarae cynhwysol, yn anodd ei gyflawni o ystyried lluosogrwydd yr hyn allai man chwarae ei gynnig ar draws oedran, maint, hoff ddewisiadau a tharo cydbwysedd rhwng diogelwch a her.³⁹⁷ Dros yr 20 mlynedd diwethaf gwelwyd naratif cynyddol sy'n ffafrio taro cydbwysedd rhwng risgiau a buddiannau wrth ddylunio meysydd chwarae.³⁹⁸ Mae cynnal a chadw meysydd

³⁸⁴ Bornat a Shaw, 2019; Tranter, 2016; Witten *et al.*, 2019

³⁸⁵ Barclay a Tawil, 2013; Danenberg *et al.*, 2018; Francis, 2016; Gill, 2021; Tranter, 2015; Weir, 2023; Witten *et al.*, 2015

³⁸⁶ Appelhans a Li, 2016; Beresin, 2012, 2014; Carroll *et al.*, 2015; Furneaux a Manaugh, 2019; Horton *et al.*, 2014; Janssen, 2014; Kearns *et al.*, 2016

³⁸⁷ Othman a Said, 2012; Russell a Stenning, 2021, 2022

³⁸⁸ Nairn a Kraftl, 2016

³⁸⁹ Mould, 2016; Nairn a Kraftl, 2016; Pyyry a Tani, 2019; Rannikko *et al.*, 2016; Stratford, 2016

³⁹⁰ Arvidsen a Beames, 2019; Carroll *et al.*, 2015; McKendrick *et al.*, 2018; Wilson, 2015

³⁹¹ Carroll *et al.*, 2015; Kearns *et al.*, 2016; Pyyry, 2016; Witten a Carroll, 2016

³⁹² Dodd *et al.*, 2021; Helleman, 2021; Porter *et al.*, 2021

³⁹³ Kraftl, 2020b; Lee *et al.*, 2015; Lynch *et al.*, 2020; Russell *et al.*, 2019

³⁹⁴ Brown *et al.*, 2021; Lynch *et al.*, 2018; Moore *et al.*, 2022

³⁹⁵ Lynch *et al.*, 2018

³⁹⁶ Corkery a Bishop, 2020; Seims *et al.*, 2022

³⁹⁷ Lynch *et al.*, 2020

³⁹⁸ Ball *et al.*, 2008, 2012; Ball *et al.*, 2019; Spiegel *et al.*, 2014

chwarae'n fater pwysig i blant,³⁹⁹ ond mae cyllidebau ar gyfer meysydd chwarae yn ogystal â pharciau wedi wynebu toriadau sylweddol.⁴⁰⁰ Mae cynhyrchiad cymdeithasol gofodau sy'n feysydd chwarae yn amrywio ar draws daearyddiaeth gwleidyddol-gymdeithasol, topograffigol, diwylliannol, crefyddol, hiliol a dosbarthiadol, gydag ardaloedd trefol sydd wedi'u gwthio i'r cyrion yn strwythurol yn cael eu hystyried yn llawn risg oherwydd bod meysydd chwarae'n cael eu meddiannu gan bobl sy'n cysgu ar y stryd, yfwyr, defnyddwyr cyffuriau a gweithwyr rhyw ynghyd â nodwyddau sydd wedi'u taflu ar lawr, poteli gwydr wedi torri a phethau eraill cysylltiedig.⁴⁰¹

Yr hyn sy'n codi o'r astudiaethau niferus hyn o chwarae'r tu allan yn y fro gyhoeddus yw cyd-ddibyniaeth 'isadeiledd plant' a 'rhyddid bob dydd'.⁴⁰² Gall y rhain gynnwys amrywiaeth o ofodau (wedi eu trefnu ac yn ddi-raglen, bach neu fawr, gwastad neu wedi eu tirlunio, adeiledig neu naturiol, sefydlog neu hyblyg); nodweddion chwaraeadwy (er enghraifft, waliau isel, manau cuddio, twmpathau); plannu ar gyfer chwarae (llwyni a choed); cysylltiadau rhwng manau chwaraeadwy; a chynnal a chadw deallus (er enghraifft adnabod gwerth glaswellt sydd newydd ei dorri, dail crin, bylchau mewn gwrychoedd, coed sydd wedi cwmpo, pyllau a mwd).⁴⁰³ I blant, mae gallu cael mynediad i'r gofodau hyn yn galw am lwybrau di-draffig neu dawel o ran traffig a ble nad oes rhaid croesi ffyrdd prysur.⁴⁰⁴ Mae hefyd yn galw am ffrindiau gerllaw,⁴⁰⁵ caniatâd gan rieni,⁴⁰⁶ absenoldeb bygythiadau oddi wrth bobl eraill a'u gweithredoedd⁴⁰⁷ a diwylliant ble mae chwarae'r tu allan yn cael ei ystyried yn normal.⁴⁰⁸ Nid yw'r nodweddion hyn yn gweithredu ar eu pen eu hunain. Yn gryno, mae'r gallu i chwarae'r tu allan yn codi o berthnasau ymysg adnoddau amgylcheddol digonol a'r gallu i gael mynediad iddynt.

1.6.4 Chwarae yn ac o amgylch y cartref

Mae erydiad yn rhyddid plant i chwarae yn y fro gyhoeddus wedi golygu bod cartrefi preifat wedi tyfu i fod y manau y cyfeirir atynt amlaf ac, yn rheolaidd, fel hoff fannau i chwarae.⁴⁰⁹ Mewn ymateb i hyn, mae rhieni wedi buddsoddi mewn teganau a thechnolegau cyfryngau sydd wedi'u hanelu at ddarparu ar gyfer chwarae plant yn y cartref,⁴¹⁰ ynghyd â chynnydd cyfamserol mewn nwyddau traul sydd wedi'u targedu at blant.⁴¹¹ Er gwaethaf hyn, mae llawer llai o ymchwil ar chwarae plant mewn sefyllfaedd domestig o'i gymharu â manau cyhoeddus neu ysgolion, yn bennaf oherwydd materion preifatrwydd ac etheg a mynediad.⁴¹² I lawer, gall y cartref fod yn fan diogel sy'n cynnig ymdeimlad o berchnogaeth a chynefindra, lle i blant fod yn 'nhw eu hunain' draw o olwg y cyhoedd,⁴¹³ ac yn fan ble mae plant yn debygol o brofi ymdeimlad cryfach o annibyniaeth, gan negodi perthnasau plentyn-oedolyn a rhannu'r defnydd o ofod.⁴¹⁴ Fodd bynnag, nid yw'r cartref yn fan diogel i bob plentyn, yn

³⁹⁹ Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Loebach *et al.*, 2021

⁴⁰⁰ Association for Public Service Excellence, 2021; Association of Play Industries, 2022; Russell *et al.*, 2019

⁴⁰¹ Gerlach *et al.*, 2019; Hobbs *et al.*, 2017; Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Witten a Carroll, 2016; Witten *et al.*, 2015, 2019

⁴⁰² Arup, 2017

⁴⁰³ Barclay a Tawil, 2016

⁴⁰⁴ Loebach a Gilliland, 2016a

⁴⁰⁵ Play England, 2023

⁴⁰⁶ Loebach a Gilliland, 2016a

⁴⁰⁷ Barclay a Tawil, 2021; Beetham *et al.*, 2019; Dias a Whitaker, 2013; Gerlach *et al.*, 2019; Giles *et al.*, 2019; Goff *et al.*, 2014; Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Pinckney *et al.*, 2019; von Benzon, 2017; Witten *et al.*, 2019

⁴⁰⁸ Barclay a Tawil, 2021; Lester a Russell, 2013a; Wales *et al.*, 2021

⁴⁰⁹ Adcock, 2016; Bacon, 2018; Dallimore, 2019; Dodd *et al.*, 2021; Kearns *et al.*, 2016; Loebenberg, 2013

⁴¹⁰ Lincoln, 2016

⁴¹¹ Cowman, 2017

⁴¹² Adcock, 2016; Bacon, 2018; Lincoln, 2016; Meire, 2007; Woodyer a Carter, 2020

⁴¹³ Adcock, 2016; Harden *et al.*, 2013

⁴¹⁴ Bacon, 2018; Harden *et al.*, 2013

cynnwys y plant hynny sy'n byw gyda thrais domestig, camdriniaeth ac esgeulustod,⁴¹⁵ neu rai sy'n byw mewn llety cyfyng neu dros dro.⁴¹⁶

Mae cartrefi llawer o blant bellach yn orlawn o deganau.⁴¹⁷ Mae'r diwydiant teganau'n fusnes mawr, gyda gwneuthurwyr yn anelu i ddenu plant yn barhaus gydag amrywiaeth cynyddol o deganau mwyfwy soffistigedig.⁴¹⁸ Yn y DU, cyrhaeddodd gyfanswm gwerthiant teganau yn 2020 (yn ystod y pandemig) £3.3 biliwn, a'r DU yw'r farchnad deganau fwyaf yn Ewrop a'r pedwerydd mwyaf yn y byd.⁴¹⁹ Yn aml, bydd penderfyniadau ynghylch prynu teganau'n cael eu gwneud rhwng plant a'u rhieni, neu o leiaf yn cael eu dylanwadu gan ddi-ddordebau a hoff ddewisiadau'r plant,⁴²⁰ gyda'r cyfryngau, marchnata, a stereoteipiau rhyweddol cymdeithasol yn effeithio ar ddewisiadau'r rhieni a'r plant hefyd.⁴²¹ Wrth i blant dyfu'n hŷn, mae gwerth cymdeithasol teganau'n tyfu'n bwysicach fyth,⁴²² gyda theganau'n ffurfio elfen sylweddol o ddiwyllianau materol plentyndod.⁴²³ Mae ystyron gor-symbl a negyddol am brynwriaeth wedi'u herio, a gall cyfryngau a theganau masnachol gynnig man cychwyn o ble bydd plant yn defnyddio a chynhyrchu mewn ffyrdd creadigol.⁴²⁴

Gyda'r cynnydd mewn amser a dreulir yn chwarae yn y cartref, daw pwyslais ychwanegol ar wahanol ofodau o fewn y cartref. Mae llawer o blant yn gwerthfawrogi eu hystafelloedd gwely fel manau i chwarae,⁴²⁵ sy'n golygu bod y rheini sydd â llai o ofod domestig unwaith eto dan anfantais.⁴²⁶ Yn ogystal â chysgu, mae ystafelloedd gwely'n fannau ar gyfer chwarae a gorweddian, ar gyfer diddanu ffrindiau a'u cael i aros dros nos, i ymlacio, i wneud gwaith cartref, ar gyfer 'gwneud eu hunain yn barod' a 'harddu'.⁴²⁷ Mae ystafelloedd gwely hefyd yn darparu lle i blant gasglu, storio ac arddangos eu heiddo materol a phersonol.⁴²⁸ Mae defnydd plant o'u hystafelloedd gwely'n cael ei negodi'n barhaus ond gall y rhain fod yn fannau hefyd ble gall plant osgoi goruchwyliaeth, rheolaeth ac ymyrraeth uniongyrchol oedolion, dianc rhag dwrddio, gorchwylion neu wrthdaro teuluol, neu, er enghraifft, wrando ar gerddoriaeth sy'n annerbyniol gan eu rhieni.⁴²⁹ Er y gall ystafelloedd gwely gynnig hafan, lle i encilio iddo ac adennill eu nerth,⁴³⁰ gall y diwylliant ystafell wely preifat hwn gael ei wneud yn fwy cyhoeddus hefyd trwy'r rhyngwyd, gyda merched yn benodol yn cymryd rhan mewn 'diwylliant ystafell wely rhithwir' y tu hwnt i ffiniau ffisegol y gofod domestig.⁴³¹

I'r rheini sydd gan un, mae gerddi'n ofodau pwysig hefyd ar gyfer chwarae, gan gynnig gofod cymharol rydd o oedolion sydd dal yn agos i'r cartref.⁴³² Mae trampolinau'n hynod boblogaidd, yn gallu cynnig cyfle i neidio'n wyllt ac ymarfer sgiliau, gemau gyda phêl, cymdeithasu wrth 'drampolinio a sgwrsio', creu fideos gyda ffrindiau, darllen,

⁴¹⁵ Chanmugam, 2017; Wilson, 2015

⁴¹⁶ Russell *et al.*, 2019

⁴¹⁷ Arnold *et al.*, 2012; Dauch *et al.*, 2018; Jones, 2018

⁴¹⁸ Klemenović, 2014

⁴¹⁹ Toyworld, 2021

⁴²⁰ Dinella a Weisgram, 2018; Klemenović, 2014

⁴²¹ Dinella a Weisgram, 2018

⁴²² Loebenberg, 2012

⁴²³ Buckingham, 2011; Mertala *et al.*, 2016; Wilson, 2016; Wohlwend, 2020

⁴²⁴ Cook, 2013; Loebenberg, 2012; Wooder, 2017; Woodyer a Carter, 2020

⁴²⁵ Bacon, 2018; Lincoln, 2016

⁴²⁶ Adcock, 2016; Bacon, 2018

⁴²⁷ Bacon, 2018; Lincoln, 2016

⁴²⁸ Adcock, 2016; Bacon, 2018; Lincoln, 2016

⁴²⁹ Bacon, 2018

⁴³⁰ Bacon, 2018; Lincoln, 2016

⁴³¹ Lincoln, 2016; Loebenberg, 2013

⁴³² Arvidsen *et al.*, 2020; Dodd *et al.*, 2021

gwneud gwaith cartref, a gwneud dim byd.⁴³³ Ond 'does gan un o bob wyth cartref yn y DU ddim mynediad i ardd breifat neu ardd a rennir,⁴³⁴ gyda chartrefi yn ardaloedd tlotaf Lloegr hefyd, ar gyfartaledd, gyda llai na thraean y gofod gardd sydd gan gartrefi yn yr ardaloedd cyfoethocaf.⁴³⁵

1.6.5 Chwarae mewn gofodau digidol

Mae datblygiadau technolegol yn yr 21^{ain} ganrif wedi trawsnewid plentyndod a'r ffyrdd y bydd plant yn chwarae, gyda llawer o blant yn y byd lleiafrifol yn dod o genhedlaeth sydd erioed wedi adnabod adeg heb fod technolegau digidol wedi'u gwreiddio yn eu bywydau. O ystyried sut bydd plant yn gwau cynnwys o'r cyfryngau, dyfeisiau digidol a gweithgareddau ar-lein i mewn i wead eu bywydau bob dydd, mae'r ffiniau rhwng bywyd ar-lein ac all-lein yn tyfu'n gynyddol aneglur.⁴³⁶ Er bod technolegau digidol efallai'n nodwedd hollbresennol o blentyndod cyfoes, nid yw hyn ar draul ffurfiau chwarae eraill ac mae llawer o blant yn dal i fwynhau bywydau chwarae amrywiol.⁴³⁷

Mae'n bosibl bod atyniad chwarae digidol i blant i'w ganfod yn y modd y mae gemau a phlatfformau'n darparu ar gyfer rhinweddau a nodweddion chwarae plant,⁴³⁸ yn cynnwys:

- **cyfnewidioldeb a hyblygrwydd:** mae hyblygrwydd ac ymatebolrwydd cynyddol cynnyrch a gwasanaethau digidol yn cefnogi chwarae penagored plant trwy eu galluogi i gyd-greu manau chwarae digidol, cymryd rhan mewn chwarae dychmygus, creu diwylliannau chwarae cyffredin, wynebu heriau, rhannu strategaethau, castiau, straeon, mythau a chwedlau, ac yn aml danseilio bwriadau dylunio gemau er mwyn chwarae yn eu ffordd eu hunain.⁴³⁹
- **mynediad i eraill i chwarae gyda nhw:** mae plant yn gwerthfawrogi dyfeisiau digidol am eu galluogi i dreulio amser gyda'r rheini na allant gwrdd â nhw wyneb yn wyneb, i gyfranogi mewn cymunedau chwaraewyr sy'n troi o amgylch eu hoff gemau a phlatfformau digidol, ac i gymdeithasu gyda ffrindiau draw oddi wrth oruchwyliaeth uniongyrchol oedolion, tra hefyd yn galluogi cysylltiadau cymdeithasol ar gyfer y rheini y mae cyfathrebu wyneb yn wyneb yn anodd.⁴⁴⁰
- **rhwyddineb mynediad:** mae gan y mwyafrif o blant y DU fynediad i ystod eang o dechnolegau digidol gartref ac mewn manau eraill,⁴⁴¹ ac mae gan y mwyafrif fynediad i'r rhyngwrdd.⁴⁴² Mae platfformau digidol yn galluogi plant i symud y tu hwnt i gyfyngiadau gofodol y cartref a'r fro gyhoeddus, gan agor cyfleoedd cymdeithasol a gofodol newydd ar gyfer plant.⁴⁴³ Fel gyda chaniatâd i 'chwarae'r tu allan', mae rheolaeth rhieni'n aml yn cael ei negodi⁴⁴⁴ ac yn destun tensiynau parhaus rhwng gweld plant yn derbyn rhyddid, pryderon am eu diogelwch ar-lein a chanlyniadau gormod o amser sgrîn.⁴⁴⁵

⁴³³ Arvidsen *et al.*, 2020

⁴³⁴ Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS), 2020a

⁴³⁵ McIntyre a Gayle, 2020

⁴³⁶ Bailey, 2021; Chaudron *et al.*, 2017; Colvert, 2021; Cowan *et al.*, 2021; Dekavalla, 2021; Lincoln, 2016; Livingstone *et al.*, 2017; Marsh, 2016; Marsh, 2017; Marsh *et al.*, 2020; Potter a Cowan, 2020; Smith a Dunkley, 2018; Willet, 2017

⁴³⁷ Chaudron *et al.*, 2018a; Marsh *et al.*, 2020

⁴³⁸ Chaudron *et al.*, 2018a; Colvert, 2021; Marsh *et al.*, 2016, 2020; Ruckenstein, 2013; Verdoodt *et al.*, 2021; Willet, 2017

⁴³⁹ Colvert, 2021; Loebenberg, 2013; Marsh *et al.*, 2020; Ringland *et al.*, 2017; Ruckenstein, 2013

⁴⁴⁰ Blum-Ross *et al.*, 2018; Chaudron *et al.*, 2017; Colvert, 2021; Marsh *et al.*, 2020; Ruckenstein, 2013; Willet, 2017

⁴⁴¹ Marsh *et al.*, 2020

⁴⁴² Livingstone *et al.*, 2017

⁴⁴³ Blum-Ross *et al.*, 2018; Ruckenstein, 2013

⁴⁴⁴ Chaudron *et al.*, 2018b; Ruckenstein, 2013

⁴⁴⁵ Chaudron *et al.*, 2018b; Colvert, 2021; Marsh *et al.*, 2019

Fel agweddau eraill o chwarae plant, mae cyfleoedd plant i chwarae gyda dyfeisiau digidol yn cael eu ffurfio gan lu o ffactorau dylanwadol a nifer o randdeiliaid y tu hwnt i'r plant eu hunain. Mae hyn yn cynnwys mynediad plant i ddyfeisiau digidol a'r rhyngwrwyd, ffurf a dibenion cynnyrch a gwasanaethau digidol, y bobl sy'n dylunio technolegau digidol a'u hystyriaethau masnachol, materion sy'n ymwneud â diogelwch ar-lein, buddiannau llywodraethol a sefydliadol, ffrindiau, teulu, dylanwadwyr ar y cyfryngau cymdeithasol, arferion cymdeithasol a diwylliannol, yn ogystal ag oed, an/abledd, rhywedd, ethnigrwydd a dosbarth.⁴⁴⁶

1.6.6 Chwarae mewn darpariaeth dan oruchwyliaeth oedolion

Un tensiwn allweddol mewn ymchwil ar draws amrywiol ddarpariaeth sydd dan oruchwyliaeth oedolion yw'r tensiwn sy'n bodoli rhwng chwarae plant a drefnir yn bersonol a pha bynnag werth cyfryngol a osodir ar chwarae. Er enghraifft, ceir dadleuon bywiog ar y tensiynau rhwng chwarae, gofal ac addysg mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar a gofal plant, a faint mae'r tensiynau hyn yn cyfyngu ar chwarae plant a drefnir yn bersonol.⁴⁴⁷

Ar gyfer plant oedran ysgol, mae rhieni'n gwerthfawrogi gweithgareddau y tu allan i oriau ysgol i'w plant eu mwynhau, ar gyfer eu hiechyd corfforol, a chyfalaf cymdeithasol a diwylliannol, yn ogystal ag er mwyn darparu lle diogel i blant chwarae gyda'u cyfoedion.⁴⁴⁸ Mae'r plant eu hunain yn frwdfrydig ynghylch sut y mae gweithgareddau y tu allan i oriau ysgol yn darparu cyfleoedd ar gyfer cael hwyl gyda ffrindiau ac ar gyfer chwarae, gan werthfawrogi hefyd gyfleoedd i chwarae gydag oedolion.⁴⁴⁹

Cafodd sector chwarae masnachol a phreifat sylweddol y DU (yn cynnwys parciau trampolinau, aleau bowlio, sinemâu, *laser tag*, *escape rooms*, canolfannau sglefrïo, ystafelloedd partïon plant, canolfannau chwarae meddal dan do, canolfannau hwyl i'r teulu a pharciau thema)⁴⁵⁰ ei brisio i fod yn werth \$756.48m yn 2020,⁴⁵¹ a chaiff ei farchnata'n aml o ran profiadau teuluol a/neu adloniant addysgol.⁴⁵² Gwelwyd cymryd camau amlwg i wneud amgueddfeydd a safleoedd diwylliannol a threftadaeth yn fwy deniadol i deuluoedd ac, o ganlyniad, i ystyried chwarae plant fwy, gaiff eu hymchwilio'n aml hefyd o ran profiadau teuluol.⁴⁵³

'Does fawr ddim cytundeb ynghylch gwerth amser chwarae yn yr ysgol ymhlith staff ysgol.⁴⁵⁴ Pan ofynnir iddynt, mae'r mwyafrif o blant yn dweud eu bod yn mwynhau amser chwarae,⁴⁵⁵ ond mewn un arolwg sylweddol yn Lloegr dywedodd 5% nad oeddent yn eu mwynhau.⁴⁵⁶ Un gŵyn allweddol yw bod gormod o reolau.⁴⁵⁷ Mae cyfeillgarwch yn yr ysgol yn bwysig ac yn aml, dyma mae'r plant yn ei werthfawrogi fwyaf.⁴⁵⁸ Er bod rhai oedolion yn teimlo nad yw plant yn gwybod sut i chwarae bellach,⁴⁵⁹ mae'r ymchwil yn datgelu diwylliant chwarae

⁴⁴⁶ Colvert, 2021

⁴⁴⁷ Brooker, 2014, 2018; Hewes, 2014; Holloway a Pimlott-Wilson, 2018; Jackson, 2017; Kane *et al.*, 2013; Leggett a Newman, 2017; Loizou, 2017; Moir a Brunner, 2021; Rekers a Waters-Davies, 2021; Santer *et al.*, 2007; Smith, 2010; Wood, 2010, 2014, 2019

⁴⁴⁸ Holloway a Pimlott-Wilson, 2014; Karsten, 2015

⁴⁴⁹ Holloway a Pimlott-Wilson, 2014, 2018

⁴⁵⁰ Benton, 2017

⁴⁵¹ Allied Marketing, 2022

⁴⁵² Karsten, 2015; Tagg a Wang, 2016

⁴⁵³ Durko a Petrick, 2013; Fountain *et al.*, 2021; Larson *et al.*, 2013; McCabe *et al.*, 2010; Mukherjee, 2020

⁴⁵⁴ Baines a Blatchford, 2019

⁴⁵⁵ Mroz a Woolner, 2015; Mulryan-Kyne, 2014

⁴⁵⁶ Baines a Blatchford, 2019

⁴⁵⁷ Baines a Blatchford, 2019; Bristow ac Atkinson, 2020; Fink a Ramstetter, 2018; Thomson, 2007, 2014

⁴⁵⁸ Worth, 2013

⁴⁵⁹ Alexander *et al.*, 2014; McNamara, 2013

cyfoethog parhaus o chwarae plant ar iardiau chwarae ysgolion.⁴⁶⁰ Caiff diwylliannau iardiau chwarae fel hyn eu 'mynegi trwy ganeuon iard ysgol, gemau, defodau, enwi manau penodol ar iard yr ysgol a llu o arferion eraill'⁴⁶¹ ac maent yn meddiannu pa bynnag adnoddau materol, diwylliannol a chymdeithasol sydd wrth law, gan unwaith eto gyfuno bydoedd all-lein ac ar-lein plant.⁴⁶²

1.6.7 Casgliad: rhoi cyfrif am chwarae

Ar y cyfan, mae pennod 4 yn cyflwyno darlun, sydd yn ôl pob golwg yn groesddywedol, o ddiwylliant chwarae bywiog a fynegir mewn ystod eang o gyd-destunau ar un llaw ac, ar y llaw arall, anghydraddoldebau croestoriadol noeth ac anghyfiawnderau gofodol sy'n cyfyngu ar allu plant i chwarae ar draws y cyd-destunau hyn. Mae anghydraddoldebau o'r fath wedi eu gyrru gan rymoedd lluosog, yn cynnwys:

- rheidrwydd cyfalafiaeth diweddar a dyfodiad poblyddiaeth,⁴⁶³ yn cynnwys argyfwng ariannol byd-eang 2008⁴⁶⁴
- tresmasiad buddiannau masnachol ar chwarae plant ar ffurf cyfleoedd digidol, y diwydiant teganau, gweithgareddau y tu allan i oriau ysgol a darpariaeth chwarae fasnachol, gan osod adnoddau o'r fath y tu hwnt i gyrraedd rhai plant⁴⁶⁵
- yn y fro gyhoeddus, uchafiaeth traffig⁴⁶⁶ a materion sy'n ymwneud â diogelwch cymunedol.⁴⁶⁷

Mae'r astudiaethau a adolygwyd yn y bennod hon yn amlygu sut mae chwarae'n codi o amodau bywydau plant a sut y bydd plant yn chwilio am enydau o chwaraeusrwydd, yn fyrhoedlog ac yn fwy parhaol, yn eu hawydd i wneud bywyd yn well ac i fod yn iach.⁴⁶⁸ Mae meddiant chwaraeus plant o ofod sefydliadol a chyhoeddus wedi'i ddisgrifio fel ymyrraeth neu ail-bwrpasu'r bwriad ar gyfer gofodau o'r fath.⁴⁶⁹ Mae'r llu o wahanol ffyrdd y bydd plant yn chwarae heddiw, sydd wedi codi o'r ymchwil, yn cyflwyno her i'r safbwynt a ddyfynnir yn aml bod chwarae plant yn dirywio.⁴⁷⁰ Fel y dangoswyd, mae honiad o'r fath yn cymharu newid gyda dirywiad a'i fod hefyd yn ensynedig yn naratifau oedolion o werthfawrogi rhai ffurfiau o chwarae dros eraill.⁴⁷¹ Yn benodol, mae pryderon ynghylch y dirywiad mewn chwarae awyr agored plant a drefnir yn bersonol, er bod rhai ymchwilyr yn rhybuddio yn erbyn honiadau gor-symbl, wedi'u gor-ramantu a'u cyffredinol yn hyn o beth.⁴⁷²

Mae ymchwil meintiol ar lefel macro yn cyfeirio at ddirywiad yn rhyddid symud plant a'u gallu cysylltiedig i chwarae'r tu allan yn eu cymdogaethau.⁴⁷³ Digwyddodd y gostyngiadau mwyaf sylweddol yn rhyddid symud plant rhwng 1970 a 2000,⁴⁷⁴ dros ugain mlynedd yn ôl, ac er y gwelwyd cymryd camau'n ddiweddar i gynllunio a dylunio

⁴⁶⁰ Beresin, 2014; Marsh a Willett, 2010; Potter a Cowan, 2020

⁴⁶¹ Ardelean *et al.*, 2021, td. 15

⁴⁶² Potter a Cowan, 2020

⁴⁶³ Lynch, 2019

⁴⁶⁴ Create Streets Foundation, 2021; Katz, 2019; McDowell, 2017

⁴⁶⁵ Holloway a Pimlott-Wilson, 2014; Marsh, 2011, 2012

⁴⁶⁶ Bassett *et al.*, 2015; Bhosale *et al.*, 2017; Fyhri *et al.*, 2011; Jelleyman *et al.*, 2019; Loebach *et al.*, 2021; Pont *et al.*, 2009; Shaw *et al.*, 2012, 2015

⁴⁶⁷ Barclay a Tawil, 2021; Beetham *et al.*, 2019; Dias a Whitaker, 2013; Gerlach *et al.*, 2019; Giles *et al.*, 2019; Goff *et al.*, 2014; Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Pinckney *et al.*, 2019; von Benzon, 2017; Witten *et al.*, 2019

⁴⁶⁸ Lester, 2020

⁴⁶⁹ Carroll *et al.*, 2019; Conn, 2015; Pyry a Tani, 2016; Russell a Stenning, 2022; Shearer a Walters, 2015

⁴⁷⁰ Bergen, 2018; Borst, 2021; Brown, 2014; Gleave a Cole-Hamilton, 2012; Gray, 2011; Palmer, 2019

⁴⁷¹ Alexander *et al.*, 2014; Lewis, 2017; Smith, 2010; Woodyer *et al.*, 2016

⁴⁷² Er enghraifft, Horton a Kraftl, 2018a

⁴⁷³ Dodd *et al.*, 2021; Gill, 2021; Larouche *et al.*, 2017; Loebach a Gilliland, 2016a, 2016b; Malone a Rudner, 2016; Shaw *et al.*, 2015

⁴⁷⁴ Shaw *et al.*, 2012

ar gyfer amgylcheddau sy'n gyfeillgar at blant, mae traffig, sy'n symud ac yn sefyll, yn dal i fod y rhwystr pennaf i gyfiawnder gofodol ar gyfer plant a'u gallu i arfer rhyddid bob dydd ac i chwarae'r tu allan yn eu cymdogaethau.⁴⁷⁵ Mewn cymunedau tlotach ac i grwpiau penodol o blant, mae cymdogaethau hefyd yn cyflwyno peryglon gwirioneddol oherwydd pobl eraill.⁴⁷⁶

Fodd bynnag, er eu bod yn ddefnyddiol, nid yw astudiaethau i'r dirywiad mewn rhyddid bob dydd plant yn cyfrif am y lluoedd dylanwadau dryslyd ar batrymau chwarae plant. Mae angen deall dylanwadau ar chwarae plant yng nghyd-destun y brithwaith o amodau gwleidyddol-gymdeithasol a gofodol lleol a'r grymoedd strwythurol grymus yn cynnwys cyfalafiaeth a masnacheiddio byd-eang (diweddar), addysg neoryddfrydol a gwleidyddiaeth cyni, tloidi, hiliaeth, cishetero/rywiaeth a diwylliant ablediaeth, dylanwadau sy'n codi drosodd a throsodd trwy gydol y bennod hon. Mae'r plant eu hunain, pan ofynnir iddynt, yn nodi awydd cryf i chwarae'r tu allan.⁴⁷⁷ Mae ein hadolygiad yn dangos cymhlethdodau a drysni manwl rhwystrau cymdeithasol, diwylliannol, gwleidyddol a gofodol i chwarae'r tu allan ac atyniadau chwarae dan do (yn cynnwys hefyd, amhosibilrwydd pennu gofodau dan do ac awyr agored fel elfennau cyferbyniol deuaidd) sy'n eithrio un achos arwahanadwy, unigol. Er hynny, gellid dadlau efallai bod fawr ddim ymdrech wedi'i wneud o ran gallu plant i chwarae yn y fro gyhoeddus o'i gymharu â'r lefelau o fuddsoddiad ariannol yn y diwydiant chwarae, teganau a chwarae digidol masnachol.

Yn fyr, mae'r gallu i chwarae'r tu allan yn codi o berthnasau ymysg adnoddau amgylcheddol digonol a'r ddawn i gael mynediad iddynt. Wrth anelu i weithio gyda pherthynoledd amodau o'r fath, a gan ddychwelyd at y safbwynt polisi a adolygwyd ym mhennod 2, gallai'r cysyniad o ddigonolrwydd chwarae fod yn ddefnyddiol fel dirprwy yn ogystal ag egwyddor drefniadol ar gyfer amgylcheddau sy'n gyfeillgar at blant, gan ddatgelu llawer ynghylch sut mae manau penodol yn gweithio yng nghyd-destun gallu plant i chwarae'r tu allan. Yn benodol, o ystyried y dystiolaeth a adolygwyd ym mhennod 3, bydd y gallu i gwrdd a chwarae'r tu allan yn rheolaidd, o oedran ifanc a heb fod angen cwmni neu oruchwyliaeth uniongyrchol oedolion, ynghyd â bodlonrwydd plant gyda chyfanswm ac ansawdd eu cyfleoedd i chwarae, yn cyfrannu at allu cyffredinol plant i wneud yn dda a bod yn iach. At hynny, mae llawer o'r materion sydd angen delio â hwy er mwyn sicrhau digonolrwydd chwarae i bawb yn alinio gyda phryderon amgylcheddol ac egwyddorion eraill sydd wedi'u corffori yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, Llywodraeth Cymru.

Wedi adolygu'r dystiolaeth sy'n rhoi cyfrif am gyflwr chwarae plant heddiw, mae'r bennod nesaf yn troi at ymatebion oedolion sydd wedi'u hanelu at gefnogi gallu plant i chwarae.

1.7 Cefnogi chwarae plant (pennod 5)

Fel y cyflwynwyd ym mhennod 4, mae cyfrif-oldeb yn ymwneud â sefydlu ffyrdd amryfal o gyfrif am allu plant i chwarae. Mae atebol-rwydd yn ymwneud ag oedolion yn datblygu'r ddawn i ymateb yn effeithlon i ffyrdd y gall plant ddefnyddio a symud trwy eu hamgylcheddau bob dydd ac i gadw'r amgylcheddau hyn yn agored i'r posibilrwydd o gynhyrchu enydau chwaraeus.⁴⁷⁸ Dyma'r ffocws ar gyfer pennod 5, sy'n adolygu ystod o ymatebion fydd yn cefnogi gallu plant i chwarae. Mae prosesau cyfrif-oldeb ac atebol-rwydd wedi eu cyd-blethu cymaint fel bod y grymoedd cyffredin sy'n effeithio ar allu plant i chwarae yn effeithio hefyd ar sut y mae oedolion yn rhoi cyfrif am ac yn ymateb i chwarae plant.

⁴⁷⁵ Aarts *et al.*, 2012; Arup, 2017; Bourke, 2017; Ferguson, 2019; Frohlich a Collins, 2023; Russell *et al.*, 2020; Shaw *et al.*, 2015

⁴⁷⁶ Beetham *et al.*, 2019; Dias a Whitaker, 2013; Gerlach *et al.*, 2019; Giles *et al.*, 2019; Goff *et al.*, 2014; Horton a Kraftl, 2018a, 2018b; Barclay a Tawil, 2021; Pinckney *et al.*, 2019; von Benzon, 2017; Witten *et al.*, 2019

⁴⁷⁷ Brockman *et al.*, 2011; Comisiynydd Plant Cymru, 2018; Comisiynydd Plant Lloegr, 2021; Dallimore, 2019; HAPPEN, 2018

⁴⁷⁸ Russell *et al.*, 2019

Mae'r hanesion am batrymau chwarae plant a gyflwynir ym mhennod 4 yn amlygu'r amodau cymhleth a chydberthynol sy'n effeithio ar allu plant i ganfod amser, lle a chaniatâd i chwarae yn sefydliadau plentyndod (yn cynnwys y cartref), ar-lein ac yn y fro gyhoeddus. Mae dyheadau a diwylliannau chwarae plant, dychymyg oedolion am werth plentyndod a chwarae, llifau a grymoedd cyfalafiaeth lleol a byd-eang, arferion materol-cwmpasog, a chynhyrchiad gofodau, y rhain i gyd a mwy yn cydblethu i gynhyrchu amodau anostyngadwy sy'n hynod ac yn amodol. Mae hyn yn creu heriau ar gyfer dynodi patrymau cyffredinol yn y modd y cynhyrchir manau plentyndod ac, o ganlyniad, sut all oedolion weithio tuag at ddsbarthiad mwy cyfiawn o adnoddau gofodol sydd yn ffafrio plant.⁴⁷⁹ Am y rheswm hwn, mae llawer o bennod 5 yn cynnig enghreifftiau penodol o ymyriadau i gefnogi cyfiawnder gofodol plant, sydd un ai'n cefnogi eu rhyddid i symud yn gyffredinol neu chwarae'n benodol. Nid ydym yn ail-adrodd yr enghreifftiau hyn yn y crynodeb hwn, ond yn hytrach yn amlinellu'r cyd-destunau ble mae ymyriadau wedi'u gwneud a rhai o'r egwyddorion y gellir eu tynnu o enghreifftiau o'r fath.

O adolygu ystod o fentrau, mae'n bosibl dirnad nifer o naratifau allweddol sy'n codi o ran eiriolaeth a champau gweithredu i gefnogi chwarae plant:

- **Dadleuon cyfryngol** sy'n amlygu'r berthynas rhwng chwarae a dysgu,⁴⁸⁰ gweithgarwch corfforol ac iechyd,⁴⁸¹ lleihau gordewdra,⁴⁸² iechyd meddwl,⁴⁸³ cydlyniant cymunedol,⁴⁸⁴ stiwardiaeth amgylcheddol.⁴⁸⁵
- **Dadleuon rhamantaidd** am golli diniweidrwydd plentyndod a chyswllt gyda natur,⁴⁸⁶ weithiau ochr yn ochr â chythreulio technoleg.⁴⁸⁷
- **Dadleuon seiliedig ar hawliau** am yr hawl i chwarae a chyfiawnder gofodol.⁴⁸⁸
- **Dadleuon economaidd**, yn cynnwys yr elw cymdeithasol ar fuddsoddiad a denu teuluoedd yn ôl i ddinasoedd trwy brosiectau adfywio.⁴⁸⁹
- **Dadleuon amgylcheddol** sy'n cydnabod y synergeddau rhwng cyfiawnder gofodol ar gyfer plant a champau gweithredu i leihau traffig cerbydau modur ac i 'wyrddio' dinasoedd.⁴⁹⁰

Mae'r camau gweithredu a'r tueddiadau allweddol wedi eu crynhoi isod, er bod gwahaniaethau sylweddol ar lefel leol o ran prosesau a chanlyniadau cyflwyno a gweithredu. Fodd bynnag, wrth gynhyrchu crynodeb mor fyr, mae manylion pob enghraifft unigol yn cael eu cuddio mewn cyffrediniadau.

⁴⁷⁹ Lester, 2020

⁴⁸⁰ Real Play Coalition, 2020, Candiracci *et al.*, 2023

⁴⁸¹ Ardelean *et al.*, 2021; Bundy *et al.*, 2017; Engelen *et al.*, 2018; Frohlich a Collins, 2023; Gill, 2014a; Hyndman *et al.*, 2014; Johansson *et al.*, 2011; López *et al.*, 2020; Moser *et al.*, 2021; Mueller *et al.*, 2020; Page *et al.*, 2017; Tawil, 2017; Taylor *et al.*, 2014

⁴⁸² Gill *et al.*, 2019; Parrish *et al.*, 2020

⁴⁸³ Gill, 2014a; Gill *et al.*, 2019; The Means, 2016

⁴⁸⁴ Foster *et al.*, 2014; Lee *et al.*, 2015; Tawil a Barclay, 2020

⁴⁸⁵ Chawla, 2015; Dymont a Bell, 2008

⁴⁸⁶ Chawla, 2015; Derr a Lance, 2012; Nedovic a Morrissey, 2013; Verstrate a Karsten, 2016

⁴⁸⁷ Charles a Louv, 2009, 2020; Edwards a Larson, 2020; Frumkin *et al.*, 2017; Larson *et al.*, 2019; Louv, 2005; Moss, 2012

⁴⁸⁸ Achub y Plant, 2008; Bornat, 2016; Bornat a Shaw, 2019; Caputo, 2020; Frohlich a Collins, 2023; GOSH, 2022; Lester a Russell, 2013a, 2014a; Lott, 2020; Patte a Brown, 2011; Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, 2013; Russell *et al.*, 2019, 2020; UNICEF, 2009; Wood *et al.*, 2019; Wragg, 2016

⁴⁸⁹ Arup, 2017; Candiracci *et al.*, 2023; Gill, 2014a, 2019, 2021; López *et al.*, 2020; Matrix, 2010; Mueller *et al.*, 2020; The Means, 2016

⁴⁹⁰ Arup, 2017; Audrey a Batista-Ferrer, 2015; Bornat, 2016, 2018; Candiracci *et al.*, 2023; Create Streets Foundation, 2021; Creu Lleuedd Cymru, 2020; Gill, 2021; Hart a Parkhurst, 2011; Russell *et al.*, 2020; Sefydliad Bernard van Leer, 2019; Shaw *et al.*, 2015; Tawil a Barclay, 2020; Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2021;

- **Y symudiad tuag at ddinasoedd ac aneddiadau trefol eraill sy'n dda i blant:** mae camau gweithredu allweddol yn cynnwys mesurau gostegu traffig a blaenoriaethu pedestreiddio, gan wneud strydoedd yn addas ar gyfer cymdeithasoli a chwarae;⁴⁹¹ gwella cyfleoedd ar gyfer prosiectau chwarae stryd ffurfiol trwy gau strydoedd preswyl⁴⁹² a strydoedd y tu allan i ysgolion;⁴⁹³ datblygu gerddi cymunedol a gofodau sy'n pontio'r cenedlaethau;⁴⁹⁴ gwella a chynyddu argaeledd gofod chwaraeadwy;⁴⁹⁵ ailfywiogi gofodau anialdir a fforddiannau ar gyfer cyfarfyddiadau chwaraeus fel celfyddyd gyhoeddus;⁴⁹⁶ ffocws ar seilwaith gwyrdd amldeffnydd fel parciau dŵr storm;⁴⁹⁷ safleoedd diwylliannol a threftadaeth chwaraeus;⁴⁹⁸ gofodau cymunedol amldeffnydd;⁴⁹⁹ a chefnogi ymdeimlad cynyddol o berchenogaeth trwy gyfleoedd ar gyfer cyd-greu.⁵⁰⁰ Argymhellir hefyd gefnogi plant i gynnal ymchwil mapio cymdogaethau i ennill cipolwg ar y cyfleoedd a'r rhwystrau y maent yn eu profi.⁵⁰¹
- **Cydnabod plant mewn polisïau cynllunio a'r egwyddor o greu lleoedd:** yn gyffredinol, mae plant yn anweledig mewn canllawiau a pholisi cynllunio cenedlaethol, er y dynodwyd mai Cymru sydd, ar hyn o bryd, yn cynnig y gefnogaeth orau ar gyfer dulliau cynllunio sy'n gyfeillgar at blant.⁵⁰² Oherwydd natur trosfwaol Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, mae polisi cynllunio Cymru yn gogwyddo tuag at wella lles trwy egwyddor 'creu lleoedd', tra cydnabyddir y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae fel offeryn cyflenwol yn y broses hon.⁵⁰³
- **Newidiadau yn nyluniad meysydd chwarae,** yn enwedig y tueddiad tuag at nodweddion afreolaidd, mwy naturiol sy'n caniatáu ar gyfer cymryd risg a thrin a thrafod heb ei ragnodi (yn cynnwys y cysyniad o rannau rhydd)⁵⁰⁴ a thueddiad tuag at gynhwysiant trwy ddylunio cyffredinol.⁵⁰⁵
- **Creu rhwydweithiau eiriolaeth ar draws feysydd proffesiynol,** er enghraifft gweithwyr chwarae, gwasanaethau plant, gweithredwyr trafndiaeth, cynllunwyr, dylunwyr a phenseiri trefol cynaliadwy, penseiri tirwedd, amgylcheddwyr, gweithwyr iechyd proffesiynol a sefydliadau diwylliannol.⁵⁰⁶

⁴⁹¹ Aldred a Goodman, 2020; Aldred *et al.*, 2021; Bornat, 2016; Bornat a Shaw, 2019; Finn, 2022; Frago a Graziano, 2021; Gill, 2019, 2021; Goodman *et al.*, 2021; Laverty *et al.*, 2021; López *et al.*, 2020; Llywodraeth Cymru, 2021; Mansfield a Couve, 2020; Wright a Reardon, 2021; Zografos *et al.*, 2020

⁴⁹² Bwrdeistref Hackney Llundain, 2022; Cowman, 2017; D'Haese *et al.*, 2015; Ferguson, 2019; Gill, 2015a, 2018, 2019; Page *et al.*, 2017; Peritz, 2019; Playing Out, 2019, 2021; Stenning, 2023; Umstattd Meyer *et al.*, 2019

⁴⁹³ 8 80 Cities, 2022; Clarke, 2022; Gellatly a Marner, 2021; Maer Llundain, 2022; Thomas *et al.*, 2022

⁴⁹⁴ Arup, 2017; Create Streets Foundation, 2021; Living Streets, 2019; Loukaitou-Sideris *et al.*, 2013; Stevens *et al.*, 2022

⁴⁹⁵ Arup, 2017; Corkery a Bishop, 2020; Gill, 2018, 2021; Krysiak, 2019; Riches a Hawley, 2019; Russell *et al.*, 2020; Wilson, 2018; Woolley *et al.*, 2020; Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2021

⁴⁹⁶ Arup, 2017

⁴⁹⁷ Buckley *et al.*, 2017; Global Designing Cities Initiative, 2016; Newell *et al.*, 2013

⁴⁹⁸ Derry, 2021; Dickerson a Derry, 2021; Jennings, 2016; Kinney a Smith, 2021; Lester *et al.*, 2014; Sŵ Caer, 2022; Tawil a Barclay, 2018

⁴⁹⁹ Arup, 2017; Bornat a Shaw, 2019; Krysiak, 2019; López *et al.*, 2020; Studio Ludo, 2017; Wilson, 2018

⁵⁰⁰ Corkery a Bishop, 2020; Ferguson, 2019; Kreutz, 2020; Loebach, 2020; López *et al.*, 2020; Woolley *et al.*, 2020; Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2021

⁵⁰¹ Arup, 2017; Sefydliad Bernard van Leer, 2019; Brown *et al.*, 2019; Danenberg *et al.*, 2018; Gill, 2021; Khan *et al.*, 2022; Krysiak, 2019; Real Play Coalition, 2020; Shaw *et al.*, 2015

⁵⁰² Wood *et al.*, 2019

⁵⁰³ Wood *et al.*, 2019

⁵⁰⁴ Murnaghan, 2019; Shackell *et al.*, 2008; Studio Ludo, 2017; Verstrate a Karsten, 2016; Voce, 2015a

⁵⁰⁵ Lynch *et al.*, 2020; Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, 2013

⁵⁰⁶ Lester a Russell 2013a, 2014a; Russell *et al.*, 2019, 2020

- **Cyd-gynhyrchu gofodau ar gyfer chwarae:** y tu hwnt i ddylunio ffisegol, mae gallu plant i chwarae'n cael ei effeithio hefyd gan weithredoedd pobl. Yn aml, bydd newidiadau ffisegol yn unig yn ei chael yn anodd sicrhau newid heb ryw fath o ysgogiad cyflenwol.⁵⁰⁷ Mae gweithio'n foisol gyda'r plant fel asiantau newid yn hanfodol er mwyn sicrhau newid ar lefel polisi yn ogystal â lefel cymdogaeth.⁵⁰⁸ Yng Nghymru, mae'r rheini sydd â chefnidiroedd a/neu gyfrifoldebau gwaith chwarae yn aml wedi bod yn symbylwyr neu alluogwyr camau gweithredu sy'n cefnogi'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae.⁵⁰⁹
- **Darpariaeth gwaith chwarae:** mae'r agenda cyni wedi arwain at doriadau difrifol mewn gwasanaethau gwaith chwarae yn gyffredinol a darpariaeth yn benodol.⁵¹⁰ Mae hyn wedi gosod gwaith chwarae, fel gwasanaeth cyhoeddus anstatudol gyda chydnabyddiaeth a phŵer cyfyngedig, fel elfen ansicr ac agored i doriadau, ac wedi arwain at weithwyr chwarae'n arallgyfeirio'r hyn allant ei gynnig er mwyn codi arian.⁵¹¹ At ei gilydd, mae gweithwyr chwarae hefyd wedi bod yn ymatebol mewn ffyrdd amrywiol i effaith cyni ar y plant a'r teuluoedd y maent yn gweithio gyda nhw, ac yn enwedig trwy gydol y pandemig COVID-19,⁵¹² yn cynnwys bwydo plant yn rheolaidd, a ariennir yn aml dros wyliau'r ysgol trwy raglenni'r llywodraeth.⁵¹³

1.8 Dychwelyd at ddull galluogrwydd perthynol: sylwadau clo ar atebol-rwydd oedolion am chwarae plant

Mae'r adolygiad hwn yn ystyried detholiad o'r llenyddiaeth sy'n cwmpasu astudiaethau plentyndod a pholisi ar gyfer plant (pennod 2), rôl chwarae yn lles plant (pennod 3), patrymau chwarae plant heddiw (pennod 4), ac ymatebion oedolion i gefnogi chwarae plant (pennod 5). Yn yr adran olaf hon, rydym yn dychwelyd at y syniad o ddull galluogrwydd perthynol at feddwl am y berthynas rhwng chwarae, gwneud yn dda a bod yn iach. Yn dilyn hyn, rydym yn ailymweld â phrosesau dwbl cyfrif-oldeb ac atebol-rwydd ac yn dadansoddi'r rhain trwy bedair cofrestr Amin⁵¹⁴ ar gyfer dinas dda er mwyn tynnu casgliadau am atebol-rwydd oedolion, trwy bolisi yn ogystal ag ymarfer, er mwyn gweithio tuag at gynhyrchu'r amodau sy'n cefnogi gallu plant i chwarae.

1.8.1 Dull galluogrwydd perthynol tuag at chwarae a lles

Ym mhennod 2 fe wnaethom gyflwyno'r syniad o ddull galluogrwydd perthynol tuag at feddwl am y berthynas rhwng chwarae plant, eu lles ac agendâu gwleidyddol ehangach, yn enwedig Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015, Llywodraeth Cymru. Mae'r dull galluogrwydd wedi ei archwilio gan nifer cynyddol o ymchwilyddwyr lles plant,⁵¹⁵ gan dynnu ar waith yr athronydd-economegydd Amartya Sen a'r athronydd Martha Nussbaum.

Mae doniau'n ymwneud yn rhannol â bodolaeth yr adnoddau, y cyfleoedd a'r rhyddid i bobl allu bod a gwneud yr hyn sydd o werth iddyn nhw. Mae elfen arall doniau'n cyfeirio at os all pobl 'drosi' yr adnoddau a'r cyfleoedd sydd ar gael yn 'weithrediadau' (bod pobl yn gallu gwneud a bod y pethau y maent yn eu gwerthfawrogi) ar draws

⁵⁰⁷ Gill, 2021; Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol, 2021

⁵⁰⁸ Bornat, 2016; Bornat a Shaw, 2019; Brown *et al.*, 2019; Corkery a Bishop, 2020; Gill, 2021; Khan *et al.*, 2022; Loebach, 2020

⁵⁰⁹ Russell *et al.*, 2020

⁵¹⁰ Brown a Wragg, 2018; Children's Rights Alliance England, 2015; Gill, 2015b; McKendrick *et al.*, 2015; Voce, 2015b, 2021

⁵¹¹ Cullen a Johnston, 2018; Roraburgh, 2019; Shaw, 2023

⁵¹² King, 2021

⁵¹³ Geary *et al.*, 2019

⁵¹⁴ Amin, 2006: mae'r model hwn wedi'i ddefnyddio yn y pedair astudiaeth i'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae.

⁵¹⁵ Er enghraifft, Biggeri *et al.*, 2011; Camfield a Tafere, 2011; Domínguez-Serrano *et al.*, 2019; Kellock a Lawthom, 2011; Schweiger, 2016

ffactorau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol.⁵¹⁶ Un feirniadaeth allweddol o'r agwedd hon yw ei phwyslais ar ryddid yr unigolyn a dewis rhesymol.⁵¹⁷ Trwy'r adolygiad hwn, rydym wedi gweithio gyda syniadau cyfoes o astudiaethau plentynod a lles sy'n cyflwyno persbectif mwy perthynol, gan gydnabod nad yw chwarae a lles yn byw yng nghyffwrdd a meddyliau plant unigol ond yn codi allan o ac ar ffurf y drysni o gyrff, gofodau, gwrthrychau materol, dyheadau, hanesion a llawer mwy.⁵¹⁸

O ystyried hyn, fe wnaethom gynnig dull galluogrwydd perthynol sy'n talu sylw i'r 'drysni materol a chwmpasog sy'n peri bod plant yn alluog'.⁵¹⁹ Mae gan y fath gynnig y potensial i weithio gyda dealltwriaeth polisi seiliedig ar hawliau (cynhenid) yn ogystal â buddsoddiad cymdeithasol (cyfryngol) o chwarae a lles, tra hefyd yn cydnabod grymoedd pwerus neoryddfrydiaeth a ddisgrifir ym mhennod 2 ac mewn mannau eraill trwy'r adolygiad.

Mae pennod 3 yn amlygu sut mae llawer o'r ymchwil cyfoes i chwarae a bod yn iach yn pwysleisio drysni'r meddwl, y corff, y synhwyrau, affaith, symudiad a *milieu* (yr amgylcheddau ffisegol, cymdeithasol, economaidd a gwleidyddol y mae plant yn byw ynddynt a hefyd yn eu heffeithio). Mae hyn yn wir hefyd am ymchwil o astudiaethau esblygiadol, niwrowyddoniaeth, seicoleg (ôl)ddatblygiadol, cymdeithaseg, anthropoleg, daearyddiaeth, athroniaeth a mwy.

Mae'r broses fiolegol o homeostasis (ymateb awtomatig i'r casgliad o amodau meddwl-corrff-synhwyrau-amgylchedd) yn golygu bod plant yn chwilio'n barhaus am ffyrdd i deimlo'n well, yn aml trwy chwarae.⁵²⁰ Pan all plant gyfranogi'n llawn mewn chwarae, mae'r pleser y bydd hyn yn ei ennyn yn ganolog i les, iechyd ac ymaddasolrwydd, a hynny dros gyfnod y chwarae ac wedi hynny.⁵²¹ Mae'r datganiad hwn yn fwy na'r wireb bod chwarae'n hwyl. Gall ymgysylltiad plant fod yn ddwys ac yn gyfareddol,⁵²² neu hyd yn oed yn niweidiol.⁵²³ Weithiau, caiff plant sy'n rhan o gêm eu cam-drin i'r fath raddau fel nad yw'r profiad yn un da iddynt.⁵²⁴ Nid yw chwarae'n rym er gwell yn unig, yn dibynnu ar yr amodau y bydd yn codi ohonynt. Dyma pam ein bod yn sôn am chwarae'n dda: pan all plant chwarae'n dda, mae bywyd yn well am yr ennyd honno. Fodd bynnag, mae chwarae'n dda nid yn unig yn fater o gyfrifoldeb neu ddawn bersonol. Mae'r pleser o chwarae'n dda yn ysgogi plant i chwilio am fwy o chwarae.⁵²⁵ Mae hefyd yn rhyddhau niwrodoffinau (*neurotrophins*) all gynnig amddiffynfa fwy parhaol yn erbyn iseleder.⁵²⁶

Mae'r pleser o chwarae'n codi o brofi bywiogrwydd emosiynau fel ofn, dicter, ffeidd-dod a syndod a'u trechu, er enghraifft, trwy chwarae smalio, chwarae gwyllt, cymryd risgiau, rhigymau anwedus, straeon arswyd, gemau fideo a chwarae gwirion yn gyffredinol.⁵²⁷ Mae'r mathau hyn o chwarae'n helpu i danio rhwydweithiau niwral i ymateb yn hyblyg ac yn greadigol i sefyllfaoedd newydd heb orymateb, gan ddysgu sut i ddelio'n emosiynol gyda chael eich synnu neu golli rheolaeth dros dro.⁵²⁸ Fel hyn, gall dimensiynau corfforedig, synhwyraidd, dynamig ac

⁵¹⁶ Robeyns, 2017

⁵¹⁷ Fattore a Mason, 2017

⁵¹⁸ Andrews *et al.*, 2014; Coffey, 2020; Lester, 2020

⁵¹⁹ Murris, 2019, td. 56

⁵²⁰ Damasio, 2018; Lester, 2020

⁵²¹ Burgdorf *et al.*, 2017; Coffey *et al.*, 2015; Fredrickson, 2013; Granic *et al.*, 2014; Panksepp, 2010, 2016; Tugade *et al.*, 2021

⁵²² Henricks, 2015; McDonnell, 2019

⁵²³ Sicart, 2014; Sutton-Smith, 2017

⁵²⁴ Bryan, 2019, 2020, 2021; Cook, 2019; Göncü a Vadeboncoeur, 2015; Grieshaber a McArdle, 2010; Kinard *et al.*, 2021; McDonnell, 2019; Saltmarsh a Lee, 2021; Sutton-Smith, 2017; Trammell, 2020, 2023

⁵²⁵ di Domenico a Ryan, 2017; Trezza *et al.*, 2019

⁵²⁶ Panksepp, 2010, 2012, 2016; Panksepp *et al.*, 2019

⁵²⁷ Eberle, 2014; Granic *et al.*, 2014; Panksepp, 2010, 2016; Panksepp a Panksepp, 2013; Panksepp *et al.*, 2012; Pellis a Pellis, 2017; Pellis *et al.*, 2014; Sharpe, 2019; Sutton-Smith, 2017; Vanderschuren a Trezza, 2014

⁵²⁸ Andersen *et al.*, 2022; Gray, 2019; Kellman a Radwan, 2022; Pellis *et al.*, 2014; Pellis *et al.*, 2018; Sgro a Mychasiuk, 2020; Siviý, 2016; Vandervert, 2017

affeithiol dryslyd chwarae ychwanegu at ei fywiogrwydd a chyfrannu at gryfder ac iechyd corfforol, rheoleiddio emosiwn a systemau ymateb i straen iach.

Ochr yn ochr â hyn, mae chwarae'n dda hefyd yn darparu'r cyd-destun perthynol ar gyfer datblygu systemau ymlyniad iach i ofalwyr (trwy ffurfiau cynnar o chwarae fel pi-po a chosi),⁵²⁹ ffrindiau (a nodweddir gan wrthdaro yn ogystal â chydysafiad a chefnogaeth affeithiol),⁵³⁰ anifeiliaid annynol eraill,⁵³¹ a lle,⁵³² gan gyfrannu at ymdeimlad o ddiogelwch ac o berthyn, a'r ymdeimlad i blant o allu effeithio ar eu bywydau eu hunain ac ar fywydau eraill.

Mae hyn i gyd yn golygu, pan fo'r amodau'n gywir, **y gall plant greu eu lles eu hunain**. Mae hyn yn cyflwyno dadl ethegol, foesol, economaidd a chymdeithasol gref i oedolion weithio tuag at gynhyrchu'r amodau hynny trwy bolisïau ac arferion hefyd. Os caiff chwarae ei ystyried fel un o'r deg dawn ddynol craidd (i bob oedran), fel y mae yn rhestr Nussbaum o ddoniau craidd,⁵³³ yna byddai dull galluogrwydd perthynol tuag at les angen talu sylw i'r amodau gofodol, amserol ac affeithiol sy'n cefnogi'r adnoddau, cyfleoedd, rhyddid a gallu i chwarae. Gellir datblygu sylw o'r fath trwy brosesau dwbl cyfrif-oldeb (cyfrif am *allu* plant i ganfod amser a lle i chwarae) ac atebol-rwydd (ymatebolrwydd o ran ailfeddwl arferion a gorchwylion arferol i gyfoethogi *gallu* plant i chwarae).

1.8.2 Model ar gyfer ystyried cyfrif-oldeb am chwarae plant: pedair cofrestr Amin

Yma rydym yn cynnig model all fod yn ddefnyddiol wrth wneud synnwyr o'r cydberthnasau cymhleth rhwng gofod, grym, dull galluogrwydd perthynol tuag at hawl plant i chwarae a'r prosesau dwbl o gyfrif-oldeb ac atebol-rwydd. Mae'r model yn tynnu ar waith y daearyddwr Ash Amin⁵³⁴ a'i syniadau am yr hyn sy'n creu 'dinas dda', gan ddynodi pedair cofrestr all weithio gyda'i gilydd i greu amgylcheddau sy'n fwy agored i chwarae plant. Mae'r fframwaith hon wedi bod yn nodwedd graidd o ymchwil i'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae dros y degawd diwethaf⁵³⁵ a gall hefyd danlinellu'r dull galluogrwydd perthynol a hyrwyddir trwy'r adolygiad hwn.

Rydym yn cyflwyno'r cysyniadau hyn yn gryno yma er mwyn disgrifio'r ystod o ffyrdd y mae ymdrechion i gefnogi gallu plant i chwarae'n gweithredu ar draws y strategol a'r ymarferol.

Atgyweirio a chynnal a chadw

Mae'r gofrestr atgyweirio a chynnal a chadw yn cynnwys y gwaith sydd angen ei wneud i warchod a chynnal yr amserau a'r manau sydd ar gael ar hyn o bryd ar gyfer chwarae plant ac i wneud yn iawn am anghyfiawnderau gofodol i blant amrywiol. Mae peth o hyn mor sylfaenol â chynnal a chadw meysydd chwarae plant mewn cyflwr da. Mae llawer ohono'n ymwneud â gwerthfawrogi anghyfiawnderau gofodol ehangach sy'n cadw plant o'r fro gyhoeddus a gweithio i atgyweirio'r anghyfiawnderau hynny. Y tu hwnt i hyn, mae'r gofrestr yn berthnasol hefyd i feysydd datblygu a gweithredu polisi; partneriaethau strategol; ac ystod eang o ffurfiau o arferion cyfnewid gwybodaeth yn cynnwys ymchwil, eiriolaeth, addysg a hyfforddiant.

⁵²⁹ Bergen *et al.*, 2016; Gordon, 2015; Gorrese, 2016; Gorrese a Ruggieri, 2012; Jackson a McGlone, 2020; Masten, 2014; McGinley ac Evans, 2020; Panksepp, 2010

⁵³⁰ Bagwell a Schmidt, 2013; Beazidou a Botsoglou, 2016; Brogaard-Clausen a Robson, 2019; Carter a Nutbrown, 2016; Del Giudice, 2015; Fattore a Mason, 2017; Holder a Coleman, 2015; Offer a Schneider, 2007; Petrina *et al.*, 2014; Stenning, 2020; Weller a Bruegel, 2009; Wells, 2011; Wood *et al.*, 2013

⁵³¹ Christian *et al.*, 2020; Dueñas *et al.*, 2021; Moore a Lynch, 2018; O'Haire *et al.*, 2015; Rautio, 2013b; Tipper, 2011

⁵³² Bartos, 2013; Bauer *et al.*, 2022; Bourke, 2017; Jack, 2015, 2016; Jansson *et al.*, 2016; Kearns *et al.*, 2016; Koller a Farley, 2019; Long *et al.*, 2014; Malone, 2013, 2015; Wales *et al.*, 2021; Weir *et al.*, 2022; Witten *et al.*, 2019

⁵³³ Nussbaum, 2007

⁵³⁴ Amin, 2006

⁵³⁵ Lester a Russell, 2013a, 2014a; Russell *et al.*, 2019, 2020

Hawliau

I Amin, mae hawliau'n cael eu dal ar y cyd ag eraill yn hytrach na'n unigol. Mae'r gofrestr hawliau'n cynnwys dulliau sy'n parchu cyfranogiad plant fel dinasyddion, yn cynnwys eu hawl i chwarae ochr yn ochr â'u hawliau eraill sef rhyddid i feddwl, rhyddid mynegiant, rhyddid i ymgysylltu ac ymgynnull yn heddychlon (ymgasglu â'i gilydd), a rhyddid i gyfranogi yn y fro gyhoeddus. Mae hefyd yn cydnabod y ffactorau personol, cymdeithasol ac amgylcheddol sy'n cefnogi neu'n cyfyngu ar allu plant i drosi adnoddau a chyfleoedd yn weithrediadau⁵³⁶. Mae llawer o atebol-rwydd oedolion am y gofrestr hon o ran eiriolaeth, gan ei gyd-gysylltu'n agos gyda'r gofrestr cydberthynas. Gall eiriolaeth weithredu trwy ddylanwadu ar strategaeth a thrwy waith ysgogi uniongyrchol gyda phlant a chymunedau ar lefel cymdogaeth.

Cydberthynas

O ystyried y ffocws ar gydberthynas mewn ymchwil cyfoes mewn astudiaethau plentyndod a chwarae ac mewn lles, a gan fod yr adolygiad hwn yn dadlau dros ddull galluogrwydd perthynol tuag at chwarae a lles, mae'r gofrestr hon yn hynod berthnasol. Mae gweithio yn y gofrestr yma'n cynnwys cydnabod cydberthynas a gwerth gweithio gyda gwahaniaeth. Un o'r gwahaniaethau hyn yw'r ffyrdd y mae gwahanol blant yn profi gofod. Ar lefel strategol, mae'n cynnwys creu rhwydweithiau a phartneriaethau traws-broffesiynol, tra ei fod, ar lefel gymdogaethol, yn galw am feithrin perthnasau gyda chymunedau, teuluoedd a busnesau lleol.

Ail-gyfareddu

Mae'r gofrestr yma'n ymwneud yn bennaf ag ailgysylltu oedolion gyda llawenydd chwarae ac adnabod sut all amgylcheddau plant gefnogi'r enydau o fywiogrwydd y mae chwarae'n eu cynhyrchu, tra'n osgoi gor-ramantu chwarae.

1.8.3 Dod â'r syniadau ynghyd â'r ymchwil a adolygwyd

Mae angen hefyd i bedair cofrestr Amin ar gyfer dinas dda (atgyweirio, hawliau, cydberthynas ac ail-gyfareddu) gael eu hystyried yn berthynol yn hytrach na fel categorïau ar wahân ar gyfer adolygu atebol-rwydd oedolion am allu plant i chwarae. Yn hyn o beth, gellir gweld **cydberthynas** yn ymlediad cefnogaeth oedolion i chwarae o ddarpariaeth chwarae ddynodedig (y gellid dadlau, allai gynnwys teganau a gemau digidol) i gynnwys gallu plant i chwarae'r tu allan yn y fro gyhoeddus.⁵³⁷ Mae ein hadolygiad yn amlygu bod un o'r cyfyngiadau pennaf, os nad y prif gyfyngiad, ar allu plant i chwarae'r tu allan yn codi o draffig, un ai'n symud neu'n llonydd. Mae hyn yn cynnig synergeddau cynyddol rhwng eiriol dros chwarae a'r agenda wleidyddol ar gyfer cynaladwyedd amgylcheddol, yn cynnwys teithio llesol, cymdogaethau traffig isel a gwyrddio'r amgylchedd adeiledig. Mae **cydberthynas** yn amlwg hefyd yn y ffyrdd mae eiriolwyr dros chwarae a llunwyr polisiâu'n gweithio'n draws-broffesiynol fwyfwy gyda'r rheini sy'n gweithio ym meysydd cynllunio, priffyrdd, tai, parciau a mannau agored, seilwaith gwyrdd, addysg a mwy. Mae hyn yn amlwg iawn yng Nghymru o ystyried yr angen i wneud hyn yn y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, nodwedd o'r ddyletswydd sydd wedi'i disgrifio fel un o'i llwyddiannau pennaf.⁵³⁸ Yn yr un modd, mae atebolrwydd am allu plant i chwarae'n gweithio law yn llaw gyda datblygu cyfrif-oldeb am fodlonrwydd plant gyda'u cyfleoedd i chwarae. Gellir datblygu hyn hefyd trwy rwydweithio a datblygiad proffesiynol a hefyd trwy ymchwil foesegol gyda phlant i fapio eu cymdogaethau. Yn ogystal, mae hwyluso chwarae mewn ystod eang o leoliadau yn cynnwys ysbytai, carchardai a sefydliadau diwylliannol yn cyfrannu ymhellach at **gydberthynas**.

⁵³⁶ Owen *et al.*, 2021

⁵³⁷ Arup, 2017; Bornat, 2016, 2018; Bornat a Shaw, 2019; Gill, 2021; Jansson *et al.*, 2022

⁵³⁸ Russell *et al.*, 2019, 2020

O ran **atgyweirio** (a chynnal a chadw), mae eiriolwyr dros chwarae wedi cael dylanwad sylweddol, yn enwedig yng Nghymru, dros raddfeydd niferus a chydberthynol yn cynnwys polisi a strategaeth genedlaethol a lleol, gan ymgysylltu gydag oedolion tra'n cefnogi chwarae yn y fro gyhoeddus, a gwaith cymunedol ehangach gweithwyr chwarae sy'n gweithio mewn darpariaeth chwarae, y maent i gyd yn effeithio ar ei gilydd.⁵³⁹ Mae gwaith eiriolaeth o'r fath yn gweithredu ar draws y bedair cofrestr i gyd.

Mae'r agenda cyni wedi cael effaith mawr ar wasanaethau chwarae a gwaith chwarae hefyd a'r isadeiledd i gefnogi hyn. Mae ymdrechion i **atgyweirio** effeithiau toriadau o'r fath ar lefel gwasanaeth wedi cynnwys arallgyfeirio gwasanaethau a rolau, o ran ymdrechion i gynhyrchu incwm yn ogystal â gweithio'n nes gyda theuluoedd sy'n ei chael yn anodd oherwydd camau cyni, yn enwedig trwy fwydo plant. Ar lefel polisi, gall ymdrechion llywodraeth genedlaethol i liniaru effeithiau gwaethaf cyni a'r argyfwng costau byw weithio'n gynhyrchiol gyda'r sector chwarae, fel yn achos, er enghraifft, ariannu llywodraeth Cymru ar gyfer gwasanaethau chwarae i adfer ar ôl y pandemig ac i fwydo plant yn ystod gwyliau'r ysgol trwy raglenni Haf o Hwyl a Gwaith Chwarae Llwg yn Ystod y Gwyliau.

Gellir gweld **atgyweirio** hefyd trwy'r atgyweiriadau a wnaethpwyd yn isadeiledd ffisegol amgylcheddau trefol, y mae llawer ohonynt wedi'u gweithredu trwy agendâu polisïau cynaladwyedd ehangach. Ond eto, er y gall newidiadau ffisegol newid arferion gofodol bob dydd (fel cael gwared o draffig), mae gallu plant i chwarae'r tu allan yn dibynnu hefyd ar y ffaith bod newidiadau fel hyn yn sensitif i gyd-destun a hanes lleol⁵⁴⁰ ac yn aml bydd hefyd angen newidiadau i gynhyrchiad cymdeithasol gofod trwy ysgogiad.⁵⁴¹

Gall ysgogiad o'r fath gael ei ddarparu gan weithwyr chwarae ac eiriolwyr eraill dros chwarae all werthfawrogi ffurfiau ar chwaraeusrwydd plant gaiff eu cymylu'n aml mewn dealltwriaethau gorsym, unigol a chyfryngol o werth chwarae, yn cynnwys dyfeisgarwch, nonsens a ffurfiau mwy tabŵ ar chwarae plant.⁵⁴² Wrth ddyndodi chwarae fel un o ddoniau craidd bodau dynol, mae Nussbaum yn cyfeirio'n benodol at werth chwerthin. Ym mhennod 3, rydym yn adolygu astudiaethau niwrowyddonol o chwarae sy'n amlygu pwysigrwydd llawenydd chwarae a'i rôl wrth atal iselder.⁵⁴³ Yn yr un modd, mae astudiaethau o ddiwylliannau chwarae plant yn dangos ei gapasiti ar gyfer nonsens, tanseilio soffistigedig a dychmygu'r byd o'r newydd.⁵⁴⁴

Yr hyn sy'n digwydd pan fydd eiriolwyr dros chwarae'n gweithio gydag oedolion eraill i daflu goleuni ar y ffurfiau hyn o chwaraeusrwydd, un ai trwy anogaeth i dalu sylw i blant neu trwy rannu eu hatgofion personol o chwarae pan yn blentyn, yw eu bod yn bywiogi trwyddynt ac yn dechrau gwenu.⁵⁴⁵ Mae'r rhain yn ymgysylltiadau pwerus sy'n amlygu **ail-gyfareddu** gyda chwarae, er ei bod yn bwysig peidio eu gor-ramantu. Gall ymgysylltiadau o'r fath

⁵³⁹ Russell *et al.*, 2023

⁵⁴⁰ Pérez del Pulgar *et al.*, 2020

⁵⁴¹ Creu Lleoedd Cymru, 2020

⁵⁴² Gweler pennod 3, adran 3.9.4 a Koch, 2018; Lester, 2020; Marsh a Bishop, 2013; Rosen, 2015a, 2015b; Russell, 2018; Sutton-Smith, 2017

⁵⁴³ Panksepp, 2008, 2010, 2015; Sgro a Mychasiuk, 2020

⁵⁴⁴ Corsaro, 2020; Koch, 2018; Lester, 2020

⁵⁴⁵ Dickerson a Derry, 2021; Russell *et al.*, 2020; Russell *et al.*, 2023

atal grymoedd dadrithiad cyfoes gyda phlentyndod sy'n amlwg yn y pryderon negyddol eu naws – a real iawn – am ordewdra, iechyd meddwl, troseddu a mwy.⁵⁴⁶ Mae cyfareddu oedolion trwy eu hailgysylltu â'r bywiogrwydd, y wefr, y pleser a'r nonsens y gall chwarae eu cynnig yn aml yn fodd effeithlon ac affeithiol o ddangos mai chwarae yw sut mae plant yn helpu eu hunain i fod yn iach.

Yn rhedeg trwy hyn i gyd mae cofrestr **hawliau** Amin. Fel gydag amryw ddamcaniaethau am les a chwarae, canfyddir yn aml fod hawliau yn berchen i ddeiliaid-hawliau unigol. Yng ngweledigaeth Amin, mae dinas dda yn 'ddinas cymdeithasol gyfiawn, gyda rhwymedigaethau cryf tuag at y rheini sydd wedi'u gwthio i'r cyrion'.⁵⁴⁷ Mae hawliau'n cyfeirio at fwy na mynediad i adnoddau a gwasanaethau a hefyd yn cynnwys yr hawl i gyfranogi yng nghynhyrchiad manau cyhoeddus.⁵⁴⁸ Mae safbwynt o'r fath yn gwneud persbectif **cydberthynol** ar hawliau'n bosibl all eistedd ochr yn ochr â dull galluogrwydd perthynol tuag at les plant trwy gyfrif-oldeb ac atebol-rwydd oedolion.

Gan ddwyn yr holl syniadau hyn a'r llenyddiaeth a adolygwyd ynghyd ac i grynhoi, rydym yn awgrymu bod dull galluogrwydd perthynol tuag at les plant yn gofyn am dalu sylw i'r amodau gofodol, amserol ac affeithiol sy'n cefnogi gallu plant i chwarae. Mae prosesau dwbl cyfrif-oldeb ac atebol-rwydd, ynghyd â phedair cofrestr Amin o atgyweirio, cydberthynas, hawliau ac ail-gyfareddu yn cynnig fframwaith ar gyfer gwneud hyn all gwmpasu cydberthynas polisïau, arferion, plant amrywiol, cymunedau, yr amgylchedd adeiledig, cynladwyedd amgylcheddol, economïau a mwy ar draws graddfeydd lluosog. Mae'r dystiolaeth sydd wedi'i chynnwys yn yr adolygiad hwn yn cyflwyno dadl gref bod gan weithio tuag at gynhyrchu amodau o'r fath sail ethegol, foesol, gymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd. Mae gallu plant i chwarae o bwys gwleidyddol am ei werth cynhenid (fel mater o gyfiawnder cymdeithasol) yn ogystal ag oherwydd ei werth cyfryngol o ran ei gyfraniad i les plant a chymunedau a'i gysylltiadau gyda datblygiad cynaliadwy. Felly, mae cefnogi gallu plant i chwarae yn alinio gyda pholisïau democrataidd cymdeithasol, seiliedig ar hawliau Llywodraeth Cymru ar gyfer plant yn ogystal â pholisïau ehangach eraill, yn cynnwys deddf trosfwaol Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015.

⁵⁴⁶ Lester, 2020, ac fel yr amlinellir ym mhennod 2

⁵⁴⁷ Amin, 2006, td. 1015

⁵⁴⁸ Carroll *et al.*, 2019; Pyyry a Tani, 2016; Russell, 2020

8 80 Cities (2022) *School Streets*.

Aarts, M.-J., de Vries, S.I., van Oers, H.A. a Schuit, A.J. (2012) Outdoor Play Among Children in Relation to Neighborhood Characteristics: A cross-sectional neighborhood observation study, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9, 98.

Abebe, T. (2019) Reconceptualising Children's Agency as Continuum and Interdependence, *Social Sciences*, 8, td. 81-97.

Achub y Plant (2008) *Child Friendly Spaces in Emergencies: A handbook for Save the Children Staff*, Achub y Plant.

Adams, K. (2013) Childhood in Crisis? Perceptions of 7-11-year-olds on being a child and the implications for education's well-being agenda, *Education 3-13*, 41(5), td. 523-537.

Adcock, J. (2016) The Bedroom: A missing space within geographies of children and young people, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People Vol 3.*, Singapore: Springer, td. 401-420.

Aggio, D., Gardner, B., Roberts, J., Johnstone, J., Stubbs, B., Williams, G., Sánchez, G.F.L. a Smith, L. (2017) Correlates of Children's Independent Outdoor Play: Cross-sectional analyses from the Millennium Cohort Study, *Preventative Medicine Reports*, 8, td. 10-14.

Ahloy-Dallaire, J., Espinosa, J. a Mason, G. (2018) Play and Optimal Welfare: Does play indicate the presence of positive affective states?, *Behavioural Processes*, 156, td. 3-15.

Ahn, S. a Fedewa, A.L. (2011) A Meta-analysis of the Relationship Between Children's Physical Activity and Mental Health, *Journal of Pediatric Psychology*, 36(4), td. 385-397.

Aitken, S.C. (2018a) *Young People, Rights and Place: Erasure, neoliberal politics and postchild ethics*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge.

Aitken, S.C. (2018b) Children's Geographies: Tracing the evolution and involution of a concept, *Geographical Review*, 108, td. 3-23.

Akerman, A., Rubin, R. a Lindunger, M. (2017) Planning for Equity: insights from the perspective of the girl, yn Khan, M. a Forrester, K. (gol) *Researching with and for Children: Place, pedagogy and play*, Caeredin: Prifysgol Caeredin.

Alanen, L. (2016) 'Intersectionality' and Other Challenges to Theorizing Childhood, *Childhood*, 23(2), td. 157-161.

Aldred, R. a Goodman, A. (2020) Low Traffic Neighbourhoods, Car Use, and Active Travel: Evidence from the People and Places Survey of Outer London Active Travel Interventions, *Findings*, mis Medi.

Aldred, R., Verlinghieri, E., Sharkey, M., Itova, I. a Goodman, A. (2021) Equity in New Active Travel Infrastructure: A spatial analysis of London's new Low Traffic Neighbourhoods, *Journal of Transport Geography*, 96, 103194.

Alexander, S.A., Frohlich, K.L. a Fusco, C. (2014) Problematizing "Play-for-Health" Discourses Through Children's Photo-Elicited Narratives, *Qualitative Health Research*, 24(10), td. 1329-1341.

Alexander, S.A., Frohlich, K.L. a Fusco, C. (2019) *Play, Physical Activity and Public Health: The reframing of children's leisure lives*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge.

Allied Marketing (2022) *UK Family/Indoor Entertainment Centers Market Expected to Reach \$1,755.06 Million by 2027*, Allied Marketing Research.

- Allport, T., Mace, J., Farah, F., Yusuf, F., Mahdjoubi, L. a Redwood, S. (2019) 'Like a Life in a Cage': Understanding child play and social interaction in Somali refugee families in the UK, *Health and Place*, 56, td. 191-201.
- Alma Economic (2021) *Children and Young People's Mental Well-being during the COVID-19 Pandemic*, Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru.
- Alparone, F.R. a Pacilli, M.G. (2012) On Children's Independent Mobility: The interplay of demographic, environmental, and psychosocial factors, *Children's Geographies*, 10(1), td. 109-122.
- Altıkulaç, S., Lee, N.C., van der Veen, C., Benneker, I., Krabbendam, L. ac van Atteveldt, N. (2019) The Teenage Brain: Public perceptions of neurocognitive development during adolescence, *Journal of Cognitive Neuroscience*, 31(3), td. 339-359.
- Amin, A. (2006) The Good City, *Urban Studies*, 43(5/6), td. 1009-1023.
- Andersen, M.M., Kiverstein, J., Miller, M. a Roepstorff, A. (2022) Play in Predictive Minds: A cognitive theory of play, *Psychological Review*, cyhoeddiad ar-lein ymlaen llaw.
- Andrews, G.J., Chen, S. a Myers, S. (2014) The 'Taking Place' of Health and Wellbeing: Towards non representational theory, *Social Science and Medicine*, 108, td. 210-222.
- Andrews, G.J. a Duff, C. (2020) Enrolling Bodies, Feasting on Space: How wellbeing serves the forms and flows of a new capitalism, *Wellbeing, Space and Society*, 1, 100004.
- Änggård, E. (2016) How Matter Comes to Matter in Children's Nature Play: Posthumanist approaches and children's geographies, *Children's Geographies*, 14(1), td. 77-90.
- Ansell, N. (2009) Childhood and the Politics of Scale: Descaling children's geographies? *Progress in Human Geography*, 33(2), td. 190-209.
- Appelhans, B.M. a Li, H. (2016) Organized Sports and Unstructured Active Play as Physical Activity Sources in Children from Low-Income, Chicago Households, *Pediatric Exercise Science*, 28(3), td. 381-387.
- Archer, N. ac Albin-Clark, J. (2022) Telling Stories that Need Telling: A dialogue on resistance in early childhood education, *Forum for Promoting 3-19 Comprehensive Education*, 64(2), td. 21-29.
- Ardelean, A., Smith, K. a Russell, W. (2021) *The Case for Play in Schools: A review of the literature*, Bryste: Outdoor Play and Learning.
- Armitage, M. (2009) *Play Pods in Schools: An independent evaluation 2006-2009*, Hull: PlayPeople.
- Arnold, J.E., Graesch, A.P., Ragazinni, E. ac Ochs, E. (2012) *Life at Home in the Twenty-first Century*, Los Angeles: Prifysgol California, Los Angeles.
- Arvidsen, J., a Beames, S. (2019) Young People's Outdoor Refuges: Movements and (dis)entanglements, *Children's Geographies*, 17(4), td. 401-412.
- Arvidsen, J., Johannessen, H., Veitch, J. ac Andkjær, S. (2020) 'It's Fun in the Legs': Children's dwelling in garden trampolines, *Children's Geographies*, 18(3), td. 312-324.
- Arup (2017) *Cities Alive: Designing for urban childhoods*, Llundain: Arup.
- Asenova, D. (2015) *Redistribution of Social and Societal Risk*, Efrog: Joseph Rowntree Foundation.
- Association of Play Industries (2022) *Equal Play: Every child's right to every day play*, API.
- Atkinson, S. (2013) Beyond Components of Wellbeing: The effects of relational and situated assemblage, *Topoi*, 32, td. 137-144.

- Atkinson, S. (2021) The Toxic Effects of Subjective Wellbeing and Potential Tonics, *Social Science and Medicine*, 288, 113098.
- Atmakur-Javdekar, S. (2016) Children's Play in Urban Areas, yn Evans, B. a Horton, J. (gol) *Play and Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 109-133.
- Audrey, S. a Batista-Ferrer, H. (2015) Healthy Urban Environments for Children and Young People: A systematic review of intervention studies, *Health and Place*, 36, td. 97-117.
- Bacon, K. (2018) Children's Use and Control of Bedroom Space, yn Punch, S. a Vanderbeck, R. (gol) *Families, Intergenerationality, and Peer Group Relations, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 5, Singapore: Springer, td. 1-21.
- Bagwell, C.L. a Schmidt, M.E. (2013) *Friendships in Childhood and Adolescence*, Llundain: Guilford Press.
- Bailey, C. (2016) Free the Sheep: Improvised song and performance in and around a Minecraft community, *Literacy*, 50 (2), td. 62-71.
- Bailey, C. (2021) *Researching Virtual Play Experiences Visual Methods in Education Research*, Cham, Y Swisdir: Palgrave Macmillan.
- Baines, E. a Blatchford, P. (2019) *School Break and Lunch Times and Young People's Social Lives: A follow-up national study*, Llundain: Sefydliad Addysg Coleg Prifysgol Llundain.
- Ball, D.J., Brussoni, M., Gill, T.R., Harbottle, H. a Spiegel, B. (2019) Avoiding a Dystopian Future for Children's Play, *International Journal of Play*, 8(1), td. 3-10.
- Ball, D. J., Gill, T. a Spiegel, B. (2008) *Rheoli Risg mewn Darpariaeth Chwarae: Canllaw Gweithredu*, Llundain: Yr Adran Plant, Ysgolion a Theuluoedd (DCSF) ac Yr Adran dros Ddiwylliant, y Cyfryngau a Chwaraeon (DCMS).
- Ball, D.J., Gill, T.R. a Spiegel, B. (2012) *Managing Risk in Play Provision: Implementation Guide*, 2^{il} arg., Llundain: National Children's Bureau.
- Balluerka, N., Gorostiaga, A., Alonso-Arbiol, I. ac Aritzeta, A. (2016) Peer Attachment and Class Emotional Intelligence as Predictors of Adolescents' Psychological Well-being: A multilevel approach, *Journal of Adolescence*, 53, td. 1-9.
- Barad, K. (2007) *Meeting the Universe Half Way: Quantum physics and the entanglements of matter and meaning*, London: Gwasg Prifysgol Duke.
- Barclay, M. a Tawil, B. (2013) *Wrexham Play Sufficiency Assessment 2013*, Wrecsam: Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam a Phrifysgol Glyndŵr.
- Barclay, M. a Tawil, B. (2016) *Wrexham Play Sufficiency Assessment 2016*, Wrecsam: Cyngor Bwrdeistref Sirol Wrecsam.
- Barclay, M. a Tawil, B. (2021) *Understanding the Play Experiences of Children with Protected Characteristics*, Ludicology.
- Barron, C., Beckett, A., Coussens, M., Desoete, A., Jones, N.C., Lynch, H., Prellwitz, M. a Salkeld, D.F. (2017) *Barriers to Play and Recreation for Children and Young People with Disabilities*, Berlin: De Gruyter Open.
- Barron, C. ac Emmett, M.J. (2020) Back Gardens and Friends: The impact of COVID-19 on children and adolescents use of, and access to, outdoor spaces, *Irish Geography*, 53(2), td. 173-177.
- Barron, C., Emmett, M.J., Patte, M.M., Higham, S. a Bulgarelli, D. (2021) Indoor Play During a Global Pandemic: Commonalities and diversities during a unique snapshot in time, *International Journal of Play*, 10(4), td. 365-386.
- Bartos, A.E. (2103) Children Sensing Place, *Emotion, Space and Society*, 9, td. 89-98.

- Bassett, D.R., John, D., Conger, S.A., Fitzhugh, E.C. a Coe, D.P. (2015) Trends in Physical Activity and Sedentary Behaviors of United States Youth, *Journal of Physical Activity and Health*, 12(8), td. 1102-1111.
- Bateman, A., Danby, S. a Howard, J. (2013) Living in a Broken World: How young children's well-being is supported through playing out their earthquake experiences, *International Journal of Play*, 2(3), td. 202-219.
- Bates, B. a Stone, M.R. (2015) Measures of Outdoor Play and Independent Mobility in Children and Youth: A methodological review, *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(5), td. 545-552.
- Bateson, P. (2015) Ethology and Human Development, yn Lerner, R.M. (gol) *Handbook of Child Psychology and Developmental Science*, Hoboken, NJ.: Wiley, td. 208-243.
- Bateson, P. (2017) *Behaviour, Development and Evolution*, Open Book Publishing.
- Bateson, P. a Martin, P. (2013) *Play, Playfulness, Creativity and Innovation*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt.
- Bauer, M.E.E., Brussoni, M. a Han, C. (2022) Children's Play in Natural Environments and Their Development of Microcultures: "We were born in the wilderness," *Children, Youth and Environments*, 32(2), td. 112-124.
- Bauer, M.E.E., Giles, A.R. a Brussoni, M. (2021) "I've Seen What Evil Men Do": Military mothering and children's outdoor risky play, *Leisure Sciences*, ar-lein.
- Beazidou, E. a Botsoglou, K. (2016) Peer Acceptance and Friendship in Early Childhood: The conceptual distinctions between them, *Early Child Development and Care*, 186(10), td. 1615-1631.
- Beetham, K.S., Sterman, J., Bundy, A.C., Wyver, S., Ragen, J., Engelen, L., Villeneuve, M., Spencer, G., Tranter, P. a Naughton, G. (2019) Lower Parent Tolerance of Risk in Play for Children with Disability than Typically Developing Children, *International Journal of Play*, 8(2), td. 174-185.
- Ben-Arieh, A. a Frønes, I. (2011) Taxonomy for Child Well-being Indicators: A framework for the analysis of the well-being of children, *Childhood*, 18(4), td. 460-476.
- Ben-Arieh, A., Casas, F., Frønes, I. a Korbin, J.E. (2014) Multifaceted Concept of Child Well-Being, yn Ben-Arieh, A. *et al.* (gol) *Handbook of Child Well-being*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer, td. 1-27.
- Benton, N. (2017) A New Type of Leisure Hub, *Australasian Leisure Management*, Mawrth / Ebrill, td. 42-46.
- Beresin, A.R. (2012) Play Counts: Pedometers and the case for recess, *International Journal of Play*, 1(2), td. 131-138.
- Beresin, A.R. (2014) *The Art of Play: Recess and the practice of invention*, Philadelphia, PA: Gwasg Prifysgol Temple.
- Bergen, D. (2018) The "Play Deficit" Discovered by Physicians! Implications for policy and practice, *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*, 2(5), td. 128-132.
- Bergen, D., Davis, D.R. ac Abbitt, J. (2016) *Technology Play and Brain Development: Infancy to adolescence and future implications*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge.
- Bernard van Leer Foundation (2019) *An Urban95 Starter Kit: Ideas for action*, Yr Hag: Bernard van Leer Foundation, fersiwn mis Hydref.
- Bessell, S. (2017) Perceptions of Risk and Safety in Public Spaces: Towards a child standpoint, yn Freeman, C., Tranter, P. a Skelton, T. (gol) *Risk, Protection, Provision and Policy. Geographies of Children and Young People*, cyfrol 12, Singapore: Springer, td. 223-240.
- Bhosale, J., Duncan, S. a Schofield, G. (2017) Intergenerational Change in Children's Independent Mobility and Active Transport in New Zealand Children and Parents, *Journal of Transport and Health*, 7, td. 247-255.

- Biddle, S.J.H., Ciaccioni, S., Thomas, G. a Vergeer, I. (2019) Physical Activity and Mental Health in Children and Adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality, *Psychology of Sport and Exercise*, 42, td. 146-155.
- Biggeri, M., Ballet, J. a Comim, F. (2011) The Capability Approach and Research on Children: Capability approach and children's issues, yn Andresen, S., Diehm, I., Sander, U. a Ziegler, H. (gol) *Children and the Good Life: New challenges for research on children*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer, td. 75-89.
- Billman, G.E. (2020) Homeostasis: The underappreciated and far too often ignored central organizing principle of physiology, *Frontiers in Physiology*, 11, 200.
- Binder, L. (2021) *Look Again: Making friends with sensory processing disorder*, Efrog Newydd: Coleg Addysg Bank Street.
- Blaise, M. a Taylor, A. (2012) Using Queer Theory to Rethink Gender Equity in Early Education, *Young Children*, Ionawr, td. 88-97.
- Block, F., Gough, A., Prue, G., Solomon-Moore, E., Kesten, J.M. a Smith, L. (2017) The Potential Yield of Active Play in the Prevention of Cancer, *International Journal of Play*, 6(1), td. 78-84.
- Blum-Ross, A., Donoso, V., Dinh, T., Mascheroni, G., O'Neill, B., Riesmeyer, C. a Stoilova, M. (2018) *Looking Forward: Technological and social change in the lives of European children and young people, report for the ICT Coalition for Children Online*, Brwsel: ICT Coalition.
- Blum-Ross, A. a Livingstone, S. (2016) *Families and Screen Time: Current advice and emerging research, Media Policy Brief 17*, Llundain: Prosiect Polisi Cyfryngau, Yr Ysgol Economeg a Gwyddor Gwleidyddiaeth.
- Boddy, L.M., Murphy, M.H., Cunningham, C., Breslin, G., Foweather, L., Gobbi, R., Graves, L.E., Hopkins, N.D., Auth, M.K. a Stratton, G. (2014) Physical Activity, Cardiorespiratory Fitness, and Clustered Cardiometabolic Risk in 10- to 12-Year-Old School Children: The REACH Y6 study, *American Journal of Human Biology*, 26(4), td. 446-451.
- Bollier, D. (2016) *Re-imagining Value: Insights from the care economy, commons, cyberspace and nature*, A Deep Dive hosted by Commons Strategies Group in cooperation with David Graeber and Heinrich Böll Foundation, Medi 5-8, 2016.
- Bonoli, G., Cantillon, B. a Van Lancker, W. (2017) Social Investment and the Matthew Effect: Limits to a strategy, yn Hemerijck, A. (gol) *The Uses of Social Investment*, Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen, td. 66-76.
- Bornat, D. (2016) *Housing Design for Community Life*, Llundain: ZCD Architects.
- Bornat, D. (2018) *Play Sufficiency and Neighbourhood Layout: A comparative study*, Llundain: ZCD Architects.
- Bornat, D. a Shaw, B. (2019) *Neighbourhood Design: Working with children towards a child friendly city*, Llundain: ZCD Architects.
- Borsboom, D., Cramer, A.O.J. a Kalis, A. (2019) Brain Disorders? Not really: Why network structures block reductionism in psychopathology research, *Behavioral and Brain Sciences*, 42, e2: td. 1-63.
- Borst, H. (2021) The Epidemic of Play Deprivation, *Parent Map*, 29 Mehefin.
- Bourdillon, M. (2014) Neglected Dimensions of Child Well-being, *Children's Geographies*, 12(4), td. 497-503.
- Bourke, J. (2017) Children's Experiences of their Everyday Walks through a Complex Urban Landscape of Belonging, *Children's Geographies*, 15(1), td. 93-106.
- Bovaird, T. (2014) Attributing Outcomes to Social Policy Interventions – 'Gold Standard' or 'Fool's Gold' in Public Policy and Management?, *Social Policy and Administration*, 48(1), td. 1-23.

- Boxberger, K. a Reimers, A.K. (2019) Parental Correlates of Outdoor Play in Boys and Girls Aged 0 to 12: A systematic review, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 190.
- Bradshaw, J. (2019) Child Subjective Well-being Studies: Some points for discussion, *Revue des Politiques Sociales et Familiales*, 131-132, td. 219-229.
- Bradshaw, J., Martorano, B., Natali, L. a de Neubourg, C. (2013) Children's Subjective Well-Being in Rich Countries, *Child Indicators Research*, 6, td. 619-635.
- Bragg, S., Renold, E., Ringrose, J. a Jackson, C. (2018) 'More than Boy, Girl, Male, Female': Exploring young people's views on gender diversity within and beyond school contexts, *Sex Education*, 18(4), td. 420-434.
- Breathnach, H., Danby, S. ac O'Gorman, L. (2018) "We're Doing a Wedding": Producing peer cultures in pretend play, *International Journal of Play*, 7(3), td. 290-307.
- Brett, C. (2018) *New Enclosures: The appropriation of land in neoliberal Britain*, Llundain: Verso.
- Bristow, S. ac Atkinson, C. (2020) Child-led Research Investigating Social, Emotional and Mental Health and Wellbeing Aspects of Playtime, *Educational and Child Psychology*, 37(4), td. 115-131.
- Brito, A., Santos Carneiro, N. a Nogueira, C. (2021) Playing Gender(s): The re/construction of a suspect 'gender identity' through play, *Ethnography and Education*, 16(4), td. 384-401.
- Broberg, A., Kytta, M. a Fagerholm, N. (2013) Child-friendly Urban Structures: Bullerby revisited, *Journal of Environmental Psychology*, 35, td. 110-120.
- Brockman, R., Jago, R. a Fox, K.R. (2011) Children's Active Play: Self-reported motivators, barriers and facilitators, *BMC Public Health*, 11, 461.
- Brockman, R., Jago, R., Fox, K.R., Thompson, J.L., Cartwright, K. a Page, A.S. (2009) "Get off the Sofa and Go and Play": Family and socioeconomic influences on the physical activity of 10-11 year-old children, *BMC Public Health*, 9, 253.
- Brodie, K. (2021) Play in the Preschool, yn King, P. a Newstead. S. (gol) *Play Across Childhood: International perspectives on diverse contexts of play*, Cham, Y Swisdir: Palgrave Macmillan, td. 13-32.
- Brogaard-Clausen, S. a Robson, S. (2019) Friendships for wellbeing?: Parents' and practitioners' positioning of young children's friendships in the evaluation of wellbeing factors, *International Journal of Early Years Education*, 27(4), td. 345-359.
- Brooker, L. (2014) The Play-Pedagogy Interface in Contemporary Debates, yn Brooker, L., Edwards, S. a Blaise, M. (gol) *SAGE Handbook of Play and Learning in Early Childhood*, Llundain: Sage, td. 145-156.
- Brooker, L. (2018) Learning to Play, or Playing to Learn? Children's participation in the cultures of homes and settings, yn Goodliffe, G., Canning, N., Parry, J. a Miller, L. (gol) *Young Children's Play and Creativity: Multiple voices*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 14-25.
- Brooker, L., Edwards, S. a Blaise, M. (gol) (2014) *SAGE Handbook of Play and Learning in Early Childhood*, Llundain: Sage.
- Brown, C., de Lannoy, A., McCracken, D., Gill, T., Grant, M., Wright, H. a Williams, S. (2019) Rhifyn Arbennig: Child-friendly cities, *Cities and Health*, 3(1-2), td. 1-7.
- Brown, D.M.Y., Ross, T., Leo, J., Buliung, R.N., Shirazipour, C.H., Latimer-Cheung, A.E. ac Arbour-Nicitopoulos, K.P. (2021) A Scoping Review of Evidence-Informed Recommendations for Designing Inclusive Playgrounds, *Frontiers in Rehabilitation Science*, 2, 664595.

- Brown, F. (2018) Therapeutic Playwork: Theory and practice, yn Brown, F. a Hughes, B. (gol) *Aspects of Playwork, Play and Culture Studies Volume 14*, Maryland: Gwasg Prifysgol America, td. 93-106.
- Brown, F. a Wragg, M. (2018) (gol) *Play and Playwork: Notes and reflections in a time of austerity*, Llundain: Routledge.
- Brown, S. (2014) Consequence of Play Deprivation, *Scolarpedia*, 9(5), 30449.
- Bryan, N. (2019) 'Playing With or Like the Girls': Advancing the performance of 'multiple masculinities in Black boys' childhood play' in U.S. early childhood classrooms, *Gender and Education*, 31(3), td. 309-326.
- Bryan, N. (2020) Shaking the Bad Boys: Troubling the criminalization of Black boys' childhood play, hegemonic White masculinity and femininity, and the school playground-to-prison pipeline, *Race Ethnicity and Education*, 23(5), td. 673-692.
- Bryan, N. (2021) Remembering Tamir Rice and Other Black Boy Victims: Imagining *Black Play* Crit Literacies Inside and Outside Urban Literacy Education, *Urban Education*, 56(5), td. 744-771.
- Buchanan, M. a Johnson, T.G. (2009) A Second Look at the Play of Young Children with Disabilities, *American Journal of Play*, 2(1), td. 41-59.
- Buckingham, D. (2011) *The Material Child: Growing up in consumer culture*, Caergrawnt: Polity Press.
- Buckley, G.L., Boone, C.G. a Grove, J.M. (2017) The Greening of Baltimore's Asphalt Schoolyards, *Geographical Review*, 107(3), td. 516-535.
- Bullough, D., Pugh, C. a Tawil, B. (2018) The Land, yn Brown, F. a Hughes, B. (gol) *Aspects of Playwork, Play and Culture Studies Volume 14*, Maryland: Gwasg Prifysgol America, td. 125-144.
- Bundy, A., Engelen, L., Wyver, S., Tranter, P., Ragen, J., Bauman, A., Baur, L., Schiller, W., Simpson, J.M., Niehues, A.N., Perry, G., Jessup, G. a Naughton, G. (2017) Sydney Playground Project: A cluster-randomized trial to increase physical activity, play, and social skills, *Journal of School Health*, 87, td. 751-759.
- Bundy, A.C, Shia, S., Qi, L. a Miller, L.J. (2007) How Does Sensory Processing Dysfunction Affect Play? *American Journal of Occupational Therapy*, 61, td. 201-208.
- Bundy, A.C., Lockett, T., Naughton, G.A., Tranter, P.J., Wyver, S.R., Ragen J., Singleton, E. a Spies, G. (2008) Playful Interaction: Occupational therapy for all children on the school playground, *American Journal of Occupational Therapy*, 62, td. 522-527.
- Burgdorf, J., Kroes, R.A. a Moskal, J.R. (2017) Rough-and-tumble Play Induces Resilience to Stress in Rats, *Neuroreport*, 28(17), td. 1122-1126.
- Burghardt, G.M. (2015) Integrative Approaches to the Biological Study of Play, yn Johnson, J.E., Eberle, S.G., Henricks, T.S. a Kuschner, D. (gol) (2015) *The Handbook of the Study of Play*, Maryland: Rowman and Littlefield, td. 21-39.
- Burghardt, G.M. (2011) Defining and Recognizing Play, yn Pellegrini, A.D. (gol) (2011) *The Oxford Handbook of the Development of Play*, Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen, td. 10-18.
- Burghardt, G.M. (2019) A Place for Emotions in Behavior Systems Research, *Behavioural Processes*, 166, 103811.
- Burghardt, G.M. a Pellis, S.M. (2019) New Directions in Studying the Evolution of Play, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt, td. 11-29.
- Burke, A. (2013) Children's Construction of Identity in Virtual Play Worlds – A classroom perspective, *Language and Literacy*, 15(1), td. 58-73.

- Burke, C.J., Euston, D.R. a Pellis, S.M. (2020) What Do You Hear, What Do You Say? Ultrasonic calls as signals during play fighting in rats, *International Journal of Play*, 9(1), td. 92-107.
- Burman, E. (2017) *Deconstructing Developmental Psychology*, 3^{ydd} arg., Abingdon: Brunner-Routledge.
- Burman, E. (2018) Towards a Posthuman Developmental Psychology of Child Families and Communities, yn Fleer, M. a van Oers, B. (gol) *International Handbook of Early Childhood Education*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer, td. 1599-1620.
- Burman, E. (2019) Child as Method: Implications for decolonising educational research, *International Studies in Sociology of Education*, 28(1), td. 4-26.
- Butler, A., Teasley, C. a Sánchez-Blanco, C. (2019) A Decolonial, Intersectional Approach to Disrupting Whiteness, Neoliberalism, and Patriarchy in Western Early Childhood Education and Care, yn Trifonas, P.P. (gol) *Handbook of Theory and Research in Cultural Studies and Education*, Cham, Y Swisdir: Springer Nature, td. 41-58.
- Butler, I. a Drakeford, M. (2013) Children's Rights as a Policy Framework in Wales, yn Williams, J. (gol) *The United National Convention on the Rights of the Child in Wales*, Caerdydd: Gwasg Prifysgol Cymru, td. 9-20.
- Callahan, S. a Nicholas, L. (2019) Dragon Wings and Butterfly Wings: Implicit gender binarism in early childhood, *Gender and Education*, 31(6), td. 705-723.
- Camfield, L., Streuli, N. a Woodhead, M. (2010) Children's Well-being in Developing Countries: A conceptual and methodological review, *European Journal of Development Research*, 22(3), td. 398-416.
- Camfield, L. a Tafere, Y. (2011) 'Good for children?' Local Understandings versus Universal Prescriptions: Evidence from three Ethiopian communities, yn Biggeri, M., Ballet, J. a Comin, F. (gol) *Children and the Capability Approach: Child Labour, Education and Participation*, Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan, td. 200-221.
- Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru (2020) Cynllunio ar gyfer Adferiad Ffyniannus, Cyfartal a Gwyrdd ar ôl y pandemig Coronafeirws, Caerdydd: Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru.
- Caputo, V. (2020) 'Shaking the Movers': A rights-respecting model for youth participation in the planning of public environments, yn Loebach, J., Little, S., Cox, A. ac Eubanks Owens, P. (gol) *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Processes, Practices and Policies for Youth Inclusion*, Llundain: Routledge, td. 331-335.
- Carlyle, D., Robson, I. a Lhussier, M. (2020) Opening Up the Unfamiliar and Enabling New Pathways for Movement and Becoming: Through, in, and beyond attachment, *Journal of Childhood Studies*, 45(1), td. 1-18.
- Carroll, P., Calder-Dawe, O., Witten, K. ac Asiasiga, L. (2019) A Prefigurative Politics of Play in Public Places: Children claim their democratic right to the city through play, *Culture and Space*, 22/3, td. 294-307.
- Carroll, P., Witten, K., Kearns, R. a Donovan, P. (2015) Kids in the City: Children's use and experiences of urban neighbourhoods in Auckland, New Zealand, *Journal of Urban Design*, 20(4), td. 417-436.
- Carter, C. a Nutbrown, C. (2016) A Pedagogy of Friendship: Young children's friendships and how schools can support them, *International Journal of Early Years Education*, 24(4), td. 395-413.
- Carter, M., Moore, K., Mavoja, J., Horst, H. a Gaspard, I. (2020) Situating the Appeal of Fortnite Within Children's Changing Play Cultures, *Games and Culture*, 15(4), td. 453-471.
- Casey, T. a McKendrick, J.H. (2022) Playing Through Crisis: Lessons from COVID-19 on play as a fundamental right of the child, *The International Journal of Human Rights*, td. 1-20.
- Chanmugam, A. (2017) Children and Young People in Domestic Violence Shelters, yn Freeman, C., Tranter, P. a Skelton, T. (gol) *Risk, Protection, Provision and Policy. Geographies of Children and Young People*, cyfrol 12, Singapore: Springer, td. 19-43.

- Charles, C. a Louv, R. (2009) Children's Nature Deficit Disorder: What we know – and don't know, *Children and Nature Network*, mis Medi.
- Charles, C. a Louv, R. (2020) Wild Hope: The transformative power of children engaging with nature, yn Cutter-Mackenzie-Knowles, A., Malone, K. a Barrat Hacking, E. (gol) *Research Handbook on Childhoodnature: Assemblages of childhood and nature research*, Singapore: Springer, td. 395-415.
- Chatterjee, S. (2017) *Access to Play for Children in Situations of Crisis: Synthesis of research in six countries*, International Play Association.
- Chaudron, S., Di Gioia, R., Gemo, M., Holloway, D., Marsh, J., Mascheroni, G., Peter, J. a Yamada-Rice, D. (2017) *Kaleidoscope on the Internet of Toys: Safety, security, privacy and societal insights*, EUR 28397 EN, Lwcsembwrg: Swyddfa Cyhoeddiadau'r Undeb Ewropeaidd.
- Chaudron, S., Di Gioia, R. a Gemo, M. (2018a) *Young Children and Digital Technology: A qualitative study across Europe*, EUR 29070.
- Chaudron, S., Marsh, J., Donoso Navarette, V., Ribbens, W., Mascheroni, G., Smahel, D., Cernikova, M., Dreier, M., Korkeamäki, R-L., Livingstone, S., Ottovordemgentschenfelde, S., Plowman, L., Fletcher-Watson, B., Richardson, J., Shlyapnikov, V. a Soldatova, G. (2018b) Rules of Engagement: Family rules on young children's access to and use of technologies, yn Danby, S., Fler, M., Davidson, C. a Hatzigianni, M. (gol) *Digital Childhoods: International perspectives on early childhood education and development*, cyfrol 22, Singapore: Springer, td. 131-145.
- Chawla, L. (2015) Benefits of Nature Contact for Children, *Journal of Planning Literature*, 30(4), td. 433-452.
- Children's Rights Alliance for England (CRAE) (2015) *UK Implementation of the Convention on the Rights of the Child: Civil society alternative report to the committee on the rights of the child, England*, Llundain: CRAE.
- Cho, E. Y-N. a Yu, F-Y. (2020) A Review of Measurement Tools for Child Wellbeing, *Children and Youth Services Review*, 119, 105576.
- Cho, S., Crenshaw, K. W. a McCall, L. (2013) Toward a Field of Intersectionality Studies: Theory, applications, and praxis, *Signs*, 38(4), td. 785-810.
- Christian, H., Mitrou, F., Cunneen, R. a Zubrick, S.R. (2020) Pets Are Associated with Fewer Peer Problems and Emotional Symptoms, and Better Prosocial Behavior: Findings from the Longitudinal Study of Australian Children, *The Journal of Pediatrics*, 220, td. 200-206.
- Clark, C.D. (2018) *Play, Neuroscience and Biobehavioral Psychology*, Elsevier Reference Collection.
- Clark, E. a Dumas, A. (2020) Children's Active Outdoor Play: 'Good' mothering and the organisation of children's free time, *Sociology of Health and Illness*, 42(6), td. 1229-1242.
- Clarke, R. (2022) *School Streets: Putting Children and the Planet First. A Political Economy Analysis of the Rise of School Streets in Europe and Around the World*, Child Health Initiative.
- Cleland, V., Timperio, A., Salmon, J., Hume, C., Baur, L.A. a Crawford D. (2010) Predictors of Time Spent Outdoors among Children: 5-year longitudinal findings, *Journal of Epidemiology and Community Health*, 64, td. 400-406.
- Coffey, J. (2020) Assembling Wellbeing: Bodies, affects and the 'conditions of possibility' for wellbeing, *Journal of Youth Studies*, 25(1), td. 67-83.
- Coffey, J.K., Warren, M.T. a Gottfried, A.W. (2015) Does Infant Happiness Forecast Adult Life Satisfaction? Examining subjective well-being in the first quarter century of life, *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 16(6), td. 1401-1421.
- Cohen, D. (2019) *The Development of Play*, 4^{ydd} arg., Llundain: Routledge.

Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (2020) *State of Child Health*, Llundain: Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant.

Colvert, A. (2021) *The Kaleidoscope of Play in a Digital World: A literature review*, Llundain: Digital Futures Commission a 5Rights Foundation.

Colle, L. a Del Giudice, M. (2011) Patterns of Attachment and Emotional Competence in Middle Childhood, *Social Development*, 20(1), td. 51-72.

Collishaw, S. (2015) Annual Research Review: Secular trends in child and adolescent mental health, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(3), td. 370-393.

Comisiynwyr Plant Teyrnas Unedig Prydain Fawr a Gogledd Iwerddon (2020) *Adroddiad Comisiynwyr Plant Teyrnas Unedig Prydain Fawr a Gogledd Iwerddon i Bwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn*.

Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Cymru (2017) *Llesiant yng Nghymru: cynllunio heddiw ar gyfer gwell yfory. Dysgu o Aseidiadau Llesiant 2017*, Caerdydd: Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol.

Comisiynydd Plant Cymru (2018) *Adroddiad Sbotolau ar Erthygl 31*, Abertawe: Comisiynydd Plant Cymru.

Comisiynydd Plant Lloegr (2020) *Childhood in the Time of Covid*.

Comisiynydd Plant Lloegr (2021) *The Big Ask – The Big Answer*.

Conn, C. (2015) 'Sensory Highs', 'Vivid Rememberings' and 'Interactive Stimming': Children's play cultures and experiences of friendship in autistic autobiographies, *Disability and Society*, 30(8), td. 1192-1206.

Cook, D.T. (2013) Commercialisation of Play and the Toy Industry, yn Brooker, L. a Woodhead, M. (gol) *The Right to Play*, Y Brifysgol Agored gyda chefnogaeth y Bernard van Leer Foundation, td. 42-43.

Cook, D.T. (2015) Disrupting Play: A cautionary note, *Childhood*, 23(1), td. 3-6.

Cook, D.T. (2019) Panaceas of Play: Stepping past the creative child, yn Spyrou, S., Rosen R. a Cook, D.T. (gol) *Reimagining Childhood Studies*, Llundain: Bloomsbury, td. 123-136.

Corkery, L. a Bishop, K. (2020) The Power of Process: Shaping our public domains with young people, yn Loebach, J., Little, S., Cox, A. ac Eubanks Owens, P. (gol) *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Processes, Practices and Policies for Youth Inclusion*, Llundain: Routledge, td. 150-165.

Corris, A. a Chemero, A. (2022) Embodiment and Enactivism, yn Young, B.D. a Carolyn Dicey Jennings, C.D. (gol) *Mind, Cognition, and Neuroscience: A philosophical introduction*, Llundain: Routledge, td. 414-428.

Corsaro, W.A. (2020) Big Ideas from Little People: What research with children contributes to social psychology, *Social Psychology Quarterly*, 83(1), td. 5-25.

Cowan, K., Potter, J., Olusoga, Y., Bannister, C., Bishop, J.C., Cannon, M. a Signorelli, V. (2021) Children's Digital Play during the COVID-19 Pandemic: Insights from the Play Observatory, *Journal of E-Learning and Knowledge Society*, 17(3), td. 8-17.

Cowie, H. a Myers, C-A. (2020) The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health and Well-being of Children and Young People, *Children and Society*, 35, td. 62-74.

Cowman, K. (2017) Play Streets: Women, children and the problem of urban traffic, 1930-1970. *Social History*, 42(2), td. 233-256.

Crawford, S.B., Bennetts, S.K., Hackworth, N.J., Green, J., Graesser, H., Cooklin, A.R., Matthews, J., Strazdins, L., Zubrick, S.R., D'Esposito, F. a Nicholson, J.M. (2017) Worries, 'Weirdos', Neighborhoods and Knowing People: A qualitative study with children and parents regarding children's independent mobility, *Health and Place*, 45, td. 131-139.

- Create Streets Foundation (2021) *No Place Left Behind*, The Commission into Prosperity and Community Placemaking.
- Crenshaw, K.W., Ocen, P. a Nanda, J. (2014) *Black Girls Matter: Pushed out, overpoliced and underprotected*, Efrog Newydd: African American Policy Forum a Center for Intersectionality and Social Policy Studies.
- Creu Lleuedd Cymru (2020) *Canllaw i Greu Lleuedd*, Caerdydd: Comisiwn Dylunio Cymru.
- Cullen, F. a Johnston, C. (2018) Playwork Goes to School: Professional (mis)recognition and playwork practice in primary school, *Pedagogy, Culture and Society*, 26(3), td. 467-484.
- Cyngor Bwrdeistref Hackney, Llundain (2022) *Play Streets*, 23 Mai.
- Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2019) *Gweithgarwch corfforol ymhlith plant a phobl ifanc*, Caerdydd: Cynulliad Cenedlaethol Cymru.
- Dahlbeck, J. (2012) On Childhood and the Logic of Difference: Some empirical examples, *Childhood*, 26, td. 4-13.
- Dallimore, D. (2019) *'Rwy'n dysgu pethau newydd ac yn dringo coed' Yr hyn sydd gan blant i'w ddweud am chwarae yng Nghymru*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- Damasio, A.R. (2018) *The Strange Order of Things: Life, feeling, and the making of cultures*, Efrog Newydd: Pantheon Books.
- Damasio, A.R. (2021) *Feeling and Knowing: Making minds conscious*, Llundain: Robinson.
- Danenberg, R., Doumpa, V. a Karssenbergh, H. (gol) (2018) *The City at Eye Level for Kids*, Amsterdam: Stippo.
- Dankiw, K.A., Tsiros, M.D., Baldock, K.L. a Kumar, S. (2020) The Impacts of Unstructured Nature Play on Health in Early Childhood Development: A systematic review, *PLoS ONE*, 15(2), e0229006.
- Dauch, C., Imwalle, M., Ocasio, B. a Metz, A.E. (2018) The Influence of the Number of Toys in the Environment on Toddlers' Play, *Infant Behavior and Development*, 50, td. 78-87.
- Davies, S. (2019) *Time to Solve Childhood Obesity: An independent report by the Chief Medical Officer*, Llundain: Yr Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol.
- Dellapiazza, F., Michelon, C., Vernhet, C., Muratori, F., Blanc, N., Picot, M-C. a Baghdadli, A. (2021) Sensory Processing Related to Attention in Children with ASD, ADHD, or Typical Development: Results from the ELENA cohort, *European Child and Adolescent Psychiatry*, 30, td. 283-291.
- De Rossi, P. (2020) Can Active Play Encourage Physical Literacy in Children and Young People?, yn Khan, M., Bell, S. a Wood, J. (gol) *Place, Pedagogy and Play: Participation, design and research with children*, Llundain: Routledge, td. 77-90.
- Dekavalla, M. (2022) Understanding Online Safety Through Metaphors: UK policymakers and industry discourses about the Internet, *Television and New Media*, 23(8), td. 855-873.
- Del Giudice, M. (2015) Attachment in Middle Childhood: An evolutionary-developmental perspective, *New Directions for Child and Adolescent Development*, 148, td. 15-30.
- Densley, J., Deuchar, R. a Harding, S. (2020) An Introduction to Gangs and Serious Youth Violence in the United Kingdom, *Youth Justice*, 20(1-2), td. 3-10.
- Derr, V., Chawla, L. a van Vliet, W. (2017) Children as Natural Change Agents: Child friendly cities as resilient cities, yn Bishop, K. a Corkery, L. (gol) *Designing Cities with Children and Young People: Beyond playgrounds and skate parks*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 24-35.

- Derr, V. a Lance, K. (2012) Biophilic Boulder: Children's environments that foster connections to nature, *Children, Youth and Environments*, 22(2), td. 112-143.
- Derry, C. (2021) *Chwarae, amgueddfeydd a sefydliadau diwylliannol*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- D'Haese, S., Van Dyck, D., De Bourdeaudhuij, I., Deforche, B. a Cardon, G. (2015) Organizing "Play Streets" During School Vacations Can Increase Physical Activity and Decrease Sedentary Time in Children, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12, 14.
- Dhingra, S., Fry, E., Hale, S. a Jia, N. (2022) *The Big Brexit: An assessment of the scale of change to come from Brexit*, The Resolution Foundation.
- di Domenico, S.I. a Ryan, R.M. (2017) The Emerging Neuroscience of Intrinsic Motivation: A new frontier in self-determination research, *Frontiers in Human Neuroscience*, 11, 145.
- Dias, J. a Whitaker, R. (2013) Black Mothers' Perceptions about Urban Neighborhood Safety and Outdoor Play for their Preadolescent Daughters, *Journal of Health Care for the Poor and Underserved*, 24, td. 206-219.
- Dickerson, M. a Derry, C. (2021) Museums Becoming Different: Experiments in letting play occupy the museum, yn Russell, W., Derry, C., Fitzpatrick, J. a Handscomb, B. (gol) *Stuff and Nonsense*, Redruth, Cernyw: Antur Gwealan Tops Adventure Playground, td. 155-174.
- Dickinson, E. (2013) The Misdiagnosis: Rethinking "Nature-deficit Disorder", *Environmental Communication*, 7(3), td. 315-335.
- Dinella, L.M. a Weisgram, E.S. (2018) Gender-typing of Children's Toys: Causes, consequences, and correlates, *Sex Roles*, 79(5), td. 253-259.
- Doak, L. (2020) Realising the 'Right to Play' in the Special School Playground, *International Journal of Play*, 9(4), td. 414-438.
- Dodd, H.F. a Lester, K.J. (2021) Adventurous Play as a Mechanism for Reducing Risk for Childhood Anxiety: A conceptual model, *Clinical Child and Family Psychology Review*, 24, td. 164-181.
- Dodd, H.F., FitzGibbon, L., Watson, B.E. a Nesbit, R.J. (2021) Children's Play and Independent Mobility in 2020: Results from the British Children's Play Survey, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 4334.
- Dodd, H.F., Nesbit, R.J. a FitzGibbon, L. (2022) Child's Play: Examining the association between time spent playing and child mental health, *Child Psychiatry and Human Development*, 14, td. 1-9.
- Domínguez-Serrano, M., del Moral-Espín, L. a Gálvez Muñoz, L. (2019) A Well-being of their Own: Children's perspectives of well-being from the capabilities approach, *Childhood*, 26(1), td. 22-38.
- Dowd, N.E. (2016) Black Boys Matter: Developmental equality, *Hofstra Law Review*, 45(1), td. 47-70.
- Downing, G. (2013) Virtual Youth: Non-heterosexual young people's use of the internet to negotiate their identities and socio-sexual relations, *Children's Geographies*, 11(1), td. 44-58.
- Drewes, A.A. a Schaeffer, C.E. (2014) Introduction: How play therapy causes therapeutic change, yn Schaeffer, C.E. a Drewes, A.A. (gol) *The Therapeutic Powers of Play: Twenty core agents of change*, 2^l arg., Hoboken, NJ.: Wiley and Sons, td. 1-6.
- Dueñas, J-M., González, L., Forcada, R., Duran-Bonavila, S. a Ferre-Rey, G. (2021) The Relationship Between Living with Dogs and Social and Emotional Development in Childhood, *Anthrozoös*, 34(1), td. 33-46.
- Dufford, A.J., Hahn, C.A., Peterson, H., Gini, S., Mehta, S., Alfano, A. a Scheinost, D. (2022) (Un)common Space in Infant Neuroimaging Studies: A systematic review of infant templates, *Human Brain Mapping*, 43(9), td. 3007-3016.

- Dumas, M. J. a Nelson, J. D. (2016) (Re)Imagining Black Boyhood: Toward a critical framework for educational research, *Harvard Educational Review*, 86(1), td. 27-47.
- Dumit, J. (2012) Critically Producing Brain Images of Mind, yn Choudhury, S. a Slaby, J. (gol) *Critical Neuroscience: A handbook of the social and cultural contexts of neuroscience*, Chichester: Wiley-Blackwell, td. 195-225.
- Durko, A.M. a Petrick, J.F. (2013) Family and Relationship Benefits of Travel Experiences: A literature review, *Journal of Travel Research*, 52(6), td. 720-730.
- Duschinsky, R., Greco, M. a Solomon, J. (2015) The Politics of Attachment: Lines of flight with Bowlby, Deleuze and Guattari, *Theory, Culture and Society*, 32(7-8), td. 173-195.
- Dyer, H. (2017) Queer Futurity and Childhood Innocence: Beyond the injury of development, *Global Studies of Childhood*, 7(3), td. 290-302.
- Dyment, J.E. a Bell, A.C. (2008) Grounds for Movement: Green school grounds as sites for promoting physical activity, *Health Education Research*, 23(6), td. 952-962.
- Eberle, S.G. (2014) The Elements of Play: Toward a philosophy and a definition of play, *American Journal of Play*, 6(2), td. 214-233.
- Edwards, R. a Gillies, V. (2020) (M)othering and the Politics of Early Intervention: Biologisation and the reproduction of gendered, classed and raced inequalities, *Revue des Politiques Sociales et Familiales*, 135, td. 6-19.
- Edwards, R., Gillies, V. a Gorin, S. (2022) Problem-solving for problem-solving: Data analytics to identify families for service intervention, *Critical Social Policy*, 42(2), td. 265-284.
- Edwards, R., Gillies, V. a Horsley, N. (2015) Brain Science and Early Years Policy: Hopeful ethos or 'cruel optimism', *Critical Social Policy*, 35(2), td. 167-187.
- Edwards, R.C. a Larson, B.M.H. (2020) When Screens Replace Backyards: Strategies to connect digital-media-oriented young people to nature, *Environmental Education Research*, 26(7), td. 950-968.
- Elkind, D. (2008) The Power of Play: Learning what comes naturally, *American Journal of Play*, 1(1), td. 1-6.
- Elliott, S. a Reid, M. (2019) Low-Income Black Mothers Parenting Adolescents in the Mass Incarceration Era: The long reach of criminalization, *American Sociological Review*, 84(2), td. 197-219.
- Engelen, L., Wyver, S., Perry, G., Bundy, A., Kit, T., Chan, Y., Ragen, J., Bauman, A. a Naughton, G. (2018) Spying on Children During a School Playground Intervention Using a Novel Method for Direct Observation of Activities During Outdoor Play, *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 18(1), td. 86-95.
- Ergler, C.R., Kearns, R.A. a Witten, K. (2013) Seasonal and Locational Variations in Children's Play: Implications for wellbeing, *Social Science and Medicine*, 91, td. 178-185.
- Estrin, G.L. a Bhavnani, S. (2022) Brain Development: Structure, yn Benson, J.B. (gol) *Encyclopedia of Infant and Early Childhood Development*, cyfrol 1, Amsterdam: Elsevier, td. 205-214.
- Eyre, E.L.J., Duncan, M.J., Birch, S.L. a Cox, V. (2015) Environmental and School Influences on Physical Activity in South Asian Children from Low Socio-economic Backgrounds: A qualitative study, *Journal of Child Health Care*, 19(3), td. 345-358.
- Fagen, R. (2011) Play and Development, yn Pellegrini, A.D. (gol) (2011) *The Oxford Handbook of the Development of Play*, Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen, td. 83-100.
- Family Kids and Youth (2021) *Playful by Design: Free play in a digital world, survey report and findings*, Llundain: Digital Futures Commission a 5Rights Foundation.

- Farmer, V.L., Williams, S.M., Mann, J.I., Schofield, G., McPhee, J.C. a Taylor, R.W. (2017) The Effect of Increasing Risk and Challenge in the School Playground on Physical Activity and Weight in Children: A cluster randomised controlled trial (PLAY), *International Journal of Obesity*, 41(5), td. 793-800.
- Fattore, T. (2020) From Object to Praxis: A narrative of shifts in child well-being research, *Discourse: Journal of Childhood and Adolescence Research*, 2020(2), td. 147-159.
- Fattore, T., Fegter, S. a Huner-Kreisel, H. (2021) Refiguration of Childhoods in the Context of Digitalization: a cross-cultural comparison of children's spatial constitutions of well-being, *Forum: Qualitative Research*, 22(3), 10.
- Fattore, T. a Mason, J. (2017) The Significance of the Social for Child Well-Being, *Children and Society*, 31, td. 276-289.
- Fearn, M. (2014) Working Therapeutically with Groups in the outdoors: A natural space for healing, yn Prendiville, E. a Howard, J. (gol) *Play Therapy Today: Contemporary practice for individuals, groups and carers*, Llundain: Routledge, td. 7-28.
- Fearn, M. a Troccoli, P. (2017) Being, Becoming and Healing through Movement and Touch, yn Prendiville, E. a Howard, J. (gol) *Creative Psychotherapy: Applying the principles of neurobiology to play and expressive arts-based practice*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 101-120.
- Ferguson, A. (2019) Playing Out: A grassroots street play revolution, *Cities and Health*, 3(102), td. 20-28.
- Ferguson, A., Skeels, I. a llu o lofnodwyr eraill (2021) *Dear PM, Outdoor Play is Essential for Children's Health and Wellbeing*, Ionawr 5.
- Fink, D.B. a Ramstetter, C.L. (2018) "Even If They're Being Bad, Maybe They Need a Chance to Run Around": What children think about recess, *Journal of School Health*, 88(12), td. 928-935.
- Finn, P. (2022) Low-traffic Neighbourhoods in Ealing: Contested policy making in a polycentric governance environment, *Sage Advance*, Rhagargraffiad.
- Fletcher, R. (2017) Connection with Nature is an Oxymoron: A political ecology of "nature-deficit disorder", *The Journal of Environmental Education*, 48(4), td. 226-233.
- Foley, G.M. (2017) Play as Regulation: Promoting self-regulation through play, *Topics in Language Disorders*, 37(3), td. 241-258.
- Ford, T., John, A. a Gunnell, D. (2021) Mental Health of Children and Young People during Pandemic, *British Medical Journal*, 372, n614.
- Foster, S., Villanueva, K., Wood, L., Christian, H. a Giles-Corti, B. (2014) The Impact of Parents' Fear of Strangers and Perceptions of Informal Social Control on Children's Independent Mobility, *Health and Place*, 26, td. 60-68.
- Fountain, J., Stewart, E. a Korner, N. (2013) Family Experiences of Visitor Attractions: Opportunities for 'family time' and 'own time', yn Fountain, J. a Moore, K. (gol) *CAUTHE 2013: Tourism and Global Change: On the Edge of Something Big*, Christchurch, Seland Newydd: Prifysgol Lincoln, td. 222-226.
- Foy-Phillips, P. a Lloyd-Evans, S. (2011) Shaping Children's Mobilities: Expectations of gendered parenting in the English rural idyll, *Children's Geographies*, 9(3-4), td. 379-394.
- Frago, L. a Graziano, T. (2021) Public Space and the Green City: Conflictual narratives of the superbloc programme in Poblenou, Barcelona, *Journal of Urban Regeneration and Renewal*, 15(1), td. 113-128.
- Francis, M. (2016) The Making of Democratic Streets, *Contesti, Città, Territori, Progetti*, 1-2, td. 192-213.
- Fredrickson, B.L. (2013) Positive Emotions Broaden and Build, *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, td. 1-53.

- Freeman, C. (2020) Twenty-five Years of Children's Geographies: A planner's perspective, *Children's Geographies*, 18(1), td. 110-121.
- Fromberg, D. (2015) How Nonlinear Systems Inform Meaning and Early Education, yn Fromberg, D. a Bergen, D. (gol) *Play from Birth to Twelve: Contexts, perspectives and meanings*, Efrog Newydd: Routledge, td. 419-434.
- Frumkin, H., Bratman, G.N., Breslow, S.J., Cochran, B., Kahn, P.H., Jr, Lawler, J.J., Levin, P.S., Tandon, P.S., Varanasi, U., Wolf, K.L. a Wood, S.A. (2017) Nature Contact and Human Health: A research agenda, *Environmental Health Perspectives*, 125(7), 075001.
- Furneaux, A. a Manaugh, K. (2019) Eyes on the Alley: Children's appropriation of alley space in Riverdale, Toronto, *Children's Geographies*, 17(2), td. 204-216.
- Fyhri, A., Hjorthol, R., Mackett, R.L., Fotel, T.N. a Kytta, M. (2011) Children's Active Travel and Independent Mobility in Four Countries: Development, social contributing trends and measures, *Transport policy*, 18(5), td. 703-710.
- Garner, A. a Yogman, M. (2021) Preventing Childhood Toxic Stress: Partnering with families and communities to promote relational health, *Pediatrics*, 148(2), e2021052582.
- Garrison, J. (2008) A Problematic Alliance: Colonial anthropology, recapitulation theory, and G Stanley Hall's program for the liberation of America's youth, *American Educational History Journal*, 35(1), td. 131-147.
- Geary, K., Awoyemi, C. a Gracey, F. (2020) *Gwerthusiad o Gynllun Peilot Gwaith Chwarae 2019: Llwygu yn ystod y Gwyliau*, Caerdydd: Llywodraeth Cymru, Rhif Ymchwil Gymdeithasol: 08/2020.
- Gellatly, R. a Marner, B. (2021) *Air Quality Monitoring Study: London school streets*, Llundain: Air Quality Consultants.
- Gerlach, A.J., Jenkins, E. a Hodgson, K. (2019) Disrupting Assumptions of Risky Play in the Context of Structural Marginalization: A community engagement project in a Canadian inner-city neighbourhood, *Health and Place*, 55, td. 80-86.
- Gibson, J.J. (1979) *The Ecological Approach to Visual Perception*, Boston, MA: Houghton, Mifflin and Company.
- Gibson, J.L., Cornell, M. a Gill, T. (2017) A Systematic Review of Research into the Impact of Loose Parts Play on Children's Cognitive, Social and Emotional Development, *School Mental Health*, 9, td. 295-309.
- Giles, A.R., Bauer, M.E.E a Darroch, F.E. (2019) Risky Statement?: A critique of the Position Statement on Active Outdoor Play, *World Leisure Journal*, 61(1), td. 58-66.
- Gill, T. (2011) *Children and Nature: A quasi-systematic review of the empirical evidence*, Llundain: Comisiwn Datblygu Cynaliadwy Llundain.
- Gill, T. (2014a) *The Play Return: A review of the wider impact of play initiatives*, Children's Play Policy Forum.
- Gill, T. (2014b) The Benefits of Children's Engagement with Nature: A systematic literature review. *Children, Youth & Environments*, 24(2), td. 10-34.
- Gill, T. (2015a) *Hackney Play Streets Evaluation Key Findings*, Llundain: Hackney Play Association a Chyngor Hackney.
- Gill, T. (2015b) Play in the Good Times: The (English) inside story, *International Journal of Play*, 4(3), td. 236-240.
- Gill, T. (2018) *A Natural Thing: Supporting outdoor play on housing estates in Hackney*, Llundain: Hackney Play Association.
- Gill, T. (2019) *Building Cities Fit for Children: Case studies of child-friendly urban planning and design in Europe and Canada*, Cronfa Goffa Winston Churchill.

- Gill, T. (2021) *Urban Playground: How child-friendly planning and design can save cities*, Llundain: RIBA.
- Gillies, V., Edwards, R. a Horsley, N. (2017) *Challenging the Politics of Early Intervention: Who's 'saving' children and why*, Bryste: Policy Press.
- Gilpin, A.T., Brown, M.M. a Pierucci, J.M. (2015) Relations Between Fantasy Orientation and Emotion Regulation in Preschool, *Early Education and Development*, 26(7), td. 920-932.
- Giralt, R.M. (2011) In/visibility Strategies and Enacted Diversity: Sameness and belonging among young people of Latin American descent living in the north of England (UK), *Children's Geographies*, 9(3-4), td. 331-345.
- Gleave, J. a Cole-Hamilton, I. (2012) *A World without Play: A literature review on the effects of a lack of play on children's lives*, Llundain: Play England a British Toys and Hobby Association.
- Global Designing Cities Initiative (2016) *Global Street Design Guide*, Efrog Newydd: National Association of City Transportation Officials.
- Glover, G.H. (2011) Overview of Functional Magnetic Resonance Imaging, *Neurosurgery Clinics of North America*, 22(2), td. 133-139.
- Goddard Blythe, S. (2017) *Attention, Balance and Coordination: The A.B.C. of learning success*, Chichester: Wiley.
- Goff, P., Jackson, M. a Di Leone, B. (2014) The Essence of Innocence: Consequences of dehumanizing Black children, *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(4), td. 526-545.
- Göncü, A. a Vadeboncoeur, J.A. (2015) Returning to Play: The critical location of play in children's sociocultural lives, yn Douglas, S. a Stirling, L. (gol) *Children's Play, Pretense, and Story: Studies in culture, context, and autism spectrum disorder*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 294-313.
- González-Carrasco, M., Vaqué, C., Malo, S., Crous, G., Casas, F. a Figuer, C. (2019) A Qualitative Longitudinal Study on the Well-being of Children and Adolescents, *Child Indicators Research*, 12, td. 479-499.
- Goodenough, A., Waite, S. a Wright, N. (2021) Place as Partner: Material and affective intra-play between young people and trees, *Children's Geographies*, 19(2), td. 225-240.
- Goodhall, N. ac Atkinson, C. (2019) How Do Children Distinguish between 'Play' and 'Work'? Conclusions from the literature, *Early Child Development and Care*, 189(10), td. 1695-1708.
- Goodley, D. a Runswick-Cole, C. (2010) Emancipating Play: Dis/abled children, development and deconstruction, *Disability and Society*, 25 (4), td. 499-512.
- Goodman, A., Laverty, A.A., Thomas, A. ac Aldred, R. (2021) The Impact of 2020 Low Traffic Neighbourhoods on Fire Service Emergency Response Times in London, UK, *Findings*, mis Mai.
- Gold, Z.S., Elicker, J., Evich, C.D., Mishra, A.A., Howe, N. a Weil, A.E. (2021) Engineering Play with Blocks as an Informal Learning Context for Executive Function and Planning, *Journal of Engineering Education*, 110(4), td. 803-818.
- Goodenough, A., Waite, S. a Wright, N. (2021) Place as Partner: Material and affective intra-play between young people and trees, *Children's Geographies*, 19(2), td. 225-240.
- Gordon, G. (2015) Integrating Conceptual Divisions within and between the Studies of Play and Well-being, yn Johnson, J.E., Eberle, S.G., Henricks, T.S. a Kuschner, D. (gol) *The Handbook of the Study of Play*, Maryland: Rowman and Littlefield, td. 467-476.
- Gorrese, A. (2016) Peer Attachment and Youth Internalizing Problems: A meta-analysis, *Child Youth Care Forum*, 45, td. 177-204.

- Gorrese, A. a Ruggieri, R. (2012) Peer Attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment, *Journal of Youth and Adolescence*, 41(5), td. 650-672.
- Gottschalk, F. (2019) Impacts of Technology Use on Children: Exploring literature on the brain, cognition and well-being, *OECD Education Working Papers, No. 195*, Paris: OECD Publishing.
- Graber, K.M., Byrne, E.M., Goodacre, E.J., Kirby, N., Kulkarni, K., O'Farrelly, C. a Ramchandani, P.G. (2021) A Rapid Review of the Impact of Quarantine and Restricted Environments on Children's Play and the Role of Play in Children's Health, *Child: Care, Health and Development*, 47(2), td. 143-153.
- Granic, I., Lobel, A. ac Engels. R.C.M.E (2014) The Benefits of Playing Video Games, *American Psychologist*, 69(1), td. 66-78.
- Grant, H. (2022) Pupils Block London Council's Attempts to Remove Play Space Near School, *The Guardian*, 28 Hydref.
- Gray, C., Gibbons, R., Larouche, R., Hansen Sandseter, E.B., Bienenstock, A., Brussoni, M., Chabot, G., Herrington, S., Janssen, I., Pickett, W., Power, M., Stanger, N., Sampson, M. a Tremblay, M.S. (2015) What is the Relationship Between Outdoor Time and Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Physical Fitness in Children? A systematic review, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12, td. 6455-6474.
- Gray, P. (2011) The Decline of Play and the Rise of Psychopathology in Children and Adolescents, *American Journal of Play*, 3(4), td. 443-463.
- Gray, P. (2019) Evolutionary Functions of Play: Practice, resilience, innovation, and cooperation, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and Disciplinary Perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt, td. 84-102.
- Gray, P. (2020) Risky Play: Why Children love and need it, yn Loebach, J., Little, S., Cox, A. ac Eubanks Owens, P. (gol) *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Processes, Practices and Policies for Youth Inclusion*, Llundain: Routledge, td. 39-51.
- Grieshaber, S. a McArdle, F. (2010) *The Trouble with Play*, Maidenhead, Berkshire: Gwasg y Brifysgol Agored.
- Grimes, S.M. (2015) Configuring the Child Player, *Science, Technology, and Human Values*, 40(1), td. 126-148.
- Gulyurtlu, S., Jacobs, N. ac Evans I. (2020) *The Impact of Children's Play in Hospital*, Llundain: Starlight.
- Hakkarainen, P. a Bredikyte, M. (2008) The Zone of Proximal Development in Play and Learning, *Cultural-Historical Psychology*, 4, td. 2-11.
- Hammersley, M. (2016) Childhood Studies: A sustainable paradigm?, *Childhood*, 24(1), td. 113-127.
- Hanscom, A.J. (2016) *Balanced and Barefoot: How unrestricted outdoor play makes for strong, confident, and capable children*, Oakland, CA.: New Harbinger.
- Hanson, K., Abebe, T., Aitken, S.C., Balagopalan, S. a Punch. S. (2018) 'Global/local' Research on Children and Childhood in a 'Global Society', *Childhood*, 25(3), td. 272-296.
- HAPPEN (2018) *How to Improve Child Wellbeing – According to pupils in HAPPEN*, 3 Rhagfyr.
- Harden, J., Backett-Milburn, K., MacLean, A., Cunningham-Burley, S. a Jamieson, L. (2013) Home and Away: Constructing family and childhood in the context of working parenthood, *Children's Geographies*, 11(3), td. 298-310.
- Harding, S. (2020) Getting to the Point? Reframing narratives on knife crime, *Youth Justice*, 20(1-2), td. 31-49.
- Harker, C. (2005) Playing and Affective Time-spaces, *Children's Geographies*, 3(1), td. 47-62.

- Harris, P. (2017) Nostalgia and Play, yn Russell, W., Lester, S. a Smith, H. (gol) *Practice-based Research in Children's Play*, Bryste: Policy Press, td. 17-32.
- Hart, J. a Parkhurst, G. (2011) Driven to Excess: Impacts of motor vehicles on the quality of life of residents of three streets in Bristol UK, *World Transport Policy and Practice*, 17(2), td. 12-30.
- Hart, R. (2014) Children, Self-governance and Citizenship, yn Burke, C. a Jones, K. (gol) *Education, childhood and anarchism: Talking Colin Ward*, Llundain: Routledge, td. 123-138.
- Harwood, D., Barratt, J. a Collier, D. (2019) Entanglements in the Forest: The orange GoPro camera and the children who wear them, *The International Journal of Early Childhood Environmental Education*, 7(1), td. 57-72.
- Heft, H. a Kytä, M. (2006) A Psychologically Meaningful Description of Environments Requires a Relational Approach, *Housing, Theory and Society*, 23(4), td. 210-213.
- Held, S.D.E a Špinká, M. (2011) Animal Play and Animal Welfare, *Animal Behaviour*, 81(5), td. 891-899.
- Helleman, G. (2021) Playing Outside: Who, where and what? *Urban Springtime*, 15 Rhagfyr.
- Henricks, T.S. (2014) Play as Self-Realization: Toward a general theory of play, *American Journal of Play*, 6(2), td. 190-213.
- Henricks, T.S. (2015) *Play and the Human Condition*, Chicago, Il.: Gwasg Prifysgol Illinois.
- Herzberg, O., Fletcher, K.K., Schatz, J.L., Adolph, K.E. a Tamis-LeMonda, C.S. (2022) Infant Exuberant Object Play at Home: Immense amounts of time-distributed, variable practice, *Child Development*, 93(1), td. 150-164.
- Hewes, J. (2014) Seeking Balance in Motion: The role of spontaneous free play in promoting social and emotional health in early childhood care and education, *Children*, 1, td. 280-301.
- Hinchion, S., McAuliffe, E. a Lynch, H. (2021) Fraught with Frights or Full of Fun: Perspectives of risky play among six- to eight-year olds, *European Early Childhood Education Research Journal*, 29(5), td. 696-714.
- Hobbs, M., Green, M.A., Griffiths, C., Jordan, H., Saunders, J., Grimmer, H. a McKenna, J. (2017) Access and Quality of Parks and Associations with Obesity: A cross-sectional study, *Social Science and Medicine – Population Health*, 3, td. 722-729.
- Hoffmann, J. a Russ, S. (2012) Pretend Play, Creativity, and Emotion Regulation in Children, *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 6(2), td. 175-184.
- Holder, M.D. a Coleman, B. (2015) Children's Friendships and Positive Well-being, yn Demir, M. (gol) *Friendship and Happiness: Across the life-span and cultures*, Dordrecht, Yr Iseldiroedd: Springer Science and Business Media, td. 81-97.
- Holloway, S.L., Hilt, L. a Mills, S. (2019) Questions of Agency: Capacity, subjectivity, spatiality and temporality, *Progress in Human Geography*, 43(3) td. 458-477.
- Holloway, S. a Pimlott-Wilson, H. (2014) Enriching Children, Institutionalizing Childhood? *Annals of the Association of American Geographers*, 104, td. 613-627.
- Holloway, S. a Pimlott-Wilson, H. (2018) Reconceptualising Play: Balancing childcare, extra-curricular clubs and free play in contemporary childhoods, *Transactions of the Institute British Geographers*, 43, td. 420-434.
- Holmberg, L. (2018) The Future of Childhood Studies? Reconstructing childhood with ideological dilemmas and metaphorical expressions, *Childhood*, 25(2), td. 158-172.
- Holt, L. a Murray, L. (2021) Children and Covid 19 in the UK, *Children's Geographies*, 20(4), td. 487-494.

- Holt, N.L., Lee, H., Millar, C.A. a Spence, J.C. (2015) 'Eyes on Where Children Play': A retrospective study of active free play, *Children's Geographies*, 13(1), td. 73-88.
- Holt, N.L., Neely, K.C., Spence, J.C., Carson, V., Pynn, S.R., Boyd, K.A., Ingstrup, M. a Robinson, Z. (2016) An Intergenerational Study of Perceptions of Changes in Active Free Play among Families from Rural Areas of Western Canada, *BMC Public Health*, 16, 829.
- Hooper, C.M., Ivory, V.C. a Fougere, G. (2015) Childhood Neighbourhoods as Third Places: Developing durable skills and preferences that enhance wellbeing in adulthood, *Health and Place*, 34, td. 34-45.
- Horton, J. (2017) Disabilities, Urban Natures and Children's Outdoor Play, *Social and Cultural Geography*, 18(8), td. 1152-117.
- Horton, J., Christensen, P., Kraftl, P. a Hadfield-Hill, S. (2014) 'Walking ... Just Walking': How children and young people's everyday pedestrian practices matter, *Social and Cultural Geography*, 15(1), td. 94-115.
- Horton, J. a Kraftl, P. (2018a) Rats, Assorted Shit and 'Racist Groundwater': Towards extra-sectional understandings of childhoods and socio-material processes, *Environment and Planning D: Society and Space*, 36(5), td. 926-948.
- Horton, J. a Kraftl, P. (2018b) Three Playgrounds: Researching the multiple geographies of outdoor play, *Environment and Planning A: Economy and Space*, 50(1), td. 214-235.
- Howard, J., Miles, G.E., Rees-Davies, L. a Bertenshaw, E. (2017) Play in Middle Childhood: Everyday play behaviour and associated emotions, *Children and Society*, 31, td. 378-389.
- Hyndman, B.P., Benson, A.C., Ullah, S. a Telford, A. (2014) Evaluating the Effects of the Lunchtime Enjoyment Activity and Play (LEAP) School Playground Intervention on Children's Quality of Life, Enjoyment and Participation in Physical Activity, *Public Health*, 14, 164.
- Hyndman, B. a Telford, A. (2015) Should Educators be "Wrapping School Playgrounds in Cotton Wool" to Encourage Physical Activity? Exploring primary and secondary students' voices from the school playground, *Australian Journal of Teacher Education*, 40(6), td. 60-84.
- Iechyd Cyhoeddus Cymru (2021) *Rhaglen Mesur Plant 2018/19*, Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru.
- Jablonka, E. a Lamb, M.J. (2007) Précis of 'Evolution in Four Dimensions', *Behavioral and Brain Sciences*, 30, td. 353-392.
- Jablonka, E. a Lamb, M.J. (2014) *Evolution in Four Dimensions: Genetic, Epigenetic, Behavioral, and Symbolic Variation in the History of Life*, argraffiad diwygiedig, Cambridge, MA.: MIT Press.
- Jack, G. (2015) 'I May Not Know Who I Am, but I Know Where I Am From': The meaning of place in social work with children and families, *Child and Family Social Work*, 20(4), td. 415-423.
- Jack, G. (2016) The Role of Place Attachments in Wellbeing, yn Atkinson, S., Fuller, S. a Painter, J. (gol) *Wellbeing and Place*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 89-103.
- Jackson, E. a McGlone, F. (2020) The Impact of Play on the Developing Social Brain: New insights from the neurobiology of touch, yn Courtney, J.A. (gol) *Infant Play Therapy: Foundations, models, programs, and practice*, Llundain: Routledge, td. 18-36.
- Jackson, R. (2017) Your Space or Mine? Play in out of school clubs, yn Russell, W., Lester, S. a Smith, H. (gol) *Practice-based Research in Children's Play*, Bryste: Policy Press, td. 127-142.
- Jago, R., Thompson, J.L., Page, A.S., Brockman, R., Cartwright, K. a Fox, K.R. (2009) Licence to be Active: Parental concerns and 10-11-year-old children's ability to be independently physically active, *Journal of Public Health*, 31(4), td. 472-477.

- James, A. (2010) Competition or Integration? The next step in childhood studies? *Childhood*, 17(4), td. 485-499.
- James, A., Jenks, C. a Prout, A. (1998) *Theorising Childhood*. Llundain: Polity.
- James, A. a Prout, A. (gol) (1997) *Constructing and reconstructing childhood: Contemporary Issues in the Sociological Study of Childhood*, Llundain: Falmer Press.
- James, S.M. (2012) *Survey of the Impact of Scrapstore PlayPod in Primary Schools*, Bryste: Scrapstore PlayPod.
- Janssen, I. (2014) Active Play: An important physical activity strategy in the fight against childhood obesity, *Canadian Journal of Public Health*, 105(1), e22-e27.
- Janssen, I. a LeBlanc, A.G. (2010) Systematic Review of the Health Benefits of Physical Activity and Fitness in School-aged Children and Youth, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7, 40.
- Janssen, I., Ferrao, T. a King, N. (2015) Individual, Family, and Neighborhood Correlates of Independent Mobility among 7 to 11-year-olds, *Preventive Medicine Reports*, 3, td. 98-102.
- Janssen, X., Mann, K., Basterfield, L., Parkinson, K., Pearce, M., Reilly, J., Adamson, A. a Reilly, J. (2016) Development of Sedentary Behavior across Childhood and Adolescence: Longitudinal analysis of the Gateshead Millennium Study, *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 13, 88.
- Jansson, M., Sundevall, E. a Wales, M. (2016) The Role of Green Spaces and Their Management in a Child-friendly Urban Village, *Urban Forestry and Urban Greening*, 18, td. 228-236.
- Jeffres, L.W., Bracken, C.C., Jian, G. a Casey, M.F. (2009) The Impact of Third Places on Community Quality of Life, *Applied Research in Quality of Life*, 4(4), td. 333-345.
- Jelleyman, C., McPhee, J., Brussoni, M., Bundy, A. a Duncan, S. (2019) A Cross-sectional Description of Parental Perceptions and Practices Related to Risky Play and Independent Mobility in Children: The New Zealand state of play survey, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2), td. 262.
- Jennings, H. (2016) *Rules for a Playful Museum – Manchester Museum*.
- Jenssen, B.P., Kelly, M.K., Powell, M., Boucehelle, Z., Mayne, S.L. a Fiks, A.G. (2021) COVID-19 and Changes in Child Obesity, *Pediatrics*, 147(5), e2021050123.
- Joelsson, T. (2022) "I get a whiz in my body as I walk past it": Visceral imaginaries in children's everyday mobilities, *Emotion, Space and Society*, 45, 100912.
- Johanson, K. (2010) Culture For or By the child? 'Children's culture' and cultural policy, *Poetics*, 38, td. 386-401.
- Johansson, B. a Hultgren, F. (2016) Children and Young People's Participation in Cultural Activities, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 134-154.
- Johansson, M., Raustorp, A., Mårtensson, F., Boldemann, C., Sternudd, C. a Kylin, M. (2011) Attitudinal Antecedents of Children's Sustainable Every Day Mobility, yn Gronau, W., Reiter, K. a Pressl, R. (gol) *Transport and Health Issues: Studies on mobility and transport research*, cyfrol 3, Verlag MetaGISInfosysteme, Mannheim, td. 55-68.
- Johnson, J.E. a Dong, P.I. (2019) Methods of Studying Play, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt, td. 399-415.
- Johnson, J.E., Eberle, S.G., Henricks, T.S. a Kuschner, D. (gol) (2015) *The Handbook of the Study of Play*, Maryland: Rowman and Littlefield.
- Jones, O. (2018) 'Bear Necessities': Toys, settings and emotional becoming, *Children's Geographies*, 16(4), td. 459-460.

- Jones, R., Goodwin-Hawkins, B. a Woods, M. (2020) From Territorial Cohesion to Regional Spatial Justice: The Well-Being of Future Generations Act in Wales, *International Journal of Urban and Regional Research*, 445, td. 894-912.
- Jorquera-Cabrera, S., Romero-Ayuso, D., Rodriguez-Gil, G. a Triviño-Juárez, J-M. (2017) Assessment of Sensory Processing Characteristics in Children between 3 and 11 Years Old: A systematic review, *Frontiers in Pediatrics*, 5, 57.
- Josephidou, J. a Bolshaw, P. (2020) *Understanding Gender and Early Childhood: An introduction to the key debates*, Llundain: Routledge.
- Juhila, K., Raitakari, S. a Hansen Löffstrand, C. (2017) Responsibilisation in Governmentality Literature, yn Juhila, K., Raitakari, S. a Hall, C. (gol) *Responsibilisation at the Margins of Welfare Services*. Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 11-34.
- Kallio, K.P., de Sousa, M.L., Mitchell, K., Häkli, J., Tulumello, S., Meier, I., Carastathis, A., Spathopoulou, A., Tsilimpounidi, M., Bird, G., Russell Beattie, A., Obradovic-Wochnik, J., Rozbicka, P. a Riding, J. (2020) Covid-19 discloses unequal geographies, *Fennia – International Journal of Geography*, 198(1-2), td. 1-16.
- Kane, E., Ljusberg, A-L. a Larsson, H. (2013) Making Magic Soup – The facilitation of play in school-age childcare, *International Journal of Play*, 2(1), td. 7-21.
- Karoff, H.S. a Jessen, C. (2008) *New Play Culture and Playware*, yn Proceedings for BIN2008.
- Karsten, L. (2005) It All Used to be Better? Different generations on continuity and change in urban children's daily use of space, *Children's Geographies*, 3(3), td. 275-290.
- Karsten, L. (2015) Middle Class Childhood and Parenting Culture in High-rise Hong Kong: On scheduled lives, the school trap and a new urban idyll, *Children's Geographies*, 5, td. 556-570.
- Katz, C. (2019) Accumulation, Dispossession, and Waste in Childhood and Children's Everyday Lives, yn Skelton, T. ac Aitken, S.C. (gol) *Establishing Geographies of Children and Young People, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 1, Singapore: Springer, td. 129-146.
- Kearns, R.A., Carroll, P., Asiasiga, L. a Witten, K. (2016) Variegated Nature of Play for Auckland Children, yn Evans, B. a Horton, J. (gol) *Play and Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 273-291.
- Keenan, H. a Lil Miss Hot Mess (2020) Drag pedagogy: The Playful Practice of Queer Imagination in Early Childhood, *Curriculum Inquiry*, 50(5), td. 440-461.
- Kellman, J. a Radwan, K. (2022) Towards an Expanded Neuroscientific Understanding of Social Play, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 132, td. 884-891.
- Kellock, A. a Lawthom, R. (2011) Sen's Capability Approach: Children and well-being explored through the use of photography, yn Biggeri, M., Ballet, J. a Comin, F. (gol) *Children and the Capability Approach: Child Labour, Education and Participation*, Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan, td. 137-161.
- Kimbrow, R.T. a Schachter, A. (2011) Neighborhood Poverty and Maternal Fears of Children's Outdoor Play, *Family Relations*, 60(4), td. 461-475.
- Kinard, T., Gainer, J., Valdez-Gainer, N., Volk, D. a Long, S. (2021) Interrogating the "Gold Standard": Play-based early childhood education and perpetuating white supremacy, *Theory into Practice*, 60(3), td. 322-332.
- King, P. (2021) The Impact of COVID-19 on Playwork Practice, *Child Care in Practice*, ar-lein ymlaen llaw.
- Kinney, L. a Smith, C. (2021) Journeys Towards a More Playful Zoo, yn Russell, W., Derry, C., Fitzpatrick, J. a Handscomb, B. (gol) *Stuff and Nonsense*, Redruth, Cernyw: Gwealan Tops Adventure Playground, td. 51-58.

- Klemenović, J. (2014) How Do Today's Children Play and with Which Toys?, *Croatian Journal of Education*, 16(1), td. 181-200.
- Knibbs, S., Pope, S., Dobie, S. a D'Souza, J. (2013) *National Evaluation of Flying Start: Impact Report*, Caerdydd: Ymchwil Gymdeithasol Llywdoraeth Cymru.
- Knight, H. (2019) Centering the Problem Child: Temporality, colonialism, and theories of the child, *Global Studies of Childhood*, 9(1) td. 72-83.
- Koch, A.B. (2018) Children's Perspectives on Happiness and Subjective Well-being in Preschool, *Children and Society*, 32, td. 73-83.
- Koller, D. a Farley, M. (2019) Examining Elements of Children's Place Attachment, *Children's Geographies*, 17(4), td. 491-500.
- Konstantoni, K. ac Emejulu, A. (2017) When Intersectionality Met Childhood Studies: The dilemmas of a travelling concept, *Children's Geographies*, 15(1), td. 6-22.
- Konstantoni, K., Kustatscher, M., Emejulu, A. a Sime, D. (2014) *Intersectional Childhoods and Inequalities: Seminar Series Briefing*, Prifysgol Caeredin, CERES, SHRC, Scottish Universities Insight Institute, SCCYP a Phrifysgol Strathclyde.
- Kosher, H. a Ben-Arieh, A. (2017) What Children Think About Their Rights and Their Well-being: A cross-national comparison, *American Journal of Orthopsychiatry*, 87(3), td. 256-273.
- Kottman, T. (2011) *Play Therapy: Basics and beyond*, 2^{il} arg., Alexandria, VA.: American Counseling Association.
- Koukourikos, K., Tzaha, L., Pantelidou, P. a Tsaloglidou, A. (2015) The Importance of Play During Hospitalization of Children, *Materia SocioMedica*, 27(6), td. 438-441.
- Kourti, A., Stavridou, A., Panagouli, E., Psaltopoulou, T., Tsofia, M., Sergentanis, T.N. a Tsitsika, A. (2021) Play Behaviors in Children during the COVID-19 Pandemic: A review of the literature, *Children*, 8, 706.
- Koziol, L.F., Budding, D.E. a Chidekel, D. (2012) From Movement to Thought: Executive function, embodied cognition, and the cerebellum, *Cerebellum*, 11(2), td. 505-525.
- Kraftl, P. (2020a) *After Childhood: Re-thinking environment, materiality and media in children's lives*, Llundain: Routledge.
- Kraftl, P. (2020b) *Including children and young people in building cities A provocation paper*, Yr Academi Brydeinig.
- Kraftl, P., Balastieri, J.A.P., Campos, A.E.M., Coles, B., Hadfield-Hill, S., Horton, J., Soares, P.V., Vilanova, M.R.N., Walker, C. a Zara, C. (2018) (Re)thinking (re)connection: Young people, "natures" and the water-energy-food nexus in São Paulo State, Brasil, *Transactions of the Institute of British Geographers*, 44(2), td. 299-314.
- Kraftl, P., Bolt, G. a Van Kempen, R. (2019) Hyper-diversity in/and Geographies of Childhood and Youth, *Social and Cultural Geography*, 20(9), td. 1189-1197.
- Kraftl, P. a Horton, J. (2019) Children's Geographies and the "New Wave" of Childhood Studies, yn Spyrou, S., Rosen R. a Cook, D.T. (gol) *Reimagining Childhood Studies*, Llundain: Bloomsbury, td. 105-119.
- Krakauer, J.W., Ghazanfar, A.A., Gomez-Marin, A., MacIver, M.A. a Poeppel, D. (2017) Neuroscience Needs Behavior: Correcting a reductionist bias, *Neuron*, 93(3), td. 480-490.
- Kreutz, A. (2020) The Mission: Engaging Aboriginal Australian children in the redesign of community public spaces, yn Loebach, J., Little, S., Cox, A. ac Eubanks Owens, P. (gol) *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Processes, Practices and Policies for Youth Inclusion*, Llundain: Routledge, td. 289-307.

- Krysiak, N. (2018) *Where Do the Children Play? Designing child-friendly compact cities*, Australian Institute of Architects.
- Kvist Lindholm, S. a Wickström, A. (2020) 'Looping Effects' Related to Young People's Mental Health: How young people transform the meaning of psychiatric concepts, *Global Studies of Childhood*, 10(1), td. 26-38.
- Kyttä, M. (2004) The Extent of Children's Independent Mobility and the Number of Actualized Affordances as Criteria for Child-Friendly Environments, *Journal of Environmental Psychology*, 24(2), td. 179-198.
- Kyttä, M., Oliver, M., Ikeda, E., Ahmadi, E., Omiya, I. a Laatikainen, T. (2018) Children as Urbanites: Mapping the affordances and behavior settings of urban environments for Finnish and Japanese children, *Children's Geographies*, 16(3), td. 319-332.
- LaFreniere, P. (2011) Evolutionary Functions of Social Play: Life histories, sex differences, and emotion regulation, *American Journal of Play*, 3(4), td. 464-488.
- LaFreniere, P. (2013) Children's Play as a Context for Managing Physiological Arousal and Learning Emotion Regulation, *Psihologijske Teme*, 22(2), td. 183-204.
- Lambert, A., Vlaar, J., Herrington, S. a Brussoni, M. (2019) What is the Relationship between the Neighbourhood Built Environment and Time Spent in Outdoor Play? A systematic review, *International Journal of Environmental Research in Public Health*, 16, 3840.
- Lambert, M. (2019) Between "Families in Trouble" and "Children at Risk": Historicising "troubled family" policy in England since 1945, *Children and Society*, 33, td. 82-91.
- Langley, K., Collishaw, S., Williams, M. a Shelton, K.H. (2017) An Investigation of Changes in Children's Mental Health in Wales between 2007/2008 and 2012/2013, *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(6), td. 639-642.
- Laoire, C.N. (2011) 'Girls Just Like to be Friends with People': Gendered experiences of migration among children and youth in returning Irish migrant families, *Children's Geographies*, 9(3-4), td. 303-318.
- Larouche, R., Garriguet, D. a Tremblay, M.S. (2017) Outdoor Time, Physical Activity and Sedentary Time among Young Children: The 2012-2013 Canadian Health Measures Survey, *Canadian Journal of Public Health*, 107(6), e500-e506.
- Larson, L.R., Szczytko, R., Bowers, E.P., Stephens, L.E., Stevenson, K.T. a Floyd, M.F. (2019) Outdoor Time, Screen Time, and Connection to Nature: Troubling trends among rural youth? *Environment and Behavior*, 51(8), td. 966-991.
- Larson, L.R., Whiting, J.W. a Green, G.T. (2013) Young People's Outdoor Recreation and State Park Use: Perceived benefits from the parent/guardian perspective, *Children, Youth and Environments*, 23, td. 89-118.
- Laruffa, F. (2018) Towards a Post-Neoliberal Social Policy? Social investment versus capability approach, *Momentum Quarterly – Zeitschrift Für Sozialen Fortschritt*, 7(4), td. 171-187.
- Laverty, A.A., Aldred, R. a Goodman, A. (2021) The Impact of Introducing Low Traffic Neighbourhoods on Road Traffic Injuries, *Findings*, Ionawr.
- Layard, A. (2019) Privatising Land in England, *Journal of Property, Planning and Environmental Law*, 11(2), td. 151-168.
- Leadbitter, K., Buckle, K.L., Ellis, C. a Dekker, M. (2021) Autistic Self-Advocacy and the Neurodiversity Movement: Implications for autism early intervention research and practice, *Frontiers in Psychology*, 12, 635690.
- Lee, A. a Hood, B. (2021) The Origins and Development of Attachment Object Behaviour, *Current Opinion in Psychology*, 39, td. 72-75.

- Lee, H., Tamminen, K.A., Clark, A.M., Slater, L., Spence, J.C. a Holt, N.L. (2015) A Meta-study of Qualitative Research Examining Determinants of Children's Independent Active Free Play, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), td. 1-12.
- Lee, K.L. a Blumberg, B. (2019) Transgenerational Effects of Obesogens, *Basic and Clinical Pharmacology and Toxicology*, 125 (Atod. 3), td. 44-57.
- Lee, R.L.T., Lane, S., Brown, G., Leung, C., Kwok, S.W.H. a Chan, S.W.C. (2020) Systematic Review of the Impact of Unstructured Play Interventions to Improve Young Children's Physical, Social, and Emotional Wellbeing, *Nursing and Health Sciences*, 22(2), td. 184-196.
- Leggett, N. a Newman, L. (2017) Play: Challenging educators' beliefs about play in the indoor and outdoor environment, *Australasian Journal of Early Childhood*, 42(1), td. 24-32.
- Lehman-Frisch, S., Authier, J-Y. a Dufaux, F. (2012) 'Draw Me Your Neighbourhood': A gentrified Paris neighbourhood through its children's eyes, *Children's Geographies*, 10(1), td. 17-34.
- Lenz Taguchi, H. (2014) New Materialisms and Play, yn Brooker, E., Blaise, M. ac Edwards, S. (gol) *Sage Handbook of Play and Learning in Early Childhood*, Llundain: Sage: td. 79-90.
- Lester, S. (2016) Posthuman Nature: Life beyond the natural playground, yn MacLean, M., Russell, W. a Ryall, E. (gol) *Philosophical Perspectives on Play*, Llundain: Routledge, td. 53-67.
- Lester, S. (2020) *Everyday Playfulness: A new approach to children's play and adult responses to it*, Llundain: Jessica Kingsley.
- Lester, S., Jones, O. a Russell, W. (2011) *Supporting School Improvement through Play: An evaluation of South Gloucestershire's Outdoor Play and Learning Programme*, Llundain: National Children's Bureau.
- Lester, S. a Russell, W. (2008) *Play for a Change: Play, Policy and Practice – A review of contemporary perspectives*, Llundain: National Children's Bureau.
- Lester, S. a Russell, W. (2010) *Children's Right to Play: An examination of the importance of play in the lives of children worldwide*, Yr Hag: Bernard van Leer Foundation.
- Lester, S. a Russell, W. (2013) *Welingtons Croen Llewpard, Het Silc a Phiben Sugnwr Lluch: Dadansoddiad o ddyletswydd Asesiad Digonolrwydd Chwarae Cymru*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- Lester, S. a Russell, W. (2014a) *Towards Securing Sufficient Play Opportunities: A short study into the preparation undertaken for the commencement of the second part of the Welsh Government's Play Sufficiency Duty to secure sufficient play opportunities*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- Lester, S. a Russell, W. (2014b) Turning the World Upside Down: Playing as the deliberate creation of uncertainty, *Children*, 1(2), td. 241-260.
- Lester, S., Strachan, A. a Derry, C. (2014) A More Playful Museum: Exploring issues of institutional space, children's play and well-being, *International Journal of Play*, 3(1), td. 24-35.
- Levinovitz, A. (2017) Towards a Theory of Toys and Toy-Play, *Human Studies*, 40(2), td. 267-284.
- Lewis, P.J. (2017) The Erosion of Play, *International Journal of Play*, 6(1), td. 10-23.
- Leyshon, M. (2016) Rural Youth Identity Formation: Stories of movement and memories of place, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 237-254.
- Li, C. a Seymour, M. (2019) Children's Perceptions of Neighbourhood Environments for Walking and Outdoor Play, *Landscape Research*, 44(4), td. 430-443.

- Lifter, K., Mason, E.J., Minami, T., Cannarella, A. a Tennant, R. (2022) Emergent Patterns in the Development of Young Children's Object Play, *Acta Psychologica*, 224, 103524.
- Lillard, A.S., Lerner, M.D., Hopkins, E.J., Dore, R.A., Smith, E.D. a Palmquist, C.M. (2013) The Impact of Pretend Play on Children's Development: A review of the evidence, *Psychological Bulletin*, 139(1), td. 1-34.
- Lincoln, S. (2016) Bedroom Culture: A review of research, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 421-439.
- Lindsey, E.W. a Colwell, M.J. (2013) Pretend and Physical Play: Links to preschoolers' affective social competence, *Merrill-Palmer Quarterly*, 59(3), td. 330-360.
- Little, H. a Stapleton, M. (2021) Exploring Toddlers' Rituals of 'Belonging' Through Risky Play in the Outdoor Environment, *Contemporary Issues in Early Childhood*, ymlaen llaw ar-lein.
- Living Streets (2019) *Rising Traffic Driving Children off Local Streets*.
- Livingstone, S., Davidson, J., Bryce, J., Batool, S., Haughton, C. a Nandi, A. (2017) *Children's Online Activities, Risks and Safety: A literature review by the UKCCIS evidence group*, Llundain: LSE Consulting.
- Llywodraeth Cymru (2016) *Rhannu Pwrpas: Rhannu Dyfodol. Canllawiau statudol ar Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 (SPSF3: Rôl gyfunol – Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus)*, Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
- Llywodraeth Cymru (2021) *Canllawiau'r Ddeddf Teithio Llesol, Gorffennaf 2022*, Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
- Llywodraeth Cymru (2022) *Cynigion ar gyfer ailagor meysydd chwarae awyr agored a chanolfannau chwarae dan do: asesiad effaith integredig*.
- Loebach, J. (2020) 'Green Direction': Illustrating a framework for integrating youth into the design and building of public spaces, yn Loebach, J., Little, S., Cox, A. ac Eubanks Owens, P. (gol) *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Processes, Practices and Policies for Youth Inclusion*, Llundain: Routledge, td. 166-195.
- Loebach, J. a Gilliland, G. (2016a) Neighbourhood Play on the Endangered List: Examining patterns in children's local activity and mobility using GPS monitoring and qualitative GIS, *Children's Geographies*, 14950, td. 573-589.
- Loebach, J.E. a Gilliland, J.A. (2016b) Free Range Kids? Using GPS-derived activity spaces to examine children's neighborhood activity and mobility, *Environment and Behavior*, 48(3), td. 421-453.
- Loebach, J., Sanches, M., Jaffe, J. ac Elton-Marshall, T. (2021) Paving the Way for Outdoor Play: Examining socio-environmental barriers to community-based outdoor play, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3617.
- Loebenberg, A. (2012) Consumption, Collection, Creativity: Micro-Local Practices within Children's Bedroom Play in Urban Vancouver, *Material Culture Review*, 74-75, td. 116-130.
- Loebenberg, A. (2013) Playing in Virtual Spaces: Using ethnography to explore a new area of research, *International Journal of Play*, 2(2), td. 117-133.
- Loebenberg, A. (2018) What Is the State of Play?, *International Journal of Play*, 7(1), td. 3-7.
- Lockman, J.L. a Tamis-LeMonda, C.S. (2021) Young Children's Interactions with Objects: Play as practice and practice as play, *Annual Review of Developmental Psychology*, 3(1), td. 165-186.
- Loizou, E. (2017) Towards Play Pedagogy: Supporting teacher play practices with a teacher guide about socio-dramatic and imaginative play, *European Early Childhood Education Research Journal*, 25(5), td. 784-795.
- Long, A. (2017) It's Not Just About 'More': A research project exploring satisfaction with opportunities to play, for children in two Welsh neighbouring communities, *International Journal of Play*, 6(1), td. 24-39.

- Long, A., Delorme, M. a Brown, F. (2014) *Developing a Culture of Play: A follow-up report to the Wrexham play sufficiency assessment*, Leeds: Prifysgol Leeds Beckett.
- López, I., Ortega, J. a Pardo, M. (2020) Mobility Infrastructures in Cities and Climate Change: An analysis through the superblocks in Barcelona, *Atmosphere*, 11(4), 410.
- Lopez Frías, F.J. (2020) Does Play Constitute the Good Life? Suits and Aristotle on autotelicity and living well, *Journal of the Philosophy of Sport*, 47(2), td. 68-182.
- Lott, N. (2020) *The Right to Play*, thesis Doethuriaeth, Prifysgol Nottingham.
- Loukaitou-Sideris, A., Brozen, M., Abad Ocubillo, R. ac Ocubillo, K. (2013) *Reclaiming the Right-of-Way Evaluation Report: An Assessment of the Spring Street Parklets*, Prifysgol California Los Angeles: The Ralph and Goldy Lewis Center for Regional Policy Studies.
- Louv, R. (2005) *Last Child in the Woods: Saving our children from nature-deficit disorder*, Llundain: Atlantic Books.
- Love, R., Adams, J. a van Sluijs, E.M.F. (2019) Are School-based Physical Activity Interventions Effective and Equitable? A meta-analysis of cluster randomized controlled trials with accelerometer-assessed activity, *Obesity Review*, 20(6), td. 859-870.
- Luchs, A. a Fikus, M. (2013) A Comparative Study of Active Play on Differently Designed Playgrounds, *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 13(3), td. 206-222.
- Lynch, H., Moore, A., Edwards, C. a Horgan, L. (2020) Advancing Play Participation for All: The challenge of addressing play diversity and inclusion in community parks and playgrounds, *British Journal of Occupational Therapy*, 83(2), td. 107-117.
- Lynch, H., Moore, A. a Prellwitz, M. (2018) From Policy to Play Provision: Universal Design and the challenges of inclusive play, *Children, Youth and Environments*, 28(2), td. 12-34.
- Lynch, J. (2019) Populism, Partisan Convergence, and Mobilization in Western Europe, *Polity*, 51(4), td. 668-677.
- Madrid, S. (2013) Playing Aggression: The social construction of the 'sassy girl' in a peer culture play routine, *Contemporary Issues in Early Childhood*, 14(3), td. 241-254.
- Mainland, M., Shaw, S.M. a Prier, A. (2017) Parenting in an Era of Risk: Responding to the obesity crisis, *Journal of Family Studies*, 23(1), td. 86-97.
- Malik, L. (2019) Tayyari Jeet Ki – The Production of Childhood as a Cultural Trope of Developmentalism, yn Pathak, D.N. a Das, A.K. (gol) *Investigating Developmentalism: Notions of development in the social sphere*, Cham, Y Swisdir: Palgrave Macmillan, td. 141-159.
- Malone, K. (2013) "The Future Lies in our Hands": Children as researchers and environmental change agents in designing a child-friendly neighbourhood, *Local Environment: The International Journal of Justice and Sustainability*, 18(3), td. 372-395.
- Malone, K. (2015) Children's Place Encounters: Place-based participatory research to design a child-friendly and sustainable urban development, yn Ansell, N., Klocker, N. a Skelton, T. (gol) *Geographies of Global Issues: Change and Threat, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 8, Singapore: Springer, td. 1-30.
- Malone, K. (2016a) Reconsidering Children's Encounters with Nature and Place Using Posthumanism, *Australian Journal of Environmental Education*, 32(1), td. 42-56.
- Malone, K. (2016b) Posthumanist Approaches to Theorising Children's Human-Nature Relations, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 185-206.

- Malone, K. a Rudner, J. (2016) Child-Friendly and Sustainable Cities: Exploring global studies on children's freedom, mobility, and risk, yn Freeman C., Tranter P. a Skelton T. (gol) *Risk, Protection, Provision and Policy, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 12. Singapore: Springer, td. 345-370.
- Mansfield, A. a Couve, C. (2020) Making London Child-Friendly, *Urban Design*, 156, td. 32-35.
- Markey, P.M., Ferguson, C.J. a Hopkins, L.I. (2020) Video Game Play: Myths and benefits, *American Journal of Play*, 13(1), td. 87-106.
- Marks-Tarlow, T. (2010) The Fractal Self at Play, *American Journal of Play*, 3(1), td. 31-62.
- Marlatt, R. (2020) Capitalizing on the Craze of Fortnite: Toward a conceptual framework for understanding how gamers construct communities of practice, *Journal of Education*, 200(1), td. 3-11.
- Marmot, M., Allen, J., Boyce, T., Goldblatt, P. a Morrison, J. (2020) *Health Equity in England: The Marmot Review 10 years on*, Llundain: Institute of Health Equity.
- Marsh, J. (2011) Young Children's Literacy Practices in a Virtual World: Establishing an online interaction order, *Reading Research Quarterly*, 46(2), td. 101-118.
- Marsh, J. (2012) Countering Chaos in Club Penguin: Young children's literacy practices in a virtual world, yn Merchant, G., Gillen, J., Marsh, J. a Davies, J. (gol) *Virtual Literacies: Interactive spaces for children and young people*, Llundain: Routledge, td. 75-88.
- Marsh, J. (2014) From the Wild Frontier of Davy Crockett to the Wintery Fiords of Frozen: Changes in media consumption, play and literacy from the 1950s to the 2010s, *International Journal of Play*, 3(3), td. 267-279.
- Marsh, J. (2016) The Relationship between Online and Offline play: Friendship and exclusion, yn Burn, A. a Richards, C. (gol) *Children's Games in the New Media Age: Childlore, media and the playground*, Llundain: Routledge, td. 123-146.
- Marsh, J. (2017) The Internet of Toys: A posthuman and multimodal analysis of connected play, *Teachers College Record*, 119(12), td. 1-32.
- Marsh, J. a Bishop, J.C. (2013) *Changing Play: Play, media and commercial culture from the 1950s to the present day*, Maidenhead, Berkshire: Gwasg y Brifysgol Agored.
- Marsh, J., Law, L., Lahmar, J., Yamada-Rice, D., Parry, B., Scott, F., Robinson, P., Nutbrown, B., Scholey, E., Baldi, P., McKeown, K., Swanson, A. a Bardill, R. (2019) *Social Media, Television and Children*, Sheffield: Prifysgol Sheffield.
- Marsh, J., Murriss, K., Ng'ambi, D., Parry, R., Scott, F., Thomsen, B.S., Bishop, J., Bannister, C., Dixon, K., Giorza, T., Peers, J., Titus, S., Da Silva, H., Doyle, G., Driscoll, A., Hall, L., Hetherington, A., Krönke, M., Margary, T., Morris, A., Nutbrown, B., Rashid, S., Santos, J., Scholey, E., Souza, L. a Woodgate, A. (2020) *Children, Technology and Play*. Billund, Denmark: The LEGO Foundation.
- Marsh, J., Plowman, L., Yamada-Rice, D., Bishop, J. a Scott, F. (2016) Digital Play: A new classification, *Early Years*, 36(3), td. 242-253.
- Martins, J., Marques, A., Sarmiento, H. a Carreiro Da Costa, F. (2015) Adolescents' Perspectives on the Barriers and Facilitators of Physical Activity: A systematic review of qualitative studies, *Health Education Research*, 30, td. 742-755.
- Massumi, B. (2013) Prelude, yn Manning, E., *Always More than One: Individuation's dance*, Durham, NC: Gwasg Prifysgol Duke.
- Masten, A.S. (2014) *Ordinary Magic: Resilience in Development*, Llundain: The Guilford Press.
- Matrix Evidence (2010) *Play England: An economic evaluation of play provision*, Matrix Evidence.

- Maxwell, N., Wallace, C., Cummings, A., Bayfield, H. a Morgan, H. (2019) *A Systematic Map and Synthesis Review of Child Criminal Exploitation*, Caerdydd: Canolfan Ymchwil a Datblygu Gofal Cymdeithasol Plant, Prifysgol Caerdydd.
- May, T. (2011) *Social Research*, 4^{ydd} arg., Berkshire: Y Brifysgol Agored / McGraw Hill.
- Maer Llundain (2022) *Mayor Hails Success of School Streets Programme*, 10 Mawrth.
- Mayeza, E. (2018) 'Charmer Boys' and 'Cream Girls': How primary school children construct themselves as heterosexual subjects through football, *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 39(1), td. 128-141.
- McCabe, S., Joldersma, T. a Li, C. (2010) Understanding the Benefits of Social Tourism: Linking participation to subjective well-being and quality of life, *International Journal of Tourism Research*, 12(6), td. 761-773.
- McCormick, R. (2017) Does Access to Green Space Impact the Mental Well-being of Children: A systematic review, *Journal of Pediatric Nursing*, 37, td. 3-7.
- McDonnell, S. (2019) Nonsense and Possibility: Ambiguity, rupture and reproduction in children's play/ful narratives, *Children's Geographies*, 17(3), td. 251-265.
- McDowell, L. (2017) Youth, Children and Families in Austere Times: Change, politics and a new gender contract, *Area*, 493, td. 311-316.
- McGinley, M. ac Evans, A.M. (2020) Parent and/or Peer Attachment? Predicting emerging adults' prosocial behaviors and internalizing symptomatology, *Journal of Child and Family Studies*, 29, td. 1833-1844.
- McIntyre, N. a Gayle, D. (2022) Poorest Areas of England Have Less Than Third of Garden Space Enjoyed By Richest, *The Guardian*, 26 Chwefror.
- McKendrick, J. H., Kraftl, P., Mills, S., Gregorius, S. a Sykes, G. (2015) Complex geographies of play provision dis/investment across the UK, *International Journal of Play*, 4(3), td. 228-235.
- McKendrick, J.H., Loebach, J. a Casey, T. (2018) Reflections on the Challenges to Providing Optimum Environments for Play, *Children, Youth and Environments*, 28(2), td. 262-272.
- McKinty, J. a Hazleton, R. (2022) The Pandemic Play Project – Documenting kids' culture during COVID-19, *International Journal of Play*, 11(1), td. 12-33.
- McLachlan, B. (2014) Project Play at Swanson School, *Play and Folklore*, 61(1), td. 4-8.
- McNamara, L. (2013) What's Getting in the Way of Play? An analysis of the contextual factors that hinder recess in elementary schools, *Canadian Journal of Action Research*, 14(2), td. 3-21.
- McPhail, D. a Huynh, A. (2016) Geographies of Maternal Obesity, Eugenics, and the Clinical Space, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 618-643.
- McQuade, L., McLaughlin, M., Giles, M. a Cassidy, T. (2019) Play Across the Generations: Perceptions of changed play patterns in childhood, *Journal of Social Sciences and Humanities*, 5(2), td. 90-96.
- Medvedyuk, S., Ali, A. a Raphael, D. (2018) Ideology, Obesity and the Social Determinants of Health: A critical analysis of the obesity and health relationship, *Critical Public Health*, 28(5), td. 573-585.
- Meek, S. ac Evandra, C. (2020) New Federal Data shows Black Preschoolers Still Disciplined at Far Higher Rates than Whites, *Washington Post*, 26 Tachwedd.
- Meire, J. (2007) Qualitative Research on Children's Play: A review of recent literature, yn Jambor, T. a van Gils, J. (gol) *Several Perspectives on Children's Play: Scientific Reflections for Practitioners*, Antwerp: Garant, td. 29-78.

- Memari, A.H., Panahi, N., Ranjbar, E., Moshayedi, P., Shafiei, M., Kordi, R. a Ziaee, V. (2015) Children with Autism Spectrum Disorder and Patterns of Participation in Daily Physical and Play Activities, *Neurology Research International*, 531906.
- Mereweather, J. (2020) Enchanted Animism: A matter of care, *Contemporary Issues in Early Childhood*, ar-lein yn gyntaf, td. 1-12.
- Mertala, P., Karikoski, H., Tähtinen, L. a Sarenius, V-M. (2016) The Value of Toys: 6-8-year old children's toy preferences and the functional analysis of popular toys, *International Journal of Play*, 5(1), td. 11-27.
- Mikkelsen, M.R. a Christensen, P. (2009) Is Children's Independent Mobility Really Independent? A study of children's mobility combining ethnography and GPS/mobile phone technologies, *Mobilities*, 4(1), td. 37-58.
- Miller, L.J., Schoen, S.A., Camarata, S.M., McConkey, J., Kanics, I.M., Valdez, A. a Hampton, S. (2017) Play in Natural Environments: A pilot study quantifying the behavior of children on playground equipment, *Journal of Occupational Therapy, Schools, and Early Intervention*, 10(3), td. 213-231.
- Mische Lawson, L. a Dunn, W. (2008) Children's Sensory Processing Patterns and Play Preferences, *Annual in Therapeutic Recreation*, 16, td. 1-14.
- Moir, P. a Brunner, N. (2021) 'We Actually Get to Go Out and Play': Looking through children's views on Out of School Hours Care to children's experience of school, *International Journal of Play*, 10(3), td. 302-315.
- Monbiot, G., Grey, R., Kenny, T., Macfarlane, L., Powell-Smith, A., Shrubsole, G. a Stratford, B. (2019) *Land for the Many: Changing the way our fundamental asset is used, owned and governed*, Llundain: Y Blaid Lafur.
- Montuori, A. (2005) Literature Review as Creative Inquiry: Reframing scholarship as a creative process, *Journal of Transformative Education*, 3(4), Hydref, td. 374-393.
- Moore, A., Boyle, B. a Lynch, H. (2022) Designing Public Playgrounds for Inclusion: A scoping review of grey literature guidelines for Universal Design, *Children's Geographies*, ymlaen llaw ar-lein.
- Moore, A. a Lynch, H. (2018) Understanding a Child's Conceptualisation of Well-being Through an Exploration of Happiness: The centrality of play, people and place, *Journal of Occupational Science*, 25(1), td. 124-141.
- Moser, H., Hales, R. a Riesz, E. (2021) Child Development Just Outside the Front Door: Neighbourhood Play Project, *International Journal of Playwork Practice*, 2(1), 1.
- Moss, S. (2012) *Natural Childhood*, Swindon: Yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol.
- Mould, O. (2016) Parkour, Activism, and Young People, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 311-329.
- Mroz, M. a Woolner, P. (2015) 'Playtime': The use of UK primary school outdoor space between lessons, papur a gyflwynwyd yn y Gynhadledd Ewropeaidd ar Ymchwil Addysgol, Budapest, Hwngari, 7-11 Medi.
- Mukherjee, U. (2020) Towards a Critical Sociology of Children's Leisure, *International Journal of the Sociology of Leisure*, 3(3), td. 219-239.
- Mukherjee, U. (2021) Rainbows, Teddy Bears and 'Others': The cultural politics of children's leisure amidst the COVID-19 pandemic, *Leisure Sciences*, 43(1-2), td. 24-30.
- Mueller, N., Rojas-Rueda, D., Khreis, H., Cirach, M., Andrés, D., Ballester, J., Bartoll, X., Daher, C., Deluca, A., Echave, C., Milà, C., Márquez, S., Palou, J., Pérez, K., Tonne, C., Stevenson, M., Rueda, S. a Nieuwenhuijsen, M. (2020) Changing the Urban Design of Cities for Health: The superblock model, *Environment International*, 134, 105132.

- Mullan, K. (2019) A Child's Day: Trends in time use in the UK from 1975 to 2015, *The British Journal of Sociology*, 70(3), td. 997-1024.
- Mulryan-Kyne, C. (2014) The School Playground Experience: Opportunities and challenges for children and school staff, *Educational Studies*, 40(4), td. 377-395.
- Münch, N., Mahdiani, H., Lieb, K. a Paul, N.W. (2021) Resilience Beyond Reductionism: Ethical and social dimensions of an emerging concept in the neurosciences, *Medicine, Health Care and Philosophy*, 24(1), td. 55-63.
- Murnaghan, A.M.F. (2019) Play and Playgrounds in Children's Geographies, yn Skelton, T. a Aitken, S. (gol) *Establishing Geographies of Children and Young People, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 1, Singapore: Springer, td. 407-425.
- Murphy, K. (2021) Neurodiverse Play is the Way: We need to embrace a play-rich environment for our children with SEND, *Family*, 8 Medi.
- Murray, L. a Cortés-Morales, S. (2019) *Children's Mobilities: Interdependent, imagined, relational*, Llundain: Palgrave Macmillan.
- Murris, K. (2016a) The Posthuman Child: iii, yn Kennedy, D. a Bahler, B. (gol) *Philosophy of Childhood Today: Exploring the Boundaries*, Lanham, MD: Lexington Books, td. 185-197.
- Murris, K. (2016b) *The Posthuman Child: Educational transformation through philosophy with picturebooks*, Llundain: Routledge.
- Murris, K. (2017) Reading Two Rhizomatic Pedagogies Diffractively Through One Another: A Reggio inspired philosophy with children for the postdevelopmental child, *Pedagogy, Culture and Society*, 25(4), td. 531-550.
- Murris, K. (2019) Children's Development, Capability Approaches and Postdevelopmental Child: The birth to four curriculum in South Africa, *Global Studies of Childhood*, 9(1), td. 56-71.
- Mygind, L., Kurtzhals, M., Nowell, C., Melby, P.S., Stevenson, M.P., Nieuwenhuijsen, M., Jarrad, A.G.L., Flensburg-Madsen, T., Bentsen, P. ac Enticott, P.G. (2021) Landscapes of Becoming Social: A systematic review of evidence for associations and pathways between interactions with nature and socioemotional development in children, *Environment International*, 146, 106238.
- Nairn, K. a Kraftl, P. (2016) Introduction to Children and Young People, Space, Place and Environment, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 1-24.
- Nansen, B., Gibbs, L., Macdougall, C., Vetere, F., Ross, N.J. a Mckendrick, J. (2015) Children's Interdependent Mobility: Compositions, collaborations and compromises, *Children's Geographies*, 13(4), td. 467-481.
- Nedovic, S. a Morrissey, A. (2013) Calm, Active and Focused: Children's responses to an organic outdoor learning environment, *Learning Environments Research*, 16(2), td. 281-295.
- Nelson, N. (2020) Rats, Death, and Anthropocene Relations in Urban Canadian Childhoods, yn Cutter-Mackenzie-Knowles, A., Malone, K. a Barrat Hacking, E. (gol) *Research Handbook on Childhoodnature: Assemblages of childhood and nature research*, Singapore: Springer, td. 637-659.
- Ness, D. a Farenga, S.J. (2016) Blocks, Bricks, and Planks: Relationships between affordance and visuo-spatial constructive play objects, *American Journal of Play*, 8(2), td. 201-227.
- Newell, J.P., Seymour, M., Yee, T., Renteria, J., Longcore, T., Wolch, J.R. a Shishkovsky, A. (2013) Green Alley Programs: Planning for a sustainable urban infrastructure?, *Cities*, 31, td. 144-155.
- NHS Digidol (2021) *National Child Measurement Programme, England 2020/21 School Year*.

- Nielsen, L. (2018) Playing for Social Equality, *Politics, Philosophy and Economics*, 17(4), td. 427-446.
- Nielsen, R.K.L. a Hanghøj, T. (2019) eSports Skills are People Skills, *Proceedings of the 12th European Conference on Game Based Learning*.
- Nijhof, S.L., Vinkers, C.H., van Geelen, S.M., Duijff, S.N., Achterberg, E.J.M., van der Net, J., Veltkamp, R.C., Grootenhuis, M.A., van de Putte, E.M., Hillegers, M.H.J., van der Brug, A.W., Wierenga, C.J., Benders, M.J.N.L., Engels, R.C.M.E., van der Ent, C.K., Vanderschuren, L.J.M.J. a Lesscher, H.M.B. (2018) Healthy Play, Better Coping: The importance of play for the development of children in health and disease, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 95, td. 421-429.
- NimbleFins (2022) *Number of Cars in the UK 2022*, 7 Gorffennaf.
- Nirmalan, N. a Nirmalan, M. (2020) Homeostasis in Dynamic Self-regulatory Physiological Systems, *Anaesthesia and Intensive Care Medicine*, 21(1), td. 590-595.
- Nussbaum, M. (2007) Human Rights and Human Capabilities, *Harvard Human Rights Journal*, 20, td. 21-24.
- Offer, S. a Schneider, B. (2007) Children's Role in Generating Social Capital, *Social Forces*, 85(3), td. 1125-1142.
- O'Haire, M.E., McKenzie, S.J., Beck, A.M. a Slaughter, V. (2015) Animals May Act as Social Buffers: Skin conductance arousal in children with Autism Spectrum Disorder in a social context, *Developmental Psychobiology*, 57(5), td. 584-595.
- O'Hara L. a Taylor J. (2018) What's Wrong With the 'War on Obesity?' A narrative review of the weight-centered health paradigm and development of the 3C framework to build critical competency for a paradigm shift, *SAGE Open*, 8(2), td. 1-28.
- Oldenburg, R. (1989) *The Great Good Place*, Efrog Newydd: Marlowe.
- Oldenburg, R. a Brissett, D. (1982) The Third Place, *Qualitative Sociology*, 5, td. 265-284.
- Oliver, M., Mavoa, S., Badland, H., Parker, K., Donovan, P., Kearns, R.A., Lin, E-Y. a Witten, K. (2015) Associations between the Neighbourhood Built Environment and Out of School Physical Activity and Active Travel: An examination from the Kids in the City study, *Health and Place*, 36, td. 57-64.
- Oliver, M., McPhee, J., Carroll, P., Ikeda, E., Mavoa, S., Mackay, L., Kearns, R.A., Kyttä, M., Asiasiga, L., Garrett, N., Lin, J., Mackett, R., Zinn, C., Moewaka Barnes, H., Egli, V., Prendergast, K. a Witten, K. (2016) Neighbourhoods for Active Kids: Study protocol for a cross-sectional examination of neighbourhood features and children's physical activity, active travel, independent mobility and body size, *BMJ Open*, e013377.
- Olson, D.R. (2022) *Making Sense: What it means to understand*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt.
- Orr, E. (2020) Object Play as a Mediator of the Role of Exploration in Communication Skills Development, *Infant Behavior and Development*, 60, 101467.
- Ortiz, A., Ferret, M.P., Baylina, M. (2016) Teenagers' Sense of Neighborhood in Barcelona, yn Nairn, K. a Kraftl, P. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 249-268.
- Osgood, J. (2014) Playing with Gender: Making space for post-human childhood(s), yn Moyles, J., Payler, J. a Georgeson, J. (gol) *Early Years Foundations: Critical Issues*, Maidenhead: Gwasg y Brifysgol Agored, td. 191-202.
- Othman, S. a Said, I. (2012) Affordances of Cul-de-sac in Urban Neighborhoods as Play Spaces for Middle Childhood Children, *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 38, td. 184-194.
- Owen, G. (2020) *A Queer History of Adolescence: Developmental pasts, relational futures*, Athens, GA.: Gwasg Prifysgol Georgia.

- Owens, J., Entwistle, V.A., Craven, L.K. a Conradie, I. (2021) Understanding and Investigating Relationality in the Capability Approach, *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 52, td. 86-104.
- Oyama, S. (2016) The Lure of Immateriality in Accounts of Development and Evolution, yn Pitts-Taylor, V. (gol) *Mattering: Feminism, science, and materialism*, Efrog Newydd: Gwasg Prifysgol Efrog Newydd, td. 91-103.
- Pacilli, M.G., Giovannelli, I., Prezza, M. ac Augimeri, M.L. (2013) Children and the Public Realm: Antecedents and consequences of independent mobility in a group of 11-13-year-old Italian children, *Children's Geographies*, 11(4), td. 377-393.
- Page, A.S., Cooper, A., Hampton, L., Read, J., Tibbitts, B., Wheeler, B., Pike, E., Vinas, V., Venison, D., Lowman C., Jackson, N. a Bowker, P. (2017) *Why Temporary Street Closures for Play Make Sense for Public Health*, Llundain: Play England.
- Page, N., Hewitt, G., Young, H., Moore, G. a Murphy, S. (2021) *Iechyd a Lles Myfyrwyr yng Nghymru: Adroddiad Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion 2019/20*, Caerdydd: Prifysgol Caerdydd.
- Palagi, E. (2018) Not Just for Fun! Social play as a springboard for adult social competence in human and non-human primates, *Behavioral Ecology and Sociobiology*, 72, 90.
- Panksepp, J. (2007) Can PLAY Diminish ADHD and Facilitate the Construction of the Social Brain? *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 16(2), td. 57-66.
- Panksepp, J. (2008) Play, ADHD, and the Construction of the Social Brain: Should the first class of each day be recess? *American Journal of Play*, 1(1), td. 55-79.
- Panksepp, J. (2010) Affective Neuroscience of the Emotional BrainMind: Evolutionary perspectives and implications for understanding depression, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 12, td. 533-545.
- Panksepp, J. (2012) Synopsis of Affective Neuroscience – Naturalizing the mammalian mind, *Journal of Consciousness Studies*, 19(3-4), td. 6-18.
- Panksepp, J. (2015) The Psychology of PLAY and the Benefits of Social Playfulness, yn Johnson, J.E., Eberle, S.G., Henricks, T.S. a Kushner, D. (gol) *The Handbook of the Study of Play*, Maryland: Rowman and Littlefield, td. 477-487.
- Panksepp, J. (2016) The Cross-Mammalian Neurophenomenology of Primal Emotional Affects: From Animal Feelings to Human Therapeutics, *The Journal of Comparative Neurology | Research in Systems Neuroscience*, 524, td. 1624-1635.
- Panksepp, J. (2017) PLAY and the Construction of Creativity, Cleverness and the Reversal of ADHD in our Social Brains, yn Marks-Tarlow, T., Solomon, M. a Siegel, D. (gol) *Play and Creativity in Psychotherapy*, Efrog Newydd: Norton, td. 242-270.
- Panksepp, J., Asma, S., Curran, G., Gabriel, R. a Greif, T. (2012) The Philosophical Implications of Affective Neuroscience, *Journal of Consciousness Studies*, 19(3-4), td. 6-48.
- Panksepp, J., Clarici, A., Vandekerckhove, M. a Yovell, Y. (2019) Neuro-Evolutionary Foundations of Infant Minds: From psychoanalytic visions of how primal emotions guide constructions of human minds toward affective neuroscientific understanding of emotions and their disorders, *Psychoanalytic Inquiry*, 39(1), td. 36-51.
- Panksepp, J. a Panksepp, J.B. (2013) Toward a Cross-species Understanding of Empathy, *Trends Neurosciences*, 36(8), td. 489-96.
- Parent, N., Guhn, M., Brussoni, M., Almas, A. ac Oberle, E. (2021) Social Determinants of Playing Outdoors in the Neighbourhood: Family characteristics, trust in neighbours and daily outdoor play in early childhood, *Canadian Journal of Public Health*, 112(1), td. 120-127.

- Parker, M.M., Glickman, C.P., Smelser, Q. a DeRaedt, M. (2021) Therapeutic or Traumatic: An exploratory study of play therapists' perceptions of toy guns and aggressive toys in the playroom, *International Journal of Play Therapy*, 30(1), td. 61-71.
- Patalay, P. a Fitzsimons, E. (2020) *Mental Ill-health at Age 17 in the UK*, Llundain: Centre for Longitudinal Studies, Coleg Prifysgol Llundain a'r National Children's Bureau.
- Patte, M.M. a Brown, F. (2011) Playwork: A profession challenging societal factors devaluing children's play, *Journal of Student Wellbeing*, 5(1), td. 58-70.
- Patte, M. gyda Cote, A., Keeler, R., Law, S. a Leichter-Saxby, M. (2018) Playwork in America: Past, current and future trends, yn Brown, F. a Hughes, B. (gol) *Aspects of Playwork, Play and Culture Studies Volume 14*, Maryland: Gwasg Prifysgol America, td. 63-78.
- Pawlowski, C.S., Ergler, C., Tjørnhøj-Thomsen, T., Schipperijn, J. a Troelsen, J. (2015) 'Like a Soccer Camp for Boys': A qualitative exploration of gendered activity patterns in children's self-organized play during school recess, *European Physical Education Review*, 21(3), td. 275-291.
- Pellegrini, A.D. (gol) (2011) *The Oxford Handbook of the Development of Play*, Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen.
- Pellegrini, A.D. (2019) Object Use in Childhood: Development and possible functions, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt, td. 165-182.
- Pellegrini, A.D., Dupuis, D.N. a Smith, P.K. (2007) Play in Evolution and Development, *Developmental Review*, 27, td. 261-276.
- Pellis, S.M., Himmler, B.T., Himmler, S.M. a Pellis, V.C. (2018) Rough-and-Tumble Play and the Development of the Social Brain: What do we know, how do we know it, and what do we need to know? yn Gibb, R. a Kolb, B. (gol) *The Neurobiology of Brain and Behavioral Development*, Llundain: Academic Press, td. 315-337.
- Pellis, S.M. a Pellis, V.C. (2017) What is Play Fighting and What is it Good for?, *Learning and Behavior*, 45, td. 355-366.
- Pellis, S.M., Pellis, V.C. a Himmler, B.T. (2014) How Play Makes for a More Adaptable Brain: A comparative and neural perspective, *American Journal of Play*, 7(1), td. 73-98.
- Pellis, S.M., Pellis, V.C., Pelletier, A. a Leca, J.B. (2019) Is Play a Behavior System, and, if so, What Kind?, *Behavioural Processes*, 160, td. 1-9.
- Pérez del Pulgar, C., Anguelovski, I. a Connolly, J. (2020) Toward a Green and Playful City: Understanding the social and political production of children's relational wellbeing in Barcelona, *Cities*, 96, 102438.
- Peritz, I. (2019) 'Great Initiative' Brings Back Old-fashioned Child's Play: Quebec town paves way for free-play zones, *The Globe and Mail*, 10 Gorffennaf.
- Petrina, N., Carter, M. a Stephenson, J. (2014) The Nature of Friendship in Children with Autism Spectrum Disorders: A systematic review, *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(2), td. 111-126.
- Pfeiffer, B., Daly, B.P., Nicholls, E.G. a Gullo, D.F. (2014) Assessing Sensory Processing Problems in Children With and Without Attention Deficit Hyperactivity Disorder, *Physical and Occupational Therapy in Pediatrics*, 35(1), td. 1-12.
- Pinckney IV, H.P., Outley, C., Brown, A. a Theriault, D. (2019) Playing While Black, *Leisure Sciences*, 40(7), td. 675-685.
- Pitchforth, J., Fahy, K., Ford, T., Wolpert, M., Viner, R.M. a Hargreaves, D.S. (2019) Mental Health and Well-being Trends among Children and Young People in the UK, 1995-2014: Analysis of repeated cross-sectional national health surveys, *Psychological Medicine*, 49, td. 1275-1285.

- Play England (2023) *Trends in Children's Street Play, Findings from the 2022 Play Day survey*, Llundain: Play England.
- Play First UK (2020) *Play First: Supporting Children's Social and Emotional Wellbeing During and After Lockdown*.
- Playing Out (2019) *UK Government Backs Play Streets*.
- Playing Out (2021) *Resident Survey Report (2021)*.
- Pont, K., Ziviani, J., Wadley, D., Bennett, S. ac Abbott, R. (2009) Environmental Correlates of Children's Active Transportation: A systematic literature review, *Health and Place*, 15, td. 849-862.
- Porter, L., Spark, C. a de Kleyn, L. (2021) Navigating the Neighbourhood: Gender, place and agency in children's mobility, *Children's Geographies*, 19(3), td. 339-350.
- Potter, J. a Cowan, K. (2020) Playground as Meaning-making Space: Multimodal making and re-making of meaning in the (virtual) playground, *Global Studies of Childhood*, 10(3), td. 248-263.
- Poulsen, M. (2022) The Junk Playground as Agora: Designing spaces to re-invigorate democratic participation, yn Lockton, D., Lenzi, S., Hekkert, P., Oak, A., Sádaba, J. a Lloyd, P. (gol) *DRS2022: Bilbao, 25 Mehefin – 3 Gorffennaf*, Bilbao, Sbaen.
- Prendiville, S. a Fearn, M. (2017) Coming Alive: Finding joy through sensory play, yn Prendiville, E. a Howard, J. (gol) *Creative Psychotherapy: Applying the principles of neurobiology to play and expressive arts-based practice*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge, td. 121-138.
- Prioletta, J. (2020) Patriarchy in the Preschool Classroom: Examining the effects of developmental ideologies on teachers' perspectives and practices around play and gender, *Contemporary Issues in Early Childhood*, 21(3), td. 242-252.
- Protevi, J. (2012) One More 'Next Step': Deleuze and brain, body and affect in contemporary cognitive science, yn Braidotti, R. a Pisters, P. (gol) *Revisiting Normativity with Deleuze*, Llundain: Bloomsbury, td. 25-36.
- Prout, A. (2005) *The Future of Childhood: Towards the interdisciplinary study of children*, Llundain: Routledge.
- Prout, A. (2007) Culture-Nature and the Construction of Childhood, yn Drotner, K. a Livingstone, S. (gol) *International Handbook of Children, Media and Culture*, Llundain: Sage, td. 21-35.
- Prout, A. (2011) Taking a Step Away from Modernity: Reconsidering the new sociology of childhood, *Global Studies of Childhood*, 1(1), td. 4-14.
- Punch, S. a Tisdall, E.K.M. (2012) Exploring Children and Young People's Relationships Across Majority and Minority Worlds, *Children's Geographies*, 10(3), td. 241-248.
- Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (2013) *General Comment 13 on the Right of the Child to Rest, Leisure, Play, Recreational Activities, Cultural Life and the Arts (art. 31)*, Genefa: Y Cenhedloedd Unedig.
- Pynn, S.R., Neely, K.C., Ingstrup, M.S., Spence, J.C., Carson, V., Robinson, Z. a Holt, N.L. (2019) An Intergenerational Qualitative Study of the Good Parenting Ideal and Active Free Play During Middle Childhood, *Children's Geographies*, 17(3), td. 266-277.
- Pyry, N. (2016) Participation by Being: Teenage girls' hanging out at the shopping mall as 'dwelling with' [the world], *Emotion, Space and Society*, 18, td. 9-16.
- Pyry, N. a Tani, S. (2019) More-than-human Playful Politics in Young People's Practices of Dwelling with the City, *Social and Cultural Geography*, 20(9), td. 1218-1232.
- Raghavan, R. ac Alexandrova, A. (2015) Toward a Theory of Child Well-Being, *Social Indicators Research*, 121, td. 887-902.

- Rajagopalan, A., Jinu, K.V., Sailesh, K.S., Mishra, S., Reddy, U.K. a Mukkadan, J.K. (2017) Understanding the Links between Vestibular and Limbic Systems Regulating Emotions, *Journal of Natural Science, Biology and Medicine*, 8, td. 11-5.
- Ralston, J., Brinsden, H., Buse, K., Candeias, V., Caterson, I., Hassell, T., Kumanyika, S., Nece, P., Nishtar, S., Patton, I., Proietto, J., Salas, X.R., Reddy, S., Ryan, D., Sharma, A.M., Swinburn, B., Wilding, J. a Woodward, E. (2018) Time for a New Obesity Narrative, *Lancet*, 392, td. 1384-1386.
- Rannikko, A., Liikanen, V. a Harinen, P. (2016) Spatial Resistance of Alternative Sports in Finland, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 255-271.
- Rao, Z. a Gibson, J. (2019) The Role of Pretend Play in Supporting Young Children's Emotional Development, yn Whitebread, D., Grau, V., Kumpulainen, K., McClelland, M., Perry, N. a Pino-Pasternak, D. (gol) *The SAGE Handbook of Developmental Psychology and Early Childhood Education*, Llundain: Sage, td. 63-79.
- Rautio, P. (2013a) Children who Carry Stones in their Pockets: On autotelic material practices in everyday life, *Children's Geographies*, 11(4), td. 394-408.
- Rautio, P. (2013b) Being Nature: Interspecies articulation as a species-specific practice of relating to environment, *Environmental Education Research*, 19(4), td. 445-457.
- Rautio, P. (2014) Mingling and Imitating in Producing Spaces for Knowing and Being: Insights from a Finnish study of child-matter intra-action, *Childhood*, 21(4), td. 461-474.
- Rautio, P., Hohti, R., Leinonen, R-M. a Tammi, T. (2017) Reconfiguring Urban Environmental Education with 'Shitgull' and a 'Shop', *Environmental Education Research*, 23(10), td. 1379-1390.
- Rautio, P. a Jokinen, P. (2016) Children's Relations to the More-Than-Human World Beyond Developmental Views, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 35-49.
- Rautio, P. a Winston, J. (2015) Things and Children in Play – Improvisation with language and matter, *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 36(1), td. 15-26.
- Ray, D.C., Lee, K.R., Meany-Walen, K.K., Carlson, S.E., Carnes-Holt, K.L. a Ware, J.N. (2013) Use of Toys in Child-centered Play Therapy, *International Journal of Play Therapy*, 22(1), td. 43-57.
- Ray-Kaeser, S., Thommen, E., Laetitia Baggioni, L. a Miodrag Stanković, M. (2017) Play in Children with Autism Spectrum and Other Neurodevelopmental Disorders, yn Besio, S., Bulgarelli, D. a Stancheva-Popkostadinova, V. (gol) *Play Development in Children with Disabilities*, Berlin: de Gruyter, td. 137-146.
- Read, J. (2011) Gutter to Garden: Historical discourses of risk in interventions in working class children's street play, *Children and Society*, 25, td. 421-434.
- Real Play Coalition (2020) *Reclaiming Play in Cities, The Real Play Coalition Approach*, Real Play Coalition.
- Redish, A.D., Kazinka, R. a Hermanc, A.B. (2019) Taking an Engineer's View: Implications of network analysis for computational psychiatry, *Behavioral and Brain Sciences*. 42, e2, td. 35-36.
- Rees, G., Savahl, S., Lee, B.J. a Casas, F. (gol) (2020) *Children's Views on their Lives and Well Being in 35 Countries: A report on the Children's Worlds project, 2016-19*, Jeriwsalem, Israel: Children's Worlds Project.
- Rekers, A. a Waters-Davies, J. (2021) 'All of the Wild': Cultural formation in Wales through outdoor play at Forest School, yn Grindheim, L.T., Sørensen, H.V. a Rekers, A. (gol) *Outdoor Learning and Play: Pedagogical practices and children's cultural formation*, Singapore: Springer.

- Renold, E. a Mellor, D. (2013) Deleuze and Guattari in the Nursery: Towards an ethnographic multi-sensory mapping of gendered bodies and becomings, yn Coleman, R. a Ringrose, J. (gol) *Deleuze and Research Methodologies*, Caeredin: Gwasg Prifysgol Caeredin, td. 23-41.
- Riazi, N.A., Blanchette, S., Trudeau, F., Larouche, R., Tremblay, M.S. a Faulkner, G. (2019) Correlates of Children's Independent Mobility in Canada: A multi-site study, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 2862.
- Richardson, S.S., Daniels, C.R., Gillman, M.W., Golden, J., Kukla, R., Kuzawa, C. a Rich-Edwards, J. (2014) Don't Blame the Mothers, *Nature*, 512, td. 131-132.
- Riches, M. gyda Hawley, C. (2019) *Goldsmith Street*.
- Riede, F., Johannsen, N.N., Högberg, A., Nowell, A. a Lombard, M. (2018) The Role of Play Objects and Object Play in Human Cognitive Evolution and Innovation, *Evolutionary Anthropology*, 27(1), td. 46-59.
- Ringland K.E. (2019) A Place to Play: The (dis)abled embodied experience for autistic children in online spaces, *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems. CHI Conference*, 288.
- Ringland, K.E., Boyd, L., Faucett, H., Cullen, A.L. a Hayes, G.R. (2017) Making in Minecraft: A means of self-expression for youth with autism, *Proceedings of the 2017 conference on interaction design and children*. td. 340-345.
- Rixon, A., Lomax, H. ac O'Dell, L. (2019) Childhoods Past and Present: Anxiety and idyll in reminiscences of childhood outdoor play and contemporary parenting practices, *Children's Geographies*, 17(5), td. 618-629.
- Roberts, A., Hinds, J. a Camic, P.M. (2019) Nature Activities and Wellbeing in Children and Young People: A systematic review, *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 20(4), td. 298-318.
- Roberts, T., Stagnitti, K., Brown, T. a Bhojti, A. (2018) Relationship Between Sensory Processing and Pretend Play in Typically Developing Children, *American Journal of Occupational Therapy*, 72, 7201195050.
- Robertson, A. (2021) *Taming Gaming: Guide your child to healthy video game habits*, Llundain: Unbound.
- Robeyns, I. (2017) *Wellbeing Freedom and Social Justice: The capability approach re-examined*, Caergrawnt: Open Book Publishers.
- Robinson, K.H. a Jones Diaz, C. (2006) *Diversity and Difference in Early Childhood Education*, Maidenhead, Berkshire: Gwasg y Brifysgol Agored.
- Rorabaugh, S. (2019) Flexible Futures: Children's agency on the adventure playground, *Cities and Health*, 3(1-2), td. 111-126.
- Rose, N. (2012) The Need for a Critical Neuroscience: From neuroideology to neurotechnology, yn Choudhury, S. a Slaby, J. (gol) *Critical Neuroscience: A handbook of the social and cultural contexts of neuroscience*, Chichester: Wiley-Blackwell, td. 53-66.
- Rosen, R. (2015a) The Use of the Death Trope in Peer Culture Play: Grounds for rethinking children and childhood?, *International Journal of Play*, 4(2), td. 163-174.
- Rosen, R. (2015b) Children's Violently Themed Play and Adult Imaginaries of Childhood: A Bakhtinian analysis, *International Journal of Early Childhood*, 47(2), td. 235-250.
- Ross, N.J. (2007) 'My Journey to School ...': Foregrounding the meaning of school journeys and children's engagements and interactions in their everyday localities, *Children's Geographies*, 5(4), td. 373-391.
- Ruckenstein, M. (2013) Spatial Extensions of Childhood: From toy worlds to online communities, *Children's Geographies*, 11(4), td. 476-489.

- Rudolph, R. (2017) Hierarchies of Knowledge, Incommensurabilities and Silences in South African ECD Policy: Whose knowledge counts? *Journal of Pedagogy*, 8 (1), td. 77-98.
- Russ, S. W. (2014) Affective Processes in Pretend Play and Creativity, yn Russ, S.W. *Pretend Play in Childhood: Foundation of adult creativity*, Washington, DC.: American Psychological Association, td. 63-91.
- Russell, W. (2015) Entangled in the Midst of it: A diffractive expression of an ethics for playwork, yn MacLean, M., Russell, W. a Ryall, E. (gol) *Philosophical Perspectives on Play*, Llundain: Routledge, td. 191-204.
- Russell, W. (2018) Nonsense, Caring and Everyday Hope: Rethinking the value of playwork, yn Brown, F. a Hughes, B. (gol) *Aspects of Playwork, Play and Culture Studies Volume 14*, Maryland: Gwasg Prifysgol America, td. 13-27.
- Russell, W. (2021) *Rules for Re-enchanting our Relationship with Play*, East Lothian Play Association.
- Russell, W., Barclay, M., Tawil, B. a Derry, C. (2019) *Hawl Plant i Chwarae yng Nghymru: Chwe blynedd o straeon a newid ers cychwyn Dyletswydd Cyfleoedd Chwarae Digonol Cymru*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- Russell, W., Barclay, M., Tawil, B. a Derry, C. (2020) *Ei gwneud hi'n bosibl i gyflawni Digonolrwydd Chwarae: Archwilio'r amodau sy'n cefnogi awdurdodau lleol i sicrhau cyfleoedd digonol i blant yng Nghymru chwarae*, Caerdydd: Chwarae Cymru.
- Russell, W. a Stenning, A. (2021) Beyond Active Travel: Children, play and community on streets during and after the coronavirus lockdown, *Cities and Health*, 5(sup1), S196-S199.
- Russell, W. a Stenning, A. (2022) Kerbs and Curbs, Desire and Damage: An affirmative account of children's play and being well during the COVID-19 pandemic, *Social and Cultural Geography*, 24(3-4), td. 680-698.
- Russell, W., Tawil, B. a Barclay, M. (2023) (At)Tending to Rhizomes: How researching neighbourhood play with children can affect and be affected by policy and practice in transcalar ways in the context of the Welsh Government's Play Sufficiency Duty, *Revistas Civitas*.
- Ryan, K. (2011) The New Wave of Childhood Studies: Breaking the grip of bio-social dualism?, *Childhood*, 19(4), td. 439-452.
- Ryan, K. (2020) *Refiguring Childhood: Encounters with biosocial power*, Manceinion: Gwasg Prifysgol Manceinion.
- Ryan, K. (2021) Programming the Future: Epigenetics, normative fictions, and maternal bodies, *P.O.I. – Points of Interest. Rivista Di Filosofia E Di Nuove Pratiche Della Conoscenza*, 8, td. 80-105.
- Saltmarsh, S. a Lee, I-F. (2021) Playing with Happiness: Biopolitics, childhood and representations of play, *Contemporary Issues in Early Childhood*, 22(4), td. 296-311.
- Sando, O.J., Kleppe, R. a Sandseter, E.B.H. (2021) Risky Play and Children's Well-Being, Involvement and Physical Activity, *Child Indicators Research*, 14, td. 1435-1451.
- Sandseter, E.B.H. (2007) Categorizing Risky Play: How can we identify risk-taking in children's play? *European Early Childhood Education Research Journal*, 15(2), td. 237-252.
- Sandseter, E.B.H. (2009) Characteristics of Risky Play, *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 9(1), td. 3-21.
- Sandseter, E.B.H. (2010) It Tickles in my Tummy! Understanding children's risk taking in play through Reversal Theory, *Journal of Early Childhood Research*, 8(1), td. 67-88.
- Sandseter, E.B.H. a Kennair, L.E.O. (2011) Children's Risky Play from an Evolutionary Perspective: The anti-phobic effects of thrilling experiences, *Evolutionary Psychology*, 9(2), td. 257-284.
- Sandseter, E.B.H., Kleppe, R. a Kennair, L.E.O. (2022) Risky Play in Children's Emotion Regulation, Social Functioning, and Physical Health: An evolutionary approach, *International Journal of Play*, ar-lein ymlaen llaw.

- Santer, J. a Griffiths, C. (2007) *Free Play in Early Childhood: A literature review*, Llundain: National Children's Bureau.
- Schoeppe, S., Duncan, M.J., Badland, H.M., Rebar, A.L. a Vandelanotte, C. (2016) Too Far from Home? Adult attitudes on children's independent mobility range, *Children's Geographies*, 14(4), td. 482-48.
- Schweiger, G. (2016) Justice and Disadvantages during Childhood: What does the Capability Approach have to offer? *Ethical Perspectives*, 23(1), td. 1-18.
- Seims, A., Walker, S., Clark, I. a Dogra, S.A. (2022) Make Space for Girls: Designing greenspace and other public spaces to reflect the needs of teenage girls, yn Morton, S. (gol) *Designing Interventions to Address Complex Societal Issues*, Llundain: Routledge, td. 165-181.
- Sgro, M. a Mychasiuk, R. (2020) Playful Genes: What do we know about the epigenetics of play behaviour?, *International Journal of Play*, 9(1), td. 25-38.
- Shackell, A., Butler, N. a Doyle, P. (2008) *Design for Play: A guide to creating successful play spaces*, Llundain: Play England ac Yr Adran dros Ddiwylliant, y Cyfryngau a Chwaraeon.
- Shallwani, S. (2010) Racism and Imperialism in the Child development Discourse: Deconstructing 'developmentally appropriate practice', yn Cannella, G.S. a Soto, L.D. (gol) *Childhoods: A Handbook*, Efrog Newydd: Peter Lang, td. 231-244.
- Sharpe, L.L. (2019) Fun, Fur and Future Fitness: The evolution of play in mammals, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) (2019) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt, td. 49-66.
- Shaw, B., Watson, B., Frauendienst, B., Redecker, A., Jones, T. gyda Hillman, M. (2012) *Children's Independent Mobility: A comparative study in England and Germany (1971-2010)*, Llundain: Policy Studies Institute.
- Shaw, B., Bicket, M., Elliott, B., Fagan-Watson, B. a Mocca, E. gyda Hillman, M. (2015) *Children's Independent Mobility: An international comparison and recommendations for action*, Llundain: Policy Studies Institute.
- Shaw, L.J. (2023) *Re-Imagining Playwork Through a Poststructural Lens: Stories from the climbing frame*, Abingdon, Swydd Rhydychen: Routledge.
- Shearer, S. a Walters, P. (2015) Young People's Lived Experience of the 'Street' in North Lakes Master Planned Estate, *Children's Geographies*, 13(5), td. 604-617.
- Sheets-Johnstone, M. (2011) *The Primacy of Movement*, 2^{il} arg., Philadelphia, PA.: John Benjamins.
- Sheets-Johnstone, M. (2018) Why Kinesthesia, Tactility and Affectivity Matter: Critical and constructive perspectives, *Body and Society*, 24(4) td. 3-31.
- Sheets-Johnstone, M. (2020) The Lived Body, *The Humanistic Psychologist*, 48(1), td. 28-53.
- Shortt, N.K. a Ross, C. (2021) Children's Perceptions of Environment and Health in Two Scottish Neighbourhoods, *Social Science and Medicine*, 283, 114186.
- Sicart, M. (2014) *Play Matters*, Cambridge, Ma.: MIT Press.
- Signorelli, C.M. a Meling, D. (2021) Towards New Concepts for a Biological Neuroscience of Consciousness, *Cognitive Neurodynamics*, 15, td. 783-804.
- Singer, D.G., Singer, J.L., D'Agnostino, H. a DeLong, R. (2009) Children's Pastimes and Play in Sixteen Nations: Is free-play declining?, *American Journal of Play*, 1(3), td. 283-312.
- Siviy, S.M. (2016) A Brain Motivated to Play: Insights into the neurobiology of playfulness, *Behaviour*, 153, td. 819-844.

- Siviy, S.M. a Panksepp, J. (2011) In Search of the Neurobiological Substrates for Social Playfulness in Mammalian Brains, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 35(9), td. 1821-1830.
- Skelton, T. (2009) Children's Geographies/Geographies of Children: Play, work, mobilities and migration, *Geography Compass*, 3(4), td. 1430-1448.
- Slot, P.L., Mulder, H., Verhagen, J. a Leseman, P.P.M. (2017) Preschoolers' Cognitive and Emotional Self-Regulation in Pretend Play: Relations with executive functions and quality of play, *Infant and Child Development*, 26, e2038.
- Smaldino, P.E., Palagi, E., Burghardt, G.M. a Pellis, S.M. (2019) The Evolution of Two Types of Play, *Behavioral Ecology*, 30(5), td. 1388-1397.
- Smith, A. (2021) Sustaining Municipal Parks in an Era of Neoliberal Austerity: The contested commercialisation of Gunnersbury Park, *Environment and Planning A: Economy and Space*, 53(4), td. 704-722.
- Smith, K. (2011) Producing Governable Subjects: Images of childhood old and new, *Childhood*, 19(1), td. 24-37.
- Smith, P.K. (2010) *Children and Play*, Chichester: Wiley-Blackwell.
- Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (2019) (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt.
- Smith, S. (2017) Understandings of Play for Children with Profound and Multiple Learning Disabilities (PMLD), yn Russell, W., Lester, S. a Smith, H. (gol) *Practice-based Research in Children's Play*, Bryste: Policy Press, td. 187-202.
- Smith, T.A. a Dunkley, R. (2018) Technology-nonhuman-child Assemblages: Reconceptualising rural childhood roaming, *Children's Geographies*, 16(3), td. 304-318.
- Soja, E.W. (2010) *Seeking Spatial Justice*, Minneapolis, Gwasg Prifysgol Minnesota.
- Solis, S.L., Curtis, K.N. a Hayes-Messinger, A. (2017) Children's Exploration of Physical Phenomena During Object Play, *Journal of Research in Childhood Education*, 31(1), td. 122-140.
- Soreanu, R. a Hurducaş, I. (2016) Children's Imaginaries in the City: On things and materials, *Children's Geographies*, 14(4), td. 422-436.
- Spiegel, B., Gill, T. R., Harbottle, H. a Ball, D. J. (2014) Children's Play Space and Safety Management: Rethinking the role of play equipment standards, *SAGE Open*, 4(1), 2158244014522075.
- Spyrou, S. (2017) Time to Decentre Childhood?, *Childhood*, 24(4), td. 433-437.
- Spyrou, S. (2019) An Ontological Turn for Childhood Studies?, *Children and Society*, 33, td. 316-323.
- Spyrou, S., Rosen R. a Cook, D.T. (2019) Introduction: Reimagining childhood studies: connectivities ... relationalities ... linkages, yn Spyrou, S., Rosen R. a Cook, D.T. (gol) *Reimagining Childhood Studies*, Llundain: Bloomsbury, td. 1-20.
- Stafford, L., Adkins, B. a Franz, J. (2020) Bounded at the Driveway's Edge: Body-space tensions encountered by children with mobility impairments in moving about the neighbourhood street, *Children's Geographies*, 18(3), td. 298-311.
- Stanley, K. (2017) Affect and Emotion: James, Dewey, Tomkins, Damasio, Massumi, Spinoza, yn Wehrs, D.R. a Blake, T. (gol) *The Palgrave Handbook of Affect Studies and Textual Criticism*, Singapore: Springer, td. 97-112.
- Steffen, P.R., Hedges, D. a Matheson, R. (2022) The Brain Is Adaptive Not Triune: How the brain responds to threat, challenge, and change, *Frontiers in Psychiatry*, 13, 802606.
- Stenning, A. (2020) *Tackling Loneliness with Resident-Led Play Streets*, Bryste: Playing Out.

- Stenning, A. a Russell, W. (2020) Stop the Traffic and Make Space for Play during Lockdown, *The Developer*, 20 Ebrill.
- Sterman, J., Villeneuve, M., Bundy, A. a Wyver, S. (2020) School Playground Intervention for Children with Disabilities Creates Play Capabilities and Shifts Adult Perspectives, *The American Journal of Occupational Therapy*, 74, Atodiad 1.
- Stevens, Q., Leorke, D., Innocent, T., Thai, H.M.H a Tolentino, C. (2022) *The Playful Parklet: A research report for the City of Stonnington*, Melbourne, Awstralia: Prifysgol RMIT.
- Stevens, R., Gilliard-Matthews, S., Dunaev, J., Woods, M.K. a Brawner, B.M. (2017) The Digital Hood: Social media use among youth in disadvantaged neighborhoods, *New Media and Society*, 19(6), td. 950-967.
- Stratford, E. (2016) Skateboarding as Social and Environmental Praxis: Navigating a sustainable future, yn Ansell, N., Klocker, N. a Skelton, T. (gol) *Geographies of Global Issues: Change and Threat, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 8, Singapore: Springer, td. 531-551.
- Studio Ludo (2017) *The London Study of Playgrounds: The influence of design on play behavior in London vs New York, San Francisco, and Los Angeles*, Philadelphia, PA.: Studio Ludo.
- Suchert, V., Hanewinkel, R. ac Isensee, B. (2015) Sedentary Behavior and Indicators of Mental Health in School-aged Children and Adolescents: A systematic review, *Preventive Medicine*, 76, td. 48-57.
- Sullivan, M. a Jones, H.M. (2013) Made to Measure: Co-operation and conflict in the making of a policy, yn Williams, J. (gol) *The United National Convention on the Rights of the Child in Wales*, Caerdydd: Gwasg Prifysgol Cymru, td. 21-34.
- Sutton-Smith, B. (2017) *Play for Life: Play theory and play as emotional survival*, Rochester, NY.: The Strong Museum.
- Sŵ Caer (2022) *Serious about play*.
- Tagg, B. a Wang, S. (2016) Globalisation, Commercialisation, and Learning to Play at KidZania Kuala Lumpur, *International Journal of Play*, 5(2), td. 141-158.
- Talbot, D. (2013) Early Parenting and the Urban Experience: Risk, community, play and embodiment in an East London neighbourhood, *Children's Geographies*, 11(2), td. 230-242.
- Tallis, R. (2016) *Aping Mankind*, Llundain: Routledge.
- Tan, M., He, F.J. a MacGregor, G.A. (2020) Obesity and Covid-19: The role of the food industry, *British Medical Journal*, 369, m2237.
- Tawil, B. (2017) *How a Play Intervention Programme Influenced Two Primary School Communities: A realistic evaluation*, Thesis Gradd Meistr Heb ei Gyhoeddi: Prifysgol Leeds Beckett.
- Tawil, B. a Barclay, M. (2018) *A Place to Hop, Skip and Jump Around: An evaluation of play interventions at Chester Zoo*, Wreccsam: Ludicology.
- Tawil, B. a Barclay, M. (2020) Play Sufficiency as an Organising Principle of Community Development, yn Beck, D. a Purcell, R. (gol) *Community Development for Social Change*, Efrog Newydd: Routledge, td. 198-206.
- Taylor, A. (2011) Reconceptualizing the 'Nature' of Childhood, *Childhood*, 18(4), td. 420-433.
- Taylor, A. (2013) *Reconfiguring the Natures of Childhood*, Llundain: Routledge.
- Taylor, A. (2017) Romancing or Re-configuring Nature in the Anthropocene? Towards common worlding pedagogies, yn Malone, K., Truong, S. a Gray, T. (gol) *Reimagining Sustainability in Precarious Times*, Singapore: Springer Science and Business Media, td. 61-75.

- Taylor, A. a Pacini-Ketchabaw, V. (2015) Learning with Children, Ants, and Worms in the Anthropocene: Towards a common world pedagogy of multispecies vulnerability, *Pedagogy, Culture and Society*, 23, td. 507-529.
- Taylor, S., Tawil, B. a Baker, S. (2014) *Evaluating the Effects of Loose Parts Play on Physical Activity in Wrexham Schoolchildren*, Wreccsam: Prifysgol Glyndŵr.
- Tembo, S. (2021a) More Work to Do: Thinking through equalities with young children in Scotland, yn Palmer, S. (gol) *Play is the Way*, Caeredin, Upstart Scotland, td. 187-195.
- Tembo, S. (2021b) 'Hang On, She Just Used that Word Like it's Totally Easy': Encountering ordinary racial affects in early childhood education and care, *Ethnicities*, 21(5), td. 875-892.
- Tharps, L.L. (2014) I REFUSE TO REMAIN IN THE LOWER CASE, *My American Melting Pot*, 2 Mehefin.
- The Food Foundation (2022) *Food Insecurity Tracking*, Hydref, 2022.
- The Lancet, golygyddol (2022) The Cost-of-living Crisis is also a Health Crisis, *The Lancet*, 27, 100632.
- The Means (2016) *An Analysis of the Economic Impact of Playwork in Wrexham*, Cymunedau'n Gyntaf.
- Thibodeau-Nielsen, R.B. a Gilpin, A.T. (2020) The Role of Emotion Regulation in the Relationship Between Pretense and Executive Function in Early Childhood: For whom is the relationship strongest? *Infant Child Development*, 29, e2193.
- Thiel, J.J. (2015) Vibrant Matter: The intra-active role of objects in the construction of young children's literacies, *Literacy Research: Theory, Method, and Practice*, 64(1), td. 112-131.
- Thomas, A., Furlong, J. ac Aldred, R. (2022) Equity in Temporary Street Closures: The case of London's Covid-19 'School Streets' schemes, *Transportation Research, Part D, Transport and Environment*, 110, 103402.
- Thomson, S. (2007) Do's and Don'ts: Children's experiences of the primary school playground, *Environmental Education Research*, 13(4), td. 487-500.
- Thomson, S. (2014) 'Adulterated Play': An empirical discussion surrounding adults' involvement with children's play in the primary school playground', *Journal of Playwork Practice*, 1(1), td. 5-21.
- Thorne, B. (2007) Crafting the Interdisciplinary Field of Childhood Studies, *Childhood*, 14(2), td. 147-152.
- Tian, M., Luo, T. a Cheung, H. (2020) The Development and Measurement of Block Construction in Early Childhood: A review, *Journal of Psychoeducational Assessment*, 38(6), td. 767-782.
- Tillmann, S., Tobin, D., Avison, W. a Gilliland, J. (2018) Mental Health Benefits of Interactions with Nature in Children and Teenagers: A systematic review, *Journal of Epidemiology and Community Health*, 72(10), td. 958-966.
- Tipper, B. (2011) 'A Dog Who I Know Quite Well': Everyday relationships between children and animals, *Children's Geographies*, 9(2), td. 145-165.
- Tisdall, E.K.M. a Punch, S. (2012) Not so 'New'? Looking critically at childhood studies, *Children's Geographies*, 10(3), td. 249-264.
- Tomkinson, G.R., Lang, J.J. a Tremblay, M.S. (2019) Temporal Trends in the Cardiorespiratory Fitness of Children and Adolescents Representing 19 High-income and Upper middle-income Countries between 1981 and 2014, *British Journal of Sports Medicine*, 53(8), td. 478-486.
- Toracco, R.J. (2016) Writing Integrative Literature Reviews: Using the past and present to explore the future, *Human Resource Development Review*, 15(4) td. 404-428.
- Toyworld (2021) UK Toy Market Increases 5% in Value During 2020, *Toyworld*.
- Trammell, A. (2020) Torture, Play, and the Black Experience, *G/A/M/E*, 9, td. 33-49.

- Trammell, A. (2023) *Rescuing Play: Toward a Black phenomenology of play*, Cambridge, MA.: MIT Press.
- Tranter, P. (2015) Children's Play in their Local Neighborhoods: Rediscovering the value of residential streets, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 1-26.
- Tremblay, M.S., Gray, C., Babcock, S., Barnes, J., Bradstreet, C.C., Carr, D. a Brussoni, M. (2015) Position Statement on Active Outdoor Play, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6), td. 6475-6505.
- Trezza, V., Achterberg, E.J.M. a Vanderschuren, L.J.M.J. (2019) The Neurochemistry of Social Play Behaviour in Rats, yn Smith, P.K. a Roopnarine, J.L. (gol) *The Cambridge Handbook of Play: Developmental and disciplinary perspectives*, Caergrawnt: Gwasg Prifysgol Caergrawnt, td. 30-48.
- Tuck, E. (2009) Suspending Damage: A letter to communities, *Harvard Educational Review*, 79(3), td. 409-427.
- Tuck, E. (2010) Breaking up with Deleuze: Desire and valuing the irreconcilable, *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 23(5), td. 635-650.
- Tugade, M.M., Devlin, H.C. a Fredrickson, B.L. (2021) Positive Emotions, yn Snyder, C.R., Lopez, S.J., Edwards, L.M. a Marques, S.C. (gol) *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 3^{ydd} arg., Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen, td. 18-31.
- Umstattd Meyer, M.R., Bridges Hamilton, C.N., Prochnow, T., McClendon, M.E., Arnold, K.T., Wilkins, E., Benavidez, G., Williams, T.D., Abildso, C.G. a Pollack Porter, K.M. (2019) Come Together, Play, Be Active: Physical activity engagement of school-age children at Play Streets in four diverse rural communities in the U.S., *Preventive Medicine*, 129, 105869.
- Uned Atal Trais Cymru (2020) *Atal: Strategaeth i atal trais difrifol ymhlith pobl ifanc yn Ne Cymru 2020-2023*.
- UNICEF (2009) *A Practical Guide for Developing Child Friendly Spaces*, Cameroon: UNICEF.
- UNICEF (2021) *The State of the World's Children 2021: On my mind – promoting, protecting and caring for children's mental health*, Efrog Newydd: UNICEF.
- UNICEF (2022) *Places and Spaces: Environments and children's well-being, Innocenti Report Card 17*, Fflorens: Swyddfa Ymchwil UNICEF – Innocenti.
- van Hecke, R., Deconinck, F.J.A., Wiersema, J.R., Clauws, C., Danneels, M., Dhooge, I., Leyssens, L., van Waelvelde, H. a Maes, L. (2021) Balanced Growth Project: A protocol of a single-centre observational study on the involvement of the vestibular system in a child's motor and cognitive development, *BMJ Open*, 11, e049165.
- Vandenbroeck, M. a Bouverne-De Bie, M. (2006) Children's Agency and Educational Norms: A tensed negotiation, *Childhood*, 13(1), td. 127-143.
- Vanderschuren, L.J.M.J. a Trezza, V. (2014) What the Laboratory Rat has Taught Us about Social Play Behavior: Role in behavioral development and neural mechanisms, *Current Topics in Behavioral Neuroscience*, 16, td. 189-212.
- Vanderstede, W. (2011) 'Chilling' and 'Hopping' in the 'Teenage Space Network': Explorations in teenagers' geographies in the city of Mechelen, *Children's Geographies*, 9(2), td. 167-184.
- Vandervert, L. (2017) Vygotsky Meets Neuroscience: The cerebellum and the rise of culture through play, *American Journal of Play*, 9(2), td. 202-227.
- Varga, D. (2020) The Legacy of Recapitulation Theory in the History of Developmental Psychology, *Oxford Research Encyclopaedia of Psychology*, Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen.

- Veitch, J., Carver, A., Salmon, J., Abbott, G., Ball, K., Crawford, D., Cleland, V. a Timperio, A. (2017) What Predicts Children's Active Transport and Independent Mobility in Disadvantaged Neighborhoods?, *Health and Place*, 44, td. 103-109.
- Verberne, M., Burston, C., Nicholls, K. a Vissenjoux, S. (2014) *Australian Primary School Playgrounds: Monuments to misunderstanding?* Play For Life.
- Verdoodt, V., Fordyce, R., Archbold, L., Gordon, F. a Clifford, D. (2021) Esports and the Platforming of Child's Play During Covid-19, *The International Journal of Children's Rights*, 29(2), td. 496-520.
- Verstrate, L. a Karsten, L. (2016) Development of Nature Playgrounds from the 1970s Onwards, yn Evans, B., Horton, J. a Skelton, T. (gol) *Play, Recreation, Health and Well-being, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 9, Singapore: Springer, td. 173-191.
- Vignoles, A. a Thomson, M. (2019) Commentary, yn *Reframing Childhood Past and Present: Chronologies*, Llundain: Yr Academi Brydeinig.
- Villanueva, K., Giles-Corti, B., Bulsara, M., Trapp, G., Timperio, A., McCormack, G. a Van Niel, K. (2014) Does the Walkability of Neighbourhoods Affect Children's Independent Mobility, Independent of Parental, Socio-cultural and Individual Factors?, *Children's Geographies*, 12(4), td. 393-411.
- Vincent, C. a Maxwell, C. (2016) Parenting Priorities and Pressures: Furthering understanding of 'concerted cultivation', *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 37(2), td. 269-281.
- Visser, K., Bolt, G. a van Kempen, R. (2015) A Good Place to Raise Your Children? The diversity of parents' neighbourhood perceptions and parenting practices in a low-income, multi-ethnic neighbourhood: A case study in Rotterdam. *Geoforum*, 64, td. 112-120.
- Voce, A. (2015a) *Policy for Play*, Bryste: Policy Press.
- Voce, A. (2015b) The State of Playwork, *International journal of play*, 4(3), td. 217-223.
- Voce, A. (2021) Squaring the Play Policy Circle, or Finding a New-Shaped Hole? Stuart Lester, play policy and a social-ecological model of playwork, yn Russell, W., Derry, C., Fitzpatrick., J. a Handscomb, B. (gol) *Stuff and Nonsense*, Redruth, Cernyw: Maes Chwarae Antur Gwealan Tops, td. 245-267.
- Von Benzon, N. (2017) "Vulnerable" Children in "Dangerous" Places: Learning disabled children in outdoor green space, yn Freeman, C., Tranter, P. a Skelton, T. (gol) *Risk, Protection, Provision and Policy. Geographies of Children and Young People*, cyfrol 12, Singapore: Springer, td. 179-198.
- Walby, S. (2012) Sen and the Measurement of Justice and Capabilities: A problem in theory and practice, *Theory, Culture and Society*, 29(1), td. 99-118.
- Wales, M., Mårtensson, F. a Jansson, M. (2021) 'You Can Be Outside a Lot': Independent mobility and agency among children in a suburban community in Sweden, *Children's Geographies*, 19(2), td. 184-196.
- Wall, J. (2022a) From Childhood Studies to Childism: Reconstructing the scholarly and social imaginations, *Children's Geographies*, 20(3), td. 257-27.
- Wall, J. (2022b) Childism, yn *Childhood Studies – Oxford Bibliographies*.
- Wallace, D. (2018) Safe Routes to School? Black Caribbean youth negotiating police surveillance in London and New York City, *Harvard Educational Review*, 88(3), td. 261-286.
- Walsh, D., Dundas, R., McCartney, G., Gibson, M. a Seaman, R. (2022) Bearing the Burden of Austerity: How do changing mortality rates in the UK compare between men and women?, *Journal of Epidemiology and Community Health*, 76, td. 1027-1033.

- Wang, S. a Ramsden, M. (2018) Revisiting the “Parallel Lives” Thesis: Neighbourhood attachment and residential integration of ethnic minorities in England, *Population, Space and Place*, e2156.
- Watchman, T. a Spencer-Cavaliere, N. (2017) Times Have Changed: Parent perspectives on children’s free play and sport, *Psychology of Sport and Exercise*, 32, td. 102-112.
- Watts, T., Stagnitti, K. a Brown, T. (2014) Relationship between Play and Sensory Processing: A systematic review, *American Journal of Occupational Therapy*, 68(2), e37-46.
- Weir, H., Khan, M. a Marmot, A. (2022) Displaced Children’s Experience of Places and Play: A scoping review, *Children’s Geographies*, ar-lein ymlaen llaw.
- Weller, S. a Bruegel, I. (2009) Children’s ‘Place’ in the Development of Neighbourhood Social Capital, *Urban Studies*, 46(3), td. 629-643.
- Wells, K. (2011) The Strength of Weak Ties: the social networks of young separated asylum seekers and refugees in London, *Children’s Geographies*, 9(3-4), td. 319-329.
- Wen, L.M., Kite, J., Merom, D. a Rissel, C. (2009) Time Spent Playing Outdoors After School and its Relationship with Independent Mobility: A cross-sectional survey of children aged 10-12 years in Sydney, Australia, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6, 15.
- White, A. (2019) World Car Free Day 2019: 80,000 homes could be built on London car parking spaces within a mile of a Tube or train station, *Evening Standard*, 17 Medi.
- White, S.C. (2017) Relational Wellbeing: Re-centring the politics of happiness, policy and the self, *Policy and Politics*, 45(2), td. 121-36.
- Whitebread, D. (2018) Play: The new renaissance, *International Journal of Play*, 7(3), td. 237-243.
- Willett R. (2017) Domesticating Online Games for Preteens – Discursive fields, everyday gaming, and family life, *Children’s Geographies*, 15(2), td. 146-159.
- Wilson, R. (2018) Democratic regeneration: Kings Crescent Estate, *Architects’ Journal*, 17 Rhagfyr.
- Wilson, S. (2015) Young People’s Emotional and Sensory Experiences of ‘Getting By’ in Challenging Circumstances, yn Blazek, M. a Kraftl, P. (gol) *Children’s Emotions in Policy and Practice: Mapping and making spaces of childhood*, Llundain: Palgrave Macmillan, td. 52-67.
- Wilson, S. (2016) Digital Technologies, Children and Young People’s Relationships and Self-care, *Children’s Geographies*, 14(3), td. 282-294.
- Windle, J., Moyle, I. a Coomber, R. (2020) ‘Vulnerable’ Kids Going Country: Children and young people’s involvement in county lines drug dealing, *Youth Justice*, 20(1-2), td. 64-78.
- Witten, K. a Carroll, P. (2016) Children’s Neighborhoods: Places of play or spaces of fear?, yn Nairn, K., Kraftl, P. a Skelton, T. (gol) *Space, Place, and Environment, Geographies of Children and Young People*, cyfrol 3, Singapore: Springer, td. 331-350.
- Witten, K., Kearns, R., Carroll, P. ac Asiasiga, L. (2019) Children’s Everyday Encounters and Affective Relations with Place: Experiences of hyperdiversity in Auckland neighbourhoods, *Social and Cultural Geography*, 20(9), td. 1233-1250.
- Witten, K., Kearns, R. a Carroll, P. (2015) Urban Inclusion as Wellbeing: Exploring children’s accounts of confronting diversity on inner city streets, *Social Science and Medicine*, 133, td. 349-357.

- Wohlwend, K.E. (2020) P(l)aying Online: Toys, apps, and young consumers on transmedia playgrounds, yn Erstad, O., Flewitt, R., Kümmerling-Meibauer, B.P. a Pires, I.S. (gol) *The Routledge Handbook of Digital Literacies in Early Childhood*, Llundain: Routledge, td. 391-401.
- Wood, E. (2010) Reconceptualising the Play-Pedagogy Relationship: From control to complexity, yn Brooker, L. ac Edwards, S. (gol) *Engaging Play*, Maidenhead: Gwasg y Brifysgol Agored, td. 11-24.
- Wood, E. (2012) The State of Play, *International Journal of Play*, 1(1), td. 4-5.
- Wood, E. (2014) Free Choice and Free Play in Early Childhood Education: Troubling the discourse, *International Journal of Early Years Education*, 22(1), td. 4-18.
- Wood, E. (2019) Unbalanced and Unbalancing Acts in the Early Years Foundation Stage: A critical discourse analysis of policy-led evidence on teaching and play from the Office for Standards in Education in England (Ofsted), *Education 3-13*, 47(7), td. 784-795.
- Wood, J., Bornat, D. a Bicquelet-Lock, A. (2019) *Child Friendly Planning in the UK: A review*, APiC, ZCD Architects ac RTPI.
- Wood, L., Giles-Corti, B., Zubrick, S.R. a Bulsara, M.K. (2013) "Through the Kids ... We Connected With Our Community": Children as catalysts of social capital, *Environment and Behavior*, 45(3), td. 344-368.
- Woodyer, T. (2008) The Body as Research Tool: Embodied practice and children's geographies, *Children's Geographies*, 6(4), td. 349-362.
- Woodyer, T. (2017) Ludic Geopolitics: children's play, war toys and re-enchantment with the British military, *Impact*, 2017(9), td. 76-78.
- Woodyer, T. a Carter, S. (2020) Domesticating the Geopolitical: Rethinking Popular Geopolitics through Play, *Geopolitics*, 25(5), td. 1050-1074.
- Woodyer, T., Martin, D. a Carter, S. (2016) Ludic Geographies, yn Evans, B. a Horton, J. (gol) (2016) *Geographies of Children and Young People Volume 9: Play and Recreation, Health and Well-being*, Singapore: Springer, td. 17-33.
- Woolley, H. (2013) Now Being Social: The barrier of designing outdoor play spaces for disabled children, *Children and Society*, 27, td. 448-458.
- Woolley, H.E. a Griffin, E. (2015) Decreasing Experiences of Home Range, Outdoor Spaces, Activities and Companions: Changes across three generations in Sheffield in north England, *Children's Geographies*, 13(6), td. 677-691.
- Woolley, H., Somerset-Ward, A. a Bradshaw, K. (2020) Through Engagement to Design: Working with children, young people, and communities to improve green spaces in social housing areas, yn Loebach, J., Little, S., Cox, A. ac Eubanks Owens, P. (gol) *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Processes, Practices and Policies for Youth Inclusion*, Llundain: Routledge, td. 209-221.
- Work-Slivka, J.A. (2017) A Rhizomatic Exploration of Adolescent Girls' Rough-and-Tumble Play as Embodied Literacy, *Jeunesse: Young People, Texts, Cultures*, 9(1), td. 37-56.
- Worth, N. (2013) Making Friends and Fitting In: A social-relational understanding of disability at school, *Social and Cultural Geography*, 14(1), td. 103-123.
- Wragg, M. (2016) Play and Playwork in the Prison: Past, present, and future, *Prison Service Journal*, 223, td. 5-10.
- Wright, H. a Reardon, M. (2021) COVID-19: A chance to reallocate street space to the benefit of children's health?, *Cities and Health*, ar-lein ymlaen llaw.

- Yau, J.C. a Reich, S.M. (2018) Are the Qualities of Adolescents' Offline Friendships Present in Digital Interactions?, *Adolescent Research Review*, 3(3), td. 339-355.
- Y Gymdeithas Rhagoriaeth mewn Gwasanaeth Cyhoeddus (2021) *State of UK Public Parks*, Stretford, y DU: APSE.
- Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol (2021) *Children and Town Planning: Creating places to grow*, Llundain: Y Sefydliad Cynllunio Trefol Brenhinol.
- Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (2020a) *One in eight British households has no garden*.
- Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (2020b) *Population estimates for the UK, England and Wales, Scotland and Northern Ireland: mid 2019*.
- Ymgyrch Haf o Chwarae (2021) *Ymunwch ag ymgyrch #HafOChwarae*.
- Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K. a Michnick Golinkoff, R. (2018) The Power of Play: A pediatric role in enhancing development in young children, *Pediatrics*, 142(3), e20182058.
- Youth Justice Board (2021) *Youth Justice Statistics 2019/20 England and Wales*, Llundain: Y Weinyddiaeth Gyfiawnder.
- Yr Academi Brydeinig (2020) *Reframing Childhood: Final report of the childhood policy programme*, Llundain: Yr Academi Brydeinig.
- Yr Adran Drafndiaeth (DfT) (2019) *Transport Statistics Great Britain 2019*.
- Ysbyty Great Ormond Street (2021) *The Power of Play*, Llundain: Ysbyty Great Ormond Street.
- Zografos, C., Klause, K.A., Connolly, J.J.T. ac Anguelovski, I. (2020) The Everyday Politics of Urban Transformational Adaptation: Struggles for authority and the Barcelona superblock project, *Cities*, 99, 102613.
- Zougheibe, R., Jepson, B., Norman, R., Gudes, O. a Dewan, A. (2021) Is There a Correlation between Children's Outdoor Active Mobility Behaviour and Neighbourhood Safety? A systematic review of the evidence, *BMJ Open*, 11, e047062.





Ariennir gan
Lywodraeth Cymru
Funded by
Welsh Government

www.chwarae.cymru

Chwarae Cymru yw'r mudiad cenedlaethol dros chwarae plant, elusen annibynnol a gefnogir gan Lywodraeth Cymru i ddiogelu hawl plant i chwarae ac i gynnig cyngor ac arweiniad ar faterion sy'n ymwneud â chwarae.