

Chwarae

Rhifyn 47 Hydref 2016

Newyddion chwarae a gwybodaeth gan
yr elusen genedlaethol dros chwarae

dros Gymru



© Gwerfiro Valley

Cymunedau chwareus



Cynnwys

2	Golygyddol	10-11	Creu cymunedau chwareus
3-5	Newyddion	12-13	Chwarae, ymdrechu, ffynnu
6	Gwneud amser i chwarae yn y gymuned	14-15	Mae chwarae'n perthyn i'r presennol
7	Syniadau eiriolaeth i oresgyn rhwystrau rhag chwarae	16-17	Datblygu'r gweithlu
8	Chwarae ar hyd y lle	18-19	Prosiectau chwareus ar draws y DU
9	Cymru – Gwlad Chwarae-Gyfeillgar	20-21	Dewch i chwarae pêl
		22	Gwireddu'r hawl i chwarae ar lefel ryngwladol

Diolch yn fawr

Diolch o galon i bawb a gyfrannodd at y cylchgrawn hwn – allen ni ddim ei wneud heboch chi. Mae'r rhifyn hwn o *Chwarae dros Gymru*, yn ogystal â rhifynnau blaenorol, ar gael i'w lawrlwytho o www.chwaraecymru.org.uk

Golygyddol

Mae'r rhifyn hwn o *Chwarae dros Gymru* yn canolbwyntio ar bwysigrwydd cymunedau chwareus a chwarae-gyfeillgar. Mae cael amser, rhyddid a mannau da i chwarae o'r pwys mwyaf i bob plentyn, eu teuluoedd a'r gymuned ehangach.

Pan fyddwn ni'n creu amgylchedd sy'n cefnogi plant i chwarae, maen nhw'n dweud wrthyn ni eu bod nhw'n teimlo bod ganddyn nhw fwy o ryddid i fod tu allan, ac mae'r cyhoedd yn teimlo'n fwy cyfforddus ynghylch presenoldeb plant yn chwarae allan yn eu cymuned.

Rydyn ni wedi cynnwys storiâu a syniadau i hybu cyfraniad cymunedau o ran meithrin cymunedau cydlynus chwarae-gyfeillgar. Mae eiriolwyr lleol yn ymdrechu i wneud iawn am yr effaith negyddol mae colli rhyddid a diffyg cyfleoedd chwarae yn ei chael ar blant a chymunedau ac mae'r rhifyn hwn yn dathlu sut y gall gweithredu lleol ar lawr gwlad ddiogelu'r hawl i chwarae mewn cymdogaethau ledled Cymru.

Hwyrach mai tlodi yw'r bygythiad mwyaf i les llawer o blant a

theuluoedd yng Nghymru, gan effeithio ar ddatblygiad iach plant ac, o bosibl, leihau eu disgwyliadau a'u dyheadau ar gyfer y dyfodol. Yn rhy aml, diffinnir tlodi mewn termau ariannol neu faterol. Er bod incwm yn parhau i fod yn achos unigol mwyaf tlodi plant, mae'n bwysig sylweddoli y gall tlodi o ran profiadau hefyd fod yn niweidiol i ddatblygiad a lles llawer o blant yng Nghymru.

Adlewyrchwyd y farn hon ym Mesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010 Llywodraeth Cymru, a osododd ddyletswydd ar awdurdodau lleol i asesu a sicrhau cyfleoedd chwarae digonol i blant yn eu hardaloedd. Roedd y Mesur yn ymateb i'r ddealltwriaeth y gall plant brofi tlodi o ran profiadau, cyfleoedd a dyheadau, ac y gall hyn effeithio ar blant o bob cefndir cymdeithasol, diwylliannol ac economaidd ar draws Cymru.

Gyda'n partneriaid, mae Chwarae Cymru yn gweithio ac yn eiriol dros gymunedau chwarae-gyfeillgar a'n nod yw bod pob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru yn cael dewis o leoedd i gymdeithasu a chwarae yn eu hamser rhydd. Rydyn ni am weld Cymru lle mae plant yn chwarae allan yn destun dathlu ac yn arwydd o gymuned gydlynus.

Mae'r profiad a rannwn yn dangos bod darparu cyfleoedd chwarae i blant yn gallu dod â phobl at ei gilydd beth bynnag fo'u hoed, eu cefndir a'u diwylliant; helpu cymunedau i reoli gwahaniaethau, pryderon ac anghydfodau yn fwy cadarnhaol a meithrin cydberthnasau. Mae cymunedau chwareus yn gydlynus – mae storiâu a rennir yn cael eu trosglwyddo drwy'r cenedlaethau o blant sy'n chwarae.

Yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (2015), pwysleisiodd Llywodraeth Cymru fod ein ffyniant yn y dyfodol yn dibynnu ar ein gallu i feithrin iechyd a lles y genhedlaeth nesaf. Bydd annog amgylcheddau a chyfleoedd chwarae cadarnhaol yn ein cymunedau yn talu ar ei ganfed o ran gwella iechyd oedolion y dyfodol yn ogystal â chynnal hawl ein plant i chwarae yn y presennol.

Mae angen i ni greu'r amodau sy'n cefnogi plant i chwarae, gan sicrhau bod ganddyn nhw ddigon o amser, mynediad i le a chaniatâd oedolion i chwarae. Amser, lle a chaniatâd - mae pob elfen yn hanfodol i greu cymunedau cefnogol i bob plentyn.

Mike Greenaway,
Cyfarwyddwr, Chwarae Cymru



Newyddion

Llwyddiant ariannu



Mae Chwarae Cymru wedi llwyddo i sicrhau arian trwy raglen Arian i Bawb (Awards for All) Cronfa'r Loteri Fawr.

Bydd yr arian yn ein galluogi i weithio gyda Dr. Stuart Lester a Dr. Wendy Russell o Brifysgol Swydd Gaerloyw i hwyluso rhaglen datblygiad proffesiynol fydd yn ceisio cefnogi'r rhai sy'n ymwneud â'r broses digonolrwydd chwarae ym Merthyr Tudful. Rydyn ni'n gobeithio mai'r prosiect hwn fydd y cyntaf o lawer, os bydd yr arian yn caniatáu.

Mae canllawiau statudol *Cymru – Gwlad sy'n Creu Cyfle i Chwarae* i awdurdodau lleol ar asesu cyfleoedd i chwarae yn datgan y

'dylai'r awdurdod lleol archwilio'i holl agendâu polisi i weld pa effaith gallen nhw ei chael ar blant yn chwarae, a sicrhau bod pob strategaeth a pholisi o'r fath yn cynnwys targedau a chamau gweithredu i wella cyfleoedd plant i chwarae'.

Mae Merthyr Tudful wedi nodi gwella mynediad a symudedd at fannau sydd eisoes yn bodoli, yn ogystal ag ymdrin â phryderon rhieni a'r gymdeithas ehangach, fel camau gweithredu allweddol

i wella cyfleoedd chwarae. Ffurf y rhaglen datblygiad proffesiynol fydd cyfres o weithdai a luniwyd i gefnogi'r awdurdod a'i bartneriaid trydydd sector wrth iddynt fynd ati i asesu a sicrhau cyfleoedd i chwarae. Bydd y gweithdai'n cael eu teilwra i anghenion partneriaeth yr awdurdod lleol; yn ymatebol i amodau lleol ac yn annog yr holl bartneriaid i gydweithio er mwyn darparu ar gyfer chwarae plant mewn cymunedau lleol.

Taclo bwlio yn flaenoriaeth i Gomisiynydd Plant Cymru

Fel y nodwyd gennym mewn adroddiad blaenorol, cynhaliodd Comisiynydd Plant Cymru ymgynghoriad helaeth â mwy na 7000 o blant a phobl ifanc yn 2015. Yn dilyn yr ymgynghoriad, fe wnaethon ni ofyn i'r Comisiynydd, yr Athro Sally Holland, am ffocws ei gwaith yn y dyfodol fel pencampwr plant.



Cadarnhaodd canlyniadau'r ymgynghoriad mwyaf mae fy swyddfa wedi'i gynnal hyd yn hyn â phlant a phobl ifanc mai bwlio oedd eu prif flaenoriaeth. Yn yr un modd, roedd yn bryder pwysig gan weithwyr proffesiynol a rhieni, a oedd hefyd wedi nodi bod iechyd meddwl a lles yn flaenoriaethau allweddol.

Fel eu pencampwr, rydw i wedi penderfynu mynd i'r afael â'r mater yma'n uniongyrchol. Mae pob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru'n haeddu cyfle cyfartal i fod y gorau y gallan nhw fod. Ond

i rai o'n plant a'n pobl ifanc, bwlio yw un o'r rhwystrau mwyaf sy'n eu hatal rhag gwireddu eu potensial. Mae hyn yn digwydd, er bod yna rai enghreifftiau gwych o ddulliau ataliol ar waith ar draws y wlad sy'n taclo bwlio yn effeithiol.

Pam, felly, ydyn ni'n methu sicrhau bod y modelau hyn ar waith i bob plentyn a pherson ifanc? Mae hwn yn gwestiwn rydw i a nhim yn gobeithio'i ateb yn ystod y deuddeg mis nesaf wrth i ni wneud rhagor o waith i archwilio a deall mwy am brofiadau bwlio ym

mywydau plant a phobl ifanc a'r cymorth sydd ar gael iddyn nhw.

Dydwi ddim yn gallu mynd i'r afael â bwlio ar fy mhen fy hun ac mae'n gyfrifoldeb sy'n cael ei rannu gan weithwyr proffesiynol, ysgolion, cymunedau, rhieni ac unigolion. Fodd bynnag, gallaf sicrhau bod profiadau plant a phobl ifanc yn cael gwrandawriad a'u bod yn ganolog i'r atebion wrth gyflawni gwell canlyniadau i blant a phobl ifanc ar draws Cymru.

www.complantcymru.org.uk

Gweithdai hyfforddiant newydd, cyffrous

Mae'n bleser gennym gyhoeddi ein bod bellach yn cynnig casgliad amrywiol a chyffrous o weithdai newydd hanner diwrnod a diwrnod o hyd gaiff eu trosglwyddo gan ein hyfforddwyr profiadol, arbenigol.

Bydd y gweithdai yma'n cynyddu sgiliau, gwybodaeth a phrofiad ymarferol dysgwyr yng nghydestun chwarae plant yn ogystal â chynnig cyfle i rannu arfer dda. Maent yn cynnig cyfleoedd datblygiad proffesiynol parhaus i unrhyw un sydd â diddordeb mewn neu sy'n gyfrifol am ddarparu cyfleoedd ar gyfer chwarae plant.

Gellir trosglwyddo'r gweithdai cyfranogol yma'n lleol i grwpiau bychain o ddysgwyr ar draws Cymru. Er mwyn cadw costau mor isel â phosibl ac er mwyn inni gyflawni anghenion eich dysgwyr, gallwn drosglwyddo'r hyfforddiant yn eich ardal leol.

Rydym hefyd yn cynnig y gweithdai am brisiau gostyngol i aelodau Chwarae Cymru.

Mae'r gweithdai hyn wedi eu hanelu at bobl sy'n gweithio a gwirfoddoli yng Nghymru a gellir eu haddasu i gyflawni gofynion ac anghenion dysgu'r grŵp.

Am ragor o wybodaeth am y gweithdai gweler y poster amgaeedig neu ewch at: www.chwaraecymru.org.uk/cym/siop

Dull gweithredu cytbwys o ran asesu risg-budd

Mewn buddugoliaeth fach ond arwyddocaol o bosibl i asesiad risg-budd (ARB) mae cwmni yswiriant Hackney Play Association wedi herio yn llwyddiannus hawliad am anaf a ddigwyddodd mewn gwasanaeth chwarae mynediad agored.

Heriodd y Gymdeithas yr hawliad am anaf i fysedd (a gafodd eu cau mewn drws) ar sail ei hasesiad risg-budd (ARB) ac mae'r achos bellach wedi'i gau gan fod yr hawlydd wedi tynnu'i hawliad yn ôl. Dywedodd Nicola Butler, Cyfarwyddwraig Hackney Play Association:

'Pan gyflwynon ni gopi o Rheoli Risg mewn Darpariaeth Chwarae: Canllaw Gweithredu, ac esbonio bod y rhain yn ganllawiau cenedlaethol ar gyfer darparwyr chwarae a gadarnhawyd gan amrywiaeth eang o randdeiliaid allweddol, gan gynnwys yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE), bu hyn yn drobwynt o ran dwyn perswâd ar ein cwmni yswiriant (Zurich) i herio'r hawliad (yn hytrach na setlo'r achos y tu allan i'r llys).'

Mae rhagor o wybodaeth am yr achos hwn ar gael ar wefan y Play Safety Forum: <https://playsafetyforum.wordpress.com/case>



Diwrnod Chwarae 2016 ac ymchwil i fanteision darpariaeth gwaith chwarae

Aeth miloedd o blant, pobl ifanc a theuluoedd allan i chwarae mewn bron i 200 o ddigwyddiadau Diwrnod Chwarae ar 3 Awst 2016.

Cynhaliwyd digwyddiadau chwarae lleol a rhanbarthol ar draws Cymru a gweddill y Deyrnas Unedig i hyrwyddo pwysigrwydd hawl plant i chwarae.

'Pwysigrwydd chwarae' oedd thema Diwrnod Chwarae 2016 ac roedd yn dathlu manteision niferus chwarae yn yr awyr agored i blant o bob oed a gallu yn ogystal ag er mwyn creu cymunedau cryfach a chymdogaethau sy'n croesawu plant.

Dangosai ymchwil a gyhoeddwyd ar y Diwrnod Chwarae gan y Gwasanaeth Cefnogi Cymunedau yn Gyntaf ar ran Cymunedau yn Gyntaf Wrecsam, fod 'pob £1 a fuddsoddir mewn gwaith chwarae yn creu buddion cymdeithasol uniongyrchol a gohiriedig gwerth £4.60'.

Roedd yr astudiaeth yn archwilio'r budd roedd plant a rheni'n ei gael o gael mynediad i ddarpariaeth gwaith chwarae rheolaidd a pharhaol. Mae'n dangos bod y ddarpariaeth gwaith chwarae yn Wrecsam yn gwneud cyfraniad gwerthfawr i'r agenda trechu tlodi.

I gael rhagor o wybodaeth am ganfyddiadau'r ymchwil, darllenwch y postiad blog gan Mike Barclay (Tîm Datblygu Chwarae Wrecsam) a Marianne Mannello (Chwarae Cymru): <http://bit.ly/ymchwilWrecsam>



Cerdyn Cofnodi Plant Egniol Iach Cymru

O gael cyfle, mae plant yn cael ymarfer corff helaeth ynghyd â buddion iechyd meddwl pwysig yn sgîl chwarae sy'n cael ei ddewis yn rhydd.

Nod Plant Egniol Iach Cymru yw monitro ffyrdd plant o fyw a'u hymddygiad. Mae Cerdyn Cofnodi Plant Egniol Iach Cymru 2016 – *Tro yn Llanw Anweithgarwch Plant* – a lansiwyd yn ddiweddar – yn rhoi adroddiad ar y cynnydd a'r sefyllfa bresennol o ran gweithgarwch corfforol plant yng nghyswllt iechyd. Derbyniodd y Dangosydd Chwarae Egniol ac yn yr Awyr Agored radd 'C'.

Nid yw gradd y dangosydd hwn wedi newid ers 2014, er bod mwy o ddata ar gael i gefnogi'r radd yn 2016. Yn y Cerdyn Cofnodi blaenorol dim ond y categori 'defnyddio'r parc' a ddefnyddiwyd

i roi gradd i'r dangosydd hwn ond yng Ngherdyn Cofnodi 2016 ystyriwyd cyfran y plant oedd yn defnyddio amrywiaeth o fannau i chwarae. Yn ystod y broses pennu gradd, rhoddwyd ystyriaeth i ddefnyddio'r holl fannau canlynol ar gyfer chwarae neu ymarfer corff: strydoedd ger y cartref neu'r ysgol, caeau chwarae yn yr ysgol a chaeau chwarae eraill a'r traeth/môr.

Yn ôl y data a gasglwyd, roedd cyfran gyffredinol o hanner y plant a'r bobl ifanc yn yr arolwg yn defnyddio o leiaf un o'r manau hyn ar gyfer ymarfer corff/chwarae. Daeth y Grŵp Gwaith Ymchwil

i'r casgliad hefyd fod y ganran hon, ynghyd â'r 60% o blant a ddywedodd eu bod yn treulio mwy na thair awr yn chwarae bob dydd yn cyfateb i radd C.

Mae'r Cerdyn Cofnodi'n gweld bod blaenoriaethu ymyriadau yn y gymuned leol yn angenrheidiol er mwyn gwella'r radd. Mae'r argymhellion yn cynnwys annog ysgolion i barhau i gynnig tri amser egwyl y dydd a datblygu amgylcheddau ysgogol ar gyfer plant cyn ysgol.

<http://activehealthykidswales.com/cy/homereport-card>

Chwarae ar ddarn concriid



Cardiff
Metropolitan
University

Mae Chwarae Cymru'n gweithio gyda myfyrwyr a staff o Ysgol Addysg ac Ysgol Celf a Dylunio Prifysgol Fetroplitan Caerdydd i ddatblygu defnydd creadigol o ddarn gwag o goncriid ar un o gampysau'r brifysgol.

Y weledigaeth yw bod y llecyn yn cael ei ddefnyddio gan grwpiau bach o ddysgwyr ar gyfer seminarau chwarae awyr agored a gweithgareddau ymgysylltu cymunedol wedi'u cynllunio fel estyniad i ddarpariaeth allgyrsiol bresennol y Ganolfan Astudiaethau Plentynod Cynnar, Llythrennedd a Dysgu Awyr Agored yn y brifysgol.

I gael ysbrydoliaeth a chyfle i ymestyn addysg a phrofiadau'r

myfyrwyr sy'n ymwneud â'r gwaith, aeth y myfyrwyr ar daith i astudio prosiectau chwarae arloesol yng Nghymru. Mae plant ysgol lleol, myfyrwyr a staff wedi cydweithio ar ddyluniad y prosiect. Fel rhan o'r gwaith, bydd myfyrwyr o'r Ysgol Celf a Dylunio'n dylunio ac yn creu nodweddion chwarae a blwch storio sy'n addas ar gyfer cadw darnau rhydd, a bydd myfyrwyr o'r rhaglen Astudiaethau Plentynod Cynnar ac Addysg yn hwyluso sesiynau chwarae ar ôl ysgol.

Cyfringau Cymdeithasol



www.facebook.com/ChwaraeCymru



www.twitter.com/ChwaraeCymru

Gwneud amser i chwarae yn y gymuned

Mae Chwarae Cymru yn eiriol dros fabwysiadu agwedd rad tuag at wneud y gorau o amser rhydd plant – rhoddwch amser iddynt chwarae y tu allan yn eu cymuned. Daw chwarae gyda ffrindiau â llu o fuddiannau cadarnhaol i blant – felly oes angen inni dorri'r banc i lanw eu bywydau â gweithgareddau eraill mewn gwirionedd?

Dywed plant eu bod eisiau mwy o amser a manau da i chwarae'r tu allan gyda'u ffrindiau.

1 Amser o safon

Mae syniad plant ynghylch amser o safon yn wahanol i'n un ni. Yn syml, y cyfan y maent ei eisiau a'i angen yw amser i chwarae ac i wybod ein bod wrth law os y byddant ein hangen.

2 Blaenoriaethu amser ar gyfer chwarae

Mae chwarae'n gwneud cyfraniad pwysig iawn i ddysg ac iechyd emosiynol a chorfforol pob plentyn. Mae yr un mor bwysig â gwersi, gwaith cartref neu ymarfer pêl-droed – a chwarae yw'r hyn y maent am ei wneud.

3 Amser allan

Y tu allan yw ble mae'r plant am fod. Bydd treulio amser mewn amgylcheddau naturiol yn yr awyr agored gyda ffrindiau'n costio fawr ddim.

4 Amser o flaen y sgrîn

Mae angen inni annog plant i fynd



allan i chwarae – mae cyfyngu ar amser o flaen y sgrîn yn allweddol gyda rhai plant.

5 Amser i ymlacio

Os oes pryder ynghylch eu diogelwch, chwiliwch am ffordd i gadw llygad arnynt. Eisteddwrch yn rhywle wrth law, ewch â phapur newydd a phicnic gyda chi a gadewch i'r plant gael eu hanturiaethau eu hunain tra eich bod chi'n ymlacio.

6 Mynd yn ôl mewn amser

Am ganrifoedd mae plant wedi cael llawer iawn o bleser o chwarae

mewn nentydd, chwarae'n wyllt, adeiladu cuddfannau yn y coed, chwarae gwirion mewn mwd ac yn y glaw, creu tai tylwyth teg o fwsogl a dail. Mae'r cyfleoedd rhad ac am ddim yma'n rhai gwerthfawr a thragwyddol. Os nad ydynt wedi cael cyfle erioed dangoswch iddynt ei bod hi'n iawn iddyn nhw faeddu neu adeiladu argae neu gasglu mwyar duon a'u bwyta.

7 Amser i fod yn rhad a rhadlon

Mae atebion rhad neu am ddim ar gael i 'weithgareddau' a gêmiau a theganau costus, dysgwch am gynlluniau chwarae, meysydd chwarae neu storfeydd sborion lleol.

Syniadau eiriolaeth i oresgyn rhwystrau rhag chwarae

Mae gan lawer ohonom atgofion melys am dyfu i fyny mewn oes pan oedd pobl yn derbyn bod plant, unwaith bydden nhw'n ddigon hen ac yn ddigon hyderus i fynd allan i'r byd yn annibynnol neu yng nghwmni ffrindiau a brodyr a chwiorydd, yn chwarae allan ac yn crwydro'n rhydd yn eu cymdogaeth. Gall cymdogaethau lleol cryf leddfu ofnau rhieni ynghylch plant yn chwarae allan drwy gynnyg ymdeimlad o gymuned a diogelwch. Mae'n llawer haws i chi adael i'ch plant fynd allan i chwarae pan fyddwch chi'n adnabod eich cymdogion.

Mae plant sy'n byw yng Nghymru yn dal i ddweud bod chwarae gyda ffrindiau yn bwysig iawn iddyn nhw. Fodd bynnag, fel rhan o'r Asesiadau Digonolrwydd Chwarae a gafodd eu cwblhau yn ddiweddar gan bob awdurdod lleol yng Nghymru, dywedodd plant eu bod yn wynebu llawer o rwystrau o ran chwarae allan a chymdeithasu gyda ffrindiau. Maen nhw'n cyfeirio at geir wedi'u parcio, traffig trwm a chyflymder traffig, ofnau rhieni ac agweddau ac amgylcheddau digroeso fel rhesymau pam dydyn nhw ddim yn chwarae yn eu cymdogaethau i'r graddau y bydden nhw'n hoffi.

Mewn arolygon, mae rhieni hefyd wedi dweud eu bod yn anfodlon ar gyfleoedd chwarae i'w plant. Dengys Arolwg Cenedlaethol Cymru (Llywodraeth Cymru 2015) fod hon yn broblem ledled Cymru. Mewn sampl o 2,400 o oedolion dim ond 53% ddywedodd eu bod yn fodlon ar y ddarpariaeth chwarae i blant hyd at 10 oed ac o'r 1,400 a holwyd, dim ond 38% oedd yn fodlon ar y ddarpariaeth ar gyfer plant 11 oed a hŷn.

Drwy ei waith, mae Chwarae Cymru wedi dysgu bod aelodau o gymunedau lleol yn gwerthfawrogi pwysigrwydd chwarae a'u bod, yn aml, mewn sefyllfa dda i eiriol ar ran plant a dadlau o blaid yr elfennau hanfodol bwysig mae'n rhaid eu cael i hyrwyddo chwarae plant sef caniatâd, lle ac amser. Mae rhieni ac aelodau o gymunedau ar draws Cymru wedi rhoi cynnig ar amrywiaeth o syniadau lleol, isel eu cost i ddarparu a hyrwyddo chwarae i blant lleol.

I oresgyn rhai o'r rhwystrau sy'n wynebu plant, mae cymunedau wedi:

- Gweithio gyda chymdogion, y cyngor lleol a'r heddlu i gau stryd yn rheolaidd a'i throï yn lle chwarae a chymdeithasu ar gyfer pob oedran. Edrychwch ar y tudalen Cymru - Gwlad Chwarae-Gyfeillgar ar ein gwefan (www.chwaraecymru.org.uk/cym/gwladchwaraegyfeillgar) i gael ysbrydoliaeth o'r Fenni neu edrychwch ar wefan Playing Out (<http://playingout.net>) i gael cynghorion ymarferol.

- Defnyddio pecyn cymorth Chwarae Cymru *Defnyddio tiroedd ysgol ar gyfer chwarae'r tu allan i oriau addysgu* i sicrhau bod tiroedd ysgol ar gael i blant lleol i chwarae y tu allan i oriau addysgu. Bu rhieni lleol yn gweithio gyda Chymdeithasau Rhieni ac Athrawon a gofawyr ysgol i ffurfio grwpiau o wirfoddolwyr sy'n aros ar diroedd ysgol am gyfnod ar ddiwedd y diwrnod ysgol er mwyn i blant lleol allu defnyddio'r lle i chwarae a chyfarfod â'u ffrindiau.
- Cynnal digwyddiadau fel rhan o'r Diwrnod Chwarae, sef digwyddiad blynyddol ledled y Deyrnas Unedig sy'n dathlu hawl plant i chwarae, pan fydd miloedd o deuluoedd yn chwarae mewn digwyddiadau a drefnir yn lleol. Yn aml, bydd y digwyddiadau hyn yn arwain at ragor o ddigwyddiadau drwy gydol y flwyddyn fel bod chwarae yn cael ei weld fel norm, yn hytrach na digwyddiad arbennig. Mae gwefan Playday (www.playday.org.uk) yn darparu canllawiau a chynghor i'ch helpu i gynllunio digwyddiad ar unrhyw ddiwrnod o'r flwyddyn.
- Meddwl yn greadigol a'r 'tu allan i'r bocsi' wrth ystyried manau chwarae. Yn hytrach na chwyno bod dim ardal chwarae benodedig mewn cymdogaeth, mae preswylwyr wedi llwyddo i nodi darnau eraill o dir agored, sy'n cefnogi chwarae. Bydd plant yn chwarae unrhyw le bron os caniateir iddyn nhw wneud hynny, mae cymunedau wedi darparu nodweddion isel eu cost a hawdd eu gosod fel boncyffion a meinciau. Mae'r ymyriadau syml hyn yn anfon neges gref fod y llecyn ar gael ar gyfer chwarae. Mae pecyn cymorth cymunedol Chwarae Cymru *Datblygu a rheoli manau chwarae* yn cynnwys offeryn defnyddiol ar gyfer archwilio manau chwarae er mwyn helpu i ganfod manau chwarae heb fod ymhell o garreg y drws.
- Gwneud gwelliannau a dylanwadu ar newidiadau i fannau chwarae penodedig, fel unigolion neu drwy gydweithio ag eraill yn lleol. Mae ein taflen wybodaeth *Mannau chwarae: cynllunio a dylunio* yn archwilio newidiadau syml a rhad a gwelliannau tymor hir ar raddfa fwy y gallwn ni i gyd gyfrannu atyn nhw er mwyn gwneud manau chwarae yn fwy deniadol i bob aelod o'r gymuned.

Pan fydd pobl leol yn gwerthfawrogi chwarae plant ac yn fodlon ei hyrwyddo, buan iawn y byddan nhw'n dechrau gwneud gwahaniaeth cadarnhaol. Mae gweld mwy o blant yn chwarae yn eu cymunedau yn cyfrannu'n sylweddol at y lles mae pob aelod o'r gymuned yn ei deimlo.



Maisie ydw i, rydw i'n 10 oed ac rydw i'n mynd i ddweud wrthoch chi am fy mhrofiadau chwarae pan fydda i'n mynd allan gyda fy ffrindiau heb oedolyn.

Dw i fel arfer yn mynd allan gyda fy ffrindiau ar ddydd Sadwrn. Mae'n well gen i fynd allan efo nhw na gyda oedolyn achos rwy'ti'n cael llawer mwy o ryddid pan wyt ti allan. Yn ystod gwyliau'r haf rydw i wedi bod yn mwynhau beicio o amgylch y pentref a mynd i'r ddau barc (dydyn nhw ddim yn dda iawn). Weithiau mae Mam yn bod yn rhy amddiffynnol ohonof fi a dydy hi ddim yn gadael i fi gael cymaint o ryddid â dw i eisiau i fynd o gwmpas y pentref, ond dwi'n gallu deall hynny mewn ffordd.

Y tro cyntaf es i i'r parc ar fy mhen fy hun roeddwn i'n teimlo'n gyffrous, yn nerfus ac yn swil. Pan dwi'n mynd allan gyda ffrindiau, dyma'r pethau dw i'n meddwl amdany'n nhw: fy mod i neu un o'm ffrindiau'n cael ein bwrw gan gar, yn torri asgwrn neu'n brifo, yn syrthio oddi ar y beic neu o goeden, 'perylon dieithriaid' a mynd ar goll, hyd yn oed, yn fy mhentref fy hun! Felly dwi'n fwy gofalus pan dw i ar fy mhen fy hun.

Es i allan gyda ffrindiau y diwrnod o'r blaen a buodd bechgyn hŷn yn gas iawn wrthyn ni, yn galw enwau drwg a chas arnon ni, yn dod ar ein holau ar eu beics ac yn taflu pethau atom ni. Felly dwi'n fwy ymwybodol nawr o beidio mynd yn agos at arddegwyr hŷn a gwneud yn siŵr bod fy ffrindiau ddim yn ateb nhw'n ôl os byddwn ni'n eu gweld nhw.

Nawr, hoffen i fynd i fannau eraill ymhellach o nghartre, fel i'r dref neu i'r Mwmbwls, felly dwi am ddal ati i swnian wrth Mam nes bod hi'n gadael imi fynd!

Chwarae ar hyd y lle

Gofynnnon ni i fam a merch rannu eu teimladau am y tro cyntaf y cafodd Maisie fynd i'r parc lleol heb oedolyn.

A dyma safbwynt Katie, ei mam ...

Ro'n i wastad wedi meddwl y baswn i'n poeni'n fawr am Maisie pan fyddai hi'n dechrau mynd allan ar ei phen ei hun gyda'i ffrindiau, ond pan ddigwyddodd hynny, wnes i ddim. Mae gen i atgofion melys o fod yn rhyw 11 oed ac yn beicio o amgylch y pentref, yn chwarae mob ar sgwâr y pentref ac yn cicio'n sodlau o gwmpas y lle. Dwi'n meddwl mod i wedi sylweddoli bod hi'n barod am yr annibyniaeth yna.

Bu Maisie'n cerdded i'r ysgol ar ei phen ei hun a gyda ffrindiau yn eitha rheolaidd llynedd (roedd hi'n 10 oed ac ym mlwyddyn 5 yn yr ysgol) ac, un dydd Sadwrn ar ddechrau gwyliau'r haf fe ofynnodd gâi hi fynd i'r parc gyda'i ffrindiau. Bu'r iPod yn canu drwy'r bore wrth iddi hi a'i ffrindiau drefnu ble a phryd i gyfarfod. Yr unig beth oedd yn fy mhoeni bryd hynny (ac eithrio'r traffig, sydd wastad yn bryder) oedd fy mod innau'n mynd allan a beth fyddai hi'n ei wneud petai problem gan fod dim ffôn ei hun gan Maisie ... ar hyn o bryd! Doedd hi'n poeni dim a rhoddodd restr gyfan o gartrefi ffrindiau a pherthnasau y gallai fynd iddyn nhw pe bai unrhyw broblemau (mae Maisie'n arswydo mod i wedi defnyddio'r ddadl hon ers hynny i gyfiawnhau peidio â rhoi ffôn iddi).

Roedd hi'n amlwg bod Maisie wedi cael blas ar y rhyddid, wedi prynu does wybod faint o losin a diodydd pefriog o'r siop leol a'i bod wrth ei bodd gyda'i hannibyniaeth newydd.

Ers hynny mae hi wedi mynd allan yn aml i'r parc ac o gwmpas y pentref. Mae hi wastad yn cyrraedd adre 15 munud yn hwyr, felly dwi'n newid ei hamser dychwelyd yn unol â hynny ac er ei bod hi a'i ffrindiau wedi cael profiad annymunol gyda rhyw fechgyn cas 14 oed yn ddiweddar, mae hi'n dal i fod wrth ei bodd yn cael rhyddid i fynd allan i chwarae heb oruchwyliaeth.

Cymru – Gwlad Chwarae-Gyfeillgar

Ymgyrch gan Chwarae Cymru yw Cymru – Gwlad Chwarae-Gyfeillgar sy'n helpu i ffurfio rhwydwaith o gymorth ar gyfer chwarae ar draws Cymru. Rhwch wybod i ni beth sy'n digwydd yn lleol naill ai i warchod neu i wahardd hawl plant i chwarae trwy fynd i'r dudalen Facebook: on.fb.me/gwladchwaraegyfeillgar

Sarah Hay sy'n sôn wrthyn ni am wella lle chwarae yn ei chymuned leol yn y Felin Wylt, Pen-y-bont ar Ogwr.



Prosiect dwy flynedd yw Achubwyr Lle Gwag sy'n cael ei ariannu gan y Loteri Genedlaethol a'i ddarparu gan bedair cymdeithas dai, yn cynnwys Tai Cymoedd i'r Arfordir (V2C) ym Mhen-y-bont ar Ogwr. Cynhaliodd prosiect Achubwyr Lle Gwag ddigwyddiadau ar gyfer cymunedau lleol i nodi syniadau er mwyn gwella manau awyr agored lleol a bues i yn un o'r rhain yn 2014.

Es i draw achos mod i'n gwybod bod tipyn go lew o lefydd ar gael yn ein cymuned a allai gael eu datblygu ar gyfer chwarae. Roeddwn i'n awyddus i greu ardal chwarae ddiogel yn y Felin Wylt a chefais fy ysbrydoli gan weithdy Chwarae Cymru i roi syniad am brosiect at ei gilydd.

Fy syniad gwreiddiol oedd cael gwared â thwmpath pridd presennol, gosod arwyneb diogel nesaf at y parc presennol ac ychwanegu goliau er mwyn i'r plant gael chwarae pêl-droed.

Pan sonies i wrth fy mab hynaf am y prosiect, fe gynhyrfodd yn lân a dweud 'Dwyt ti ddim am gael gwared â'n twmp ni, wyt ti?' Doeddwn i ddim wedi sylweddoli pa mor bwysig oedd y twmp iddo fe a'i ffrindiau. Dechreuais i wyllo plant yn defnyddio'r man a gweld cymaint roedden nhw'n ei werthfawrogi. Dywedais yr hanes wrth Chwarae Cymru ac aethon ni ati, gyda'n gilydd, i gynnal archwiliad chwarae yn yr ardal a gweithio gyda phensaer tirwedd i greu dyluniadau.



Roedd V2C yn hoffi'r dyluniad terfynol a chwason nhw hyd i arian i dalu am welliannau, gan gynnwys ei gwneud yn haws i chwarae ar y twmp. Cyn dechrau, cynhalion ni ddigwyddiad ymgyngori yn ein canolfan gymunedol ac arddangos lluniau o'r dyluniad yn ein clwb ieuencid. Yn ystod y gwaith adeiladu, doedd rhai oedolion lleol ddim yn hapus a threuliais rywfaent o'm hamser yn eu sicrhau y byddai'r gymuned yn elwa, yn y tymor hir, o'r annibendod roedd y newidiadau wedi'i achosi.

Agorwyd yr ardal chwarae newydd yn Chwefror 2016 â Diwrnod Chwarae. Yn y digwyddiad hwn, gofynnodd pobl pam nad oedd ffens o amgylch y man chwarae 'i gadw'r cŵn allan'. Esbonion ni nad oedd angen ffens am fod y lle yn ddiogel i blant yn barod gan fod dim traffig a bod cynifer o dai yn edrych dros y safle.

Fodd bynnag, sylweddolion ni'n fuan fod baw cŵn yn broblem go iawn. Gyda V2C, penderfynon ni ddechrau ymgyrch gwybodaeth i'r cyhoedd. Bu plant lleol yn dylunio posteri i atgoffa pobl i glirio baw eu cŵn ac aeth V2C ati i brynu a gosod arwyddion awyr agored yn seiliedig ar ddyluniadau'r plant. Cawson ni baent sialc a mynd ati, gyda'r plant, y gwirfoddolwyr a Cadwch Gymru'n Daclus, i farcio'r holl faw cŵn a rhyfeddu o weld cymaint o'r glaswellt wedi'i orchuddio â sialc. Roedd tenantiaid lleol, yn enwedig y perchenogion cŵn, yn arswydo ac yn ffeiddio at y llanast roedd ein plant yn chwarae ynddo.

Mae'r llecyn yn cael ei ddefnyddio'n well nawr ac rydyn ni wedi gwneud defnydd clyfar o'r lle oedd yno. Ac mae gen i fab hapus iawn roddodd sêl bendith i'r dyluniad terfynol oherwydd nad oedden ni wedi difetha'r twmp!

Creu cymunedau chwareus

Mae bod â mannau chwareus, amser a chaniatâd i chwarae gyda'u ffrindiau yn bwysig i bob plentyn a pherson ifanc. Ein cyfrifoldeb ni, fel oedolion, yw creu amgylcheddau a mannau sy'n meithrin hynny yn ein cymunedau.

Mae'r ddwy fenter enghreifftiol hon yn arddangos y cynnydd sy'n cael ei wneud gan awdurdodau lleol a chyrrff chwarae trydydd sector yng Nghymru i ddatblygu cymunedau chwareus sy'n darparu cyfleoedd i blant chwarae. Maen nhw hefyd yn cynyddu ymwybyddiaeth ynghylch pwysigrwydd chwarae i blant, pobl ifanc a'r gymuned ehangach.



Siop Chwarae 'Pop Up' Conwy CVSC

Ysbrydolwyd Tîm Datblygu Chwarae Conwy i redeg Siop Chwarae 'Pop Up' yn lleol gan becyn cymorth *Pop Up Adventure Play*. Gyda chymorth nifer o wahanol asiantaethau bu'r siop ar agor am gyfnod o bythefnos ym Mae Colwyn, Conwy.

Y prif gydweithiwr oedd Cymunedau'n Gyntaf, a dalodd y rhent ar yr uned adwerthu a helpu i hysbysebu'r prosiect. Yn ogystal, fe wnaeth rheolwr Canol Tref Bae Colwyn helpu i ddod o hyd i'r uned adwerthu a rhoi caniatâd i ddefnyddio'r stryd i gerddwyr yn unig fel ardal chwarae.

Roedd y Siop Chwarae 'Pop Up' yn uned adwerthu anferth, felly fe aeth y gweithwyr chwarae ati i'w llenwi'n llawn dop o rannau rhydd ac agor y drysau! Roedd y plant yn araf yn dod i mewn ar y dechrau. Roedd angen tipyn o berswâd ar deuluoedd i fentro i mewn i'r siop, gan na fyddai llawer ohonynt yn mentro i mewn heb anogaeth oherwydd nad oedden nhw'n gwybod beth oedd yn digwydd yno neu oherwydd eu bod yn poeni am y gost. Ond, unwaith roedden nhw wedi dod i mewn i'r siop, fe roeson nhw adborth gwych!



Byddai rhai o'r plant yn taflu eu hunain ar y rhannau rhydd mawr yn syth bin ac yn bwrw ati i chwarae, tra bod angen amser ar y mwyafrif o blant i ddod i arfer â'r gofod.

Roedd y gweithwyr chwarae'n teimlo y gallai fod braidd yn ddryslyd mynd i siopa a dod ar draws hafan ar gyfer chwarae yn sydyn! Er mwyn croesawu plant i mewn i'r gofod fe wnaeth y gweithwyr chwarae, yn y lle cyntaf, awgrymu gweithgareddau â mwy o strwythur, fel chwarae jenga, tenis bwrdd neu gelf a chreffft. Roedd hyn i'w weld yn gweithio'n dda fel gweithgaredd pontio ac wrth i'r plant ddod i arfer â'r gofod fe wnaethon nhw symud ymlaen i ymgolli'n llwyr yn eu chwarae personol a ddewiswyd o wirfodd.

Wynebodd y gweithwyr chwarae rai anawsterau gyda phobl ifanc oedd am ddefnyddio'r gofod. Roedd yn hynod o bwysig fod y gofod yn agored ac yn ddeniadol i bob oed ac roedd y gweithwyr chwarae yn falch o ddenu pobl ifanc yn ogystal â phlant iau. Fodd bynnag, roedd rhai o'r bobl ifanc yn ymddwyn mewn modd oedd yn heriol ym marn rhai aelodau o'r cyhoedd. Roedden nhw'n swllyd dros ben ac yn awyddus i chwarae'n gorfforol ac yn wyllt.

Er bod y math yma o ymddygiad yn gwbl normal, ac yn hawdd ei reoli mewn lleoliad awyr agored, roedd yn heriol o fewn ffiniau'r siop. Roedd y gweithwyr chwarae yn ymwybodol iawn o ddifrod i ffitiadau'r siop ac yn cadw enw da'r prosiect mewn cof, felly fe fuon nhw'n ymyrryd yn y chwarae yn gynharach nag y buasen nhw, o bosib, mewn lleoliad agored fel parc.

Yn hanesyddol, mae Tîm Datblygu Chwarae Conwy wedi cael trafferth ymgysylltu â rhieni, ac roedd y Siop Chwarae 'Pop Up' yn eithriadol o lwyddiannus yn hynny o beth. Fe wnaeth rhieni aros gyda'u plant, yn aml am gwplw o oriau, felly cafodd y gweithwyr chwarae gyfle i eiriol dros chwarae, awgrymu syniadau ar gyfer cyfleoedd chwarae a thrafod rhwystrau i chwarae.

Cyfrannodd y siop at y naratif ynghylch pwysigrwydd derbyn chwarae plant mewn gwahanol leoliadau, yn hytrach na'i gyfyngu i feysydd chwarae'n unig. Roedd y siop hefyd yn gyfle i'r gweithwyr chwarae eiriol dros chwarae gyda'r cyhoedd a chyfleu negeseuon cadarnhaol am chwarae trwy'r cyfryngau lleol.

Prynu diwrnod o chwarae yn y Fro

Cyflwynwyd cynllun Prynu Diwrnod o Chwarae Tîm Chwarae Bro Morgannwg er mwyn datblygu cysylltiadau cryfach â darpar-fuddsoddwyr mewn chwarae plant. Roedd y cynllun yn annog sefydliadau mawr a busnesau bychain i gefnogi chwarae yn eu cymunedau hwy ar draws ardal yr awdurdod lleol.

Cynhyrchwyd cyflwyniad byr i gynyddu ymwybyddiaeth o chwarae plant a'i bwysigrwydd a'i arwyddocâd i'r gymuned. Roedd y cyflwyniad yn amlygu nifer o gyfleoedd oedd ar gael i ymateb i anghenion y cymunedau unigol, oedd yn cynnwys y posibilrwydd o brynu diwrnod, prynu ychydig ddyddiau, neu brynu wythnos o chwarae; neu, fel arall, prynu Diwrnod o Hwyl i'r Teulu.

Cafodd y sefydliadau a ymrwymodd i raglen Prynu Diwrnod o Chwarae yr haf eu cynnwys yn y deunyddiau marchnata, trefnwyd datganiadau i'r wasg ac anfonwyd gwahoddiadau i gynghorwyr lleol ymweld â'r sesiynau chwarae. Darparodd hyn gyfleoedd cynyddu ymwybyddiaeth gwerthfawr.

Roedd gan Gyngor Cymuned Dinas Powys ac United Welsh Housing ddi-ddordeb mewn prynu wythnos lawn o'r cynllun chwarae, a hynny ar y cyd. Ond roedd y lleoliad a gynigiwyd yn rhad ac am ddim gan Gyngor Cymuned Dinas Powys ar gyfer cynnal y cynllun chwarae ar ochr arall yr ystâd o dai i ardal United Welsh Housing. Gan roi sylw i'r her hon, sefydlwyd 'bws cerdded' gan Dîm Chwarae'r Fro er mwyn galluogi'r plant oedd yn byw yn ardal United Welsh Housing neu gerllaw i gael mynediad i'r cynllun chwarae.

Byddai'r staff chwarae'n cerdded i 'arosfan chwarae' benodedig ar yr ystâd bob bore, yn cofrestru'r plant a chael sgwrs â'r rhieni, cyn cerdded y plant draw i leoliad y cynllun chwarae. Bu'r datrysiad yma'n un llwyddiannus ac fe ddigwyddodd bedair gwaith y dydd dros oes y cynllun chwarae a gynhaliwyd yn yr ardal!

Fe sicraodd y partneriaethau a esblygodd fod chwarae'n aros ar yr agenda am gyfnod hwy o lawer na'r arfer. Daeth hyn i'r amlwg yn y cyfarfodydd a gynhaliwyd hyd yma.

Bu uwch-reolwyr ar lefel yr awdurdod lleol yn ymddiddori'n fawr yn llwyddiant rhaglen yr haf, ac roeddent yn awyddus i ganfod ffyrdd o adeiladu ar y perthnasoedd cadarnhaol. Mae pob un o'r cynghorau tref a chymuned ym Mro Morgannwg yn wahanol i'w gilydd ac mae pob cymuned yn unigryw. Yn sgîl gweithio ochr-yn-ochr â'r cynghorau tref a chymuned bu modd i Dîm Chwarae'r Fro gynnig darpariaeth chwarae oedd yn gweddu i anghenion y plant oedd yn byw yn y gymuned.

Llwyddodd y prosiect i ddarparu mwy o gyfleoedd chwarae i blant a phobl ifanc ar draws y Fro, a hefyd wneud cyfraniad pwysig i ymwybyddiaeth gynyddol o chwarae a'i bwysigrwydd i blant a'r gymuned ehangach.



I gael rhagor o wybodaeth am y prosiectau hyn ac eraill sy'n cyfrannu at wneud Cymru'n wlad chwarae-gyfeillgar, ewch i: www.chwaraecymru.org.uk/cym/astudiaethauachosdigonolrwydd

Chwarae ymdrechu, ffynnu

Mynd i'r afael â Phrofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod drwy chwarae

Er mwyn datblygu'n iach mae angen perthnasoedd diogel, sefydlog, meithringar a gwytnwch yn wyneb trawma. Mae gwytnwch yn gysniad sy'n cwmpasu nid yn unig nodweddion seicolegol plant ond hefyd eu teuluoedd, eu rhwydweithiau cymdeithasol a'u cymdogaeth. Gwytnwch yw ein hymateb i brofiadau bywyd – y rhai da a'r rhai heriol a'r rhai sy'n achosi pryder. Yn aml, gwelir absenoldeb sylfeini datblygiad mewn plant a fu'n agored i brofiadau niweidiol yn ystod eu plentyndod (PNP).

Mae PNP yn brofiadau ingol sy'n digwydd yn ystod plentyndod ac sy'n achosi niwed uniongyrchol i blentyn (fel cam-drin corfforol) neu'n effeithio ar yr amgylchedd lle bydd plant yn byw (fel tyfu i fyny ynghanol trais domestig).

Mae astudiaethⁱ a gynhaliwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn edrych ar amlygrwydd PNP ymhlith poblogaeth oedolion Cymru a'u heffaith ar iechyd a lles gydol oes. Bu'r astudiaeth yn edrych ar y canlynol:

- Amlygrwydd PNP a'u cysylltiad ag ymddygiad sy'n niweidiol i iechyd
- Effaith PNP ar afiechyd cronig, defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol a marwolaethau cynamserol
- Effaith PNP ar les meddyliol.

Mae'r astudiaeth yn ychwanegu at gorff cynyddol o dystiolaeth sy'n awgrymu y gall profiadau yn ystod plentyndod effeithio ar iechyd gydol oes. Mae plant sy'n profi plentyndod ingol a gwael ei ansawdd yn fwy tebygol o fabwysiadu ymddygiad niweidiol i

iechyd fel pyliau o oryfed, ysmygu a defnyddio cyffuriau yn ystod y glasoed, gan arwain o bosib at salwch meddwl a chlefydau fel canser, clefyd y galon a chlefyd siwgrwr pan fyddan nhw'n hŷn. Nid mater iechyd yn unig yw PNP. Mae'n golygu'n aml fod unigolion yn fwy tebygol o berfformio'n wael yn yr ysgol ac yn fwy tebygol o gael trafferth yn gymdeithasol.

Derbynnir yn gyffredinol fod rhywfaint o straen a her yn llesol i blant, a bod cyflymu curiad y galon neu godi lefelau hormonau straen am gyfnodau byr yn gallu bod yn gadarnhaol. Mewn amgylchedd diogel, mae'r rhain yn helpu plant i ddatblygu ymatebion priodol i sefyllfaoedd newydd ac yn helpu i ddatblygu sgiliau datrys problemau. Fodd bynnag, mae PNP, fel bod yn agored i gam-drin corfforol neu emosiynol, trais neu esgeulustod, teuluoedd mewn gwewyr a chymdogaethau treisgar, yn gallu arwain at straen gwenwynig. Achosir hyn gan ddigwyddiadau estynedig a mynych sydd y tu hwnt i reolaeth y plentyn. Gall y rhain gael effaith

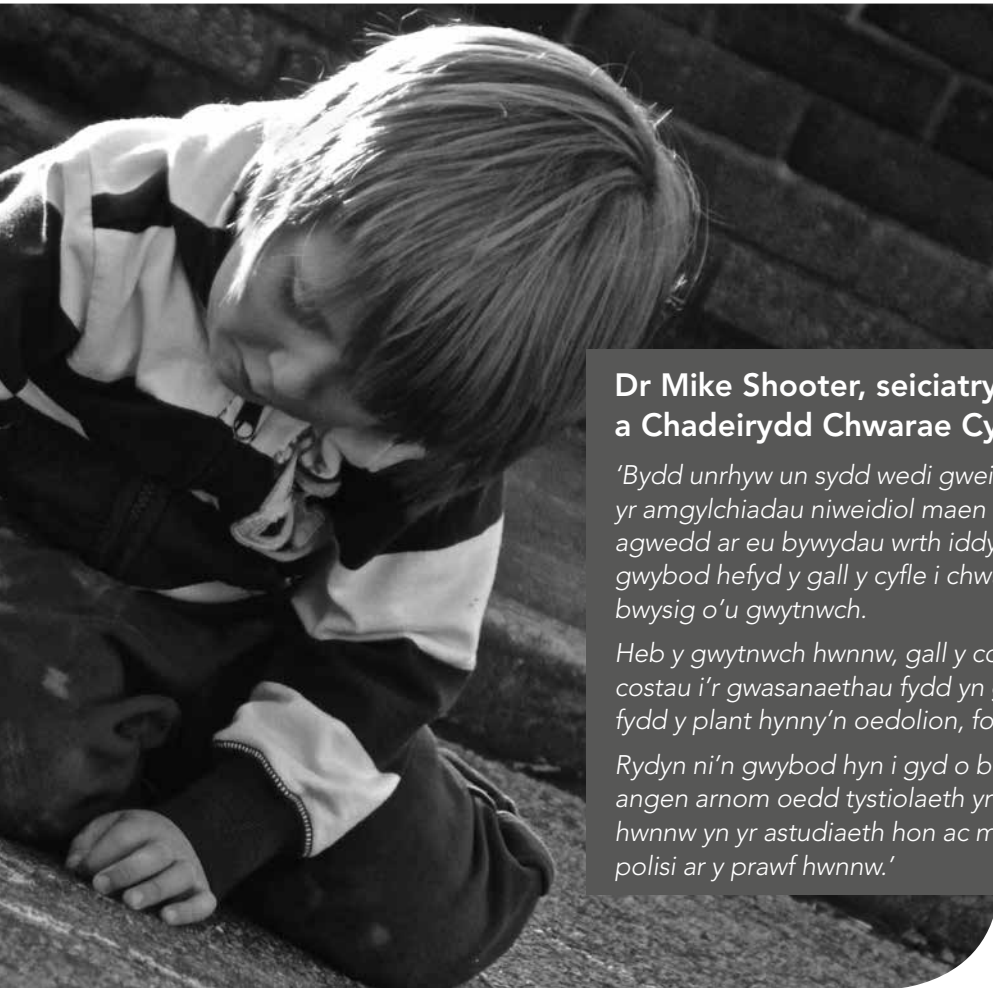
niweidiol ar ddatblygiad ymennydd plant yn ogystal â tharfu ar ddatblygiad organau a gwanhau'r system amddiffyn rhag clefydau. Po fwyaf o brofiadau niweidiol mae plant yn eu cael, mwyaf yw'r siawns y byddan nhw'n wynebu problemau iechyd a chymdeithasol eraill pan fyddan nhw'n hŷn.

Lleddfu effeithiau niweidiol PNP

Mae'n bosibl lleddfu canlyniadau negyddol straen gwenwynig, hyd yn oed o dan amodau ingol parhaus, drwy ddarparu cyfleoedd chwarae. Mae chwarae'n creu profiadau diriaethol ac uniongyrchol sy'n sail i lawer o ddatblygiad plentyn. Cytunir yn helaeth fod profiadau cynnar yn dylanwadu ar sut mae plant yn dysgu, yn ymdopi â straen, yn ffurfio cyfeillgarwch a pherthynas ag eraill fel oedolion, a sut y byddan nhw'n gweld eu hunain a'u byd.

Gall perthynas sefydlog, feithringar gydag oedolion gofalgar atal neu wyrdroi effeithiau niweidiol straen gwenwynig. Gellir rhoi sylw





Cenedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP).

Mae eu hysfa i chwarae yn dylanwadu ar bob agwedd ar fywydau plant. Mae cael chwarae'n hunan-gyfeiriadol, fel y mynnant, mewn darpariaeth chwarae o safon gyda staff a heb staff yn cynyddu'r

Dr Mike Shooter, seiciatrydd wedi ymddeol a Chadeirydd Chwarae Cymru:

'Bydd unrhyw un sydd wedi gweithio gyda phlant yn gwybod y gall yr amgylchiadau niweidiol maen nhw'n eu hwynebu effeithio ar bob agwedd ar eu bywydau wrth iddyn nhw dyfu'n oedolion. Byddan nhw'n gwybod hefyd y gall y cyfle i chwarae'n rhydd fod yn rhan hanfodol bwysig o'u gwytnwch.

Heb y gwytnwch hwnnw, gall y costau o ran datblygiad dynol plant, a'r costau i'r gwasanaethau fydd yn gyfrifol am ddelio â'r canlyniadau pan fydd y plant hynny'n oedolion, fod yn anferthol.

Rydyn ni'n gwybod hyn i gyd o brofiad uniongyrchol. Beth oedd ei angen arnom oedd tystiolaeth ymchwil i ategu hynny. Mae'r prawf hwnnw yn yr astudiaeth hon ac mewn astudiaethau tebyg. Rhaid seilio polisi ar y prawf hwnnw.'

cyfleoedd i blant ddatblygu eu gwytnwch. Nid rhywbeth sy'n digwydd yn ystod plentyndod cynnar yn unig yw effaith diffyg chwarae - mae darparu amser a lle i blant hyn chwarae yn hanfodol bwysig hefyd.

Mae chwarae'n rhan ganolog o fywyd plentyn iach, a dylai darpariaeth chwarae fod yn ganolog i unrhyw fframwaith sy'n llywio rhaglenni ynghylch y dulliau gorau o gefnogi plant a theuluoedd. Yn y pen draw, mae ceisio newid ymddygiad neu feithrin sgiliau pan fydd plant yn hyn yn gofyn am fwy o ymyrraeth ac mae'n ddrutach. Mae'n anodd sbarduno newid cadarnhaol ymhlith oedolion sy'n byw â chanlyniadau amgylchiadau niweidiol yn eu plentyndod. Mae darparu profiadau cymunedol, meithringar, sy'n annog chwarae pan fyddan nhw'n ifanc yn llawer mwy ymarferol.

i. Iechyd Cyhoeddus Cymru (2015) *Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a'y cysylltiad â Lles Meddwl ymysg poblogaeth oedolion Cymru*. Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru

ii. Llywodraeth Cymru (2014) *Cymru - Gwlad lle mae Cyfle i Chwarae*. Hawlfraint y Goron

i lawer o'r materion a allai fod yn heriol i rieni drwy wella mynediad i gyfleoedd chwarae a gwasanaethau a hwylusir gan staff sy'n deall chwarae ac yn eiriol drosto. Mae darpariaeth o ansawdd uchel wedi'i staffio yn cynyddu gallu plant i gynnal eu lles eu hunain ac yn helpu rhieni i ddeall datblygiad eu plant ac ymdopi ag ef. Hefyd, mae'n cefnogi plant sydd ddim yn cael cyfle i chwarae yn y cartref.

Mae amgylcheddau meithringar chwarae-gyfeillgar - neu ddiffyg y rhain - yn effeithio ar ddatblygiad iach plant. Yn ôl diffiniad Llywodraeth Cymru, mae amgylchedd chwarae cyfoethog yn 'hyblyg, yn amrywiol, yn ddi-ddorol ac yn gallu cael ei addasu'ⁱ. Mae'n cynnig y cyfleoedd mwyaf posibl ar gyfer bod yn gymdeithasol, yn greadigol, yn ddyfeisgar, i wynebu heriau a gwneud dewisiadau. Mae'n lle y gall plant ymddiried ynddo, a theimlo'n rhydd i chwarae yn eu ffordd eu hunain, ar eu telerau eu hunain. Mae nodweddiad mannau o ansawdd uchel i blant yn cynnwys siawns i ryfeddu, teimlo cyffro a phrofi'r annisgwyl ond, yn fwy na

dim arall, yn cynnig cyfleoedd sydd heb eu trefnu a'u rheoli'n ormodol gan oedolion. Mae'r mannau hyn yn hanfodol bwysig i ddiwylliant plant ac i'w hymdeimlad o le a pherthyn.

Mae'n debygol y bydd tyfu i fyny â PNP yn cael effaith anferthol ar ddatblygiad corfforol, meddyliol ac emosïynol plant. Gall gofawyr ymatebol sy'n deall chwarae a chymunedau cefnogol lle caiff chwarae ei ganiatáu a'i ddathlu dorri'r cylch o brofiadau niweidiol yn ystod plentyndod. Gallant wydroi effeithiau straen gwenwynig a chyfrannu at welliannau hir dymor yng nghanlyniadau plant.

Gall rhaglenni ymyrryd fod yn ddefnyddiol o ran lleihau rhywfaint ar yr effaith niweidiol, ond rhaid ategu'r rhain drwy ganolbwyntio ar gefnogi plant i gyfrannu'n weithredol at gryfhau eu gwytnwch eu hunain. Mae'n hanfodol bwysig nad yw'r systemau sydd wrth wraidd y ddarpariaeth i blant sy'n profi ac yn byw mewn amgylchiadau ingol yn tansilio'u hawl i archwilio a datblygu drwy chwarae sydd wedi'i hymgorffori yng Nghonfensiwn y

Mae chwarae'n perthyn i'r presennol

Mae chwarae yn ganolog i iechyd a lles corfforol, meddyliol, cymdeithasol ac emosiynol plant. Wrth chwarae, bydd plant yn datblygu gwytnwch a hyblygrwydd, sydd hefyd yn cyfrannu at les corfforol ac emosiynol.

Chwarae a lles cenedlaethau'r dyfodol yng Nghymru

I'r plant eu hunain, chwarae yw un o'r agweddau pwysicaf ar eu bywydau, fel y gwelwyd mewn ymgynghoriadau diweddar.¹ Mae plant yn gwerthfawrogi'n arbennig amser, lle a chaniatâd (gan rieni a goddefgarwch aelodau'r gymuned) i chwarae tu allan.

Mae pryder cynyddol ynghylch iechyd meddwl a iechyd corfforol plant. Ar yr un pryd mae tystiolaeth gynyddol ymhlith gweithwyr proffesiynol ac ymchwilwyr iechyd fod chwarae'n cyfrannu'n sylweddol at ffitrwydd a lles plant. Mae plant yn rhoi pwyslais mawr ar chwarae a'u rhyddid i chwarae allan gyda'u ffrindiau yn eu cymdogaeth leol; bydd cefnogi chwarae'n effeithio ar asesiad y plant eu hunain o'u lles a'u gwytnwch.

Fodd bynnag, mae llawer o ddulliau gweithredu a pholisïau cymdeithasol yn gweld plentyndod fel paratoad ar gyfer bywyd oedolion ac, yn aml, caiff ei ddiffinio gan y broses o gyflawni cerrig milltir datblygiadol yn llwyddiannus. I newid y ffocws o'r hyn y gall plant fod i'w lles ar y funud, dylai mesurau lles cenedlaethol edrych y tu hwnt i'r ffocws hwn a rhoi sylw i fywydau plant yn y presennol. Mae'n hanfodol bwysig fod Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yn rhoi ystyriaeth i farn plant am eu lles ar hyn o bryd.

Sophie Howe, Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol i Gymru:

'Mae chwarae'n hawl hanfodol ac yn allweddol i sicrhau iechyd a lles plant. Mae mynediad at ddarpariaeth o ansawdd da ar gyfer chwarae strwythuredig a heb ei strwythuro yn rhan bwysig o helpu plant i ddatblygu ystod o sgiliau, o iaith neu allu creadigol, hyd at lythrennedd emosiynol.'

Mae tystiolaeth gynyddol bod chwarae'n gwneud cyfraniad pwysig i iechyd a lles meddyliol. Mae ymgynghoriadau diweddar fel Llesiau Bach yn Galw Allan a Beth Nesa I What Next yn dangos sut mae plant eu hunain yn gosod gwerth ar berthnasoedd da, yn arbennig chwarae gyda ffrindiau, a chael amser a lle i wneud hynny.'

Mae Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol yn ymwneud â gwella lles cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru. Bydd yn gwneud i gyrff cyhoeddus feddwl mwy am y tymor hir, gweithio'n well gyda phobl a chymunedau i atal problemau, a meithrin agwedd fwy cydlynus.'

Mae Comisiynydd Plant Cymru a minnau wedi sefydlu rhaglen waith ar y cyd i helpu cyrff cyhoeddus i weithio tuag at wireddu hawliau plant wrth weithredu'r Ddeddf. Bydd sicrhau hawl plant i chwarae yn rhan bwysig o gyfrannu at les cenedlaethau'r dyfodol a'i wella.'

Chwarae plant – cyflawni nodau'r Ddeddf Llesiant

Nod Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yw gwella lles cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru. I helpu i gyflawni'r weledigaeth hon, sef cynnig ansawdd bywyd da i genedlaethau'r presennol a'r dyfodol, mae'r Ddeddf yn pennu saith nod lles:

- Cymru lewyrchus
- Cymru gydnerth
- Cymru sy'n fwy cyfartal
- Cymru iachach
- Cymru o gymunedau cydlynus
- Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

- Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang.

Cymru lewyrchus

Mae mynediad i gyfleoedd chwarae o ansawdd da yn cyfrannu at addysg, yn enwedig yn y Cyfnod Sylfaen. Bu ymchwil a wnaed yn Wrecsam yn ystyried y buddion uniongyrchol a gohiriedig a gaiff pobl yn sgîl datblygu cyfalaf cymdeithasol a gwella'u rhagolygon cyflogaeth nawr neu yn y dyfodol o ganlyniad i gael mynediad i ddarpariaeth gwaith chwarae reolaidd ac estynedig. Daeth yr astudiaeth i'r casgliad fod pob £1 a fuddsoddir mewn gwaith chwarae yn creu buddion cymdeithasol

uniongyrchol a gohiriedig gwerth £4.60.

Cymru gydnherth

Cydnabyddir yn gyffredinol fod chwarae'n cynnig buddion cymdeithasol, corfforol a gwybyddol ac mae hyn o gymorth i ddadlau bod chwarae'n elfen bwysig sy'n helpu i feithrin gwytnwch. Mae cael digon o amser, lle a chaniatâd i chwarae yn helpu plant i wneud y canlynol:

- Datblygu hunangynhaliath ac annibyniaeth
- Teimlo bod ganddyn nhw ymdeimlad o reolaeth yn eu byd
- Teimlo cysylltiad ag eraill a'u gymuned
- Datblygu dychymygydd a chreadigrwydd
- 'Prosesu' a gwneud synnwyr o agweddau anodd a gofidus ar eu bywydau
- Cymdeithasu â'u ffrindiau a chyd-drafod ag eraill ar eu telerau eu hunain.

Cymru iachach

Mae chwarae'n hanfodol bwysig ar gyfer twf lles a iechyd meddyliol a chorfforol plant. Mae chwarae'n caniatáu iddyn nhw ryngweithio â'u cyfoedion, sy'n elfen bwysig o les cymdeithasol ac emosynol. Drwy chwarae, bydd plant yn profi amrywiaeth o emosynau, gan gynnwys rhwystredigaeth, penderfyniad, cyflawniad, siom a hyder, ac yn gallu dysgu sut i reoli'r teimladau hyn drwy ymarfer.

Bydd galluogi plant i dreulio mwy o amser yn chwarae allan yn eu cymunedau yn gwella lefelau gweithgarwch corfforol ac yn cynnig buddion ehangach o ran iechyd a'r amgylchedd. Chwarae anstrwythuredig yw un o'r dulliau hawsaf a mwyaf naturiol i blant o bob oedran gael y lefelau

angenrheidiol o weithgarwch corfforol. Yn ogystal, dyma'r math mwyaf cyffredin o weithgarwch corfforol y bydd plant yn cymryd rhan ynddo y tu allan i'r ysgol.

Bydd cynyddu cyfleoedd chwarae i blant yn atal amrywiaeth o afiechydon sy'n cael effaith negyddol ddirifol ar iechyd poblogaeth Cymru ac yn arwain at gostau enfawr i wasanaethau cyhoeddus.

Cymru sy'n fwy cyfartal

Mae chwarae yn un o'r hawliau plant a bennwyd yn rhyngwladol a chan Lywodraeth Cymru. Ymgorfforir yr hawl i chwarae yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP).

Gall cynnig mynediad i gyfleoedd chwarae o ansawdd da fod yn ffordd o leihau anghydraddoldeb rhwng plant a thrwy hynny leihau tlodi profiad i bob plentyn. Mae darpariaeth chwarae wedi'i staffio ar gael yn aml pan fydd ei hangen fwyaf ar deuluoedd (ar ôl ysgol, yn ystod y gwyliau ysgol, gyda'r nos ac ar y penwythnos) gan lenwi bylchau pan na fydd gwasanaethau eraill ar gael. Mae darpariaeth chwarae o ansawdd uchel yn 'bair' lle mae plant na fyddent o bosib yn cyfarfod ac yn cymdeithasu â'i gilydd yn arferol yn gallu cymysgu. Mae hyn yn cynnig profiad o gyfarfod â phobl eraill a mwy o gyfleoedd ar gyfer rhwydweithiau cymdeithasol eang.

Cymru o gymunedau cydlynus

Pan fydd gan blant fynediad i leoedd a mannau i chwarae a chyfarfod â'u ffrindiau, bydd y gymuned yn datblygu agwedd fwy goddefgar at chwarae. Mae presenoldeb plant sy'n chwarae

yn cefnogi rhieni ac aelodau eraill o'r gymuned i eiriol dros chwarae a phlentyndod. Bydd plant yn cael gwell ymdeimlad o berthyn i'r gymuned a'u rôl yn y gymuned honno. Mae darpariaeth chwarae leol yn cyfrannu at gymunedau cydlynus, ymlyniad wrth gyfoedion a lle a chynhwysiad cymdeithasol oherwydd ei bod yn ymwneud yn benodol â'i chymuned.

Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu

Mae gweithgareddau hamdden (sy'n cynnwys gweithgareddau diwylliannol) yn rhan o'r adran ynghylch cyfleoedd chwarae ym Mesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010. Pan fydd cymunedau'n cefnogi chwarae gan blant, mae rhannu straeon a hanesion yn dilyn. Trosglwyddir llên gwerin y gymuned o genhedlaeth i genhedlaeth wrth chwarae.

Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang

Cymru yw'r wlad gyntaf yn y byd i ddeddfu dros chwarae i blant a chyfeirir at y dull gweithredu hwn yn Sylw Cyffredinol 17 ar Erthygl 31 o CCUHP. Mae'r ddeddfwriaeth arloesol hon gan Lywodraeth Cymru yn arbrawf mentrus ym maes cynllunio chwarae a rhoi cyfrif amdano, a does yr un patrwm ar gael i'w ddilyn. Arweiniodd hyn at ddiddordeb rhyngwladol yn Erthygl 31 a dull gweithredu Cymru.

i Llesiau Bach yn Galw Allan (2015) *Adroddiad Plant o Gymru i'r Pwyllgor ar Hawliau'r Plentyn*. Abertawe: Arsyllfa Cymru ar Hawliau Dynol Plant a Phobl Ifanc a Comisiynydd Plant Cymru (2016) *Beth Nesa? What Next?* Ar gael yn: www.complantcymru.org.uk/cyhoeddiadau/beth-nesa/

Diweddgllo

Mae tystiolaeth glir ynghylch pwysigrwydd mynediad i gyfleoedd chwarae i les tymor hir Cymru. Mae Llywodraeth Cymru wedi rhoi pwyslais mawr ar chwarae gan dorri tir newydd yn rhyngwladol drwy gynnwys adran ar gyfleoedd chwarae ym Mesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010.

Mae rhoi ystyriaeth i chwarae yn rhan o Ddeddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 yn ategu

deddfwriaeth arall Llywodraeth Cymru, yn enwedig Mesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010 a Mesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011.

Mae darpariaeth chwarae o ansawdd uchel yn cynyddu gallu plant i gefnogi eu lles eu hunain ac yn helpu rhieni i ddeall datblygiad eu plant a dygymod ag ef. Mae chwarae yn ganolog i fywyd plentyn iach a dylai darpariaeth chwarae fod yn ganolog i unrhyw fframwaith sy'n ystyried lles a nodau lles.

Datblygu'r gweithlu

Cymhwyster ymarfer gwaith chwarae newydd i Gymru

Mae Llywodraeth Cymru wedi comisiynu Chwarae Cymru a WEA YMCA College Cymru i ddatblygu cymhwyster Lefel 2 newydd mewn gwaith chwarae.

Datblygwyd y Dyfarniad Lefel 2 mewn Ymarfer Gwaith Chwarae (L2APP) gan grŵp llywio oedd yn cynnwys: Chwarae Cymru, WEA YMCA College Cymru, SkillsActive, Clybiau Plant Cymru Kids' Clubs, ac Agored Cymru (corff dyfarnu'r cymhwyster).

Cafodd Dyfarniad L2APP ei gynllunio i ategu cymhwyster y Dyfarniad Lefel 3 mewn Rheoli Cynllun Chwarae yn ystod y Gwyliau (MAHPS), a ddatblygwyd yn 2015 gan Chwarae Cymru a WEA YMCA College Cymru, sydd hefyd yn cael ei achredu gan Agored Cymru. www.chwaraecymru.org.uk/cym/mahps.

Diben y ddau gymhwyster yw cefnogi cynlluniau chwarae tymor byr yn ystod y gwyliau i gydymffurfio â'r gofynion cofrestru newydd a phresennol.

Rydyn ni'n rhagweld y bydd y Dyfarniad Lefel 2 newydd yn addas ar gyfer:

- Ymarferwyr mewn lleoliadau gofal plant sy'n dymuno cynyddu eu dealltwriaeth am chwarae a gwaith chwarae
- Cynlluniau chwarae cymunedol yn ystod y gwyliau i'w cefnogi i gwrdd â gofynion cofrestru
- Hyfforddiant dewisol neu broffesiynol parhaus i gynyddu eu dealltwriaeth o waith chwarae ar gyfer amrywiaeth o staff sy'n cefnogi chwarae ar gyfer plant hyd at 16 oed gan gynnwys: goruchwylwyr amser cinio; gweithwyr ieuencid; staff gofal plant; staff datblygu cymunedol ac ysbytai.

Bydd Chwarae Cymru'n gweithio gyda WEA YMCA College Cymru i ddatblygu deunyddiau addysgu a dysgu ar gyfer y cymhwyster yn seiliedig ar ein cymwysterau Gwaith Chwarae: Rhoi Egwyddorion ar Waith (P³). Byddwn yn treialu'r cwrs, mewn partneriaeth â Chlybiau Plant Cymru Kids' Clubs, yn Ionawr 2017 a bydd ar gael i'w ddarparu ar ôl hynny.

Rhennir dwy uned y cymhwyster yn ddwy ran sef gwybodaeth a dealltwriaeth, ac asesu cymhwysedd wrth ymarfer. Bwriedir bod modd darparu'r cwrs mewn chwe sesiwn neu dri diwrnod.



Bydd unedau a chanllawiau'r cymhwyster ar gael ar wefan Agored Cymru: www.agored.org.uk ac mae Chwarae Cymru'n datblygu canllawiau ategol i ganolfannau sydd â diddordeb mewn darparu'r cymhwyster.

Fel rhan o drefniadau cadarn i sicrhau ansawdd y cymhwyster newydd hwn, disgwylir i diwtoriaid ac aseswyr gymryd rhan mewn gweithgareddau safoni ar y cyd. Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth ynghylch mynediad i gymhwyster L2APP neu ynghylch darparu'r cymhwyster yn eich ardal, anfonwch neges e-bost at gweithlu@chwaraecymru.org.uk www.chwaraecymru.org.uk/cym/l2app

Adolygiad Cymwysterau Cymru

Cynhaliodd Cymwysterau Cymru adolygiad o gymwysterau lechyd a Gofal Cymdeithasol ar ddechrau 2016. Mae'n destun pryder bod yr adolygiad wedi cael hyd i nifer o ddiffygion yng nghyswllt y blynyddoedd cynnar, gofal plant a gwaith chwarae, gan gynnwys sylw annigonol i waith chwarae mewn cymwysterau blynyddoedd cynnar a gofal plant.

O ganlyniad i'r adolygiad, hwylusodd Cymwysterau Cymru ymgynghoriad i bwysu a mesur barn y sector ynghylch comisiynu cyfres o 'gymwysterau cyfyngedig' ar gyfer y blynyddoedd cynnar, gofal plant, a gwaith chwarae o bosibl. Y cymwysterau cyfyngedig newydd fyddai'r unig rai cymwys ar gyfer arian cyhoeddus.

Ar yr olwg gyntaf, gellid ystyried bod cael cymhwyster sengl yn ymateb rhesymegol sy'n rhoi sylw i'r diffygion, yn enwedig yn y

blynyddoedd cynnar a gwaith gofal plant, ond mae'r sector gwaith chwarae wedi rhannu ei bryderon sylweddol ynghylch yr effaith y gallai hyn ei chael ar ddyfodol cymwysterau gwaith chwarae ar draws y Deyrnas Unedig.

Roedd ymateb Chwarae Cymru i'r ymgynghori yn adlewyrchu'r pryderon hyn ac yn crynhoi'r goblygiadau posibl ar gyfer y gweithlu gwaith chwarae.

Er enghraifft, gallai'r cyfyngiad a gynnigir olygu bod cymwysterau a

ddatblygwyd i ddiwallu anghenion darpariaeth cyfnod byr yn ystod y gwyliau - yn benodol, y Dyfarniad Lefel 3 mewn Rheoli Cynllun Chwarae yn ystod y Gwyliau (MAHPS) a'r Dyfarniad Lefel 2 newydd mewn Ymarfer Gwaith Chwarae (L2APP)- yn ddiangen, gan na fydden nhw'n gymwys i gael cyllid cyhoeddus.

Gallai'r newidiadau arfaethedig gael effaith sylweddol ar ddarparu a chyflawni cymwysterau gwaith chwarae yng Nghymru. Hefyd, gallai'r penderfyniad yng Nghymru gael effaith, yn y tymor hir, ar y sector gwaith chwarae ym mhob rhan o'r Deyrnas Unedig.

Mae Chwarae Cymru'n gobeithio y bydd canlyniad yr ymgynghori yn adlewyrchu barn y sector gwaith chwarae.

Cynnydd ar gyfer Llwyddiant

Fel y nodwyd yn ein rhifyn diwethaf o *Chwarae dros Gymru*, Cynnydd ar gyfer Llwyddiant yw'r rhaglen hyfforddiant seiliedig ar waith, gwerth £6.2m, gan Lywodraeth Cymru, a fydd yn ariannu gweithwyr proffesiynol yn y sector blynyddoedd cynnar, gofal plant a gwaith chwarae i ennill cymwysterau Lefel 2 a 3 sy'n cael eu cydnabod yn genedlaethol.

Cynnydd ar gyfer
Llwyddiant
Progress for
Success



Yn dilyn proses dendro ar gyfer darparwyr dysgu seiliedig ar waith, comisiynwyd Grŵp Llandrillo Menai, Vocational Skills Partnership ac Itec Training Solutions Ltd i ddarparu'r rhaglen mewn awdurdodau lleol penodol yng Nghymru.

Os ydych chi'n gweithio, neu'n cyflogi gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio yn y sector blynyddoedd cynnar, gofal plant neu waith chwarae, gallai hwn fod yn gyfle i weithwyr proffesiynol gael hyfforddiant, neu i gyflogwyr hwyluso eu gweithwyr i gael hyfforddiant.

Er mwyn sicrhau'r arian mae'n rhaid i chi/eich gweithwyr fodloni'r meini prawf canlynol:

- Bod yn 25 oed neu'n hŷn ar adeg cyflwyno'ch cais

- Cael eich cyflogi mewn lleoliad blynyddoedd cynnar, gofal plant neu chwarae sydd wedi'i gofrestru gydag Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru (AGGCC), neu fod yn warchodwr plant cofrestredig, yng Nghymru
- Cael eich cyflogi, neu fod yn hunangyflogedig, am 16 awr neu fwy yr wythnos
- Bod wedi'ch cyflogi gan eich cyflogwr cyfredol ers o leiaf bedair wythnos ar adeg cyflwyno'ch cais

Bydd dysgwyr sydd wedi dilyn rhaglen lefel 2 neu 3 mewn gofal plant neu waith chwarae yn gymwys i gael rhagor o gyllid gan Lywodraeth Cymru i ennill cymwysterau ar yr un lefel.



Mae Chwarae Cymru yn cydnabod y gall dysgwyr wynebu rhai heriau o ran sicrhau cymwysterau gwaith chwarae o dan y rhaglen hon. Os hoffech chi rannu eich sylwadau a'ch profiadau, yn enwedig os yw'r rheiny'n gysylltiedig â gofynion hyfforddi dysgwyr unigol, anfonwch e-bost i gweithlu@chwaraecymru.org.uk

<http://llyw.cymru/cynnyddargyferllwyddiant>

Prosiectau chwareus ar draws y DU

Sefydliadau chwarae cenedlaethol y Deyrnas Unedig yn rhannu enghreifftiau o'u prosiectau cyfredol sy'n cyfrannu at gefnogi datblygiad y gwaith o greu cymunedau chwaraus sy'n annog chwarae yn eu gwledydd a'r tu hwnt.

Play England

Gan dynnu ar ei gwaith i ddatblygu'r cyhoeddiadau arloesol *Design for play* a *Rheoli Risg mewn Darpariaeth Chwarae: Canllaw*



Freedom to play

Gweithredu, mae Play England wedi dod yn bartner ym mhrosiect 'SAFERPLAY'. Mae'r prosiect, sydd wedi derbyn cymorth ariannol o gronfa Erasmus+ yr Undeb Ewropeaidd, yn cynnwys sefydliadau mewn chwe gwlad Ewropeaidd - Sbaen, Portiwgal, y Weriniaeth Tsiec, Croatia, yr Almaen a Lloegr.

Gwelodd y partneriaid fod gwaith gosod a chynnal a chadw mannau chwarae, yn enwedig mewn pentrefi a threfi mewn rhai o'r gwledydd hyn, yn cael ei wneud yn aml gan gwmnïau a staff llywodraeth leol oedd heb gael unrhyw hyfforddiant penodol o ran dylunio mannau chwarae. Mewn ymateb i hyn, sefydlwyd prosiect SAFERPLAY.

Nod SAFERPLAY yw meithrin cydweithrediad ar draws y gwledydd hyn drwy ddatblygu a darparu adnodd hyfforddiant ar-lein arloesol. Mae'r prosiect yn casglu llawer o wybodaeth arbenigol ynghyd. Bydd prifysgolion a darparwyr hyfforddiant, cymdeithasau ymchwil, mudiadau cymunedol ac arbenigwyr chwarae, yn ogystal â'r rhanddeiliaid allweddol sy'n gyfrifol am ddylunio a diogelwch mannau chwarae, a gynrychiolir yn bennaf gan benseiri a dylunwyr, busnesau ac awdurdodau lleol, yn cydweithio i ddatblygu'r hyfforddiant ar-lein hwn. Mae Play England yn darparu cyngor ar ddatblygu'r cynnwys ar-lein. Bydd y modiwlau'n ymdrin â dylunio, gosod, a chynnal a chadw mannau chwarae diogel a heriol, wedi'u teilwra ar gyfer anghenion y staff sy'n ymwneud â nhw a'r defnyddwyr terfynol sef y plant. Bydd yr adnoddau'n cael eu cyfieithu i chwe iaith. Ar ben darparu gwybodaeth briodol, bydd yr adnodd addysgol agored hwn hefyd yn llwyfan ar gyfer cyfnewid profiadau a dysgu cydweithredol rhwng yr holl randdeiliaid sy'n ymwneud â mannau chwarae.

Mae pob partner yn cynnal digwyddiadau i rannu profiadau a datblygu cynnwys y deunyddiau hyfforddiant ar-lein. Bydd Play England yn cynnal

digwyddiadau SAFERPLAY ym Mawrth 2017. Dywedodd Nicola Butler, Cadeirydd Ymddiriedolwyr Play England: 'Rydyn ni'n gobeithio y bydd mudiadau chwarae o'r pedair gwlad yn ymuno â ni i helpu i rannu gwybodaeth a phrofiadau â'n partneriaid Ewropeaidd yng nghyswllt dylunio, gosod, a chynnal a chadw mannau chwarae diogel a heriol'.

www.playengland.org.uk

Play Scotland



Mae cefnogi chwarae yn y gymuned wedi bod yn bwysig iawn erioed i Play Scotland, ac ers datblygu'r Strategaeth Chwarae Genedlaethol a'r Cynllun Gweithredu (2013) mae cefnogi cymunedau i alluogi plant i wireddu eu hawl i chwarae wedi bod yn rhan allweddol o'u gwaith.

Y map chwarae (*Play Map*) yw adnodd diweddaraf Play Scotland ar gyfer Partneriaethau Cynllunio Cymunedol (CPPs), a'i nod yw:

- Cefnogi'r Partneriaethau hyn i ymrwymo i egwyddorion sy'n cefnogi hawl plant i chwarae
- Darparu arweinyddiaeth drwy ddatblygu blaenoriaethau strategol a phenodi Pencampwyr Chwarae
- Ymgysylltu a gwrando ar blant, pobl ifanc, teuluoedd a chymunedau er mwyn i'w sylwadau fod yn sail i waith y Partneriaethau
- Mapio'r ddarpariaeth bresennol ac archwilio'r bylchau yn y gwasanaethau a'r cyfleoedd presennol
- Ystyried dulliau effeithiol o ddatblygu chwarae mewn cymunedau a rhannu arfer effeithiol
- Adolygu cyfraniad chwarae i gynlluniau lleol y Partneriaethau.

Mae'r map chwarae'n cefnogi'r Partneriaethau i sicrhau canlyniadau iechyd a lles i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd ar draws cymunedau. Annog a galluogi asiantaethau ac adrannau perthnasol i weithio gyda'i gilydd i ddeall a hyrwyddo pwysigrwydd ystod eang o



© New Model Army Photography

gyfleoedd chwarae lleol sy'n gynhwysol ac yn hygyrch, ac yn cynnwys risg a her, sydd wrth wraidd llwyddiant cyflwyno'r map chwarae.

Bydd peilota'r map chwarae gan Play Scotland yn cynnwys agor tiroedd ysgol at ddefnydd cymunedau y tu allan i oriau'r ysgol a datblygu canllawiau ynghylch chwarae ar y stryd. Bydd y ddwy elfen hon yn gwneud gwahaniaeth o ran cyfleoedd chwarae i blant yn y cymunedau hynny. Bwriedir astudio a gwerthuso'r cynlluniau arbrofol cyn eu hestyn ar draws yr awdurdod lleol. Mae'r gwaith yn canolbwyntio ar gyflawni newidiadau drwy weithio mewn partneriaeth gan y gwelir bod angen prosiectau cynaliadwy ac isel eu cost oherwydd bod llai o adnoddau ar gael.

Yn ddiweddar hefyd, comisynodd Play Scotland Arolwg Chwarae yn y Cartref am y tro cyntaf yn yr Alban er mwyn deall sut mae rhieni a phlant yn treulio amser yn chwarae yn y cartref ac o'i gwmpas. Yr hyn sy'n galonogol yw bod yr arolwg wedi gweld bod y mwyafrif o blant yn chwarae'n egniol bob wythnos (84%). Cadarnhaodd hefyd y farn gyffredinol fod dyfeisiau digidol yn rhan annatod o adnoddau chwarae plant - er enghraifft roedd 81% o blant yn cymryd rhan mewn chwarae digidol rhyngweithiol fel chwarae gêmâu cyfrifiadurol neu bori ar y we.

www.playscotland.org

PlayBoard Northern Ireland



Yn ystod misoedd yr haf darparodd PlayBoard Northern Ireland, gyda chymorth Cyngor Rhanbarthol Newry, Mourne a Down, gyfres o sesiynau chwarae awyr agored cymunedol ar draws y rhanbarth.

Cynhaliwyd y fenter o ganlyniad i ddymuniad y cyngor i helaethu'i ddull o ddiwallu anghenion chwarae a oedd, yn draddodiadol, wedi canolbwyntio ar ddarpariaeth chwarae gosod, i gwmpasu dulliau chwarae cymunedol gan ddefnyddio darnau rhydd. Ochr yn ochr â sesiynau chwarae cymunedol, darparodd PlayBoard hyfforddiant i wirfoddolwyr o'r cymunedau lleol gyda golwg ar greu sylfaen sgiliau gynaliadwy yn yr ardal leol. Ar ôl cymryd rhan yn y rhaglen hyfforddiant roedd cyfle i wirfoddolwyr weithio ochr yn ochr â Tîm Datblygu Chwarae PlayBoard i gynllunio a darparu sesiwn chwarae.

Cynhaliwyd deg ar hugain o sesiynau chwarae mewn wyth lleoliad ar draws y cyngor, mewn ardaloedd gwledig a threfol. Nod y sesiynau oedd rhoi cyfle i blant o amrywiol oeddrannau gymryd rhan mewn profiadau chwarae a'u cyfarwyddo eu hunain, gan ddefnyddio amrywiaeth o ddeunyddiau chwarae a rhannau rhydd yn eu cymuned. Aeth Tîm Datblygu Chwarae PlayBoard ati i hwyluso manau chwareus ar gyfer chwarae a darparu cymorth a chanllawiau i blant, rhieni a gwirfoddolwyr yn ôl y gofyn.

Roedd nifer dda'n bresennol yn y sesiynau chwarae ym mhob safle gyda 40 o blant neu bobl ifanc ar gyfartaledd yn dod i bob sesiwn. Roedd yr ystod oedran yn amrywio o blant bach i bobl ifanc yn eu harddegau hwyr. Cynigiwyd cyfleoedd chwarae eang ac amrywiol – o adeiladu cuddfannau i wisgo i fyny; chwarae pêl i baentio mygydau; chwarae â dŵr, mwd a chwarae anniben.

Croesawyd y fenter gan blant a rhieni a dywedodd un rhiant fod y fenter wedi 'cael effaith sylweddol gan drawsnewid darn o dir di-nod a diflas yn fyd antur hynod a hudol!' tra dywedodd un arall fod 'y prosiect wedi dangos bod y manau rydyn ni'n aml yn eu hanwybyddu yn ein cymuned yn gallu cynnig cyfleoedd chwarae anhygoel - dim ond i ni wneud y defnydd gorau o'r hyn sydd gennym a defnyddio'n dychymyg!'

Mae PlayBoard yn parhau i weithio ochr yn ochr â'r Cyngor i gefnogi datblygu polisi chwarae newydd a fydd yn ceisio ymgorffori'r hyn a ddysgwyd yn sgîl y fenter er mwyn ymestyn cyfleoedd chwarae ar draws y rhanbarth.

www.playboard.org

Dewch i chwarae pêl!

Steven Shaw, Rheolwr Amgylcheddol Cyngor Dinas Aberdeen, yn rhannu ei brofiad o'r ymgyrch lwyddiannus i greu mwy o fannau ac amgylcheddau chwarae-gyfeillgar ar draws y ddinas.

Aberdeen yw'r ddinas gyntaf yn yr Alban lle does dim arwyddion yn gwahardd chwarae pêl yn ei pharciau a'i mannau cymunedol.

Fel llawer o ddinasoedd yn y Deyrnas Unedig, roedd mannau cymunedol yn Aberdeen yn llawn arwyddion gwahardd – Dim Gêmau Pêl, Dim Golff, Dim Beicio, Dim Sglefyrddio. Mae'r arwyddion hyn yn hyll ac yn lleihau gwerth mannau cymunedol.

Mae arwyddion 'Dim Gêmau Pêl' yn enwedig yn gwneud i fannau ymddangos yn ddigariad, yn ddi-dddefnydd ac yn ddigroeso. Maen nhw'n rhwystro plant rhag chwarae a mwynhau'r awyr agored yn lleol. Roedd cannoedd o'r arwyddion hyn yn Aberdeen, a llawer ohonyn nhw wedi bod o gwmpas ers blynyddoedd lawer, wedi'u codi fesul tipyn mewn mannau cymunedol ar gais preswylwyr lleol er mwyn atal beth oedd yn cael ei ystyried yn ymddygiad gwrthgymdeithasol - sef plant yn chwarae!

Mewn partneriaeth ag elusen leol Aberdeen Greenspace, dechreuodd Cyngor Dinas Aberdeen ymgyrch yn 2015 i gael gwared ar yr arwyddion hyn ac i annog plant i ddefnyddio mannau gwyrdd helaeth Aberdeen a chwarae ynddyn nhw.

Roedd cael gwared ar yr arwyddion yn benderfyniad pwysig gan y Cyngor. Mae'r ddinas yn arwain y ffordd yn yr Alban drwy agor



ABERDEEN CITY COUNCIL

ei mannau cyhoeddus a dileu'r cyfyngiadau a fu ar waith ers degawdau yn sgîl yr arwyddion 'Dim Gêmau Pêl'.

Mae cael gwared ar yr arwyddion wedi cael effaith gadarnhaol ar olwg mannau cyhoeddus ac wedi arwain at roi cyhoeddusrwydd cadarnhaol i'r ddinas. Ond y budd pennaf yw'r cyfle i ddefnyddio'r mannau hyn i chwarae unwaith eto ac i wella iechyd a lles plant.

Cefndir

Cyflwynwyd adroddiad i Bwyllgor Cymunedau, Tai ac Isadeiledd y Cyngor ym mis Tachwedd 2015, a chytunodd y pwyllgor yn unfrydol i gael gwared ar yr holl arwyddion.

Cafwyd gwared ar yr arwyddion cyntaf yn ddiweddarach y mis hwnnw a pharhawyd â'r gwaith yn 2016 i ddileu'r cannoedd o arwyddion oedd ar draws Aberdeen. Y targed ar gyfer cael gwared ar yr holl arwyddion oedd y Diwrnod Chwarae ar 3 Awst 2016, dyddiad addas iawn gan fod hwn yn ddiwrnod cenedlaethol i ddathlu hawl plant i chwarae ac i dynnu sylw



at rôl bwysig chwarae ym mywydau plant.

Y gwelliannau a gyflawnwyd a'r heriau a gafodd eu goresgyn

Rydyn ni'n cydnabod na fydd rhai llecynnau yn addas ar gyfer chwarae awyr agored (oherwydd iechyd a diogelwch, a thraffig) ond bydd yr arwyddion yn cael eu tynnu i lawr beth bynnag. Yn hytrach nag arwyddion, ystyrir defnyddio gwahanol ddulliau rheoli/plannu mewn llecynnau gwyrdd. Bydd y Gwasanaethau Amgylcheddol yn gweithio'n agos gyda'r partneriaid i ystyried y dewisiadau unwaith y caiff y llecynnau hyn eu nodi.

Hefyd, bydd cynllun ar waith i sicrhau y bydd achosion o



Cafodd y broses i wneud Aberdeen yn ddinas gyntaf yr Alban lle mae rhyddid i chwarae pêl mewn parciau a mannau cymunedol ei lansio gan Denis Law, un o bêl-droedwyr yr Alban, a aned yn Aberdeen.

Cafodd cyn saethwr Manchester United a Manchester City gymorth gan un o'i gyd-chwaraewyr blaenorol, Mike Summerbee, i gyflawni'r gwaith pwysig o dynnu'r arwydd cyntaf i lawr.



Denis Law yn tynnu'r arwydd Dim Gêmau Pêl cyntaf i lawr

Mae Denis Law wedi ysbrydoli cenedlaethau o bêl-droedwyr uchelgeisiol. Byddai Denis wedi dysgu rhai o'i sgiliau mewn mannau fel y rhai lle'r oedd yr arwyddion hyn i'w gweld, felly mae'n addas iawn mai fe dynnodd yr arwydd symbolaidd cyntaf hwn i lawr.

Ar fater dileu'r arwyddion, dywedodd Denis Law:

'Mae hon yn fenter wych ac roedd yn hen bryd i hyn ddigwydd. Bydd yn agor mannau cymunedol ym mhob rhan o Aberdeen, gan alluogi plant i gicio pêl fel y mynnan nhw gyda'u ffrindiau, sy'n bwysig dros ben. Dylai Aberdeen Greenspace a'r awdurdod lleol gael eu canmol am eu gwaith i gael gwared ar yr arwyddion hyn'.

ymddygiad gwrthgymdeithasol yn cael sylw drwy ddulliau eraill. Bydd hyn yn cynnwys tîm Wardeiniaid Dinas Aberdeen. Hyd yn hyn, ni fu angen ystyried unrhyw ddewisiadau eraill lle cafwyd gwared ar yr arwyddion.

Y canlyniadau a'r targedau a'r nodau i'r dyfodol

Mae'r ymgyrch wedi ceisio creu newid cadarnhaol yn y defnydd o fannau gwyrdd a dileu'r rhwystrau sy'n atal plant rhag chwarae. Mae goblygiadau cadarnhaol i'r ymgyrch hon yn lleol, yn genedlaethol ac yn rhyngwladol.

Mae'r adborth ar draws y ddinas a'r wlad wedi bod yn gadarnhaol

iawn. Mae llawer o awdurdodau lleol a mudiadau wedi gofyn i ni roi gwybod iddyn nhw am y datblygiadau diweddaraf o ran yr ymgyrch. Roedd diddordeb y cyfryngau cenedlaethol yn syfrdanol a chafodd yr ymgyrch sylw gan y cyfryngau ar hyd a lled y Deyrnas Unedig mewn papurau newydd, ar y radio a'r teledu.

Mae Erthygl 31 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn yn dweud:

'Mae gan bob plentyn yr hawl i orffwys a hamdden, i chwarae ac i gymryd rhan mewn gweithgareddau hamdden sy'n briodol i oed y plentyn ac i gyfranogi'n llawn mewn bywyd diwylliannol a'r celfyddydau.'

Yn ei Strategaeth Chwarae ar gyfer yr Alban (2013) mae Llywodraeth yr Alban yn dweud:

'Mae chwarae plant yn hanfodol i les yr Alban; yn gymdeithasol, yn economaidd ac yn amgylcheddol. Ein pobl yw ein hadnodd pennaf ac mae blynyddoedd cynnar bywyd yn gosod y patrwm ar gyfer datblygiad plant yn y dyfodol'.

Mae dileu'r arwyddion Dim Gêmau Pêl yn Aberdeen wedi bod yn llwyddiant ysgubol ac mae cyffro aruthrol wrth i ni edrych ymlaen at weld sut gall mannau cymunedol digariad gael eu defnyddio bellach gan y gymuned leol. Dewch i chwarae pêl!

Gwireddu'r hawl i chwarae ar lefel ryngwladol



Ers dros hanner canrif mae'r International Play Association (IPA) wedi rhoi amrywiaeth eang o brosiectau ar waith i hyrwyddo hawl plant i chwarae. Cynhelir y prosiectau ar lefel ryngwladol neu leol trwy ganghennau cenedlaethol - gan dynnu pobl sy'n gweithio gyda phlant a thros blant at ei gilydd. Mae rhai o'r prosiectau cyfredol yn cynnwys:

Diwrnod Trafodaeth Gyffredinol y Cenhedloedd Unedig

Roedd Diwrnod Trafodaeth Gyffredinol Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn, a gynhaliwyd yng Ngenefa, y Swistir ym mis Medi 2016 yn canolbwyntio ar thema Hawliau Plant a'r Amgylchedd. Dau brif nod y diwrnod oedd:

- hyrwyddo dealltwriaeth o'r berthynas rhwng hawliau plant a'r amgylchedd
- nodi sut mae hawliau plant a materion amgylcheddol yn cysylltu â'i gilydd i greu gwell cyfreithiau a pholisïau a gwella'r ffordd y cânt eu gweithredu.

Yr hawl i chwarae a'r amgylchedd

Wedi'i hysbrydoli gan y thema, datblygodd IPA bapur trafod ar Hawl Plant i Chwarae a'r Amgylchedd, sy'n tynnu sylw at rôl yr amgylchedd o ran creu mannau iach i blant chwarae.

Mae'r papur hwn yn pwysleisio rôl hollbwysig chwarae o ran lles, datblygiad a goroesiad plant ac mae'n myfyrio ar effaith amodau amgylcheddol wrth wireddu'r hawl i chwarae ym mywyd pob dydd plant. Bu'r papur yn llwyddiannus o ran darparu gwybodaeth ac ysgogi cyfraniadau ysgrifenedig a llafar i'r Diwrnod.

'Under the Same Sky'

Cymerodd IPA ran yn y Diwrnod Trafodaeth Gyffredinol hefyd drwy gyflwyno'r digwyddiad 'Under the Same Sky' gyda'i bartneriaid, oedd yn cynnwys Senedd Plant yr Alban, Comisiynydd Plant a Phobl Ifanc yr Alban a Terre des Hommes – mudiad rhyngwladol dros hawliau plant.

Fel rhan o'r digwyddiad, bu plant o Mozambique, Brasil, Palestina, Zimbabwe, yr Alban ac Awstralia yn edrych ar eu profiadau o'r mannau lle maen nhw'n tyfu i fyny, gan ddefnyddio amrywiaeth o gyfryngau creadigol.

Disgrifiodd y plant yn Zimbabwe effaith cyflenwad afreolaidd o ddŵr ar eu hamser chwarae, tra bod plant o Frasil yn poeni am ddiffyg diogelwch a pharch mewn mannau cyhoeddus, a thynnwyd sylw at effaith byw ynghanol gwthdaro ar blant o Balesteina. Hefyd, gofynnodd y plant o Awstralia a Mozambique beth all llywodraethau a CCUHP ei wneud i sicrhau bod gan blant fannau diogel i chwarae a sut gellir sicrhau bod lleisiau plant yn cael eu clywed.

Mae ffilm fer i'w gweld ar wefan IPA a bydd pecyn cymorth yn seiliedig ar y prosiect ar gael yn gynnar yn 2017.

Llawlyfr Mynediad i Chwarae mewn Argyfwng

Mae IPA wedi comisiynu Chwarae Cymru i ddatblygu Chwarae: hawliau ac ymarfer - sef llawlyfr i gefnogi chwarae mewn argyfwngau.



Bydd y llawlyfr yn targedu pobl a sefydliadau sy'n gweithio mewn argyfwngau gan gynnwys amgylcheddau lle mae gwrthdaro neu drychinebau dyngarol, naturiol ac o waith dyn er mwyn iddyn nhw allu deall yn well a chefnogi cyfleoedd chwarae yn y gymuned i blant. Bydd y llawlyfr hefyd yn cynnwys astudiaethau achos o argyfwngau presennol. Disgwylir cyhoeddi'r llawlyfr yng ngwanwyn 2017.

Mae prosiect Mynediad i Chwarae mewn Argyfwng IPA yn cynnwys datblygu'r llawlyfr a chynnal ymchwil mewn saith gwlad er mwyn: dyfnhau gwybodaeth am anghenion chwarae plant mewn argyfwngau a dealltwriaeth ohonyn nhw; ac ehangu a gwella dulliau ymarferol o gymhwyso'r hawl i chwarae fel bod plant mewn argyfwngau yn cael digon o amser, lle a chymorth i chwarae.

Theresa Casey, Llywydd yr International Play Association

'Rydyn ni'n parhau i eiriol dros hawliau plant o dan erthygl 31 ar lefel uchel wrth weithio ar lawr gwlad i wneud chwarae pob dydd yn realiti i blant ym mhedwar ban byd. Mae chwarae plant a'r amgylchedd yn cysylltu'n uniongyrchol â'n prif ffocws arall sef Mynediad i Chwarae mewn Argyfwng. Yn aml, mae hawliau erthygl 31 yn llai o flaenoriaeth mewn trychinebau neu wrthdaro. Fodd bynnag, yn y sefyllfaoedd hyn, mae cyfleoedd i chwarae yn gymorth mawr i blant deimlo elfen o normalrwydd a llawenydd ar ôl profi colled, afleoliad a thrawma. Mae'n bleser gennym gydweithio â Chwarae Cymru unwaith eto i greu adnodd a fydd yn cefnogi pobl yn y funud honno pan sylweddolant mai chwarae yw'r union beth mae angen i blant fod yn ei wneud.'

<http://ipaworld.org>