

Rhifyn 54 Gaeaf 2019

# Chwarae

Newyddion chwarae a  
gwybodaeth gan yr elusen  
genedlaethol dros chwarae

# dros Gymru



## Ein hawl i chwarae



# Cynnwys

2	Golygyddol Gwadd	12	Beth yw plentyndod?
3	Newyddion	13	Sesiynau chwarae a chefnogaeth gymunedol
6	Yr hyn sydd gan blant i'w ddweud am chwarae	14	Adolygiad y Gweinidog o Chwarae
8	Mae strydoedd chwarae'n wych	15	Barn plant ar chwarae'r tu allan wedi eu cofnodi mewn astudiaeth genedlaethol
9	Rhowch amser inni gymdeithasu ac ymlacio yn yr ysgol uwchradd	16	Datblygu'r gweithlu
10	Chwarae yn yr ysbyty	18	Cymunedau chwareus
11	Gwella maes chwarae ein hysgol		

## 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](http://www.chwaraecymru.org.uk)

# Golygyddol Gwadd



**Comisiynydd Plant Cymru**  
Children's Commissioner for Wales

ond mae dal nifer o rwystrau'n bodoli. O faterion hynod wleidyddol mesurau cynni a thlodi plant, i ddefnyddio ffonau clyfar a physurdeb cynyddol bywydau gwaith oedolion.

Ond gall pob un ohonom wneud ein rhan. Fel dywedodd ein nawdd sant, '*Gwnewch y pethau bychain*'. Boed hynny'n wneud amser i chwarae gyda'n plant bob dydd, neu eu hannog i fynd allan i arwain eu hwyl eu hunain gyda'u ffrindiau.

O ran ymrwymadau oddi wrth y Llywodraeth a chynghorau, fe fyddwn i wrth fy modd yn gweld llawer mwy o feysydd chwarae antur wedi eu staffio ledled Cymru, yn ogystal â chyfleoedd ar gyfer cynnwys chwarae anffurfiol dan arweiniad plant ym mhob gofod ble mae plant yn byw, dysgu a theithio iddynt. Dylai plant o bob oed ac angen gael eu hystyried a'u cynnwys yn y gwaith o ffurfio'r cyfleoedd hyn.

Ac o ran 'The Burn', adeiladwyd ar y tir ddegawdau'n ôl ond pan ymwelais â fy hen gartref yn ddiweddar, sylwais ar blant yn adeiladu cuddfannau ar y bryn ble roedden ni'n arfer chwarae. Bydd plant wastad yn dod o hyd i fannau i chwarae. Y cyfan sydd angen i ni ei wneud yw rhoi'r rhyddid, y lle a'r amser iddyn nhw wneud hynny.

**Sally Holland**  
Comisiynydd Plant Cymru

**Mae fy hoff atgofion chwarae o fy mhentyndod yn ymwneud â bod y tu allan a heb unrhyw oruchwyliaeth. O tua phump neu chwech oed, byddai plant lleol yn ymgasglu i chwarae mewn ardal yr oedden ni'n ei galw 'The Burn', ble roedd burn (nant) yn llifo trwy gwprwl o aceri o dir gwyllt arferai fod yn ardd farchnad. Ymysg y danadl poethion, roedd coed ffrwythau gwylltion i wledda arnyn nhw, nant i olchi ein traed ynddi a llu o anturiaethau i'w mwynhau. Ar wahân i'r diffyg ceir, rwy'n credu mai'r gwahaniaeth mwyaf o'i gymharu â heddiw oedd y diffyg oedolion.**

Rwyf wedi treulio miloedd o oriau hapus yn chwarae gyda fy mhlant fy hun ond 'does gen i ddim atgofion o chwarae gydag oedolion o gwbl. Mae enillion a cholledion gyda phob senario, ond mae pob plentyn angen amser chwarae heb ei strwythuro, wedi ei arwain gan y plentyn. Mae chwarae, wedi'r cyfan, yn hawl i'r plentyn – ac nid i'r oedolyn, fel yr wyf wrth fy modd yn egluro'n aml wrth y plant.

Rwy'n credu ei fod yn fyfyrddod perthnasol iawn ar gyfer agor y rhifyn hwn sydd wedi ei ysgrifennu, ar y cyfan, gan y plant.

Ac mae'n cyfleu hudoliaeth chwarae yn rhagorol – o ryddid chwarae ar y stryd, i therapi chwarae yn yr ysbyty, a sut gall y gemau yr ydym yn eu mwynhau a'r cysylltiadau a wnawn ein helpu hyd yn oed ar yr adegau mwyaf heriol.

Mae'r rhifyn hwn hefyd yn cyddigwydd â dathliadau diweddar pen-blwydd Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) yn 30<sup>th</sup> oed. Dewisodd fy swyddfa'r diwrnod hwn i gyhoeddi adnodd hawliau newydd ar gyfer plant y Cyfnod Sylfaen, a chân newydd sbon yr hyderwn fydd yn llanw neuaddau ysgolion ym mhob cwr o'r wlad. Gan gadw at y thema dan arweiniad y plentyn, fe'i hysgrifennwyd gyda phlant ysgol, felly efallai nad yw'n syndod bod cyfeiriad penodol at gael hwyl a sbri wedi ei gynnwys yn y geiriau terfynol, '*Hawl bod yn iach Yn iach a champus Dewch i ddawnsio – Dawnsio hapus*' a'i fod wedi ei gysylltu mor agos â iechyd.

Mae hefyd yn amser i gydnabod y camau a gymerwyd mewn deddfwriaeth yma yng Nghymru i helpu i wireddu hawl plant i chwarae,



# Newyddion

## Prosiect Llysgenhadon Chwarae Cymunedol

Mae Chwarae Cymru'n falch iawn i fod yn un o ddau ar bymtheg o brosiectau ledled Cymru i fod wedi ennill ariannu trwy'r Gronfa Iach ac Egniol (HAF) newydd. Mae'r prosiectau llwyddiannus yn anelu i wella iechyd meddyliol a chorfforol trwy gefnogi ffyrdd o fyw iach ac egniol.



Cronfa Iach ac Egniol  
Healthy & Active Fund

Mae'r ariannu'n ein galluogi i gynnal prosiect Llysgenhadon Chwarae Cymunedol newydd a chyffrous ar draws Caerdydd a Bro Morgannwg. Ein gobaith yw y bydd y gwersi a ddysgwn o'r prosiect yn ein helpu i'w ddatblygu mewn ardaloedd eraill yn y dyfodol.

Er mwyn gweithredu'r prosiect, mae Chwarae Cymru yn gweithio mewn partneriaeth gyda:

- Addysg Oedolion Cymru | Adult Learning Wales
- Gwasanaethau Chwarae Plant Cyngor Caerdydd
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro / Tîm Lleol Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Re-create

- Tîm Datblygu Chwaraeon a Chwarae Cyngor Bro Morgannwg.

Bydd y prosiect yn cynnwys gweithio gyda phobl leol i sefydlu Grwpiau Gweithredu Chwarae i ddynodi ffyrdd i gynnal cyfleoedd chwarae rheolaidd. Mae'r prosiect wedi ei ddylunio i wneud y defnydd gorau o asedau cymunedol sy'n bodoli eisoes, fel manau agored, strydoedd a thiroedd ysgolion. Bydd y grwpiau hyn yn galluogi cymdogaethau i fod yn fwy cyfeillgar at chwarae.

Bydd y prosiect hefyd yn cynorthwyo pobl ifanc 14-19 oed i ddod yn Llysgenhadon Chwarae Cymunedol gwirfoddol trwy dderbyn hyfforddiant, cymwysterau a chyfleoedd profiad gwaith mewn lleoliadau gwaith chwarae, gan eu galluogi i hwyluso cyfleoedd chwarae yn y gymdogaeth.

Gan ddefnyddio adnoddau a chymwysterau presennol Chwarae Cymru, byddwn yn trosglwyddo hyfforddiant gwaith chwarae a mentora parhaus i'r Llysgenhadon yn ystod dwy flynedd gyntaf y prosiect. Bydd y Llysgenhadon yn creu cysylltiadau gydag aelodau o'r gymuned fydd yn cynorthwyo i greu cyfleoedd chwarae amrywiol a chyfoethog yn lleol. Trwy wneud hyn, bydd y prosiect yn ymgysylltu gyda dros 500 o blant.

Bydd gan y Llysgenhadon gyfle unigryw i weithredu fel eiriolwyr dros chwarae a, gan weithio gydag oedolion cefnogol, byddant yn cael effaith gwirioneddol ar y cyfleoedd i chwarae yng nghymunedau'r prosiect.

## Prosiect Chwarae'r Hydref **Plentyndod Chwareus**

Fe gafon ni gymaint o hwyl gyda Phrosiect Chwarae Plentyndod Chwareus dros yr haf, fe wnaethom ei gynnal eto yn yr hydref! Er mwyn cael plant i chwarae'r tu allan a draw oddi wrth sgriniau yn ystod misoedd oer y gaeaf roedden ni, trwy ein hymgyrch Plentyndod Chwareus, am ddangos bod hwn yn gyfnod perffaith i fynd allan i anturio.

Mae cymaint o hwyl i'w gael yn ystod misoedd y gaeaf – yn chwarae concyrs, sblasio mewn pyllau, adeiladu cuddfan neu fynd ar helpa sborion. Rydym hyd yn oed wedi creu fideo defnyddiol 'Sut i chwarae concyrs' a fideo byr 'Pum syniad chwarae' i ysbrydoli teuluoedd i chwarae'r tu allan!

Mae Plentyndod Chwareus yn anelu i helpu rhieni, gofalwyr a grwpiau cymunedol i roi digon o gyfleoedd da i blant chwarae ar unrhyw adeg o'r flwyddyn. Fe allwn ni gyd wneud mwy gartref, yn y gymuned ac mewn ysgolion i annog mwy o chwarae rhydd, awyr agored a gwella meddyliau a dychymyg y genhedlaeth nesaf yn barhaus.

### Yn dod yn fuan i'r wefan:

- Adran newydd ar gyfer pobl sy'n gweithio gyda rhieni a theuluoedd. Bydd yr adran hon yn cyfeirio at wybodaeth bellach ar y wefan i helpu'r bobl hynny sy'n gweithio gyda theuluoedd i gynorthwyo gydag amrywiaeth o bryderon a fynegir yn aml gan rieni, fel pryderon am weld eu plentyn yn gwneud llanast neu'n baeddu wrth chwarae, treulio gormod o amser o flaen sgriniau, ac a yw hi'n ddiogel iddynt adael i'w plentyn chwarae'r tu allan.
- Llauer o syniadau chwarae syml ac ymarferol – o chwarae ar ddiwrnod glawog, i adeiladu cuddfannau gartref, i gyflwyno eich plentyn i gynnu tân.

[www.plentyndodchwareus.cymru](http://www.plentyndodchwareus.cymru)

# Croeso

Croeso i aelodau newydd ein tîm, Paula Harris a Lowri Jenkins ac i aelodau newydd o'r Bwrdd Ymddiriedolwyr, y Dr Rhian Barrance ac Owain Lloyd.

Paula yw'r Swyddog Prosiect ar ein prosiect Llysgenhadon Chwarae Cymunedol newydd gyda chyfrifoldeb am gydlynu gweithgarwch hyfforddi a datblygu. Cyn dod i weithio gyda Chwarae Cymru, mae wedi gweithio fel Swyddog Datblygu Chwarae, Cydlynnydd Prosiect Cymdeithas Chwarae a Swyddog Gweithredol Rhanbarthol.

Fel y Cynorthwy-ydd Cyfathrebiadau Digidol mae Lowri yn cynorthwyo gyda'r gwasanaeth gwybodaeth sy'n cynnwys diweddarau gwefannau a chydlynu ein

gweithgarwch ar y cyfryngau cymdeithasol. Cyn ymuno â ni, enillodd brofiad fel cynorthwydd addysgu Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledd ac fel



intern gyda chwmni cysylltiadau cyhoeddus a chyfathrebiadau.

Mae Rhian yn Ymchwilydd Cyswllt yn Sefydliad Ymchwil Gymdeithasol ac Economaidd, Data a Dulliau Cymru (WISERD), sy'n rhan o Ysgol y Gwyddorau Cymdeithasol ym Mhrifysgol Caerdydd. Ers ymuno â Phrifysgol Caerdydd, mae wedi cwblhau dau brosiect ar ran Comisiynydd Plant Cymru. Cwblhaodd Rhian ei doethuriaeth yn y Ganolfan Hawliau Plant ym Mhrifysgol Queen's, Belfast.

Ymunodd Owain ag S4C ym mis Awst 2019 fel Ysgrifennydd newydd Bwrdd y sianel. Fel rhan o'i rôl, mae Owain yn gyfrifol am gynghori'r Bwrdd er mwyn sicrhau llywodraethu priodol ac effeithlon ar draws holl waith S4C. Cyn hyn, bu Owain yn was sifil i Lywodraeth Cymru am dros 20 mlynedd, gan weithio mewn nifer o wahanol rolau'n cynnwys y blynyddoedd cynnar, gofal plant a chwarae.

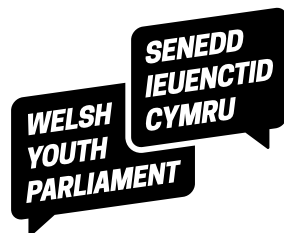
## Mae angen newid medd Senedd Ieuenctid Cymru

Mae adroddiad cyntaf erioed Senedd Ieuenctid Cymru – *Sgiliau Bywyd, Sgiliau Byw* – yn galw am i sgiliau bywyd, fel amrywiaeth a gwerth arian, i gael ei addysgu mewn ysgolion.

Wedi ei ysgrifennu gan Bwyllgor Sgiliau Bywyd yn y Cwricwlwm Senedd Ieuenctid Cymru, mae'r adroddiad yn galw am i newidiadau gael eu gwneud i'r cwricwlwm ysgolion presennol er mwyn galluogi disgyblion i ennill y '*sgiliau y mae pobl ifanc eu hangen er mwyn datblygu'n ddinasyddion cyfrifol, byd-eang*'.

Mae'n cloi gyda 13 o argymhellion, yn cynnwys:

*'Dylai Estyn a'r Llywodraeth ystyried gwahanol ddulliau o arolygu ysgolion – yn lle canolbwyntio'n ormodol ar*



*ganlyniad arholiadau, dylent roi mwy o sylw i strategaethau lles a chefnogaeth ysgolion a datblygiad pobl ifanc fel unigolion.'*

Yn 2018, etholwyd trigain o bobl ifainc o bob cwr o'r wlad i Senedd gyntaf Ieuenctid Cymru. Yn dilyn cynnal dadl a phleidlais yn Y Senedd ddechrau 2019,

bydd Aelodau'r Senedd yn canolbwyntio ar dri mater yn ystod eu tymor dwy flynedd o hyd sef: cymorth iechyd meddwl ac emosiynol, taflu sbwriel a gwastraff plastig, a sgiliau bywyd yn y cwricwlwm.

[www.seneddieuentid.cymru](http://www.seneddieuentid.cymru)

# Cynllun Peilot Gwaith Chwarae Newyn Gwyliau



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

Mae bwydo plant dros wyliau'r ysgol, pan nad yw clybiau brecwast a chiniawau ysgol am ddim ar gael, yn her i rai teuluoedd. Dros wyliau'r Haf a hanner tymor yr Hydref yn 2019, dyrannodd Llywodraeth Cymru £100,000 ar gyfer prosiect peilot i brofi'r posibilrwydd o fynd i'r afael â newyn gwyliau trwy leoliadau chwarae a chymunedol.

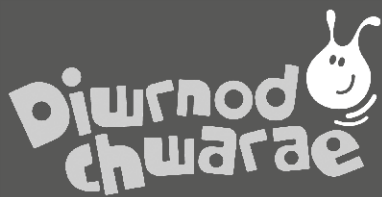
Yn ystod y peilot, dosbarthwyd y cyllid i brofi gwahanol fodelau darpariaeth. Mewn rhai achosion ychwanegwyd bwyd at ddarpariaeth oedd yn bodoli eisoes, mewn achosion eraill cafodd y bwyd ei wella. Mewn rhai lleoliadau, archebwyd bwyd i mewn tra yr aeth eraill ati i brynu offer a pharatoi'r bwyd eu hunain. Darparodd clybiau y tu allan i oriau ysgol leoedd ychwanegol ar gyfer plant fyddai'n methu mynychu fel arall.

Mae gwerthusiadau cychwynnol o'r peilot yn gadarnhaol ac mae £1,000,000 wedi ei glustnodi at y diben hwn ar gyfer 2020-21. Defnyddir gwybodaeth a gesglir yn ystod gwerthusiad y peilot i bennu sut i ddethol lleoliadau, rhannu a dosbarthu'r ariannu, sicrhau darpariaeth iach a chynnal gwerthusiadau. Cyhoeddir yr adroddiad gwerthuso llawn ym mis Chwefror 2020.

[www.llyw.cymru](http://www.llyw.cymru)

Enghraifft o adborth oddi wrth blentyn fynychodd gynllun chwarae haf oedd yn darparu bwyd:

*'Dwi wrth fy modd y mynd i lawr i'r traeth i'r cynllun chwarae i chwarae gyda fy ffrindiau... Dwi'n hoffi chwarae ar feic fy ffrind a gyda'r cylchau hwla a dwi'n hoffi eistedd wrth y tân. Dwi'n meddwl ei bod hi'n dda cael bwyd yn y cynllun chwarae. Mae plant angen ffrwythau, llysiau a fitaminau i'n cadw ni'n iach. Os na fyddan nhw'n cael bwyd sy'n dda iddyn nhw, fe fyddan nhw'n cael tyllau yn eu dannedd, fe fyddan nhw'n dost ac yn teimlo'n sâl. Os na fyddan nhw'n bwyta'n iach fyddan nhw ddim yn gallu rhedeg o gwmpas a chwarae.'*



## Cynhelir Diwrnod Chwarae 2020 ar Ddydd Mercher 5 Awst

Mae Diwrnod Chwarae'n ddatliad blynyddol o hawl plant i chwarae gyda miloedd o blant a theuluoedd yn chwarae'r tu allan mewn digwyddiadau ar draws y DU.

[www.playday.org.uk](http://www.playday.org.uk)

Cydlynir Diwrnod Chwarae gan Chwarae Cymru, PlayBoard Northern Ireland, Play Scotland a Play England

## Aelodaeth Chwarae Cymru 2020

Pam ymuno â Chwarae Cymru? Po fwyaf o leisiau sy'n ymuno â ni i gefnogi hawl plant i chwarae, y cryfaf y byddwn.

Dewch yn aelod o Chwarae Cymru, am gyn lleied â £10, ac ychwanegwch eich llais i gryfhau'r floedd.

Mae opsiynau aelodaeth ar gael ar gyfer mudiadau ac uniogolion sy'n byw neu'n gweithio yng Nghymru – yn ogystal ag aelodaeth rhyngwladol ar gyfer unigolion a mudiadau y tu hwnt i Gymru.

Cefnogwch ni i wneud Cymru yn le gwell i bob plentyn chwarae trwy ymuno â ni ar: [www.chwaraecymru.org.uk/cym/aelodaeth](http://www.chwaraecymru.org.uk/cym/aelodaeth)

# 'Rwy'n dysgu pethau newydd ac yn dringo coed'

## Yr hyn sydd gan blant i'w ddweud am chwarae yng Nghymru

I ddathlu 30<sup>ain</sup> pen-blwydd Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP), fe gyhoeddodd adroddiad ble mae plant yn dweud wrthym yr hyn sy'n dda am y cyfleoedd chwarae yn eu hardal leol a pha mor fodlon ydyn nhw ynghylch pryd, sut a ble y gallan nhw chwarae.

Yn rhifyn yr haf o'r cylchgrawn hwn, fe wnaethom adrodd ar uchafbwyntiau'r canfyddiadau hyn, a godwyd o ddadansoddiad o holiaduron a gwblhawyd gan blant fel rhan o Asesiadau Digonolrwydd Chwarae 2019 yr awdurdodau lleol. Yma, rydym yn taflu goleuni pellach ar rai o'r lluo o sylwadau a dderbyniwyd oddi wrth bron i 6,000 o blant.

### Amser i chwarae

Dywedodd dros dri chwarter y plant yng Nghymru bod ganddynt ddigonedd, neu ddigon o amser i chwarae. Er hynny, dywedodd mwy nag un o bob pum plentyn nad oedd ganddynt ddigon o amser neu yr hoffent fwy o amser i chwarae. O'r sylwadau a wnaed gan y plant, mae'r amser y maent yn ei gael draw oddi wrth oedolion mewn chwarae anffurfiol yn cael ei werthfawrogi'n fawr ac, wrth siarad am agweddau cadarnhaol chwarae yn eu hardaloedd lleol, mae bod gyda ffrindiau'n allweddol bwysig.

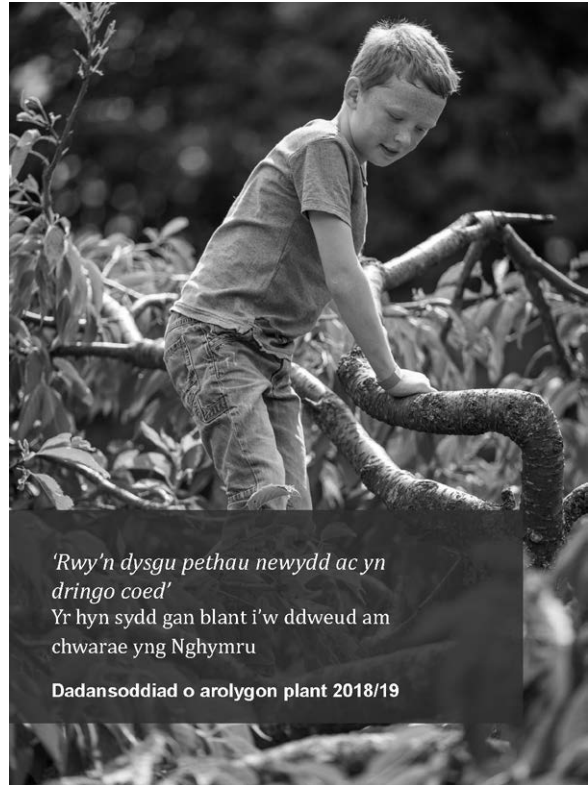
*'Rwy'n cael cyfle i "hongian o gwmpas" gyda ffrindiau a chael amser ar fy mhen fy hun heb oedolion.'*

*'Rwy'n hoffi mynd i'r parc. Rwy'n hoffi treulio amser gyda fy ffrindiau yn ein hardal leol.'*

Mae'r sylwadau'n cefnogi ein data hefyd, ac ymchwil arall sy'n tanlinellu'r pwysau sydd ar yr amser sydd gan blant i chwarae a chymdeithasu.

*'Dydw i ddim yn cael digon o amser [i chwarae neu gymdeithasu] oherwydd gwaith cartref.'*

*'Fydda' i ddim yn chwarae'r tu allan gan fy mod yn hyfforddi mewn clwb gymnasteg hyd at 22 awr a phum gwaith yr wythnos. Rydw i hefyd yn byw 3.5 milltir oddi wrth fy ffrindiau a'r ysgol.'*



*'Rwy'n dysgu pethau newydd ac yn dringo coed'*  
Yr hyn sydd gan blant i'w ddweud am chwarae yng Nghymru

**Dadansoddiad o arolygon plant 2018/19**

### Lle i chwarae

Pan ofynnwyd iddynt os oeddent yn gallu chwarae a chymdeithasu ym mhob man yr hoffent, siaradodd y plant lawer am barciau a chaeau chwarae fel canollbwyntiau yn eu cymunedau.

*'Rydw i wrth fy modd gyda'r parciau sydd â fframiau dringo gan fy mod yn hoffi hongian â mhen i lawr a gwneud gymnasteg. Rydyn ni'n hoffi hela pryfetach yn y parc hefyd. Rydw i wrth fy modd yn chwarae gyda fy ffrindiau ar y rampiau sgrialu yn y parc.'*

Siaradodd y plant hefyd am ddefnyddio ystod eang o ofodau sydd draw oddi wrth ardaloedd dynodedig, yn amrywio o balmentydd y tu allan i'w tai, i'r brynau cyfagos.

*'Rydw i'n chwarae ar fy meic yn ein stryd gyda fy ffrindiau.'*

*'Creu cuddfannau yn y coed a chwarae gyda fy ffrindiau.'*

Er hynny, mae rhai plant yn cael anhawster cael mynediad i fannau chwarae.

*'Yn fy mhentre' i a'r pentre' cyfagos 'does dim parc nac ardal chwarae. Mae'n drist ofnadwy. Roedden ni'n arfer gallu chwarae ar dir yr ysgol ond nawr maen nhw wedi'u cloi. Dim ond ein gardd sydd gennym ni i chwarae ynddi, fel arall mae rhaid i fy rhieni fynd a fi yn y car i fynd i rywle.'*

*'Ger yr ysgol a thŷ fy ffrind, mae mannau gwyrdd i chwarae arnyn nhw fydd ddim yn para'n hir achos mae'n cael eu chwalu rŵan i adeiladu mwy o dai neu eu gwerthu i greu ysgol mwy o faint ... Fydd dim mannau gwyrdd ar ôl i ni chwarae. Fe fydd rhaid inni aros yn y tŷ ar ein cyfrifiaduron a chwarae ar-lein gyda'n ffrindiau yn lle.'*

## Pa mor dda yw'r mannau chwarae?

Welwyd fawr o wahaniaeth rhwng sut y mae merched a bechgyn yn dirnad ansawdd mannau chwarae, ond yn ôl grŵp oedran fe wnaethom sylwi bod plant hŷn yn tueddu i fod yn fwy beirniadol. Dywedodd dros 25 y cant o blant dros 14 mlwydd oed bod y mannau yr oeddent yn eu defnyddio i chwarae neu gymdeithasu ddim yn dda neu'n dda i ddim. Roedd nifer fawr o blant yn feirniadol iawn o gyflwr parciau ac ardaloedd chwarae plant dynodedig.

*'Does dim byd da, mae'r parciau i gyd wedi eu difetha a wastad wedi eu gorchuddio â gwydr neu maen nhw'n llawn o bobl sy'n cymryd cyffuriau.'*

*'Mae rhai parciau chwarae braidd yn flêr ac mae'r un ger fy nhŷ i angen gwaith arno ac mae'n llawn plant hŷn sy'n loetran a'r offer chwarae i blant bach bach!*

*'Gormod o gŵn a'u baw.'*

## Rhyddid i chwarae

Mae'n amlwg bod llawer o blant hŷn yn teimlo nad yw oedolion yn hoffi iddynt chwarae neu gymdeithasu. Gwelwyd hyn mewn astudiaethau eraill ble y canfuwyd bod agweddau negyddol yn codi o ddiffyg dealltwriaeth o'r hyn yw chwarae plant, a safbwyntiau gwahanol ar yr hyn y dylid ei ystyried fel ymddygiad derbyniol. Yn aml, bydd gan oedolion farn wahanol am blant a gallant ystyried plant hŷn yn ymgynnull fel ymddygiad gwrthgymdeithasol.

*'Weithiau, dwi'n teimlo bod oedolion yn fy meirniadu pan fydda' i'n mynd allan mewn grŵp mawr o ffrindiau, gan fy mod yn meddwl eu bod yn teimlo'n anghyfforddus o gwmpas criw ohonom, neu eu bod yn cael eu bygwth efallai.'*

*'Fi a fy mrawd bach yw'r unig rai sy'n cael chwarae'r tu allan ar ein pen ein hunain. Mae fy ffrindiau i gyd angen oedolyn i fynd gyda nhw, 'does neb yn chwarae'r tu allan ar y strydoedd.'*

Roedd llawer o sylwadau ychwanegol gan y plant yn tanlinellu traffig fel problem oedd yn effeithio ar eu rhyddid i ddewis ble a phryd i chwarae.

*'Dwi'n byw ger [y] parc, ond rydw i'n rhy ifanc i fynd i'r parc ar fy mhen fy hun heb oedolyn oherwydd bod gormod o ffyrdd mawr.'*

Yn gysylltiedig â hyn, mae sut y bydd plant yn cyrraedd i'r mannau ble maent yn chwarae. Dywedodd mwy na hanner y plant eu bod yn gallu cerdded neu seiclo ar eu pen eu hunain, neu gyda ffrindiau. Fodd bynnag, mae dau o bob pum plentyn yn dibynnu ar oedolyn i un ai gerdded gyda nhw, neu i'w gyrru i ble byddant yn chwarae.

*'Does yna'r un parc neu le diogel y galla' i fynd iddo heb fy rhieni neu sydd ddim yn golygu bod rhaid mynd yn y car. Mae'r ffyrdd yn rhy brysur a 'does dim mannau diogel imi chwarae pêl ger fy nhŷ.'*

Ar y cyfan, y darlun a gyflwynwyd gan blant ledled Cymru yw pan roddir caniatâd iddynt fynd allan, a phan allant chwarae yn y mannau yr hoffent, mae'r mwyafrif o blant yn hapus gyda'r dewis o fannau o safon dda a'u bod yn fodlon gyda'u cyfleoedd chwarae. Er hynny, mae nifer o ffactorau sy'n bwysig wrth gyfyngu ar hawliau plant ac allai fod yn achosi niwed.

Mae rhai plant yn dioddef o 'dlodi amser', gyda thystiolaeth o ffynonellau eraill yn awgrymu bod hyn yn gysylltiedig â phwysau academaidd a 'gor-amserlennu' bywydau plant. Tra bo ambell blentyn yn rhagori o ganlyniad i hyn, mae gor-amserlennu amser plant wedi ei gysylltu hefyd â straen ac iselder, ymysg problemau iechyd meddwl eraill. Mae plant anabl yn wynebu rhwystrau ychwanegol sy'n eu hatal rhag treulio eu hamser rhydd yn chwarae.

Mae'n amlwg, hyd yn oed o'r dystiolaeth gyfyngedig yma, mai chwarae yw'r safbwynt diodyn (*default position*) ar gyfer plant, ac y byddant yn chwilio'n reddfodol am fannau i chwarae. Felly, mae digonolrwydd cyfleoedd chwarae'n fater o gyfiawnder gofodol gyda phlant yn cael hawl rhesymol i ddefnyddio eu hamgylchoedd ac nid dim ond cael eu corlannu mewn mannau dynodedig o safon isel neu i ddioddef agweddau negyddol oedolion.

Mae 'Rwy'n dysgu pethau newydd ac yn dringo coed' – Yr hyn sydd gan blant i'w ddweud am chwarae yng Nghymru ar gael ar: [www.chwaraecymru.org.uk/cym/newyddion/1222-new-research-what-children-say-about-play-in-wales](http://www.chwaraecymru.org.uk/cym/newyddion/1222-new-research-what-children-say-about-play-in-wales)



# Mae strydoedd chwarae'n wych!

**Mae menter Caerdydd – Dinas sy'n Dda i Blant wedi dod â phartneriaid ynghyd i ddatblygu rhaglen Chwarae Stryd. Mae'r rhaglen hon yn galluogi trigolion i wneud cais i gau eu stryd, er mwyn caniatáu i blant chwarae'n ddiogel, am ychydig oriau'r dydd, unwaith y mis.**

**Mae Jack, sy'n naw oed, yn byw ym Mhlasnewydd, Caerdydd, ac mae'n meddwl bod strydoedd chwarae'n syniad gwych:**

Mae lot o resymau pam rwy'n credu bod strydoedd chwarae'n anhygoel. Mae llai o geir yn dod trwodd, sy'n golygu mai'r plant sy' berchen y stryd. Yna, fe allwn ni chwarae llawer o wahanol gemau, cyfnewid pethau i chwarae gyda nhw a chael hwyl gyda'n ffrindiau.

Roedd yr oedolion ar ein stryd eisiau cael stryd chwarae oherwydd eu bod nhw am helpu plant i gael hwyl wrth chwarae. Rydyn ni'n lwcus achos 'does dim llawer o strydoedd yn cynnal y digwyddiad ffantastig yma. Er mwyn helpu i wneud i bethau weithio, mae ychydig o reolau:

- Pan mae'r person yn chwythu'r chwiban, mae rhaid iti gasglu dy stwff a mynd ar y palmant oherwydd mae'r chwiban yn golygu un ai bod car yn dod neu ei bod hi'n amser gorffen y stryd chwarae
- Parchu oedolion
- Dim bwllian nac ymladd
- Dim mynd yn bellach na'r arwyddion stryd ar gau.

Rydw i wedi chwarae pêl-droed a rygbi cyffwrdd gyda fy ffrindiau. Weithiau bydda' i'n mynd ar fy sgwter neu ar fy meic. 'Does gen i ddim gardd fawr iawn felly mae chwarae ar y ffordd yn golygu bod gen i lot mwy o le. Fe gafon ni ddigwyddiad arbennig dros y Nadolig gyda gemau, mins peis a pheiriant eira. Fe ddaeth llawer o gymdogion draw a mwynhau'r gemau a'r hwyl.

Rydw i wedi gwneud ffrindiau newydd nad oeddwn i'n eu hadnabod o'r blaen, ond rydw i'n eu hadnabod nawr. Maen nhw'n hoffi rhai o fy hoff bethau i. Yn well fyth – mae'r rhieni yn chwarae gyda ni hefyd, felly rydan ni'n cael ein goruchwyllo ac yn cael hwyl gyda'r rhieni. Mae fy nwydychwr fach wedi cael hwyl yn chwarae gyda'u ffrindiau. Hefyd, mae fy chwaer yn fwy hyderus yn mynd ar ei beic oherwydd stryd chwarae. Yn ogystal, mae fy chwaer wedi ennill lot o ffrindiau trwy stryd chwarae, a dim ond dwy oed yw hi!

Mae'r syniad yma'n helpu pobl i gael mwy o awyr iach ond wrth gael hwyl gyda dy ffrindiau ar yr un pryd! Mae hefyd yn helpu i dy gadw oddi ar gemau electronig, fel yr Xbox, PS4 a'r ffôn. Mae'n annog plant i ddysgu gemau newydd ac yn helpu i wneud ffrindiau newydd. Mae strydoedd chwarae'n helpu plant ac oedolion i gymdeithasu a dod i adnabod ei gilydd.

Mae fy nghymydog Reuben, sy'n bedair oed, yn cytuno gyda fi. Mae'n dweud, 'Dwi'n hoffi stryd chwarae'n fawr iawn, oherwydd dwi'n cael gweld fy ffrindiau. Mae rhai o'r mamau a'r tadau yn gwarchod pob pen i'r stryd ac rwy'n siarad gyda nhw. Y peth gorau yw rasio lan a lawr ar ein beics a'n sgwters. Oherwydd bod dim ceir yn gyrru, mae'n golygu fydd neb yn cael ei anafu. Rydyn ni'n hoffi chwarae tu fas yn yr awyr iach a rhedeg o gwmpas ble mae'n ddiogel. Dwi'n dwlu ar stryd chwarae'.

**Mae Dinasoedd sy'n Dda i Blant yn un o fentrau UNICEF:**  
[www.childfriendlycities.org](http://www.childfriendlycities.org)



# Rhowch amser inni gymdeithasu ac ymlacio yn yr ysgol uwchradd

**Mae Jasper sy'n 15 mlwydd oed yn dod o Gwibrân, ac mae'n fyfyrwr ym mlwyddyn 11 yn astudio ar gyfer ei arholiadau TGAU. Yma, mae'n sôn pam fod amser chwarae yn yr ysgol yn bwysig iddo fe a'i ffrindiau.**

Pan gychwynnais i yn yr ysgol uwchradd bum mlynedd yn ôl, roedd yn sioc i'r system o'i gymharu â'r ysgol gynradd, nid dim ond o ran y dysgu ond o ran maint yr ysgol a'r nifer o ddisgyblion mewn un lle. Yn yr ysgol gynradd, roedden ni'n cael dwy egwyl y dydd – yn y bore ac amser cinio. Roedd y rhain yn cael eu galw'n amser chwarae. Roedd hyn nid yn unig yn rhoi cyfle inni gael tamaid i'w fwyta yn y bore a chinio ganol dydd, ond roedden ni hefyd yn cael cyfle i redeg o gwmpas, anturio a bod yn ni ein hunain gyda'n ffrindiau, a chwarae pêl-droed. Roedd gennym ni hefyd weithwyr chwarae ar y buarth yn cynnig gemau a chefnogaeth ac wyneb cyfeillgar os oedden ni ei angen.

Pan gychwynnais i yn yr ysgol uwchradd, roedd amser egwyl yn 20 munud yn y bore a 45 munud ganol dydd, sef yr amser y byddem yn cael cinio. Bellach 'doedd yr egwyliau hyn ddim yn cael eu galw'n amser chwarae, yn anffodus.

Roedd egwyl y bore yn ymwneud mwy gyda sut y gallet ti groesi o un rhan o'r ysgol i'r llall mewn pryd ar gyfer dy wers nesaf ac roedd yr amgylchedd yn gwbl wahanol, 'doedd y cyfleoedd ddim yr un fath. Roedd rhedeg o gwmpas neu hyd yn oed gicio pêl fel pe baent wedi diflannu dros nos. Roedd yr egwyl ginio yn wahanol eto. Roedd hyn yn golygu rhedeg mor gyflym â phosibl o dy wers i ymuno â'r rhes i aros am fwyd cyn iddyn nhw redeg allan o'r dewis am y dydd, ac yna chwilio am rywle i eistedd a'i fwyta. Roedd y cyfle i ymlacio gyda dy ffrindiau yno os oeddet ti'n bwyta dy ginio'n ddigon cyflym. Byddai fy ffrindiau a minnau wedi mwynhau'r cyfle i chwarae pêl-droed ond pryd bynnag y byddem yn rhoi tro arni byddem yn cael ein gwthio o'r ffordd gan nad oedd digon o le i'r holl grwpiau blwyddyn i fod mewn un ardal.

Ddwy flynedd yn ôl, fe newidiodd yr ysgol batrwm y diwrnod ysgol, oherwydd eu bod yn credu bod ymddygiad pobl ifanc yn well gydag

egwyliau byrrach. Fe arhosodd egwyl y bore yr un fath, ond cafodd ein hegwl ginio ei thorri i 30 munud. Mae mwyafrif ein hegwl ginio'n cael ei threulio'n ciwio am fwyd a'i fwyta mor gyflym â phosibl cyn i'r gloch ganu. Dydyn ni ddim yn cael amser i ddala lan gyda ffrindiau hyd yn oed.

Mae fy ffrindiau a minnau'n teimlo bod yr egwyliau hirach o fudd i ni gan eu bod yn rhoi cyfle inni gymdeithasu, ymlacio a chasglu ein hegni cyn parhau gyda'n gwersi. Nawr rydyn ni'n gorffen ysgol 15 munud yn gynharach bob dydd oherwydd y newidiadau i'n hamser cinio.

Rwy'n teimlo bod rhoi amser a chyfleoedd i bobl ifanc ymlacio, bod yn nhw eu hunain a chymdeithasu mewn amgylchedd da yn bwysig i bobl ifanc. Gan fy mod i'n berson sy'n hoffi chwaraeon, rwy'n teimlo y byddai cael cyfle i fwynhau gweithgarwch corfforol yn ystod y dydd o fudd i lawer o bobl ifanc yn yr ysgol.

## Prosiect 'Symud Lan', Gwasanaethau Chwarae ac Egwyliau Byrion Torfaen

Mae Prosiect 'Symud Lan', Gwasanaethau Chwarae ac Egwyliau Byrion Torfaen yn gweithio mewn partneriaeth gydag ysgolion a'r Gwasanaeth Cwnsela i drosglwyddo gwasanaeth pontio trwy chwarae. Y nod yw cefnogi disgyblion blwyddyn chwech trwy'r cyfnod pontio, o'r ysgol gynradd i'r ysgol uwchradd. Caiff disgyblion o ysgolion bwydo eu dynodi i gymryd rhan yn y prosiect sy'n canolbwyntio ar gynyddu hyder a lleihau unrhyw bryderon neu ofnau sy'n gysylltiedig â symud i ysgol newydd.

Am fwy o wybodaeth am y prosiect hwn, gweler rhifyn 52 (Gwanwyn 2019) *Chwarae dros Gymru*.

*Mae plant hyn yn chwarae hefyd* – taflen wybodaeth sy'n archwilio chwarae plant hyn, yn enwedig plant tua 11 i 16 oed. Mae'n edrych ar ble fydd plant hyn yn chwarae a pham, ymddygiadau chwarae plant hyn a'u buddiannau a deall ymennydd person yn ei lasoed.

**Mae'r cylchgrawn a'r daflen wybodaeth ar gael ar:**  
[www.chwaraecymru.org.uk/cym/cyhoeddiadau](http://www.chwaraecymru.org.uk/cym/cyhoeddiadau)

# Chwarae yn yr ysbyty

Mae chwarae'n hanfodol ar gyfer hapusrwydd, lles a datblygiad plentyn. Pan fydd plant yn wynebu triniaethau meddygol a llawfeddygol, mae sicrhau bod mynediad i chwarae'n cael ei gynnal yn fater pwysicach fyth. Gall lles plant sy'n gleifion mewn ysbytai neu leoliadau cymunedol, fel hosbisau plant, gael ei gefnogi gan ddarpariaeth chwarae.



**Rufus, a'i fam Rosie, sy'n rhannu eu profiad o'r gwahaniaeth wnaeth y tîm chwarae'n ystod arosiadau hir a thriniaethau rheolaidd ar Ward bediatreg Angharad yn Ysbyty Bronglais, Aberystwyth.**

Pan gafodd Rufus ddiagnosis o Lewcemia, roedden ni fel rhieni'n llawn braw wrth feddwl am ein mab tair blwydd oed bywiog yn cael ei gaethiwo i wely ysbyty am ddyddiau lawer, mewn awyrgylch clinigol oeraidd, ac mai dyma fyddai ei fywyd am dair blynedd a hanner. Doedden ni ddim yn meddwl y byddai'n bosibl iddo ymdopi gyda gorfod aros yn yr ysbyty mor rheolaidd a pheidio â chael rhyddid i wneud y pethau yr oedd yn eu mwynhau, a dal i orfod delio gyda'r triniaethau poenus a'r ymyriadau meddygol.

Doedden ni erioed wedi sylweddoli, y tu ôl i'r llenni ar ward blant mewn ysbyty, bod timau wedi ymroi i godi calonnau plant sâl, sy'n canolbwytio'n llwyr ar eu lles meddyliol ac sy'n cynrychioli hafan ddiogel a dihangfa i'r plant dryslyd a phryderus sy'n derbyn triniaeth. Dim ond wedi inni gael ein taflu i fyd ward blant mewn ysbyty wnaethon ni brofi cymorth y bobl anhygoel hyn. O'r diwrnod cyntaf un, roedd enydau pryd na allen ni fel mam a thad ddiddanu digon ar Rufus – y tîm chwarae oedd yr unig rai allai wneud hynny!

*'Pan ddaw pobol i chwarae gyda fi, mae'n fy stopio rhag diflasu pan ydw i yn yr ysbyty am amser hir iawn, ac mae'n fy helpu i gael 'clicks' a 'sharpies'\*. Mae pawb yn garedig a neis iawn ac mae'n fy stopio rhag bod yn drist.'*

Mae therapi chwarae mor fuddiol i blant sâl ac mae'n anhygoel inni fod wedi gweld cymaint o wahaniaeth yn

hwyliau ac iechyd meddwl Rufus wedi iddo gael sesiynau grŵp ac un-i-un gydag aelodau o'r tîm chwarae.

Mae cymaint o'n hatgofion o'r ysbyty am adegau pan wnaeth yr arbenigwyr chwarae i Rufus wenu, neu ei wahodd draw am sesiwn creffttau. Hyd yn oed pan oedd ar ddrip chemo, roedd croeso iddo ymuno – os na, byddai'r creffttau'n dod at ei wely. Fe wnaeth y tîm chwarae iddo sylweddoli y gallai fwynhau ei hun hyd yn oed yn yr ysbyty, er gwaetha'r triniaethau ofnadwy yr oedd rhaid iddo eu derbyn. Felly nawr pan mae'n amser mynd am driniaeth, y peth cyntaf fydd Rufus yn sôn amdani yw'r ystafell chwarae!

Roedd y profion gwaed wythnosol yn arfer bod yn adeg llawn straen a gofid i bawb – byddai rhaid inni ddal Rufus i lawr, a dal gafael ar ei freichiau er mwyn ei gadw'n ddigon llonydd i'r nyrsys allu pigo blaen ei fys, a byddai'n torri ei galon. Ond mae Paul, yr Arbenigwr Chwarae, wedi helpu cymaint arno fel ei fod bellach yn eistedd yn dawel, heb hyd yn oed sylwi bod y gwaed yn cael ei dynnu. Bydd Paul yn eistedd wrth ei ymyl a chreu pethau ar Minecraft gyda fe ar ei iPad. I ddweud y gwir, mae Rufus yn edrych ymlaen at gael pigo ei fys erbyn hyn gan y bydd yn cael gweld Paul.

Mae'n teimlo weithiau fel ei bod hi'n amhosibl inni ddiolch digon i bob un o'r timau chwarae sydd wedi cyfrannu at gadw agwedd meddwl Rufus yn iach tra ei fod yn yr ysbyty a'i helpu i oresgyn ei bryderon a sefyllfaoedd ofnus.

\*Eglurodd Paul Harries, Arbenigwr Chwarae mewn Ysbyty: 'Y "sharpies" yw'r profion gwaed a gymerir gyda nodwydd a'r "clicks" yw'r profion gwaed pigo blaen bys. Un elfen o ddull y tîm chwarae tuag at resymoli a lleihau pryderon ynghylch triniaethau meddygol yw defnyddio iaith sy'n haws i blant ei deall.'

# Gwella maes chwarae ein hysgol



## Prosiect Lleisiau Bach Little Voices

Mae Lleisiau Bach Little Voices yn raglen gan Arsyllfa Cymru ar Hawliau Dynol Plant a Phobl Ifanc i rymuso plant fel ymchwilwyr ac fel eiriolwyr, i helpu i wreiddio hawliau dynol yn lleoedd pob dydd plant ac i alluogi cyd-gynhyrchu newid mewn dull oed-gynhwysol.

Mae Arsyllfa Cymru yn brosiect a ariennir gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol ac wedi ei lleoli ym Mhrifysgolion Abertawe a Bangor, sy'n gweithio gyda nifer o bartneriaid a disgyblaethau er mwyn helpu i sicrhau bod hawliau dynol plant a phobl ifanc yn cael eu parchu, eu gwarchod a'u cyflawni.

**Mae plant o Ysgol Gynradd Gymunedol Townhill yn Abertawe'n gweithio gyda Lleisiau Bach Little Voices ar brosiect ymchwil cyfranogol lleol. Dyma'r hyn sydd gan y plant i'w ddweud am y gwaith y maent yn ei wneud.**

Rydyn ni'n ddisgyblion Blwyddyn 5 o Townhill. Rydyn ni wedi meddwl am yr hyn y mae plant ei angen a'r hyn sy'n bwysig i ni:

- Rhieni
- Technoleg
- Gwybodaeth
- Cymryd rhan mewn chwaraeon
- Mae chwaraeon plant yn dy wneud yn iach a heini
- Addysg gorfforol
- Rhoi tro ar bethau newydd
- Cadw'n iach
- Llyfrau
- Yr ysgol er mwyn bod yn glyfar
- Dysgu nofio

- Dillad
- Meddygon
- Ffrindiau
- Bwyd a diod
- Egni yn dy gorff
- Cartref
- Ysbytai
- Diddordebau
- Dychymyg a **CHWARAE!**

Ar gyfer ein prosiect Lleisiau Bach Little Voices, rydym wedi dewis gwella maes chwarae'r ysgol. Fe benderfynom wneud hyn er mwyn inni allu cael mwy o chwarae a chwarae gwell a dyma hoffem ni ei weld yn digwydd yn ein hysgol.

- Gwella'r maes chwarae gyda lliwiau
- Mwy o offer ar y buarth, fel bwrdd sialc a phethau i chwarae arny'n nhw
- Prynu bariu mwnci a byrddau
- Adeiladu mwy o feinciau, tŷ crwn a byrddau
- Mwy o gyfleusterau awyr agored
- Plannu mwy yn nhŷ gwydr yr ardd, ychwanegu bywyd gwyllt i'r ardd, adeiladu gwesty pryfetach
- Mwy o chwarae



- Gwersi'r tu allan ac ystafell ddosbarth awyr agored
- Marcio'r maes chwarae – mwy o liw
- Cwrs rhwystrau neu gwrs ninja
- Pob plentyn i baentio bricsen yn wahanol liw.

Mae ein cymuned yn bwysig inni hefyd ac fe hoffem ni ei gwella trwy:

- Ddefnyddio mwy ar y cae
- Plannu mwy o goed
- Gwella parc Townhill
- Cael gardd gymunedol i dyfu bwyd ac ar gyfer y bywyd gwyllt.

Rydym yn gofyn i ddisgyblion eraill yn ein hysgol i roi eu barn inni ar ein syniadau. Mae Lleisiau Bach Little Voices a Phrifysgol Abertawe yn ein helpu i wneud maes chwarae'r ysgol yn well fel y gallwn chwarae a dysgu mwy y tu allan.

**Am fwy o wybodaeth am Lleisiau Bach Little Voices ymwelwch â:**  
[www.lleisiaubach.org](http://www.lleisiaubach.org)

# Beth yw plentyndod?

Ym mis Mehefin 2019 cynhaliodd Achub y Plant Cymru ddigwyddiad yn y Senedd i nodi canmlwyddiant yr elusen. Roedd y digwyddiad yn cynnwys arddangosfa o waith celf a grëwyd yn arbennig gan ddisgyblion o Ysgol Uwchradd Pen Y Dre, Merthyr Tudful. Izabela, sy'n bymtheg oed, sy'n adrodd am y prosiect.

Fe wnaeth y prosiect ganiatáu i fyfyrwyr yn ein hysgol ateb y cwestiwn 'Beth yw plentyndod?'. Aeth y disgyblion ati i baentio siapiau cardbord o'u hunain ac ysgrifennu beth maen nhw'n credu sy'n creu plentyndod ar ddarnau jig-so. Fe wnaethom sylweddoli bod y mwyafrif o'r myfyrwyr oedd yn rhan o'r prosiect wedi cyfeirio at chwarae a chymdeithasu fel rhai o elfennau pwysicaf plentyndod.

Mae hyn yn cael ei adlewyrchu yn Erthygl 31 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP). Felly, pam mae e'n bwysig?

I rai plant, mae cwrdd â chymdeithasu gyda'u ffrindiau'n ffordd i gael hoe rhag problemau gartref. I eraill, mae'n braf ymlacio a mynd allan a chael hwyl gyda'u ffrindiau. Yn fy marn i, mae chwarae a chymdeithasu'n bwysig i'n datblygiad oherwydd mae llawer o bwysau ar blant i fod yn aeddfed a thyfu lan yn syth wedi iddyn nhw fynd i'r ysgol uwchradd. Mae gallu ymddwyn fel plentyn gyda dy ffrindiau'n bwysig iawn ac mae mynd allan i wylwio ffilm neu grwydro trwy gae am hwyl yn egwyl braf o waith ysgol. Rwy'n credu hefyd ei bod yn bwysig inni gymdeithasu, gan fod cael ffrindiau da yn yr ysgol a'r tu allan i'r ysgol yn rhoi pobl iti allu dibynnu arnyh nhw, hyd yn oed pan wyt ti ar dy waetha'. Mae'n rhywbeth y mae pawb ei angen, waeth os yw e'n grŵp bach neu fawr.

Mae hefyd y mater o wneud ffrindiau ar-lein. Os byddi di ond yn gwneud ffrindiau ar-lein, mae'n weddol amhersonol oherwydd fyddi di ond yn adnabod y person y maen nhw'n dewis ei fod ar y we yn hytrach na'r 'fersiwn' go iawn ohonyn nhw. Mae'n rhoi pobl mewn sefyllfa anodd, gan ei bod hi'n llawer haws colli ffrindiau ar-lein nag yw hi mewn bywyd go iawn. Beth os wnei di golli dy gyfrif? Beth pe baet ti'n anghofio dy gyfrinair, neu'n colli dy gyfeiriad e-bost? Os mai dim ond ar-lein mae dy ffrindiau, mae'n golygu y gallet ti golli dy system gefnogol, a dyna pam dwi'n meddwl y dylid annog gwneud ffrindiau yn yr ysgol neu mewn clybiau!

Pam gwaith celf? Pam mynd i'r drafferth o greu pobl cardbord, eu paentio a chreu darnau jig-so dim ond er mwyn eu harddangos gwplw o weithiau? Mae'r ateb yn syml. I greu argraff. Gallem, fe allen ni fod wedi gofyn i blant ysgrifennu beth yw plentyndod iddyn nhw, ond beth am y plant sydd ddim yn dda iawn am sillafu? Y myfyrwyr sydd â dyslecsia ac sy'n cael darllen ac ysgrifennu'n anodd? Beth am y plant sydd wrth eu bodd yn paentio neu dynnu llun ond fydd yn chwilio am unrhyw esgus i beidio ysgrifennu? Mae celf yn rhyngwladol. Mae'n ffurf pur, amrwd o arddangos dy feddyliau a dy deimladau er mwyn i'r byd eu gweld. Mae'n rhywbeth bregus.





Nawr, dwedwch chi wrthyf fi... Pa un sydd fwyaf diddorol: nodyn wedi ei ysgrifennu â llaw am yr hyn sy'n creu plentyndod, neu fyddai'n well gennyh chi edrych ar fôr o fyfyrwyr lliwgar Pen Y Dre i gyd yn dal darnau o jig-sos gydag ambell frawddeg am eu plentyndod? Pa un sy'n creu fwyaf o effaith? Pa un sy'n deffro eich chwilfydedd? Rwy'n gwybod pa un fyddwn i'n ei ddewis. Rwy'n gwybod hefyd pa un fyddai orau gen i ei wneud, a wir i chi, mae un o'r opsiynau hyn yn llawer mwy o hwyl na'r llall.

Mae'r paentiadau yma ohonom ni – y gwnaethon ni eu creu – yn real. Dydyn nhw ddim yn rhywbeth y gallwch chi eu hanwybyddu, fel llythyr hir neu baragraff wedi ei sgriblo ar ddalen lân o bapur. Maen nhw'n fyw. Mae ein celf, yn ei holl ffurfiau, yn dweud stori, ac mae'n dweud wrthyh chi beth rydyn ni ei eisiau. Rydyn ni eisiau amser i fod yn blant, ac i gymdeithasu, ac rydyn ni eisiau teimlo'n ddiogel a'n bod yn cael ein caru.

**Hunanfynegiant trwy gelf a chwarae yw ein neges ni. Beth yw eich un chi?**

# Sesiynau chwarae a chefnogaeth gymunedol

Mae Cymdeithas Tai Unedig Cymru yn darparu llety dros dro i bobl sy'n wynebu digartrefedd yn Adams Court yng Nghaerdydd. Mae llawer o'r trigolion yn blant a theuluoedd, y mae nifer ohonynt yn ffoaduriaid ac yn geiswyr lloches.

Mae Tîm Gwasanaethau Chwarae Plant Cyngor Caerdydd wedi bod yn gweithio yn yr hostel, gan fynychu boreau coffi i'r rhieni er mwyn siarad am bwysigrwydd chwarae ac i roi gwybod i rieni am sesiynau chwarae ar ôl ysgol. Yn ddiweddar, symudodd y sesiynau i adeilad cymunedol – cyn hynny byddai'r tîm yn hwyluso'r cyfleoedd chwarae mewn fflat wag ar y llawr isaf, sy'n agor allan ar yr unig ofod gwyrdd ar dir yr hostel.

**Siaradodd Ellie-May, Sabrin a Lisa am y sesiynau chwarae a'r hyn y maent yn hoffi fwyaf amdanynt.**

*'Os na fyddwn i'n gallu dod i'r sesiynau chwarae, fe fyddwn i'n sdyd yn fy ystafell gyda fy mrawd. Dydyn ni ddim yn cael chwarae yn y coridorau, ac os fyddwn ni bydd ein rhieni yn cael cerydd.'*

*'Rwy'n hoffi dod yma achos dydw i ddim yn cael mynd i'r parc oherwydd ei fod ar ffordd brysur. Hefyd, mae lot o stwff yno wedi torri ac weithiau fe fydd pobl yn galw enwau arnom ni pan awn ni yno. Fe aethon ni i'r parc gyda'r tîm chwarae ac fe gafon ni bicnic. Fe welais i fy ffrind o'r ysgol yno, felly gallais chwarae gyda fe, oedd yn grêt. Rwy'n gobeithio y gallwn ni ddefnyddio'r gofod y tu allan ger y goeden eto pan ddaw'r gwanwyn.'*

*'Y rheswm dwi'n mwynhau dod yw oherwydd ei fod yn fy nghadw'n brysur. Fe allwn ni weld ein ffrindiau, ond gallwn hefyd siarad gyda phobl eraill a'r gweithwyr chwarae. Mae jest yn braf sgwrsio a gweld pobl eraill.'*

*'Mae'n braf dod yma oherwydd mae'r gweithwyr chwarae'n gallu siarad llawer o wahanol ieithoedd ac felly maen nhw'n gallu siarad gyda rhieni rhai o'r plant eraill a rhoi gwybod iddyn nhw pryd fydd y sesiwn chwarae ar agor.'*

# Adolygiad y Gweinidog o Chwarae

Y Dirprwy Weinidog dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Julie Morgan AC

**Mae Llywodraeth Cymru yn gosod gwerth mawr ar chwarae a'i bwysigrwydd ym mywydau plant yn ein cymdeithas. Mae gan blant hawl sylfaenol i allu chwarae, fel yr amlinellir yn Erthygl 31 o Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP) ac mae chwarae'n ganolog i fwynhad plentyn o fywyd ac mae'n cyfrannu at eu lles.**



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

Mae pob un ohonom yn ymwybodol sut y mae tempo bywyd yn cyflymu i blant, yn ogystal ag oedolion. Mae pwysau sy'n gysylltiedig ag addysg a gweithgareddau ffurfiol yn golygu bod plant yn brysurach nag erioed. Mae atyniad adloniant digidol yn fawr oherwydd argaeledd gliniaduron, llechi digidol a ffonau clyfar. Felly, mae'n bwysicach nag erioed inni sicrhau bod plant yn cael amser a lle i fod yn blant – i greu, dychmygu, ac i chwarae.

Tra ein bod yn falch o'r hyn yr ydym wedi ei gyflawni yng Nghymru dros chwarae hyd yma, mae bellach yn amser i bwysu a mesur ac i edrych unwaith eto ar ein gweledigaeth, ein gwerthoedd, ein cynnydd a'n cyfeiriad i'r dyfodol. Yn y rhifyn diwethaf o'r cylchgrawn hwn cyhoeddais lansiad Adolygiad y Gweinidog o Chwarae. Dri mis yn ddiweddarach, mae'n bleser gennyf gyhoeddi bod yr adolygiad yn mynd rhagddo'n dda.

Daeth sefydliadau allweddol o bob cwr o'r sector gwaith chwarae ynghyd â swyddogion polisi o wahanol adrannau Llywodraeth Cymru ym mis Hydref 2019 i ddechrau amlinellu'r materion sy'n berthnasol i chwarae. Rydym wedi cychwyn trwy wirio ein gweledigaeth ar gyfer chwarae, sy'n disgrifio'r hyn a welwn os gawn ni bethau'n iawn. Rwy'n bwriadu ymgynghori ar y weledigaeth hon fel rhan o ymgynghoriad ffurfiol yn 2020 ac rwy'n gobeithio y bydd pob un ohonoch yn ymateb, gan rannu eich meddyliau, eich barn a'ch syniadau.

Rydym hefyd wedi dynodi'r meysydd canlynol y bydd angen inni fynd i'r afael â nhw fel y gallwn gyflawni ein gweledigaeth.

## Cofrestru a rheoleiddio lleoliadau, ac eithriadau

Mae angen inni edrych ar gofrestru a rheoleiddio lleoliadau gwaith chwarae, yn cynnwys yr eithriadau. Pa leoliadau ddylid eu rheoleiddio? Sut allwn ni wneud i reoleiddio weithio ar gyfer lleoliadau gwaith chwarae er mwyn sicrhau diogelwch ac ansawdd? Fe edrychwn ar fodolau o bob cwr o'r DU, a thu hwnt, i weld yr hyn allwn ei ddysgu.

## Y Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae, ariannu a gweithio traws-bolisi

Mae Asesiadau  
Digonolrwydd Chwarae  
2019 yr awdurdodau

lleol yn dangos bod cynnydd da'n cael ei wneud er gwaethaf problemau ariannu a chapasiti staff. Mae gwaith partneriaeth a chydweithio yn parhau ar draws adrannau a meysydd polisi. Ond mae mwy i'w wneud ar lefel leol a chanolog. Dyna pam fod cynrychiolwyr o feysydd iechyd, cynllunio, addysg, trafndiaeth, tai, chwaraeon a hamdden yn rhan o'r gwaith yma gyda ni.

Ar hyn o bryd 'does yna'r un ffrwd ariannu unigol, benodol ar gyfer cyfleoedd chwarae. Gall hyn beri trafferthion o ran hysbysiadau hwyr am ariannu, gan nad ydym bob amser yn glir ynghylch amseriad neu gyfanswm y gefnogaeth y gallwn ei gynnig. Rwyf wedi cytuno i edrych unwaith eto ar drefniadau ariannu fel rhan o'r adolygiad hwn ond, o ystyried y sefyllfa ariannol ehangach, ni allaf wneud unrhyw ymrwymiadau neu addewidion cyn derbyn canfyddiadau'r adolygiad.

## Y gweithlu

Gan fod amser ar gyfer chwarae digymell yn lleihau, mae darpariaeth chwarae wedi ei staffio'n tyfu'n bwysicach fyth. Mae angen inni gefnogi'r gweithlu gwerthfawr hwn i gyflawni ei lawn botensial. Byddwn yn edrych ar opsiynau sy'n ymwneud â hyfforddiant a chymwysterau yn ogystal â phroffesiynoli'r gweithlu.

## Cyfiawnder gofodol a chyfranogiad cymdeithasol

Mae angen inni sicrhau bod ein hamgylchedd a'n cymdeithas yn annog a chroesawu chwarae. Mae angen inni edrych ar sut y gallwn ehangu ar yr ymgyrchoedd chwarae gwych sy'n cael eu rhedeg yng Nghymru eisoes, fel Plentynod Chwarae, er mwyn gwneud yn siŵr bod pob oedolyn yn deall a gwerthfawrogi pwysigrwydd chwarae.

*'Yr hawl i chwarae yw hawl cyntaf plentyn gan y gymuned. Chwarae yw hyfforddiant natur ar gyfer bywyd. Ni all unrhyw gymuned dresmasu ar yr hawl hwnnw heb wneud niwed parhaol i feddyliau a chyrrff ei dinasyddion.'*

David Lloyd George

Rwy'n bwriadu ymgynghori ar newidiadau i'r polisi chwarae ganol 2020 ac adrodd ar yr adolygiad gyda chynllun gweithredu erbyn diwedd y flwyddyn honno.



# Barn plant ar chwarae'r tu allan wedi eu cofnodi mewn astudiaeth genedlaethol

Yn rhifyn yr haf o *Chwarae dros Gymru*, fe wnaethom adrodd ar ymchwil sy'n archwilio'r canfyddiadau o'r hyn sydd wedi newid i gyfleoedd chwarae plant ers i Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae Llywodraeth Cymru gychwyn yn 2012.

Mae adroddiad *Hawl Plant i Chwarae yng Nghymru: Chwe blynedd o straeon a newid ers cychwyn Dyletswydd Cyfleoedd Chwarae Digonol Cymru* yn cyflwyno canfyddiadau o brosiect ymchwil graddfa fechan a gynhaliwyd gan y Dr Wendy Russell (Prifysgol Swydd Gaerloyw), Mike Barclay a Ben Tawil (Ludicology), a Charlotte Derry (Playful Places).

Yn ogystal â chyfweliadau gyda swyddogion o awdurdodau lleol a swyddogion o Lywodraeth Cymru, casglodd yr ymchwil farn plant a theuluoedd hefyd mewn astudiaethau achos gyda thri awdurdod lleol. Trafodwyd barn y plant ar chwarae'r tu allan yn eu cymdogaethau mewn grwpiau ffocws teuluol a hwylyswyd gan y tîm ymchwil. Dyma ddetholiad o'u sylwadau:

*'Fydda i ddim yn chwarae allan rhyw lawer oherwydd bod pobl yn fy ardal dydw i ddim yn eu hoffi... Dwi ddim yn teimlo y galla' i ddweud pam... maen nhw'n cymryd cyffuriau ac yn cerdded allan i ganol y ffordd o flaen ceir, gyferbyn â'r ffordd fawr, mae plant yn hongian o gwmpas o hyd. Tasen ni'n teimlo'n ddiogel fysen ni'n mynd allan fwy.'*

*'Weithiau fe fydda' i'n mynd allan gyda fy ffrindiau ond 'does fawr o ddim byd yno. Mae yna barc ond dwi ddim am ddychryn y plant ifanc a bod yn rhy fygythiol a 'does gen i ddim diddordeb os yw'r rhai hyn yno. Tydi rhieni llawer o fy ffrindiau ddim yn gyfforddus gyda'u plentyn yn chwarae'r tu allan ac os fyddan nhw, mae'n debyg mai dim ond am awr fydd hynny, ddim trwy'r dydd.'*

**Merch (12 oed):** *'Dwi'n meddwl bod angen i rieni ollwng eu gafael yn amlach.'*

**Mam:** *'Mae hynna braidd yn galed!'*

**Merch:** *'Na, mae'n wir! Rho ychydig o ryddid imi! Fe fydda' i'n awgrymu rhywbeth ar ateb ydi NA yn syth bin. Mae angen iti gymryd cwmpwl o eiliadau i feddwl, meddwl am y person sydd eisiau bod yn rhydd a sut y maen nhw'n teimlo.'*

i glywed yr hyn oedd gan blant i'w ddweud am chwarae. Trwy wneud hyn, mae'r ymchwil yma'n cynnig cipolwg i brofiadau personol plant. Mae'n dweud wrthym beth yn union sy'n digwydd mewn cymunedau. Mae hyn yn helpu oedolion sy'n gyfrifol am ddigonolrwydd cyfleoedd chwarae i weithio gyda'i gilydd i ddatblygu camau gweithredu i ymateb i rwystrau i chwarae a ddynodwyd gan y plant. Yn ogystal, mae'n galluogi inni roi mesurau yn eu lle i warchod cyfleoedd da ar gyfer chwarae pan ddynodir y rheini hefyd.

Mae'r canfyddiadau canlynol, a gasglwyd o grwpiau ffocws yn Sir y Fflint, yn esiamplau o amrediad eu cyfraniadau a gallant helpu oedolion i feddwl am yr hyn yw chwarae o safbwynt plentyn.

**Beth yw chwarae:** mae chwarae'n golygu sefyll ar si-so, chwarae cuddio, chwarae 'bull dog', chwarae stuck in the mud, chwarae gemau, chwarae tic, bod yn fywiog, chwarae yw rhoi colur. Chwarae yw mwynhau amser gyda ffrindiau, chwarae yw ewyllys rydd, chwarae yw cael sbort, bod gyda ffrindiau a chymdeithasu, chwarae yw cael dy ddewis dy hun, chwarae yw'r awr aur, chwarae yw tynnu coes a gwneud hwyl am ben dy ffrindiau, chwarae yw cyfathrebu ac adloniant, chwarae yw mynd i'r sinema gyda dy ffrindiau, chwarae yw mynd i'r siopau gyda dy ffrindiau, chwarae yw mwynhau cwmni pobl eraill, chwarae gwirion, cyffroi, cael hwyl, peidio bod ar dy ben dy hun.

**Beth sydd ddim yn chwarae:** tydi gwaith ddim yn chwarae, tydi rhywun arall yn dweud wrthot ti beth i'w wneud ddim yn chwarae, tydi gwylio oriau o'r un rhaglen ar y teledu ddim yn chwarae, tydi chwaraeon fel pêl-droed ddim yn chwarae, tydi *facetime* a'r cyfryngau cymdeithasol ddim yn chwarae, tydi eistedd i lawr i chwarae gêm ar gonsol ddim yn chwarae, tydi mynd ar dy ffôn ddim yn chwarae, tydi'r ysgol ddim yn chwarae, tydi methu cymdeithasu gyda dy ffrindiau ddim yn chwarae, tydi chwarae ddim yn ddiflas, tydi eistedd adref ar dy ben dy hun ddim yn chwarae, tydi bod ar dy ben dy hun ddim yn chwarae, tydi cael dy fwlian neu fwlio rhywun arall ddim yn chwarae, tydi ymlacio ar dy ben dy hun ddim yn chwarae, tydi bod yn ddifrifol ddim yn chwarae, tydi bod yn ddistaw ddim yn chwarae.

## Datblygu'r gweithlu

# Dan y chwyddwydr...

## Gweithiwr Chwarae Cynllun Chwarae Cymunedol

Ym mhob rhifyn byddwn yn siarad gyda gweithiwr proffesiynol o fyd chwarae a gwaith chwarae er mwyn cyflwyno cipolwg ar yr amrywiol rolau sy'n ffurfio'r gweithlu a'r gwahanol swyddi sydd ar gael. Ar gyfer y rhifyn pobl ifanc hwn fe siaradom gydag Isobelle Hawkshaw, sy'n 16 oed, am ei phrofiadau o waith chwarae ac effaith cwblhau'r cymhwyster Dyfarniad Lefel 2 mewn Arfer Gwaith Chwarae (L2APP).

### Alli di ddweud ychydig wrthym am dy hun?

Rydw i wedi bod yn gwirfoddoli yng Nghynllun Chwarae Cymunedol Llanharan ers fy mod i'n 14 oed a phan wnes i droi'n 16 oed dechreuais dderbyn tâl gan y cynllun. Ar hyn o bryd rwy'n astudio Iechyd a Gofal Cymdeithasol Lefel 3 yn y coleg ac rwy'n ei fwynhau.

### Pam wnes ti astudio L2APP?

Fe wnes i astudio ar gyfer L2APP oherwydd y byddai'n rhoi mwy o wybodaeth imi a sgiliau ar gyfer gweithio gyda phlant a phobl ifanc a chynyddu fy hyder.

### Sut mae L2APP wedi dy helpu yn dy rôl fel gweithiwr chwarae?

Rydw i wedi gallu trefnu gweithgareddau newydd gyda'r plant ac rydw i wedi gallu defnyddio'r wybodaeth a'r sgiliau yr ydw i wedi eu datblygu o'r hyfforddiant L2APP. Yn ogystal, mae gen i fwy o hyder yn fy hun a'r hyn y galla'i wneud mewn lleoliad cynllun chwarae, yn ogystal â mwy o wybodaeth am bwysigrwydd chwarae yn y gymuned.

### Beth wnes ti ei fwynhau fwyaf am hyfforddiant L2APP?

Yr amrywiaeth o weithgareddau wnaethon ni, gan nad oedden ni'n gorfod eistedd i wyllo sgrîn [PowerPoint] trwy'r amser. Roedd y wybodaeth yn syml i'w dilyn a'i deall.

### Alli di roi enghraifft inni o dy arfer gwaith chwarae o'r hyn yr wyt yn ei fwynhau fwyaf am fod yn weithiwr chwarae?

Rhoi profiadau mewn bywyd i blant a phobl ifanc sy'n helpu eu datblygiad corfforol, deallusol, emosiynol a chymdeithasol a chyfleoedd chwarae.

### Beth fyddet ti'n ei ddweud wrth bobl ifanc eraill sy'n ystyried gwirfoddoli neu weithio ym maes gwaith chwarae?

Os wyt ti'n berson pobl ac yr hoffet weithio gyda phlant a phobl ifanc a gwneud gwahaniaeth, mae gwaith chwarae'n bendant yn hanfodol. Mae'r profiad yn rhoi'r wybodaeth, yr hyder, y sgiliau creadigol a'r cyfathrebu effeithlon iti fod yn weithiwr chwarae.

## Y diweddaraf am Gwaith Chwarae: Egwyddorion ar Waith

Mae cysiau newydd Tystysgrif Lefel 2 mewn Gwaith Chwarae: Egwyddorion ar Waith a Diploma Lefel 3 mewn Gwaith Chwarae: Egwyddorion ar Waith Agored Cymru wedi cymryd cam sylweddol arall ymlaen. Mae'r ddau gymhwyster bellach wedi eu cymeradwyo gan Gymwysterau Cymru ac maent wedi eu cynnwys yn *Rhestr SkillsActive o Gymwysterau Gofynnol i weithio yn y Sector Gwaith Chwarae yng Nghymru*. Mae hyn yn golygu eu bod yn addas ar gyfer y bobl hynny sy'n gweithio mewn lleoliadau gwaith chwarae cofrestredig un ai fel rheolwyr neu weithwyr chwarae wyneb-yn-wyneb.

Trwy bartneriaeth Chwarae Cymru gydag Addysg Oedolion Cymru | Adult Learning Wales byddwn yn cynnig dau gwrs Tystysgrif Lefel 2 ddechrau 2020 – y naill yn y gogledd a'r llall yn y de.

Fel yr adroddwyd eisoes, mae'r Dyfarniad Lefel 2 mewn Arfer Gwaith Chwarae (L2APP) yn gymhwyster sy'n ofyniad mynediad ond os yw dysgwyr eisoes wedi

cwblhau hen gymwysterau SQA Gwaith Chwarae: Rhoi Egwyddorion ar Waith (P<sup>3</sup>), mae cyfle i dderbyn cydnabyddiaeth am ddysg blaenorol.

**Os oes gennych ddiddordeb symud ymlaen i'r cwrs Gwaith Chwarae: Egwyddorion ar Waith, cysylltwch gyda [gweithlu@chwaraecymru.org.uk](mailto:gweithlu@chwaraecymru.org.uk)**



# ADDaPT yn cyrraedd Lloegr!

Yn 2017, datblygodd Chwarae Cymru Ddyfarniad newydd gydag Agored Cymru wedi ei anelu at uwchsgilio hyfforddwy gwaith chwarae. Mae'r Dyfarniad mewn Trosglwyddo Hyfforddiant Gwaith Chwarae Dynamig (ADDaPT) yn darparu ystod o wybodaeth a sgiliau i hyfforddwy profiadol er mwyn iddynt allu trosglwyddo cymwysterau gwaith chwarae mewn modd cyfranogol, chwareus.

Dyma drosolwg cryno o ADDaPT a sut y mae grŵp newydd o hyfforddwy yn elwa o'r cwrs hwn yn Lloegr.

## Rhywfaint o gefndir

Fe wyddom o brofiad, mai'r ffordd orau i drosglwyddo hyfforddiant gwaith chwarae yw defnyddio ystod eang o ddulliau i ateb amrywiol ddewisiadau ac anghenion dysgu ein gweithlu. Gwyddom hefyd o dystiolaeth y gwyddorau ymenyddol, pan fyddwn yn gwneud dysgu'n hwyl ac yn gyfranogol bod gwybodaeth yn cael ei wreiddio'n well na thrwy ddefnyddio agwedd cwbl addysgol. Mae hyn wedi bod yn un o egwyddorion sylfaenol trosglwyddo cymwysterau Chwarae Cymru dros y 12 mlynedd diwethaf.

Mae'r ADDaPT yn ffurfio rhan o'n proses sicrhau ansawdd ar gyfer cymwysterau gwaith chwarae a dim ond y bobl hynny all arddangos cymhwysedd galwedigaethol mewn gwaith chwarae gaiff astudio ar ei gyfer. Rydym am ddefnyddio ADDaPT i sicrhau bod dysgwyr gwaith chwarae'n derbyn y profiad dysgu gorau posibl wedi ei drosglwyddo gan hyfforddwy sydd wir yn deall natur unigryw agwedd gwaith chwarae.

Mae angen i unrhyw sefydliad neu unigolyn sydd am drosglwyddo Dyfarniad Lefel 2 mewn Arfer Gwaith Chwarae (L2APP) neu'r gyfres newydd o gymwysterau Gwaith Chwarae: Egwyddorion ar Waith (P<sup>3</sup>) ddarparu tystiolaeth bod tiwtoriaid yn alwedigaethol gymwys, eu bod â phrofiad diweddar o arfer

gwaith chwarae a'u bod hefyd wedi cwblhau, a phasio, ADDaPT.

Bellach, mae ADDaPT wedi ei drosglwyddo i dros 30 o hyfforddwy gwaith chwarae profiadol yng Nghymru dros y ddwy flynedd diwethaf. Mae hyn wedi cefnogi twf y rhwydwaith o hyfforddwy sy'n trosglwyddo hyfforddiant gwaith chwarae dwyieithog ar ran Addysg Oedolion Cymru | Adult Learning Wales, Clybiau Plant Cymru Kids' Clubs a sefydliadau hyfforddi eraill.

## Y cymhwyster

Fel rhan o'r cymhwyster, bydd cyfranogwyr yn cwblhau tri diwrnod a addysgir sy'n cynnwys ffocws ar ddatblygu cymuned o arfer a rhannu gwybodaeth.

Y canlyniadau dysgu fydd:

- Deall pwysigrwydd darparu ar gyfer ystod eang o ddewisiadau ac anghenion dysgu
- Deall ystod o ddulliau chwareus a chyfranogol ar gyfer addysgu gwaith chwarae
- Gallu dylunio rhaglen o ddysgu ar gyfer gwaith chwarae
- Gallu myfyrio ar arfer personol.

Bydd cyfranogwyr yn cael eu hasesu'n barhaus trwy gydol y cwrs a bydd hyd yn oed rhaid iddynt gyd-drosglwyddo elfennau ohono ar gyfer eu hasesiad. Yna, bydd dysgwyr yn cwblhau llyfr gwaith myfyriol pellach i arddangos eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth.

## Mynd â chymwysterau Chwarae Cymru ymhellach oddi cartref...

Yn ddiweddar, mae Agored Cymru wedi gwneud trefniadau i sicrhau y gellir cynnig L2APP, Rheoli Cynllun Chwarae dros y Gwyliau (MAHPS) a P<sup>3</sup> i weithwyr chwarae yn Lloegr. Felly, er mwyn cynorthwyo hyfforddwy i gyflawni ein criteria sicrhau ansawdd, mae Chwarae Cymru wedi bod yn cyd-drafod gyda *The Playwork Foundation* i gynnig cwrs ym Mhrifysgol Swydd Gaerloyw yn ystod Tachwedd a Rhagfyr 2019.

Mae'r cwrs wedi derbyn croeso gwresog:

*'Sdwff gwych, defnyddiol!  
Wedi bod yn rhoi tro ar nifer o'r  
syniadau, teimlo'n llawn egni ac  
wedi fy mywiogi'n wirioneddol.'*

**Dysgwr, ADDaPT Lloegr**

Mae dwsin o ddysgwyr, o bob cwr o Loegr, wedi dilyn y cwrs a byddwn yn gweithio gyda'r sefydliadau a gynrychiolir i gychwyn cefnogi trosglwyddiad y cymwysterau gwaith chwarae Cymreig. Bydd hyn yn sicrhau y gellir rhannu'r arfer dda mewn trosglwyddo cymwysterau gwaith chwarae yr ydym wedi eu datblygu yng Nghymru er mwyn cefnogi twf y sector mewn ardaloedd eraill o'r DU.

**Os ydych chi'n weithiwr chwarae profiadol sydd eisiau trosglwyddo hyfforddiant gwaith chwarae, cysylltwch gyda gweithlu@chwaraecymru.org.uk i drafod y gofynion mynediad ar gyfer ADDaPT. Rydym yn gweithio tuag at gynnig cyrsiau pellach yn ystod y flwyddyn academaidd nesaf.**

# Cymunedau chwareus

## Arddangosfa Gwaith-Chwarae Tŷ Pawb

Mae Tŷ Pawb, yn Wrecsam, yn adnodd diwylliannol cymunedol, sy'n dwyn y celfyddydau a marchnadoedd ynghyd yn yr un adeilad. Fel yr adroddwyd yn y rhifyn diwethaf o *Chwarae dros Gymru*, o fis Awst i fis Hydref 2019 cynhaliodd Tŷ Pawb arddangosfa Gwaith-Chwarae ble trawsnewidiwyd yr oriel yn dirwedd chwarae ryngweithiol.

Edrychodd yr arddangosfa'n fanylach ar sut y mae meysydd chwarae antur Wrecsam wedi gwneud gwahaniaeth i fywydau plant lleol a'u teuluoedd. Roedd yn cynnwys maes chwarae antur yn llawn rhannau rhydd a ddyluniwyd gan weithwyr chwarae Wrecsam mewn partneriaeth â Ludicology a'r artist Morag Colquhoun, gwaith celf gweithredol ar ffurf ceirt gwthio gan Gareth Griffith ac archif ddogfennol sylweddol.

### Archie, sy'n bum mlwydd oed, ac a aeth i'r arddangosfa nifer o weithiau, sy'n dweud wrthym am ei brofiadau yno.

Dwi wedi bod yn chwarae yn Arddangosfa Tŷ Pawb. Dyma'r arddangosfa orau imi fynd iddi erioed! Dwi'n meddwl ei bod hi'n dda iawn ac roedd llwyth o bethau grêt i'w gwneud yno.

Roeddwn i'n hoffi neidio ar y *crash mat*, mynd yn y ceir bach a gwthio fy mrawd yn un hefyd. Roedd y go-cart wedi ei wneud o ddarnau o jync. Pan oeddwn i'n ei wthio, fe aeth yn gyflym iawn ac fe wnes i ei ollwng ac fe aeth *crash* yn erbyn y wal!

Fe gafon ni greu pethau pan oedden ni yno. Roeddwn i'n hoffi adeiladu tai cardbord. Roedden ni'n gallu mynd i mewn iddyn nhw achos ein bod wedi torri drysau ynddyn

nhw, ond roedd tu mewn fy un i'n dywyll iawn felly roedd rhaid imi dorri cwpl o ffenestri ynddo fo hefyd.

Roedd yna ffrâm ddringo bren gyda den fach gudd ac roedd tiwbiau cerddorol ynddi hi a phan wnes i drïo creu cerddoriaeth efo nhw doedden nhw ddim yn gweithio. Ond ges i hyd i ffon fach yn cuddio yn y tywod a phan wnes i daro'r tiwbiau fe wnaethon nhw sŵn 'bom-bom-bom-bom'.

Roedd llwyth o dywod ar y llawr. Oedd, llwyth! Fe wnes i adeiladu cestyll tywod efo tyllau yn mynd o danno. Ac roedd rhannau oedd yn uchel oddi ar y llawr. Yn uchel iawn o'r llawr! Roedd pethau pren yno, palets mae nhw'n eu galw nhw. Fe wnaethon nhw bentwr mawr ohonyn nhw ac fe wnaethon nhw ramp bren ac fe wnaethon nhw gysylltu peth pren iddo fo ac fe aethon nhw 'bwmp-bwmp-bwmp' i'r top. Ac yna, pan oedden ni'n cerdded ar hyd y darn ble all di gerdded, roedd yn mynd yn uwch ac yn uwch ond heb iti sylwi. Felly, pan oeddwn i'n barod i neidio y tro cyntaf ddweddes i 'Wow! Dwi isie gwneud hyn!' ac yna fe neidiais i fwrdd a dwi'n meddwl imi fynd tin-dros-ben a glanio ar fy nhraed. Dwi ddim yn siŵr os wnes i, ond ges i hwyll yn rhoi tro arni!

Dwi'n gobeithio y daw un arall eto. Arddangosfa arall debyg ond ddim yr un fath i gyd, gyda gwahanol fframiau dringo a *dens* a llefydd i guddio.

Mae mudiadau a grwpiau ledled Cymru'n cynnal prosiectau chwarae neu'n gwneud yn siŵr bod plant yn cael cyfleoedd i chwarae yn eu cymunedau. Ym mhob rhifyn, byddwn yn rhannu enghraifft o brosiect sy'n helpu i wneud cymuned yn fwy chwareus.

#### Efallai y bydd yr enghreifftiau:

- Yn agos i ble rydych chi'n byw, fel y gallwch ymweld â nhw
- Yn eich ysbrydoli gyda syniadau am bethau y gallech eu gwneud yn eich cymuned chi
- Yn eich helpu i ddadlau eich achos dros chwarae yn eich ardal leol.

Am fwy o enghreifftiau o gymunedau chwareus yng Nghymru, ymwelwch â:  
[www.plentyndodchwareus.cymru/](http://www.plentyndodchwareus.cymru/)  
amgymunedau-chwareus

