

Ffocws ar chwarae

Pwysigrwydd darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored

'Mae gwaith chwarae yn broffesiwn medrus iawn sy'n cyfoethogi ac yn gwella chwarae plant. Mae'n digwydd pan fydd oedolion yn cefnogi chwarae plant, ond nid yw'n cael ei sbarduno gan ganlyniadau addysg na gofal penodedig.'¹

Mae gwaith chwarae'n digwydd mewn ystod eang o leoliadau a safleoedd yn cynnwys gofal plant y tu allan i oriau ysgol ac mewn rhai ysgolion. Ar gyfer y rhifyn hwn o *Ffocws ar chwarae*, rydym yn edrych yn benodol ar ddarpariaeth gwaith chwarae mynediad agored.

Bydd darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored:

- Yn digwydd mewn adeiladau cymunedol, mannau agored cyhoeddus a meysydd chwarae antur wedi eu staffio
- Yn cael ei staffio gan weithwyr chwarae
- Yn cael ei dargedu at gymunedau lleol ac yn ymateb i anghenion chwarae'r plant
- Yn cael, neu ddim yn cael, ei reoleiddio gan Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC)
- Yn gallu bod yn dymhorol neu'n flwyddyn gron
- Gyda threfniadau mwy hyblyg o ran plant yn cyrraedd a gadael, er mwyn cefnogi symudedd annibynnol plant.

Wrth i blant a theuluoedd yng Nghymru barhau i ddod dros effaith y pandemig COVID-19 ac ymdopi gyda materion eraill sy'n peri straen, mae gan ddarpariaeth gwaith chwarae mynediad agored rôl bwysig wrth alluogi plant i chwarae a chymdeithasu. Bydd plant yn elwa o fuddiannau emosiynol chwarae, gyda chefnogaeth gweithwyr chwarae medrus a deallus.

Ceir tystiolaeth gref fod darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn cyfrannu at gymunedau cryfach, sy'n fwy cyfeillgar at chwarae, sy'n cael effaith pellgyrhaeddol ar blant, ardegwyr ac oedolion.^{2 3} Drwy chwarae y mae plant yn datblygu rhwydweithiau cymdeithasol a chreu ymlyniadau cadarnhaol â phobl a lleoedd yn eu cymuned.

Mae chwarae hefyd yn cyfrannu at ddyfeisgarwch plant, a ddiffinnir fel eu gallu i gael hyd i adnoddau corfforol ac emosiynol, a'u defnyddio, pan fydd angen. Mae gweithwyr chwarae yn cefnogi hyn trwy ddarparu amser, lle a chaniatâd i chwarae mewn amrywiaeth o amgylcheddau yng nghymunedau lleol plant. Mae hyn cyn bwysiced ag erioed wrth inni ddod dros effaith y pandemig.

Mae gan blant hawl i chwarae, fel sy'n cael ei gydnabod yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP). Er bod cydnabyddiaeth gynyddol i hyn, mae dal angen amlygu sut all chwarae a darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored gael effaith gadarnhaol ar blant a theuluoedd.



Canfu gwaith ymchwil* ar effaith COVID-19 ar ddarpariaeth gwaith chwarae'n gyffredinol bod gweithwyr chwarae wedi arddangos dawn i ymgfyddasu trwy'r cyfnodau clo gan gynnig sesiynau wedi eu targedu, cynnal gwaith eiriol cymunedol neu, mewn rhai achosion, hyd yn oed helpu i redeg canolfannau gofal plant. Mae gwaith chwarae mynediad agored wrth ei natur mewn sefyllfa dda i gefnogi plant a'u teuluoedd i ailgysylltu gyda'i gilydd a gyda gofodau cymunedol, wedi eu cefnogi gan weithwyr chwarae proffesiynol.

Yma, rydym yn archwilio sut y mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn ymateb i anghenion plant, teuluoedd a chymunedau.

Cymorth i bob plentyn

Mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored o safon yn digwydd mewn lleoliadau amrywiol – bydd prosiectau'n cychwyn trwy ymchwilio i nodweddiion ac anghenion y gymuned leol a'r manau ble mae plant ac ardegwyr yn fwyaf tebygol o fod eisiau ymgasglu. O ganlyniad, gall prosiectau ddarparu amgylchedd sydd wedi'i deilwra i anghenion plant ac ardegwyr yn lleol.

Mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored llwyddiannus yn gweithredu'n unol â'r Egwyddorion Gwaith Chwarae (y fframwaith proffesiynol a moesegol ar gyfer gwaith chwarae), gyda phwyslais ar chwarae a gyfarwyddir yn bersonol, ac a ddewisir o wirfodd a phenderfyniadau sy'n cael eu gwneud gan

y plant eu hunain. Mae hwn yn wasanaeth unigryw, sy'n wahanol i'r mwyafrif o'r rhai sy'n cael eu cynnig yn draddodiadol i blant ac ardegwyr. Mewn rhai achosion, mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn llanw bwlch a grëwyd gan gau darpariaeth ieuentid yn sgîl toriadau cyllido.

Mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn darparu gwasanaeth i blant ac ardegwyr hyd at 14 oed, neu dros hynny hyd yn oed, a gall fod yn rhan hanfodol o broses bontio plant i wasanaethau ieuentid. Yn ogystal, ble fo darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored blwyddyn gron hirsefydlog mewn cymuned, yn aml iawn bydd cyfleoedd cadarnhaol i bobl ifanc symud ymlaen i rolau gwirfoddoli mewn gwaith chwarae, sy'n cyfrannu at eu sgiliau a'u gwybodaeth.

Mae ymchwil* yn awgrymu bod ardegwyr yn gwerthfawrogi'r rolau pwysig a pharhaus sydd gan ddarparwyr chwarae yn eu bywydau – 'athroniaeth chwarae' sy'n gosod gwerth ar ddewis, mynegiant a datblygiad yr unigolyn mewn lleoliad cefnogol.

Mae ffactorau amgylcheddol allanol a/neu fiolegol personol yn rhwystro rhai plant rhag chwarae. Mae plant fel hyn yn cael eu cefnogi i chwarae mewn amgylchedd ble mae gweithwyr chwarae wedi'u hyfforddi sy'n gwybod sut i ymyrryd, ble fo angen, i hwyluso chwarae. Mae hyn yn estyn manteision chwarae i blant ac ardegwyr na fyddent yn gallu manteisio arno fel arfer.

Sut mae chwarae'n cyfrannu at wytnwch a lles

Un canfyddiad allweddol o dystiolaeth yw bod chwarae plant yn 'darparu ymddygiad sylfaenol ar gyfer datblygu gwytnwch, a thrwy hynny'n gwneud cyfraniad sylweddol i les plant⁶. Mae'r dystiolaeth yma'n awgrymu bod chwarae yn cyfrannu at ddatblygu gwytnwch trwy nifer o systemau sy'n cydberthyn, yn cynnwys:

- Rheolaeth emosiynol
- Pleser a mwynhad hybu teimladau cadarnhaol
- Y system ymateb i straen a'r gallu i ymateb i ansicrwydd
- Creadigedd a'r gallu i lunio cysylltiadau newydd a gwahanol
- Dysgu
- Ymlyniadau i bobl a lleoedd⁷
- Datrys problemau.

Mae buddiannau cymdeithasol, corfforol a meddyliol chwarae yn helpu i ddadlau ein hachos bod chwarae'n elfen bwysig wrth helpu i gynyddu gwytnwch. Bydd cael digon o amser, lle a chaniatâd i chwarae'n helpu plant i:

- Ddatblygu ymdeimlad o hunanddigonolrwydd ac annibyniaeth
- Teimlo bod ganddynt ymdeimlad o reolaeth yn eu byd
- Teimlo cysylltiad ag eraill ac â'u cymuned
- Profi ystod o emosiynau, yn cynnwys rhwystredigaeth, penderfyniad, cyflawniad, siom a hyder a, thrwy ymarfer, gallu dysgu sut i reoli'r teimladau hyn
- Datblygu dychymyg a chreadigedd
- Gwneud synnwyr o a 'gweithio trwy' agweddau anodd a phoenus o'u bywydau
- Cymdeithasu â'u ffrindiau a chyd-drafod ag eraill ar eu telerau eu hunain.

Yn draddodiadol, mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored da wedi darparu man ble gall plant ddatblygu drostynt eu hunain er mwyn ymateb i'w hanghenion a'u dymuniadau, a man sy'n gallu tyfu

gyda'r plant – gofod sy'n adlewyrchu anghenion chwarae plant a safle y gallant ymlynu iddo.

Pan fydd plant wedi dioddef trawma yn sgîl profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs) a straen bob dydd, mae'r arddull gwaith chwarae yn cefnogi'r broses o chwarae trwy ac ail-greu profiadau anodd mewn modd sensitif, anfeirniadol.

Mae chwarae'n cael effaith ar sut y caiff cyfansoddiad genetig plant ei fynegi, ac ar ddatblygiad ffisegol a chemegol yr ymennydd. Mae hyn, yn ei dro, yn cael dylanwad cadarnhaol ar allu'r plentyn i oroesi a ffynnu. Gall plant sydd wedi datblygu ymateb dyfeisgar, chwareus i'w hamgylcheddau addasu i'r rhain mewn ffyrdd hyblyg, gan arddangos gwytnwch. Mae chwarae corfforol egnïol rheolaidd yn helpu i atal afiechyd ac yn lleddfu iselder a phryder. Mae cysylltiad agos rhwng chwarae a chreadigedd – mae'n galw am feddwl yn llorweddol, defnyddio'r dychymyg a datrys problemau – sydd i gyd yn galluogi plant i fod yn ddyfeisgar a gwydn.

Cymorth magu plant

Mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored ar gael yn aml pan fydd teuluoedd ei angen fwyaf (ar ôl ysgol, yn ystod gwyliau'r ysgol, gyda'r hwyr ac ar y penwythnos), gan lanw'r bwlch pan nad yw gwasanaethau eraill ar gael. Mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn cynnig seibiant anffurfiol i rieni yn ogystal â'r plant – yn enwedig yn ystod gwyliau'r ysgol. Mae'n rhoi cyfle i blant ac oedolion ymestyn eu rhwydweithiau cymdeithasol a chyfoedion – sy'n cyfrannu at gynyddu gwytnwch.

Mae modd ymdrin â llawer o'r problemau sy'n achosi her yn ôl rhieni, er enghraifft rheoli agweddau ar ymddygiad plant, trwy wella mynediad plant i ddarpariaeth gwaith chwarae mynediad agored sy'n ateb eu hanghenion. Mae rhieni sy'n gweithio yn neu sy'n mynychu darpariaeth chwarae mynediad agored, yn cael cyfle i weld eu plant yn chwarae, ac i siarad â gweithwyr chwarae sy'n gallu gwneud synnwyr o ymddygiad chwarae. O ganlyniad, mae rhieni'n teimlo'n fwy hyderus ac yn fwy abl i reoli anghenion chwarae eu plant y tu allan i'r ddarpariaeth gwaith chwarae mynediad agored.

'Er bod y pandemig wedi cael effaith trawmatig ar ein bywydau... Mae fy mab wedi ei chael yn anodd, fel plentyn i weithiwr allweddol, bod yn yr Ysgol Hwb ac yna bod yn amyneddgar wrth imi weithio o adref. Fe wnaeth cael y cynllun chwarae ei alluogi i gael hwyl, cael amser i'w hun, cwrdd â phobl newydd a llosgi peth o'i egni. Roedd y trefniant yn wych ac roeddwn yn teimlo'n ddiogel yn gadael fy mhientyn gyda'r tîm. Mae wedi adennill ei hyder, ac roedd mor gyffrous i fynd bob diwrnod. Mae'r sesiynau'n therapiwtig, maent yn galluogi i blentyn dyfu a datblygu!

Rhiant

Mae chwarae gyda'i gilydd yn bwysig i greu cwlwm teuluol – gall darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored helpu rhieni i ymlacio digon i chwarae gyda'u plant a chasglu syniadau ar gyfer cyfleoedd chwarae rhad neu am ddim. Mae llawer o rieni'n pryderu am adael i'w plentyn chwarae'r tu allan yn eu cymdogaeth – mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn rhoi cyfle i rieni ganiatáu i'w plant chwarae'n rhydd y tu allan i'r cartref mewn amgylchedd dan oruchwyliaeth oedolion sydd wedi'u hyfforddi.

Mae darpariaeth chwarae mynediad agored yn apelio i deuluoedd sy'n elwa fwyaf o wasanaethau ataliol cynnar, gan nad oes system atgyfeirio ffurfiol. Mae'r rhan fwyaf o ddarpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn cael ei chynnig am ddim yn y pwynt mynediad.

Casgliad

Gall tyfu i fyny o dan amgylchiadau niweidiol gael effaith aruthrol ar ddatblygiad corfforol a meddyliol plant unigol. Mae pandemig byd-eang, pryderon am gostau byw, argyfyngau hinsawdd, ymladd a rhyfeloedd wedi golygu bod llawer o blant wedi gorfod ymdopi gyda lefelau adfyd newydd neu wahanol. Gall rhaglenni ymyraethol fod yn ddefnyddiol wrth leddfu peth o effaith niweidiol profiadau negyddol. Fodd bynnag, rhaid sicrhau ffocws hefyd ar gefnogi plant i fod yn gyfranogwyr gweithredol wrth ddatblygu eu gwytnwch a'u dyfeisgarwch eu hunain.

Rydym yn gwybod bod eu hawydd i chwarae yn dylanwadu ar bob agwedd ar fywydau plant, a bod y math o chwarae a gyfarwyddir yn bersonol, lle mae'r plant yn penderfynu drostynt eu hunain, a gynigir gan ddarpariaeth gwaith chwarae mynediad agored o safon yn cynyddu cyfleoedd plant i ddatblygu eu gwytnwch eu hunain. Mae darpariaeth gwaith chwarae mynediad agored yn cynyddu gallu plant ac ardegwyr i gynnal eu lles eu hunain ac yn helpu rhieni i ddeall ac ymdopi â datblygiad eu plant.

Mae chwarae'n ganolog i fywyd plentyn iach, a dylai darpariaeth ar gyfer chwarae fod yn ganolog i unrhyw fframwaith sy'n hysbysu rhaglenni ynghylch y ffordd orau o gefnogi plant a theuluoedd yn ystod adegau o straen ac ansicrwydd.



Cyfeiriadau

¹ SkillsActive (2005).

² Lester, S. a Russell, W. (2008) *Play for a Change: Play, Policy and Practice: A review of contemporary perspectives*. Llundain: National Children's Bureau ar ran Play England.

³ The Means (2016) *An analysis of the economic impact of Playwork in Wrexham – May 2016*. Caerdydd: Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru.

⁴ King, P. (2021) *The Impact of COVID-19 on Playwork Practice*, *Child Care in Practice*, 29:2, 205-221. Llundain: Taylor & Francis Online.

⁵ Beunderman, J. (2010) *People Make Play The impact of staffed play provision on children, families and communities*. Llundain: National Children's Bureau.

⁶ *Play for a Change: Play, Policy and Practice: A review of contemporary perspectives*.

⁷ Masten, A. a Obradovic, J. (2006) 'Competence and resilience in Development' *Annals of the New York Academy of Science*, 1094: 13-27. Dyfynnwyd yn *Play for a Change*.

Darllen pellach

Dolenni i adnoddau eraill ar waith chwarae sydd ar gael gan Chwarae Cymru:

[Yr Egwyddorion Gwaith Chwarae – trosolwg](#)

[Fideos Elfennau Hanfodol Gwaith Chwarae](#)

[Canllawiau gwaith chwarae](#)



Chwarae Cymru
Play Wales

www.chwarae.cymru