Chwarae Cymru
Play Wales

Awgrymiadau anhygoel ar gyfer dathlu Diwrnod Rhyngwladol Chwarae yn yr ysgol

Mae'r Cenhedloedd Unedig wedi mabwysiadu Diwrnod Rhyngwladol Chwarae blynyddol ar 11 Mehefin bob blwyddyn. Mae'r diwrnod yn cydnabod hawl plant i chwarae a'i bwysigrwydd ar gyfer eu lles.

Mae Diwrnod Rhyngwladol Chwarae yn gyfle da i ysgolion feddwl am sut y gellir cynnwys mwy o amser ar gyfer chwarae bob dydd.

Dyma ein hawgrymiadau anhygoel ar gyfer Diwrnod Rhyngwladol Chwarae!

1. Ystyriwch roi amser ychwanegol i chwarae. Gellir gwneud hyn drwy wneud amser cinio yn hirach neu drwy ddarparu amser chwarae ychwanegol.

2. Fyddwch chi ddim angen cynllun gweithgareddau manwl. Os allwch chi gymryd cam yn ôl a goruchwylio o bell, bydd y plant yn fwy tebygol o chwarae yn eu ffordd eu hunain ac ennill buddiannau arbrofi a phrofi pethau drostynt eu hunain.

3. Diffinnir rhannau rhydd fel deunyddiau naturiol a synthetig sydd â dim pwrpas penodol. Gofynnwch i rieni a chydweithwyr helpu trwy gasglu adnoddau fel: ffabrig, landeri, tiwbiau a bocsys cardbord, teiars, brigau, tarpolinau, cortyn a rhaffau. Bydd y plant yn greadigol iawn o gael llonydd i chwarae gyda'r adnoddau hyn.

   Dysgwch fwy am ddarparu rhannau rhydd i gefnogi chwarae plant yn yr ysgol yn ein taflen wybodaeth: www.chwarae.cymru/llyfrgell-adnoddau

4. Mae plant yn rhyfeddu at natur, felly meddyliwch am adnoddau sy'n caniatáu i blant archwilio'r pedair elfen yn eu chwarae:

   - **Daear** – teisennau mwd, tywod, clai neu dyllu
   - **Awyr** – barcutiaid, swigod neu faneri
   - **Tân** – addurno canhwyllau, rhostio malws melys neu goginio dros dân gwersyll
   - **Dŵr** – pibelli dŵr, bwcedi, sbwnjis neu ganiau dŵr.

5. Gwnewch yn siŵr bod y plant yn barod trwy roi gwybod i'r rhieni am eich cynlluniau. Anogwch y plant i wisgo hen ddillad a bod yn barod beth bynnag fo'r tywydd. Dyma gyfle gwych i atgoffa rhieni bod chwarae'r tu allan a baeddu'n hynod o fuddiol i les corfforol ac emosiynol plant.

6 Os rhoddwch chi ganiatâd i blant chwarae, maent yn fwy tebygol o chwarae yn eu ffordd eu hunain. Efallai y bydd angen ichi gytuno ar rywfaint o reolau cyffredinol gyda'r oedolion fydd yn goruchwylio ond, fel arall, gadewch i'r plant benderfynu'r hyn sy'n briodol trwy gamu'n ôl.

7 Os rhoddwch chi ddigon o le i blant, bydd yn cefnogi ystod eang o brofiadau chwarae. Os oes gennych gae ysgol, dyma'r amser ichi ei ddefnyddio! Os nad oes gennych gae ysgol, meddyliwch am fannau eraill y gellid eu defnyddio – fel y maes parcio neu beth am ymweld â rhywle cyfagos sydd â digonedd o le i archwilio a chwarae.

8 Os oes gennych dîm datblygu chwarae lleol, cysylltwch â nhw gan y gallan nhw eich cynghori am syniadau eraill ar gyfer Diwrnod Rhynglwadol Chwarae.

9 Mwynhewch. Dylai Diwrnod Rhynglwadol Chwarae fod yn hwyl i blant ac oedolion. Camwch yn ôl ac arsylwi'r profiadau anhygoel gaiff y plant wrth chwarae, fe'i gwelwch yn dysgu, yn trin a thrafod ac yn mwynhau eu hunain.

10 Yn olaf, gofynnwch i'r plant beth oedden nhw'n ei feddwl o'r diwrnod. Os oedd e'n llwyddiant, meddyliwch sut y gallech gynnwys mwy o amser ar gyfer chwarae bob dydd.

Chwarae Cymru
Play Wales

www.chwarae.cymru

Elusen cofrestredig, rhif 1068926 © Chwarae Cymru

Mai 2025