GWASANAETH CYMORTH
Y SYNHWYRAU
A CHYFATHREBU

SenCom

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan University Health Board

TAFLEN GWRANDO

Mae clyw da (canfod sain)
yn hanfodol ar gyfer gwrando.

Mae gwrando yn sgìl y mae'n rhaid i blant ei ddysgu. Mae plant yn symud drwy wahanol lefelau o wrando wrth iddynt ddatblygu. Mae angen i blant allu canolbwyntio ar y wybodaeth gywir. Mae angen iddyn nhw hidlo synau a phethau sy'n tynnu'r sylw. Mae angen iddyn nhw hefyd gael manteisio ar gyfleoedd lle cânt gymorth i wrando e.e. hwiangerddi a rhannu llyfrau. Mae'n arferol bod angen i blant ifanc ymarfer i ddatblygu eu sgiliau gwrando.

Mae llawer o resymau pam y gallai'ch plentyn gael anawsterau gwrando. Mae'n bwysig i chi drafod anghenion unigol eich plentyn ag unrhyw weithwyr proffesiynol priodol e.e. athrawon, meddygon teulu, awdiolegwyr, therapyddion lleferydd ac iaith, neu nyrsys ysgol.

AWGRYMIADAU AM WEITHGAREDDAU I DDATBLYGU SGILIAU GWRANDO

Gwnewch rai o'r rhain gyda'ch plentyn ambell waith yr wythnos.

TECLYNNAU CREU SŴN

Defnyddiwch hen botel blastig i wneud teclyn creu sŵn. Rhowch y teclyn i'ch plentyn. Dywedwch wrth eich plentyn fod angen iddo aros nes i chi ddweud 'i ffwrdd â ni!' cyn iddo ysgwyd y teclyn creu sŵn. Dywedwch wrth eich plentyn i stopio pan fydd yn clywed y gair 'stop!' Oedwch ennyd. Yna dywedwch 'Un dau tri i ffwrdd â ni' Gadewch i'ch plentyn ysgwyd y teclyn, yna dywedwch 'Stop!' Os yw'n stopio, canmolwch y plentyn am wrando'n dda.

Gallech chi orffen y gêm drwy roi sticer i'r plentyn am wrando'n dda. Ewch yn eich blaen i annog eich plentyn i gopïo patrymau sain e.e. chi'n ysgwyd y teclyn deirgwaith, ac yna'n gofyn i'r plentyn wneud yr un peth.

PARU SYNAU

Defnyddiwch offerynnau cerdd/teclynnau creu sŵn. Gwnewch sŵn tra bo'r plentyn yn edrych i ffwrdd. Rhaid i'r plentyn benderfynu pa offeryn/teclyn sy'n gwneud yr un synau. Wrth iddo wella, rhowch gynnig ar wneud dau neu dri o synau a gweld a all gopïo'r rhain yn y drefn gywir.

SGITLS

Defnyddiwch hen boteli plastig i greu sgitls. Dywedwch wrth eich plentyn y gall rolio'r bêl pan fyddwch chi'n dweud 'i ffwrdd â ni!' Oedwch ennyd. Dywedwch 'Un dau tri i ffwrdd â ni!' Y plentyn yn rholio'r bêl. Chi a'r plentyn yn bwrw'r sgitls am yn ail.

UN DAU TRI, I FFWRDD Â NI!

Gwnewch ramp. Daliwch gar tegan neu bêl ar y top am yn ail gyda'ch plentyn. Dywedwch wrth eich plentyn na ddylai ollwng y tegan/pêl nes i chi ddweud 'i ffwrdd â ni!' Dywedwch 'Un dau tri i ffwrdd â ni!' Y plentyn yn gadael i'r tegan neu bêl rolio lawr y ramp. Gallech ymuno yn y gêm, a gweld pa bêl neu gar sy'n cyrraedd y gwaelod gyntaf.

MAE DEWI'N DWEUD

Chwaraewch gemau o fath 'Mae Dewi'n Dweud/Simon Says' e.e. 'Mae Dewi'n Dweud clapia dy ddwylo', 'Mae Dewi'n Dweud chwifia dy freichiau', neu 'Mae Dewi'n dweud ysgwyd dy ben'. Gweler *Grandparents.com* am syniadau 'Simon Says'.

GWRANDO AR YR AMGYLCHEDD

Y plentyn yn eistedd yn llonydd ac yn gwrando am dri deg eiliad. Yna, rhaid i'r plentyn gofio'r synau mae'n eu clywed. Neu, ewch am dro. Rhaid i'r plentyn adnabod unrhyw sŵn y mae'n ei glywed ac yna galw i gof gynifer ag y gall ar ôl dychwelyd.

GÊM SIOPA/POSTIO

Casglwch a/neu gwnewch gardiau gyda lluniau a geiriau bwyd. Defnyddiwch focs cardfwrdd i greu blwch postio. Enwch un, dwy neu dair o eitemau wrth eu henwau. Eich plentyn yn postio'r cerdyn/cardiau cywir

GWRANDO AC ADNABOD SYNAU POB DYDD

Y plentyn yn gwrando ar recordiad o synau pob dydd ac yn ceisio adnabod yr hyn ydyn nhw e.e. ci yn cyfarth. Gallech ddefnyddio ap ar eich ffôn/llechen ar gyfer y gweithgaredd hwn.

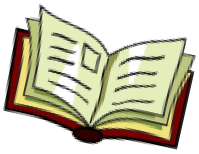
CANU AC ODLI

Gee Geffyl Bach… Awn am dro i frest Pen Coed… Mae olwynion y bws… I mewn i'r arch â nhw… Hen iâr fach bert.

Canwch ganeuon cyfarwydd a gadewch fylchau i'ch plentyn eu llenwi.

YR HEN FFEFRYNNAU

Defnyddiwch un o hoff lyfrau'ch plentyn a darllen ohono'n uchel gan oedi ar adegau pwysig fel gall eich plentyn ddweud y geiriau sy'n dod nesaf. Gallech hefyd ddarllen y stori i'ch plentyn a newid geiriau allweddol yn bwrpasol er mwyn i'ch plentyn sylwi pa rai sydd wedi eu newid.



CHWARAE MIG

Er enghraifft, cuddiwch gloc sy'n tician yn yr ystafell. Anogwch eich plentyn i wrando a dod o hyd iddo.

Cuddiwch wrthrych yn yr ystafell. Rhowch gyfarwyddiadau clir i'ch plentyn i ddilyn y sŵn a dod o hyd i'r gwrthrych e.e. Cer ymlaen dau gam, tro i'r chwith.

TASGAU GWRANDO DETHOL

Rhowch air i'r plentyn y mae'n rhaid iddo wrando amdano. Oedolyn yna naill ai'n dweud geiriau unigol neu'n adrodd stori syml. Bob tro y mae'r gair targed yn cael ei ddweud, rhaid i'r plentyn roi bricsen ar dŵr neu lain mewn cwpan. Cyfrwch sawl eitem y gellir eu casglu.

GEMAU RHWYSTR

Defnyddiwch rwystr/sgrin (darn o gardfwrdd) i'ch gwahanu chi a'ch plentyn tra bo cyfarwyddiadau'n cael eu rhoi. Rhowch gyfarwyddiadau clir gam wrth gam i'ch plentyn eu dilyn. Cwblhewch dasg fer e.e. tynnu llun tŷ, adeiladu tŵr Lego, edafu gleiniau. Byddwch chi'n gwneud yr un gweithgaredd â'ch plentyn y tu ôl i'r sgrin. Ar ddiwedd y dasg symudwch y sgrin a chymharu'ch canlyniadau.

LLYFRAU LLAFAR

Defnyddiwch lyfrau llafar ac anogwch eich plentyn i ddilyn y geiriau. Siaradwch gyda'ch gilydd am yr hyn mae wedi'i glywed. Gallech hefyd gymharu rhai o'r llyfrau llafar gyda ffilmiau rydych chi wedi'u gweld.

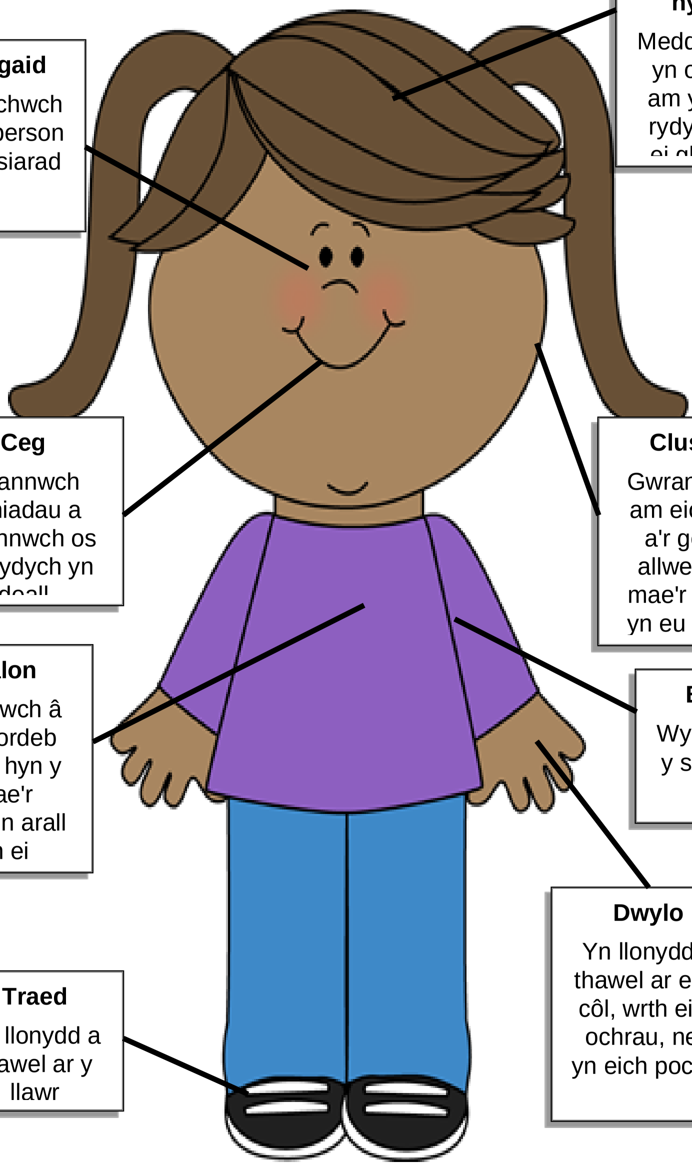
COGINIO GYDA'CH GILYDD

Dewiswch rysáit. Darllenwch y cyfarwyddiadau yn uchel un cam ar y tro. Dylai eich plentyn ddilyn y cyfarwyddiadau i bwyso, mesur ac ati.

Gwrando gyda'r Corff Cyfan - Plentyn

Llygaid
Edrychwch ar y person sy'n siarad

Pen/Ymennydd
Meddyliwch yn ofalus am yr hyn rydych yn ei glywed



Ceg
Rhannwch syniadau a gofynnwch os nad ydych yn deall

Clustiau
Gwrandewch am eich enw a'r geiriau allweddol y mae'r person yn eu rhannu

Calon
Byddwch â diddordeb yn yr hyn y mae'r person arall yn ei

Body
Wynebwch y siaradwr

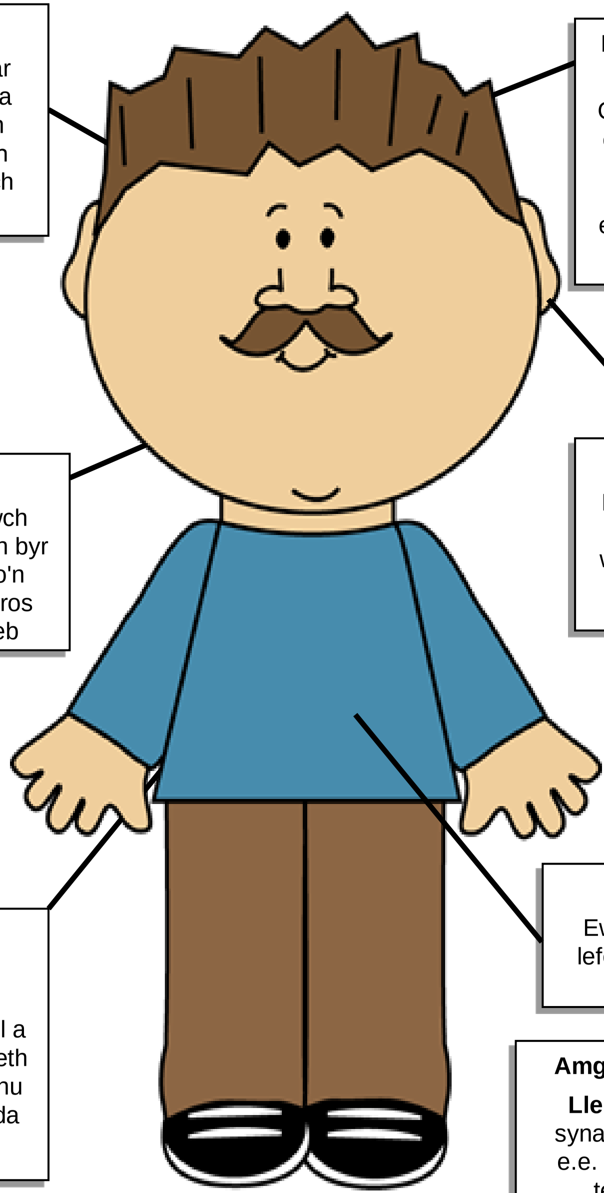
Dwylo
Yn llonydd a thawel ar eich côl, wrth eich ochrau, neu yn eich pocedi

Traed
Yn llonydd a thawel ar y llawr

Gwrando gyda'r Corff Cyfan - Oedolion

Llygaid
Edrychwch ar eich plentyn a gwnewch yn siŵr ei fod yn edrych arnoch chi cyn i chi

Pen/Ymennydd
Gwiriwch fod eich plentyn wedi deall trwy arsylwi ei ymatebion



Ceg
Defnyddiwch ymadroddion byr syml lle bo'n bosibl ac aros am ymateb

Clustiau
Esboniwch a modelwch wrando da ar gyfer eich plentyn

Corff
Ewch i lawr i lefel y plentyn

Calon
Rhowch adborth cadarnhaol a chanmoliaeth i atgyfnerthu gwrando da

Amgylchedd
Lleihawch synau cefndir e.e. diffodd y teledu