



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

## Gweithgareddau synhwyaidd - gweledol



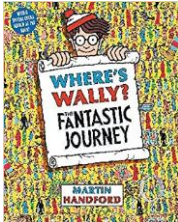

### **Beth yw gweithgareddau synhwyaidd?**

Trwy ddarparu ystod o weithgareddau ar draws pob un o'r 8 system synhwyaidd byddwch yn cefnogi datblygiad y plentyn. Ceisiwch eu gwneud fel rhan o arferion dydd i dydd trwy eu hymgorffori mewn chwarae.





Mae'r gweithgareddau canlynol yn canolbwyntio'n bennaf ar y defnydd o'r system weledol.

### Gemau sganio

			
Helfa sborion gwair	Popio swigod	Chwarae Cuddio synhwyaidd	Sganio cwmwl

			
Tenis balŵn	Mi wela i	Llyfrau Where's Wally	Posau jig-so

### Symudiad a golau

			
Kaleidescope	Lampau lafa, peli plasma ac opteg ffibr	Amseryddion hylif a thywod	Goleuadau bath arnofiol



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

Crefft top troelli	Gemau ffyn golau	Poteli glitter	Marble run a thraciau car clic a chlac

### Canllawiau ar gyfer defnyddio gweithgareddau Synhwyraidd

- Dylai gweithgareddau synhwyraidd gael eu goruchwyllo gan oedolyn
- Gwyliwch sut mae'r plentyn yn ymateb i'r mewnbwn synhwyraidd. Os ydynt yn ymddangos yn ofidus, yn bryderus neu'n anghyfforddus, stopiwch y weithgaredd. Cyn i chi roi cynnig arall ar y gweithgaredd, gofynnwch i chi'ch hun a allwch chi ei newid mewn ffordd a fyddai'n gwneud i'r plentyn ei mwynhau'n fwy Os ydynt yn parhau i ymddangos yn ofidus, yn bryderus neu'n anghyfforddus, peidiwch â cheisio'r un weithgaredd dro ar o tro.
- Os yw'n ddiogel ac yn bosibl gwneud hynny, caniatewch i'r plentyn fod â rheolaeth dros faint a pha mor hir y mae'n chwarae gyda phob gweithgaredd synhwyraidd. Mae cynnig amrywiaeth o wahanol weithgareddau synhwyraidd trwy gydol pob dydd o gymorth mawr i gefnogi datblygiad.
- Siaradwch â'r plentyn am y weithgaredd yr ydych chi'n ei chyflwyno. Os yw'n briodol, defnyddiwch luniau o'r weithgaredd er mwyn cefnogi eu dealltwriaeth o'r hyn sy'n digwydd.
- Dilynwch unrhyw gyfarwyddiadau sy'n cyd-fynd ag unrhyw weithgareddau neu offer rydych chi'n eu prynu.