Sipiau

Mae sipiau'n heriol i lawer o blant a gall gymryd ychydig o amser i'r sgil honn ddatblygu; mae angen digon o ymarfer yn ogystal â llawer o amynedd! Er mwyn cau sipiau mae angen i blant gael gafael pinsiwr cryf (pinsiad) yn ogystal â'r gallu i ddefnyddio eu dwy law gyda'i gilydd. Isod mae rhai awgrymiadau a gweithgareddau gwych i helpu'ch plentyn i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen arnynt i allu defnyddio sipiau'n hyderus!

Cyfnodau datblygiadol dysgu i sipio

18 i 24 mis – yn gallu agor sip gyda thynnwr mawr.
2 ½ i 3 ½ - yn gallu agor sip ar ddillad pan fyddant yn gwisgo dilledyn
3 i 4 blynedd - Yn gallu tynnu sip mawr i fyny unwaith y bydd oedolyn wedi dechrau ac os yw oedolyn yn dal gwaelod y got yn dynn.
5 i 6 oed - Yn gallu agor a chau sip wrth wisgo.

Gweithgareddau i helpu i ddatblygu sgiliau sydd eu hangen ar gyfer sipio

1. **Edafu gleiniau** - mae'r dasg hon yn debyg iawn i drin botymau, postiwch yr edefyn drwy'r twll a'i dynnu drwy'r ochr arall. Ceisiwch ddefnyddio careiau i edafu, yn rhy anodd? Defnyddio rhywbeth mwy cadarn (ee glanhawyr pibellau), yn rhy hawdd? Ceisiwch edafu gyda mwgwd dros y llygaid.

2. **Cardiau careiau**

3. **Bagiau Ziploc –** rhowch deganau mewn bagiau sy'n cau gyda sip fel bod yn rhaid agor y sip i gael y teganau allan i chwarae â nhw.

4. **Byrddau gwisgo**

5. **Gwisgo i fyny - cael hwyl!**

Syniadau ac awgrymiadau ar gyfer ymarfer sipio

1. Ymarferwch y sgil pan nad ydych ar frys i wisgo mewn amgylchedd heb unrhyw beth sy’n tynnu sylw’r plentyn.

2. Dechreuwch trwy ddysgu agor sip yn gyntaf gan fod hyn yn haws.

3. Mae sipiau gyda thabiau mwy, cortynnau tynnu neu rubanau yn haws i'w dal a'u defnyddio ar y dechrau.

4. Ymarferwch agor a chau sipiau ar fagiau, casys pensiliau a theganau.

5. Dechreuwch y sip i'ch plentyn a'u hannog i ymarfer tynnu'r sip i fyny.

6. Defnyddiwch iaith glir, syml a chyson bob tro y byddwch yn ymarfer. Er mwyn cau sip, dechreuwch trwy dynnu'r llithrydd sip i lawr i'r blwch a'u dal yn dynn gyda'i gilydd. Nesaf rhowch y pin i lawr i'r llithrydd sip ac i mewn i'r blwch (ysgwydwch ychydig arno i wneud yn siŵr bod y pin yn ei le). Pinsiwch y tynnwr sip gydag un llaw a daliwch ef ar waelod y gôt yn dynn gyda'r llaw arall. Nawr tynnwch y sip i fyny.