

 **SYLW A GWRANDO**



Mae angen i blant allu bod yn bresennol a chanolbwyntio fel eu bod yn gallu dysgu sgiliau newydd, gan gynnwys sut i gyfathrebu a deall. Bydd plentyn yn datblygu ei sgiliau sylw a gwrando drwy wrando ar seiniau a siarad pob dydd o'i amgylch cyn y gall ddysgu siarad ei hun. Bydd plant yn datblygu sgiliau sylw a gwrando trwy gyfleoedd niferus i ryngweithio a chwarae gydag eraill..

**Awgrymiadau da i ddatblygu sylw a gwrando**

* Edrychwch yn llygad y plentyn ac ewch i lawr at ei lefel ef/hi - wyneb yn wyneb.
* Dywedwch enw'r plentyn i gael ei sylw ac os oes angen, cyffyrddwch â’i (h)ysgwydd neu ei fraich/braich yn ysgafn.
* Siaradwch yn arafach a defnyddio seibiau. Sicrhewch eich bod yn rhoi amser i blant brosesu eich cais neu eich cyfarwyddiadau.
* Dilynwch arweiniad y plentyn drwy gydol y chwarae. Chwaraewch gyda'r hyn sydd o ddiddordeb i’r plentyn, gan gadw’r gweithgareddau'n fyr a stopio pan fo’r plentyn yn colli diddordeb.
* Cadwch eich chwarae'n gyffrous drwy ddefnyddio tôn eich llais a mynegiant eich wyneb.
* Gall defnyddio seibiau yn ystod chwarae gynnwys elfen disgwyliad. Er enghraifft, oedi

 cyn deud ‘cer’ wrth ddweud ‘barod, aros, cer!’ ac aros i’r plentyn ddangos ei fod eisiau i’r cam nesaf ddigwydd.

* Lleihewch sŵn a tharfu gweledol.
* Defnyddiwch ystumiau a gwrthrychau i dynnu sylw'r plentyn a'i helpu i ddeall.
* Defnyddiwch ymadroddion a brawddegau syml, gan rannu cyfarwyddiadau yn ymadroddion geiriau allweddol byrrach. Sicrhewch fod y plentyn wedi deall a chlywed beth ddywedoch chi.
* Defnyddiwch reolau gweithgareddau – edrych yn dda, gwrando’n dda, aros yn dda. Gellir defnyddio'r rhain i fodelu'r hyn yr ydych am i'r plentyn ei wneud. Atgoffwch y plentyn yn aml a rhoi canmoliaeth pan fydd yn dilyn.
* Gosodwch nodau cyraeddadwy a sicrhau bod tasgau blaenorol yn cael eu gorffen cyn rhoi un newydd. I blant sy'n ei chael hi'n anodd cadw eu sylw ar bethau, defnyddiwch flychau cychwyn/gorffen.

**Gweithgareddau i roi cynnig arnynt**

**Dilyn y blaen**

Eisteddwch gyferbyn â'r plentyn a gwneud gwahanol symudiadau (e.e. clapio, chwifio'ch dwylo, taro eich pen) a bydd yn rhaid i'ch plentyn eu copïo. Pan fydd yn gyfarwydd â'r gêm hon, rhowch y plentyn yn ei dro i wneud y weithred a chithau yn ei ddilyn. Gall hyn ddatblygu'n gemau syml fel pip-bo.

## Bocsys teimlo

Cymerwch rywbeth o ddiddordeb a'i roi mewn bocs. Agorwch y bocs yn araf a gadewch i’r plentyn roi ei law i mewn i’w deimlo! Gallech ddefnyddio hoff degan, pyped maneg, banana, neu offeryn cerdd. Archwiliwch e, chwaraewch gydag e ac, os yw'n fwyd, bwytewch e.

**Barod, Aros, Cer!**

Chwaraewch gemau sy'n cynnwys 'barod, aros, cer' (e.e. swigod, rhedeg, cyrsiau rhwystrau, rholio car i lawr ramp, chwythu balwnau a’u gollwng ac ati). Arhoswch cyn 'cer' i weld a all eich plentyn aros ac yna ymateb gyda symudiad neu lais i chi ddweud 'cer'.

**Hwiangerddi a chaneuon**

Defnyddiwch hoff hwiangerddi i ddenu a chadw sylw. Defnyddiwch wrthrychau os oes angen. Canwch linell a gweld a all y plentyn orffen y llinell/gân e.e 'Dau gi bach yn mynd....' - oedwch ac aros i gael ymateb.