**DATBLYGU CHWARAE**

Mae chwarae yn bwysig iawn i ddatblygiad plentyn.Gall plant ifanc ddatblygu llawer o sgiliau drwy chwarae. Byddant yn datblygu eu sgiliau iaith, eu sgiliau echddygol, eu hemosiynau, eu creadigrwydd a'u sgiliau cymdeithasol.

**Mathau o chwarae –**

* **Chwarae Unigol**: Dyma pan fydd plentyn yn chwarae ar ei ben ei hun. Mae pob plentyn yn hoffi chwarae unigol ar adegau. Wrth chwarae’n unigol, nid yw'n ymddangos bod plant yn sylwi ar eraill yn chwarae gerllaw.
* **Chwarae Cyfochrog:** Dyma pan fydd plentyn yn chwarae wrth ochr plentyn arall heb ryngweithio. Gall plentyn arsylwi ar y plant eraill a dynwared yr hyn y maent yn ei wneud.
* **Chwarae Dynwaredol:** Dyma pan fydd plentyn a phlentyn arall yn copïo ei gilydd. Mae un plentyn yn dechrau neidio ac yn fuan mae'r ddau yn neidio. Neu rydych chi'n adeiladu gyda blociau ac mae plentyn yn ceisio gwneud yr un peth.
* **Chwarae Cydweithredol:** Wrth i blentyn dyfu'n hŷn, bydd yn dechrau chwarae gyda phlant eraill. Efallai y byddant yn gweithio gyda'i gilydd i adeiladu tŵr neu greu cacen fwd. Nid yw llawer o blant yn barod ar gyfer y math hwn o chwarae nes eu bod yn 36 mis oed neu'n hŷn.
* **Chwarae segur:** Mae hyn yn dechrau o enedigaeth, weithiau bydd gan faban rai symudiadau anesboniadwy a all ymddangos yn symudiadau ar hap heb unrhyw bwrpas clir. Dyma ddechrau ei chwarae.
* **Chwarae Cysylltiadol:** Yn 3-4 oed efallai y bydd gan blant fwy o ddiddordeb mewn plant eraill yn hytrach na theganau. Efallai y byddant yn dechrau gofyn cwestiynau a siarad am deganau a'u chwarae.

Y plentyn yw ffocws pob gweithgaredd mewn amgylchedd sy’n canolbwyntio ar y plentyn. Caiff chwarae ei gychwyn gan y plentyn fel arfer a gall yr ymarferydd ychwanegu ato hefyd. Gall oedolion hwyluso chwarae sy'n canolbwyntio ar y plentyn drwy: gymryd chwarae plant o ddifrif, bod yn llawn cyffro am eu darganfyddiadau, canmol eu cyflawniadau, bod yn amyneddgar ac yn anogol, gwerthfawrogi'r broses chwarae a pheidio â disgwyl cynnyrch terfynol rhagweladwy bob tro.

Mae chwarae yn ffordd naturiol a hwyliog i'r plant gadw'n actif, aros yn iach a bod yn hapus. Mae chwarae a ddewisir o wirfodd yn helpu plant a phobl ifanc i ddatblygu'n iach. I gael iechyd corfforol a meddyliol da ac i ddysgu sgiliau bywyd, mae angen amrywiaeth o gyfleoedd chwarae distrwythur arnynt o'u genedigaeth nes eu bod yn eu harddegau.

**Chwarae Rhydd-** Chwarae rhydd yw pan fydd plentyn yn penderfynu ac yn rheoli ei chwarae gan ddilyn ei greddfau, ei ddychymyg a'i ddiddordebau ei hun.  Mae’n chwarae heb gael eu harwain gan oedolion. Nid oes ffordd gywir nac anghywir o chwarae. Mae chwarae rhydd yn gwella iechyd, lles a datblygiad plant. Ceisiwch beidio â gwneud y chwarae rhydd yn anhrefnus a chynnig gormod o weithgareddau ar yr un pryd gan y bydd rhai plant yn gweld hyn yn llethol ac efallai y bydd yn eu hatal rhag archwilio gweithgareddau

**Pam mae chwarae'n bwysig -** Mae chwarae yn gwella lles gwybyddol, corfforol, cymdeithasol ac emosiynol plant a phobl ifanc. Trwy chwarae, mae plant yn dysgu am y byd ac amdanyn nhw eu hunain. Maent hefyd yn dysgu'r sgiliau sydd eu hangen arnynt i astudio a gweithio ac ar gyfer perthnasoedd fel: hyder, hunan-barch, gwydnwch, rhyngweithio, sgiliau cymdeithasol, annibyniaeth, chwilfrydedd ac ymdopi â sefyllfaoedd heriol

**Datblygu iechyd corfforol drwy chwarae -** Mae chwarae corfforol fel rhedeg, sgipio a reidio beic/sgwter yn helpu plant i ddatblygu: ffitrwydd corfforol da, ystwythder, stamina, Cydsymud a chydbwyso. Gweithgareddau i ddatblygu sgiliau echddygol manwl fel codi eitemau llai, dal brws paent neu greonau/pensiliau, toes chwarae gyda thorwyr/siswrn a phennau rholio.

**Datblygu sgiliau cymdeithasol trwy chwarae -** Gall chwarae helpu plant i ddatblygu eu sgiliau cymdeithasol gydag eraill. Trwy wrando, rhannu sylw a rhannu profiadau chwarae. Mae hyn yn helpu plentyn i archwilio ei deimladau, datblygu hunanddisgyblaeth, dysgu sut i fynegi ei hun a deall agweddau emosiynol ar fywyd.