



Charity No. 1045617

Helpu eich plentyn oed ysgol i
wrando



ARIENNIR GAN Y LOTERI
LOTTERY FUNDED

Mae plant yn raddol yn dysgu sut i wrando.

Gall plentyn sy'n ei chael hi'n anodd gwranddo, ei chael hi'n anodd:

- Talu sylw pan fyddwch chi'n siarad
- Cofio beth rydych chi wedi'i ddweud
- Gwrando arnoch chi'n egluro rhywbeth neu'n adrodd stori
- Dilyn cyfarwyddiadau
- Aros eu tro mewn sgwrs neu gêm.

Mae gwranddo yn cynnwys talu sylw i synau. Fodd bynnag, nid un medr yn unig ydyw ac mae'n cynnwys:

- ✓ edrych ar y sawl sy'n siarad
- ✓ aros yn llonydd ac yn dawel heb wingo
- ✓ gwranddo ar bob gair

Mae gwranddo da yn rhan o'r hyn sydd ei angen i ddeall beth mae rhywun yn ei ddweud ac mae'n helpu plentyn i ymuno mewn sgysiau a dod yn ddysgwr da.

Efallai nad yw dweud wrth eich plentyn i wrando yn unig yn helpu! Os ydych chi'n poeni am allu eich plentyn i wrando, ewch i gael cyngor gan eich meddyg teulu a/neu therapydd iaith a lleferydd, fel y bo'n briodol.

Darllenwch y daflen hon i gael syniadau cyffredinol ynghylch sut y gallwch chi helpu eich plentyn i wrando.



Mae dysgu gwrando a thalu sylw yn datblygu mewn cyfnodau.

Yn y cyfnodau cyntaf... mae plant yn ymgolli mewn gweithgaredd o'u dewis eu hunain ac yn cau synau eraill allan er mwyn iddyn nhw fedru canolbwyntio. Maen nhw'n ymddangos fel petaen nhw'n eich anwybyddu chi!

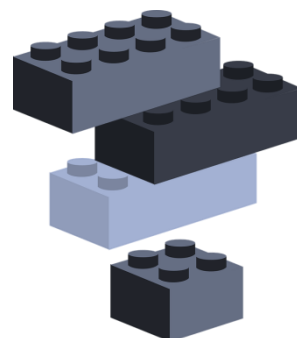
Yr hyn y gallwch chi wneud: Rhowch amser i'ch plentyn gwblhau gweithgaredd. Efallai y bydd arnoch chi angen cyffwrdd â'i fraich yn ysgafn i gael ei sylw.

Yn ddiweddarach... gall blentyn newid ei ffocws i ganolbwyntio ar rywbeth arall ond bod angen eich help arno i roi'r gorau i'r hyn mae'n wneud a throsglwyddo ei ffocws arnoch chi.

Yr hyn y gallwch chi wneud: Dweud enw eich plentyn gyntaf a dweud "Edrych arna i" neu aros iddo edrych arnoch chi cyn siarad.

Yn y diwedd... mae plentyn yn dysgu gwrando a gwneud. Gall ddal ati i wneud un peth ond gall wrando ac ymateb i rywbeth gwahanol yr un pryd. Er enghraifft, chwarae gyda Lego a siarad am fynd i dŷ ffrindiau. Yn raddol bydd eich plentyn yn datblygu rheolaeth mwy annibynnol ar eu gwrando a'u canolbwyntio.

Yr hyn y gallwch chi wneud: Tra bo'r medr hwn yn datblygu, efallai bydd yn rhaid i chi ddal i alw enw eich plentyn i'w helpu i drosglwyddo ei ffocws.



Deg awgrym pennaf ar gyfer gwranddo

1. Ei gwneud hi'n haws gwranddo trwy ddiffodd sŵn yn y cefndir. Er enghraifft, diffodd y teledu neu'r radio.
2. Ceisio bod yn esiampl ar gyfer gwranddo da! Trowch ato ac edrych arno. Dangoswch i'ch plentyn fod ganddo eich sylw'n llwyr.
3. Pan fyddwch chi'n siarad, helpwch eich plentyn i ganolbwyntio trwy ddefnyddio ei enw a'i annog i edrych arnoch chi ac aros yn llonydd cyn i chi siarad.
"Jack...edrych arna i...ble mae dy esgidiau di?"
"Mae'n amser stori – aros yn llonydd er mwyn i ti fedru gwranddo'n dda."
4. Defnyddiwch eiriau syml a brawddegau byrrach y gall eich plentyn eu deall a'u cofio.
5. Siaradwch ychydig yn arafach eich hun.
6. Gofynnwch lai o gwestiynau. Mae hyn yn eich helpu i rannu'r siarad.
7. Arhoswch am eiliad i adael digon o amser i'ch plentyn ddeall yr hyn rydych chi wedi'i ddweud a meddwl amdano.
8. Gall fod o gymorth i ailadrodd yr hyn rydych chi'n ei ddweud i roi cyfle arall i'ch plentyn ddeall eich geiriau.
9. Gwnewch yn siŵr bod eich plentyn wedi deall trwy wyllo beth mae'n ei wneud; weithiau gall plant wrando'n ofalus ond fethu â deall y neges er hynny.
10. Canmolwch wrando da hyd yn oed os oedd hyn am amser byr yn unig.
"Da iawn; gwnest ti gadw'n dawel iawn ac roedd hynny wedi dy helpu i wrando'n dda."

Gweithgareddau i annog gwranddo a chanolbwyntio

Os gallwch chi, trefnwch adeg rheolaidd pryd y gallwch chi gael ychydig funudau gyda'ch gilydd i siarad, gwneud gweithgaredd neu chwarae gêm. Dewiswch adeg pan nad yw eich plentyn wedi blino neu'n llwglyd. Cadwch o'n fyr ac yn hwyl.

Ewch am daith gwranddo. Ewch allan a siaradwch am yr hyn y gallwch chi eich dau ei glywed, e.e. awyren, car, ci yn cyfarth, aderyn yn canu, babi yn crïo. Yn ddiweddarach, tynnwch lun gyda'ch gilydd o'r hyn y gwnaethoch chi ei glywed. **Canwch gân gyfarwydd neu bennill doniol gyda'ch gilydd.** Mae plant wrth eu boddau'n ailadrodd pennill neu gân gyfarwydd. Gadewch air neu linell allweddol allan o'r gân a gweld a all eich plentyn lenwi'r bylchau!

Gwnewch rywbeth gyda'ch gilydd. Dilynwch ddiddordebau eich plentyn a dewiswch rywbeth sy'n cynnwys ychydig o gamau mewn trefn. Er enghraifft: awyren bapur, plethbethau (loom bands), cacennau siocled reis crispis, anghenfil Lego, cadwyn flodau.

Chwarae gêm cymryd eich tro. Er enghraifft, 'Pop-up Pirate', sgitls, 'Jenga', taflu bag ffa/pêl.

Awgrym: Cynyddwch yr amser yr ydych chi'n ei dreulio yn chwarae yn raddol gan funud neu ddau – gall amserydd coginio fod o gymorth yma.

Chwarae rydw i'n gweld â'm llygad bach i. Defnyddiwch gliwiau sy'n disgrifio, e.e.: 'Rydw i'n gweld â'm llygad bach i, rywbeth gyda phedwar coes sy'n cyfarth.'

Awgrym: Os ydych chi'n chwarae hyn gyda mwy nag un plentyn, defnyddiwch ffon siarad (neu wrthrych arall) ar gyfer cymryd tro a lleihau gweiddi os yw un plentyn angen mwy o amser i feddwl.

Chwarae siaradau geiriau disgrifio. Mae eich plentyn yn meddwl am weithred, er enghraifft, nofio, yn ychwanegu gair disgrifio, er enghraifft, araf, ac yn actio hynny i chi gael dyfalu beth mae'n wneud.

Rhannu jôcs a straeon digrif. Gall hyn ddeillio o'ch diwrnod neu o hoff lyfr neu raglen teledu.

