Y Trosglwyddiad yn ôl i'r Ysgol - Canllaw COVID-19 i Rieni

Rhagair

- Bydd ysgolion sy'n ailagor ar ôl pandemig COVID-19 yn brofiad newydd a heriol i ddisgyblion, rhieni a staff yr ysgolion.
- Mae'n bwysig ein bod yn gweithio gyda'n gilydd i baratoi cyn gymaint ag y gallwn am drosglwyddiad llwyddiannus.
- Rhaid inni fod yn ymwybodol y bydd y profiad yn wahanol i bawb, ond mae ychydig o ffactorau allweddol a allai fod yn fuddiol i bawb eu hystyried wrth baratoi am y 'normal newydd'.

Nid oedd ysgolion wedi 'Cau'

- Mae'r rhan fwyaf o athrawon a staff cefnogi wedi parhau i weithio un ai mewn hybiau ysgol neu trwy ddarparu dysgu o bell o gartref.
- Mae staff wedi parhau i weithio'n greadigol i gefnogi dysgu a lles ac efallai y disgwylid iddynt weithio oriau hwy, yn cynnwys gwyliau ysgol.

Mae pob ysgol yn wahanol - ond rydym i gyd yn gweithio gyda'n gilydd!

- Mae pob ysgol yn wahanol a chanddynt heriau a gofynion gwahanol i ddelio â nhw wrth ailagor ar gyfer disgyblion. Y brif flaenoriaeth yw diogelwch a lles pob defnyddiwr.
- O ganlyniad i wahanol faterion lleol, y nifer o staff a all ddychwelyd i weithio a chapasiti corfforol yr ysgol, efallai na fydd ysgolion yn gallu cynnal y gwasanaethau yr arferent eu cynnal - megis clybiau brecwast/clybiau ar ôl ysgol, a.y.b. Bydd eich ysgol yn eich hysbysu o'r hyn y gall ei gynnig.
- I gadw pawb yn ddiogel, bydd ar ysgolion angen cyfyngu ar nifer yr ymwelwyr. Gall hyn olygu na fydd rhieni'n gallu cael mynediad i ysgolion yn yr un modd ag yr oeddent cyn pandemig COVID-19. Mae hefyd yn golygu y bydd systemau gwahanol ar gyfer sut y bydd plant yn mynd i mewn ac allan o'r ysgol. Mae'r rhain wedi eu cynllunio i gadw pawb yn ddiogel.

Y Diwrnod Ysgol

Bydd y diwrnod ysgol yn edrych yn wahanol i sut oedd yn edrych i ni o'r blaen:

- Gall amseroedd dechrau a gorffen fod yn wahanol. Bydd eich ysgol yn eich diweddaru am hyn cyn gynted ag y bydd wedi cwblhau'r cynllunio.
- Bydd grwpiau plant yn wahanol ac efallai y bydd plant yn cael eu dysgu gan staff sy'n wahanol i'r rhai hynny oedd yn gweithio gyda nhw o'r blaen. Bydd ysgolion yn gallu rhannu'r wybodaeth hon pan fyddant yn gwybod pa staff a disgyblion sy'n dychwelyd i'r ysgol.
- Efallai y bydd eich plentyn yn cael ei ddysgu mewn rhan wahanol o'r ysgol.

- Bydd amseroedd cinio ac egwyl yn wahanol gan y bydd angen i ni lynu at gadw pellter cymdeithasol.
- Ni fydd grŵp mawr o blant yn ymgynnull.

Paratoi am y 'Normal Newydd'

- Bydd emosiynau cymysg ynglŷn â dychwelyd i'r ysgol. Efallai y bydd pobl yn disgwyl y bydd hyn yn golygu dychwelyd i sut oedd pethau o'r blaen, ond rhaid i ni gydnabod mai nid dyma fel y bydd hi.
- Gall meddyliau, teimladau ac ymddygiad pobl fod wedi newid oherwydd eu profiadau yn ystod y pandemig COVID-19. Gall trefn arferol, strwythurau, amgylcheddau dysgu a disgwyliadau fod yn wahanol.
- Mae angen i ni fod yn garedig gyda ni'n hunain ac eraill: mae blaenoriaethu lles emosiynol yn hanfodol i addasu'n llwyddiannus i'r 'normal newydd'.

Cefnogi Disgyblion

- Mae gan staff ysgolion sgiliau ac arbenigedd eisoes wrth gefnogi trosglwyddiadau. Gallwn adeiladu ar yr wybodaeth hon i groesawu cymuned yr ysgol yn ei hôl a chefnogi disgyblion wrth ddychwelyd i'r ysgol yn dilyn y cyfnod digynsail hwn.

Ailsefydlu Trefn Arferol a Disgwyliadau

- Bydd angen i ni ganiatáu am gyfnodau o addasu a bod yn sensitif i wahaniaethau a phrofiadau unigol.
- Mae sefydlu ymdeimlad o drefn arferol a strwythur yn darparu elfen o ragweld ac ymdeimlad o sicrwydd i blant ac oedolion. Bydd ysgolion yn ceisio datblygu trefniadau arferol a strwythurau newydd i sicrhau ymdeimlad o sefydlogrwydd i bawb. Bydd pob ysgol yn cyfathrebu'r rhain i staff, rhieni a disgyblion trwy eu dulliau cyfathrebu arferol.

Gwahaniaethau mewn Profiadau Dysgu

- Diolch i'r rhieni i gyd am y gefnogaeth y maent wedi ei darparu i'w plant yn ystod y cyfnod heriol hwn!
- Bydd plant wedi cael profiadau gwahanol o ddysgu gartref yn ystod cyfnod y cyfyngiadau symud.
- Nid yw dysgu o gartref yr un fath â dysgu yn yr ysgol. Bydd angen i ysgolion ymateb i'r gwahanol brofiadau y mae plant wedi eu cael a dathlu beth mae plant wedi ei ddysgu, gan eu cefnogi gyda'r hyn y gallant fod wedi ei anghofio.

Profiadau Dysgu wrth Ddychwelyd i'r Ysgol

- Bydd angen i ysgolion ganolbwyntio ar ailsefydlu perthnasoedd a lleihau unrhyw orbryderon ynghylch dychwelyd i'r ysgol. Y man cychwyn posibl fyddai archwilio pa sgiliau a nodweddion personol y mae plant wedi eu datblygu tra buont allan o'r ysgol.

- I ddisgyblion ym Mlwyddyn 10 a 12, yn ychwanegol at yr uchod, bydd staff yn canolbwyntio ar baratoi disgyblion am waith tuag at arholiadau yn y dyfodol.

Dysgu cyfunol fydd y 'normal newydd' am beth amser.

- Mae dysgu cyfunol yn agwedd at ddysgu sy'n cyfuno profiadau dysgu yn y dosbarth ac ar-lein. Bydd pob sesiwn ar-lein ac all-lein yn ategu'r llall trwy ddefnyddio ei gryfderau penodol ei hun.

- Mae canllawiau'r Cyngor ar ddatblygu agwedd gyfunol gref tuag at ddysgu wedi ei chynllunio i gynorthwyo staff i wneud y mwyaf o'r ffordd y mae disgyblion yn caffael gwybodaeth, sgiliau a phrofiadau pwysig yn ystod y cyfyngiadau symud.

Perthnasoedd

Mae angen i ni feddwl am ffyrdd o ailsefydlu perthnasoedd:

- Rhwng athrawon a disgyblion
- Rhwng ysgolion a rhieni
- Rhwng disgyblion a'u ffrindiau a grŵp ehangach o gyfoedion
- Ac ymysg cydweithwyr

Ni fydd hyn yn digwydd dros nos ac mae angen i ni roi amser i ni'n hunain a bod yn garedig gyda ni'n hunain ac eraill.

Plant Gweithwyr Allweddol

- Gall plant 'gweithwyr allweddol' fod yn profi lefelau dwysach o orbryder. Efallai y byddant wedi bod yn pryderu y gall aelodau o'u teulu fod yn rhoi eu hunain mewn perygl trwy fynd i'r gwaith. I rai plant, mae'n bosibl y tarfwyd ar fywyd teuluol a threfn arferol.

- Bydd ysgolion yn ymwybodol o'r pryderon a'r gorbryderon hyn a byddant yn gweithio gyda rhieni i sicrhau bod plant yn cael eu cefnogi'n briodol.

Cadw Pawb yn Ddiogel

- Mae pob ysgol wedi datblygu asesiadau risg, rheolau a threfniadau arferol eglur i gefnogi iechyd a diogelwch pob defnyddiwr wrth ddychwelyd i'r ysgol. Bydd y rhain yn cynnwys:
    - Mesurau cadw pellter cymdeithasol

- Arferion golchi a diheintio dwylo
- Glanhau rheolaidd ar leoedd sy'n cael eu cyffwrdd yn aml
- Ymddygiad wrth besychu a thisian
- Disgwyliadau eglur o ran ymddwyn tuag at eraill
- Defnyddio cyfarpar diogelu personol lle bo hynny'n addas

- Bydd angen i holl ddefnyddwyr yr ysgol gadw at y trefniadau arferol hyn yn drylwyr i sicrhau amgylchedd gwaith diogel i bawb.

Yr Amgylchedd Ysgol

- Ni fydd plant yn gallu eistedd yn agos at eraill. Bydd byrddau a chadeiriau 2m oddi wrth ei gilydd. Bydd rhywfaint o ddodrefn wedi ei symud i wneud lle i'r disgyblion eistedd 2m ar wahân.
- Efallai y bydd systemau unffordd yn yr ysgol i alluogi plant a staff i gadw pellteroedd diogel ar y coridorau ac wrth symud o amgylch yr ysgol. Efallai y cyfyngir y plant i rannau penodol o'r ysgol.
- Ni fydd y plant yn gallu defnyddio adnoddau fel ag yr oeddent o'r blaen a bydd rhai pethau'n cael eu rhoi o'r neilltu gan y bydd angen i ni wneud yn siŵr bod popeth yn lân.
- Gofynnir i blant olchi eu dwylo'n rheolaidd.
- Ni fydd gan rieni fynediad i'r ysgol yn yr un modd ag yr oedd ganddynt o'r blaen, er mwyn ein cynorthwyo i gadw'r amgylchedd mor ddiogel â phosibl.

Cadw Pawb yn Iach

- Mae'n hynod o bwysig parhau i leihau'r cyswllt gydag unigolion sy'n sâl trwy sicrhau nad yw'r rhai sydd â symptomau coronfeirws (COVID-19), neu sydd â rhywun yn eu cartref sydd â'r symptomau, yn mynychu safleoedd ysgol o dan unrhyw amgylchiadau.
- Dylai plant a staff sy'n datblygu symptomau beidio â dod i'r ysgol.
- Dylai plant a staff sydd wedi bod mewn cysylltiad â rhywun sydd â'r coronafeirws hunanynysu yn unol â chyngor y llywodraeth ac ni ddylent ddod i'r ysgol.
- Bydd unrhyw blant neu staff sy'n dangos symptomau coronafeirws yn yr ysgol yn cael eu hynysu a gofynnir iddynt fynd adref yn syth. Bydd mannau a all fod wedi eu heffeithio yn cael eu glanhau'n ddwys a dechreuir olrhain cysylltiadau.

Staff a Phlant sy'n Gwarchod

- Os yw disgybl wedi derbyn llythyr sy'n ei gynghori i warchod, ni ddylai ddychwelyd i'r ysgol.

- Os yw disgybl yn byw gydag aelodau o'r teulu sydd wedi derbyn llythyr sy'n ei gynghori i warchod, nid oes disgwyliad iddo ddychwelyd i'r ysgol.
- Mae Llywodraeth Cymru wedi ei gwneud yn eglur na fydd unrhyw gosbau i deuluoedd nad ydynt yn anfon eu plant i'r ysgol.

Ymdopi â Cholled

- I blant sydd wedi dioddef colled, bydd yn bwysig eu bod yn cael eu cefnogi i ddeall yr hyn sydd wedi digwydd a chael cyfleoedd i siarad.
- Yn yr un modd ag oedolion, mae plant yn ymateb i alar mewn ffyrdd gwahanol, yn enwedig yn ystod y cyfnodau hyn pan mae'n bosibl na chawsant y cyfle i ffarwelio.
- Mae staff allweddol mewn ysgolion wedi ymgymryd â hyfforddiant pellach i'w galluogi i gefnogi plant a allai fod wedi dioddef colled.

Gorbryderon Cymdeithasol

- Bydd rhai plant yn edrych ymlaen at ddychwelyd i'r ysgol ond yn canfod agweddau ar fod o gwmpas pobl eraill yn ddychryn ac yn llethol.
- Bydd cadw pellter cymdeithasol wedi peri cynnydd mewn gorbryder i rai plant ac oedolion wrth iddynt ymwneud â phobl eraill.
- Am gryn amser, gall ein profiad o bobl eraill fod wedi ei gyfyngu i'r teulu agos.
- Bydd staff yn sensitif i hyn ac yn darparu cefnogaeth lle bo angen.

Gorbryderon Gwahanu

- Mae'r rhan fwyaf o blant wedi dod yn gyfarwydd â threulio cyfnodau estynedig o amser gyda'u rhieni/gofalwyr a'u teulu agos yn ystod y cyfyngiadau symud.
- Er y bydd llawer o blant yn awyddus i adennill eu rhyddid a gweld eu ffrindiau, gall hefyd fod yn destun gorbryder posibl iddynt.
- Gall plant gael trafferthion wrth gael eu gwahanu oddi wrth eu rhieni ar y dechrau a gallant deimlo gorbryder am beth amser wedyn. Gall y gwahaniad hwn fod yn arbennig o anodd i blant gweithwyr allweddol
- Bydd staff ysgolion yn ymwybodol o'r gorbryderon hyn a byddant yn cefnogi plant yn sensitif i reoli eu pryderon.

Anghenion Dysgu Ychwanegol

- Efallai y bydd plant gydag anghenion dysgu ychwanegol wedi eu heffeithio yn fwy sylweddol gan y newid mewn amgylchiadau yn deillio o COVID-19.

- Mae'n bosibl y byddai'r gallu i reoli'r ymatebion emosiynol mewn perthynas â sefyllfa newydd a gwahanol hefyd wedi bod yn fwy anodd.

- Bydd ysgolion yn gefnogol i alluogi'r holl ddisgyblion a'r staff i reoli'r newidiadau y byddant yn dod ar eu traws wrth ddychwelyd i'r ysgol.

- Bydd ysgolion yn parhau i weithio gyda gweithwyr proffesiynol ac asiantaethau eraill megis Seicolegwyr Addysg, Athrawon Arbenigol Cynnal Ymddygiad, a.y.b. i gefnogi anghenion disgyblion gydag Anghenion Dysgu Ychwanegol.

Sbardunau Synhwyraidd

- I rai, gall dychwelyd i'r ysgol sbarduno anawsterau synhwyraidd mwy dwys.

- Gall hyn fod yn arbennig o broblemus i rai plant yn cynnwys y rhai sydd ag Anghenion Dysgu Ychwanegol.

- Bydd ysgolion yn ymwybodol o hyn ac yn gweithio i ganfod ffyrdd o greu mannau a gweithgareddau tawel i bawb.

Trosglwyddiadau

- Bydd ysgolion a cholegau yn gweithio gyda'i gilydd i sicrhau bod unrhyw drosglwyddiadau'n cael eu rheoli mor llyfn â phosibl i gefnogi disgyblion yn ystod y cyfnodau allweddol hyn yn eu haddysg.

- Bydd ar ddisgyblion sy'n dechrau ar leoliad neu gam newydd yn eu haddysg angen trosglwyddiad sydd wedi ei gynllunio. Bydd ysgolion a cholegau yn gweithio gyda'i gilydd i alluogi plant i ddod i arfer â'r lleoliad newydd a'r profiad o ddychwelyd i addysg. Cofiwch - efallai y bydd rhai ysgolion eisoes wedi ymgymryd â llawer o'u gweithgareddau trosglwyddo.

- Bydd rhagor o wybodaeth am hyn ar gael o ysgol eich plentyn yn dilyn datganiadau Llywodraeth Cymru.

Cefnogaeth i Staff

- Bydd gan staff ysgolion brofiadau amrywiol o gyfyngiadau symud a all effeithio ar eu gwytnwch wrth ddychwelyd i'r ysgol. Efallai y byddant wedi dioddef profedigaeth, wedi gweithio heb doriad gyda lefelau uchel o straen, neu heb weithio am resymau iechyd.

- Mae’n hanfodol bod cymuned yr ysgol yn cymryd profiadau unigol gwahanol i ystyriaeth wrth ystyried sut i gefnogi staff. Bydd gadael amser i ailadeiladu ac ailffurfio cymuned yr ysgol yn ganolog i'w llwyddiant.

- Mae gan wasanaethau cefnogol Awdurdod Lleol a Llywodraethwyr swyddogaeth i'w chyflawni i ddarparu cefnogaeth i benaethiaid a thimau uwch reoli ar sut i gefnogi eu hunain, staff, disgyblion a rhieni wrth ddychwelyd i'r ysgol.

Adferiad

- Bydd effaith COVID-19 yn fwy ar rai pobl nag ar eraill.

- Dylai egwyddorion anogaeth fod yn sail i adferiad.

- Gellir cael adnodd buddiol ar ddefnyddio egwyddorion anogaeth wedi cyfyngiadau symud trwy glicio ar y llun ar y dde.

Cofiwch ... Pwyllwch - rydym i gyd yn hyn gyda'n gilydd ...

***

Gwynedd ac Ynys Môn

Gwefan Gwasanaeth Anghenion Dysgu Ychwanegol a Chynhwysiad Gwynedd ac Ynys Môn
www.adyach.cymru

Adnoddau COVID-19 – Cefnogi Trosglwyddo a Mynd yn ôl i’r Ysgol – Gwasanaeth Seicoleg Addysgol Gwynedd ac Ynys Môn

https://adyach.cymru/cy/Rhieni/Mynediad-ir-Gwasanaeth/Gwasanaeth-Seicoleg-Addysgol/Coronafirws-Gwasanaeth-Seicoleg-Addysgol/Cefnogi-Trosglwyddo-a-Mynd-yn-ôl-ir-Ysgol-Gwasanaeth-Seicoleg-Addysgol.aspx

Cefnogi plant drwy brofedigaeth - Cyngor i ofalwyr ac ysgolion – Gwasanaeth Seicoleg Addysgol Gwynedd ac Ynys Môn

https://adyach.cymru/cy/Rhieni/Mynediad-ir-Gwasanaeth/Gwasanaeth-Seicoleg-Addysgol/Coronafirws-Gwasanaeth-Seicoleg-Addysgol/Cefnogi-plant-drwy-brofedigaeth-Gwynedd-a-Mon.pdf