



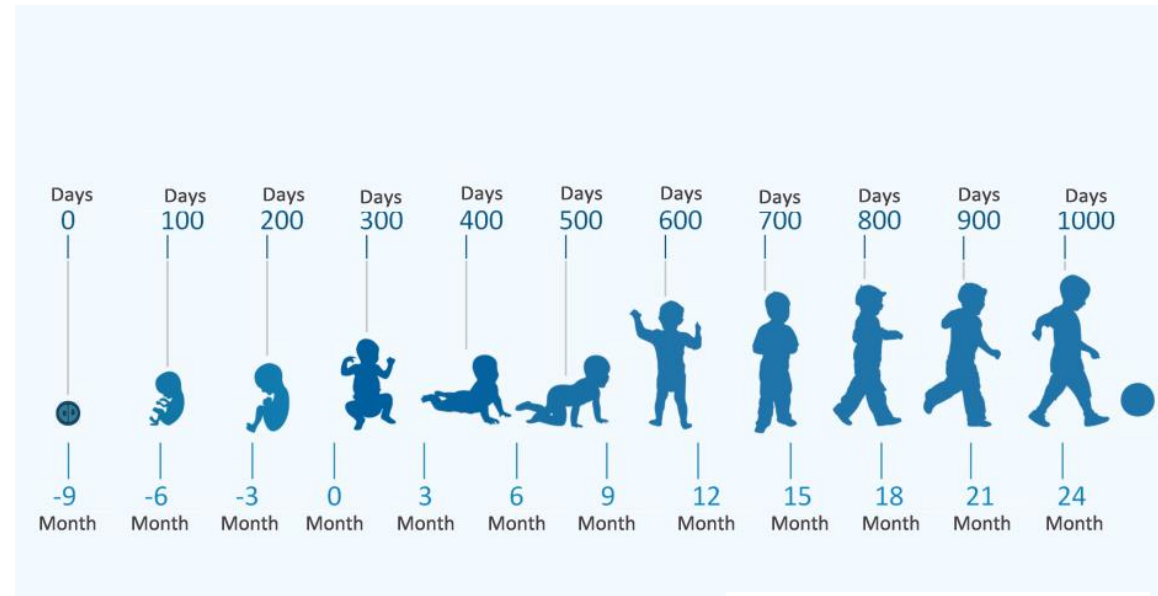
Y Mil Diwrnod Cyntaf

Beth yw'r mil diwrnod cyntaf?

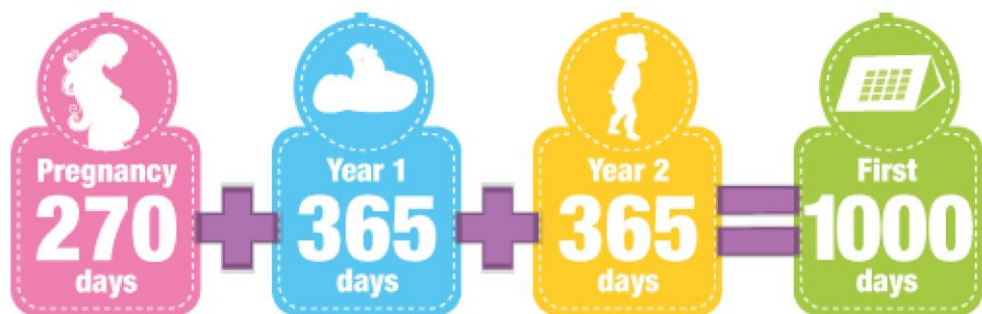
Mae'r mil diwrnod cyntaf yn cyfeirio at fywyd plentyn o'r eiliad cenhedlu tan iddynt gyrraedd dwy flwydd oed (Health direct Australia, 2021). Mae'n gyfnod tyngedfennol (Publications.parliament.uk, d.d.) sydd yn golygu bod y cyfnod hwn siapio bywyd y plentyn. Dywed John (2011), gall yr hyn sy'n digwydd yn ystod y mil diwrnod cyntaf hwn fendithio neu effeithio yn negyddol ar blentyn am weddill eu hoes. Mae'r mil diwrnod cyntaf yn amser arbennig o sensitif (Lawer 2023). Yn y cyfnod hwn mae plant yn sefydli sylfeini iechyd, twf a niwroddatblygiad gorau posibl a fydd gyda nhw am weddill eu bywyd (John, 2011).

Yn nôl Health direct Australia, (2021) yn ystod beichiogrwydd gall iechyd, maeth a lefelau straen y fam effeithio ar ddyfodol y babi. Ar ôl i babi gael ei eni, gall ei amgylchedd corfforol, maeth a pherthnasoedd gael effaith gydol oes ar ei iechyd a'u lles.

Dwedai Comunity Children's (2018), gall anhawsterau geni, salwch, a thrawma corfforol neu emosiynol a brofwyd yn ystod y mil diwrnod cyntaf o amser bywyd achosi niwed na ellir ei adfer. Ac eto, mae'r gwrthwyneb yn wir mae mil diwrnod cyntaf iach yn creu llwyfan ar gyfer iechyd corfforol, meddyliol ac emosiynol gydol oes.

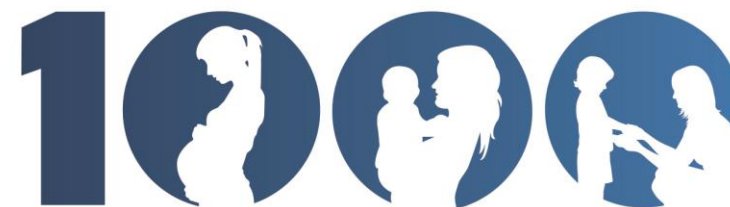


(Ffynhonnell: kanekin, 2019)



(Ffynhonnell: community childrens. 2018)

Fel dangosir yn y fidio, yn y mil diwrnod cyntaf mae babanod yn tyfu mwy nag yn weddill eu bywyd, felly mae angen digon o faeth ar y fam tra bod y babi yn y groth ac i'r babi unwaith mae e wedi geni(Nestle Baby 2014).



(Ffynhonnell: Danone Research & Innovation 2024).



Pam mae'r mil diwrnod cyntaf yn bwysig?

Y pwynt cyntaf dylid ystyried yw bod gallu a strwythur ymennydd plentyn yn cael eu siapio ar gyfradd esbonyddol. Mae wyth deg y cant o'r ymennydd yn datblygu o fewn y mil diwrnod cyntaf. Yn y cyfnod hwn, ffurfir systemau synhwyraidd clywedol a gweledol, gallu dysgu, swyddogaethau cof a systemau prosesu gwybodaeth (Lawler 2023).

Mae gwreiddiau llawer o heriau ym mywyd oedolion yn cychwyn yn eu blynyddoedd cynnar, er enghraifft gordewdra, clefyd y galon a phroblemau meddyliol (McKee et al., 2021). Dwedir yn aml fod ymyrraeth cynnar yn ystod mil diwrnod cyntaf bywyd plentyn yn hanfodol gan fod y cyfnod hwn yn gam sylfaenol o ddatblygiad cyflym a beirniadol (Limegreentangerine, 2014). Trwy ymyrryd yn gynnar, gall gweithwyr proffesiynol gydweithio â rhieni i weithredu strategaethau sy'n meithrin datblygiad plentyn, helpu sgiliau er enghraifft iaith, sgiliau echddygol, a rhyngweithio cymdeithasol. Ar y cyfan mae plant sy'n cael eu eni i deuluoedd diogel a chariadus lle mae eu anghenion yn cael eu bodloni yn fwy tebygol o dyfu i fyny i gael eu haddysgu'n well, gwneud yn well yn ariannol yn o gystal a thyfu i fod yn oedolion iachach (John, 2011).

Mae creu amgylchedd galluogi yn ystod mil diwrnod cyntaf bywyd plentyn yn hollbwysig ar gyfer y datblygiad gorau posibl (GOV, 2021). Mae amgylchedd galluogi, a nodweddir gan ddiogelwch, ysgogiad a rhyngweithio cadarnhaol, yn cefnogi archwilio a dysgu plentyn. Mae'n darparu'r amodau angenrheidiol ar gyfer datblygu ymlyniadau diogel, gan feithrin ymdeimlad o ymddiriedaeth a gwytnwch emosiynol.

Roedd Bronfenbrenner yn seicolegydd datblygiadol enwog a gynigodd y Theori Systemau Ecolegol, sy'n pwysleisio dylanwad gwahanol systemau amgylcheddol ar ddatblygiad dynol (The psychology notes, 2019). Mae'r syniad o ddatblygiad plentyndod cynnar a phwysigrwydd y blynyddoedd cynnar yn cyd-fynd â'i safbwynt ecolegol. Mae ei ddamcaniaeth systemau ecolegol yn darparu fframwaith ar gyfer deall y dylanwadau amgylcheddol amrywiol ar ddatblygiad dynol, a gellir cymhwyso hyn i gamau cynnar bywyd, gan gynnwys y mil diwrnod cyntaf (Guy-Evans, 2023).



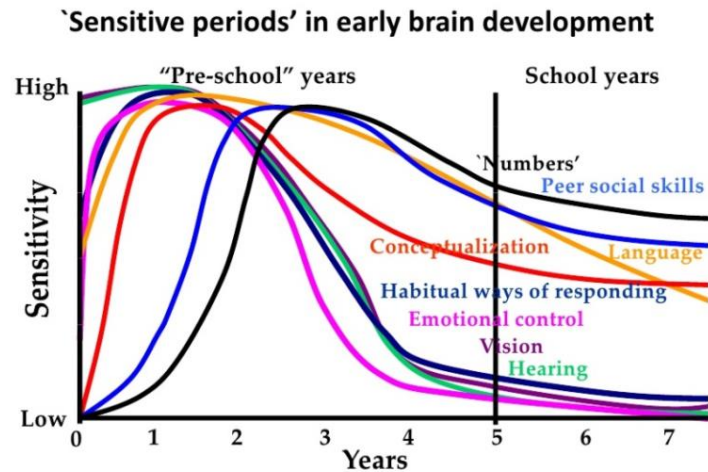
(Ffynhonnell: Dreamstime, 2024)

Os dydy'r babi ddim yn bwyta bwyd maethlon ar ddechrau eu bywyd mae eu hymennydd ddim yn datblygu'n iawn sydd yn gallu arwain at IQ isel a tyfu'n fyrrach nag y ddylent mae hyn yn cael ei adnabod fel 'stunting' sydd yn effeithio ar ei bywyd gydol oes.

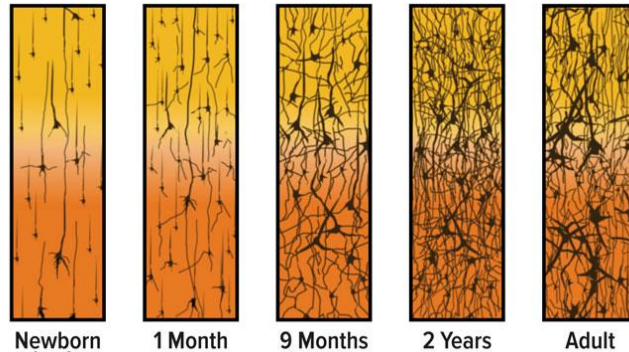


(Ffynhonnell: Guardian news, 2017)

Yr Ymennydd



Graph developed by Council for Early Child Development (ref: Nash, 1997; *Early Years Study*, 1999; Shonkoff, 2000.)



(Ffynhonnell: Urbanchildinstitute, 2024)

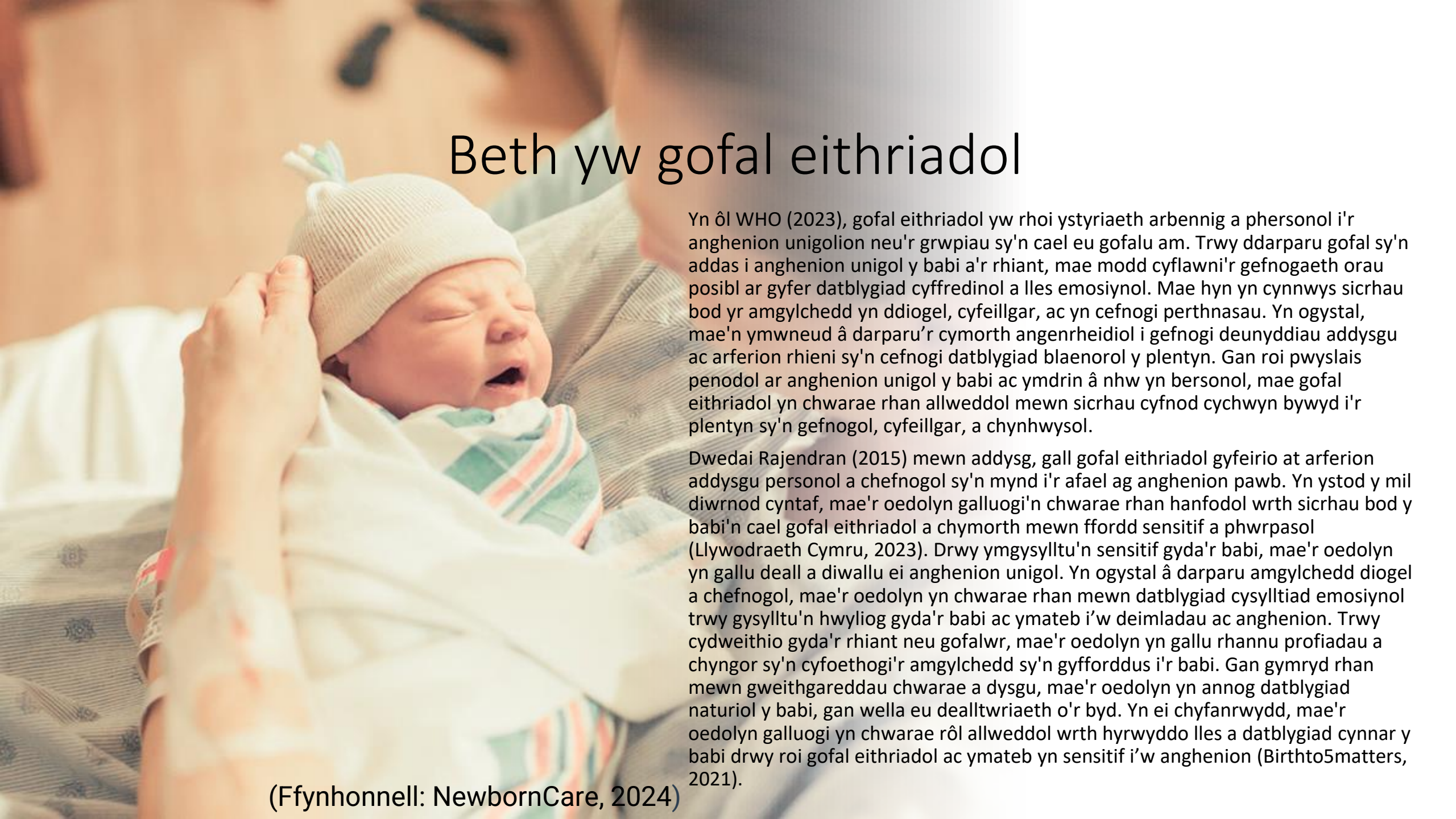


(Ffynhonnell: TED X Talks, 2015)

Mae'n gyfnod o dwf a datblygiad ac sydd yn gwneud yr holl wahaniaeth i'r plentyn hwnnw. Mae pob agwedd o ddatblygiad yr ymennydd yn datblygu cyn bod y plentyn yn cyrraedd pedwar blwydd oed.

Yn ddwy oed, mae'r cysylltiadau sy'n cael eu ffurfio yn ymennydd plentyn yn digwydd ddwywaith mor gyflym ag yn ymennydd oedolyn (Stiles & Jernigan 2010).

Mae newidiadau i'r ymennydd yn anhygoel, ond maent hefyd yn dibynnu ar ei gilydd (HealthyChildren.org, 2020). Os nad oes gan yr ymennydd flociau adeiladu angenrheidiol yn ystod y cyfnod hwn, gall blentyn gollu allan ar y broses ddatblygiadol yr oedd bloc adeiladu i fod i'w gwneud.



Beth yw gofal eithriadol

Yn ôl WHO (2023), gofal eithriadol yw rhoi ystyriaeth arbennig a phersonol i'r anghenion unigolion neu'r grwpiau sy'n cael eu gofalu am. Trwy ddarparu gofal sy'n addas i anghenion unigol y babi a'r rhiant, mae modd cyflawni'r gefnogaeth orau posibl ar gyfer datblygiad cyffredinol a lles emosiynol. Mae hyn yn cynnwys sicrhau bod yr amgylchedd yn ddiogel, cyfeillgar, ac yn cefnogi perthnasau. Yn ogystal, mae'n ymwneud â darparu'r cymorth angenrheidiol i gefnogi deunyddiau addysgu ac arferion rhieni sy'n cefnogi datblygiad blaenorol y plentyn. Gan roi pwyslais penodol ar anghenion unigol y babi ac ymdrin â nhw yn bersonol, mae gofal eithriadol yn chwarae rhan allweddol mewn sicrhau cyfnod cychwyn bywyd i'r plentyn sy'n gefnogol, cyfeillgar, a chynhwysol.

Dwedai Rajendran (2015) mewn addysg, gall gofal eithriadol gyfeirio at arferion addysgu personol a chefnogol sy'n mynd i'r afael ag anghenion pawb. Yn ystod y mil diwrnod cyntaf, mae'r oedolyn galluogi'n chwarae rhan hanfodol wrth sicrhau bod y babi'n cael gofal eithriadol a chymorth mewn ffordd sensitif a phwrpasol (Llywodraeth Cymru, 2023). Drwy ymgysylltu'n sensitif gyda'r babi, mae'r oedolyn yn gallu deall a diwallu ei anghenion unigol. Yn ogystal â darparu amgylchedd diogel a chefnogol, mae'r oedolyn yn chwarae rhan mewn datblygiad cysylltiad emosiynol trwy gysylltu'n hwyliog gyda'r babi ac ymateb i'w deimladau ac anghenion. Trwy cydweithio gyda'r rhiant neu gofalwr, mae'r oedolyn yn gallu rhannu profiadau a chynghor sy'n cyfoethogi'r amgylchedd sy'n gyfforddus i'r babi. Gan gymryd rhan mewn gweithgareddau chwarae a dysgu, mae'r oedolyn yn annog datblygiad naturiol y babi, gan wella eu dealltwriaeth o'r byd. Yn ei chyfanrwydd, mae'r oedolyn galluogi yn chwarae rôl allweddol wrth hyrwyddo lles a datblygiad cynnar y babi drwy roi gofal eithriadol ac ymateb yn sensitif i'w anghenion (Birthto5matters, 2021).

(Ffynhonnell: NewbornCare, 2024)

Dwedai PrimroseSchoolsUSA (2018), bod hin bwysig datblygu sgiliau cyfathrebu a geirfa i helpu babanod i fynegi eu anghenion yn well. Dylai amgylchedd meithrin galluogi babanod i brofi rhyngweithio ystyrlon un-i-un gyda'u rhoddwyr gofal.

(DepartmentofHealthandSocialCare, 2021)

Mae “serfio a dychwelyd” yn derm a ddefnyddir yng nghyd-destun datblygiad plentynodod cynnar, yn enwedig yn ystod mil diwrnod cyntaf. Mae’n cyfeirio at sgysiau lle mae gofalwr yn ymateb i giwiau, gweithredoedd neu ymadroddion y baban mewn modd prydlon, sensitif a chefnogol (Wright, 2020).



(Ffynhonnell: Primroseschool, 2018)



(Ffynhonnell: Maria, 2019)

Pam mae gofal eithriadol yn bwysig?

Mae angen i'r plentyn creu atodiadau positif (Russell, 2023). Gwelodd Emmi Pikler bwysigrwydd ymlyniadau iach ar gyfer lles cyffredinol y plentyn a'i ddatblygiad corfforol ac emosiynol.

Darganfyddodd fod gofal sylfaenol o fwydo, newid ac ymdrochi yn cynnig cyfleoedd hanfodol i'r baban a'r gofalwr feithrin perthnasoedd diogel o ymddiriedaeth (Pikler UK Association, d.d.).

Trwy eu perthnasoedd mae babanod yn dysgu meddwl, deall, cyfathrebu, dangos emosiynau ac ymddwyn (Rasing children network, 2018). I'r gwrthwyneb, os yw babanod yn cael dechrau anodd, gall gael effeithiau eang ar eu datblygiad, gan arwain at risg uwch ar ystod eang o ganlyniadau negyddol corfforol, meddyliol, cymdeithasol, addysgol ac economaidd (Home-Start UK, d.d.). Y nod yw peidio gorfodi baban i wneud rhywbeth nad yw'n barod am neu sy'n mynd yn groes i'w ewyllys. Yn hytrach, bydd y gofalwr yn dod o hyd i ffordd y mae'r baban yn teimlo'n gyffyrddus i gydweithredu pan maent yn barod i (Pikler UK Association, d.d.).



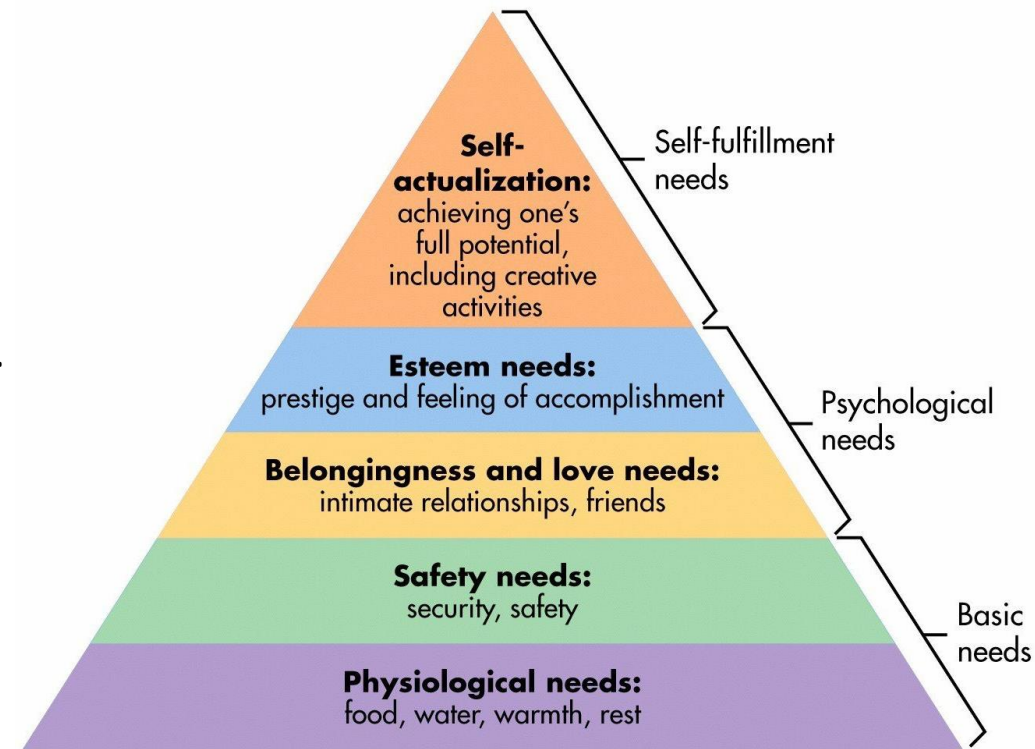
Rôl y galluogwyr

Dylai galluogwyr fod yno i gefnogi pob plentyn pan maent yn dysgu (GOV.UK, 2022). Dylai ymarferwyr mewn ysgolion a lleoliadau archwilio i mewn i 'sut' a 'pham' dylunio'r cwricwlwm ar gyfer y cyfnod dysgu hwn (Llywodraeth Cymru, 2023). Ysbrydoli a herio plant a phobl ifanc yn eu dysgu dylai ymarferwyr ganolbwyntio'n arbennig ar ansawdd ac effaith y rhyngweithio rhwng y galluogwr.

Oedolyn sy'n galluogi sy'n gosod y disgwyliad ar gyfer dysgu drwy greu amgylcheddau emosiynol diogel sy'n cefnogi dysgwyr i ddechrau mynegi a rheoleiddio eu teimladau a'u hymddygiadau mewn ffyrdd cadarnhaol. Maent yn gyson yn eu gofal, ac yn modelu tosturi a charedigrwydd. Maent yn cefnogi dysgwyr i ymdopi ag ansicrwydd a newid, gan eu paratoi i reoli cyfnodau pontio a newidiadau mewn arferion dyddiol.

Maslow

Mae hierarchaeth Maslow yn cynnwys anghenion ffisiolegol, diogelwch, cariad a pherthyn (Cherry 2022). Pwynt pwysig yw bod gofal eithriadol yn hanfodol ar gyfer sefydlu sylfaen ar gyfer iechyd, dysgu ac ymddygiad trwy gydol oes yr unigolyn (UNICEF, 2013). Gellid dadlau bod profiadau cynnar a gofal mae plant yn derbyn yn y cyfnod hwn yn cyfrannu at gyflawni ei anghenion ffisiolegol a diogelwch sylfaenol. Gall profiadau cadarnhaol a maeth digonol effeithio ar les corfforol a seicolegol plentyn, gan ddylanwadu ar ei allu i symud ymlaen trwy hierarchaeth Maslow wrth iddynt ddatblygu (Russell, D.L. 2024).



(Ffynhonnell: Comberg, 2011)

Bowlby

Mae damcaniaeth ymlyniad yn awgrymu bod babanod yn cael eu rhagflaenu'n fiolegol i ffurfio bondiau emosiynol gyda'u prif ofalwyr. Pwysleisiodd Bowlby arwyddocâd yr atodiadau cynnar hyn ar gyfer datblygiad emosiynol a chymdeithasol y plentyn (NHS, 2020).

Gall ansawdd y gofal, ymatebolrwydd a'r bond emosiynol a ffurfiwyd yn ystod y cyfnod hwn gael effeithiau parhaol ar les emosiynol plentyn, perthnasau cymdeithasol, a datblygiad gwybyddol (Cherry, 2023). Yn ystod y mil diwrnod cyntaf, mae babanod yn datblygi'n gorfforol a niwrolegol yn gyflym, a gosodir eu sylfeini emosiynol a chymdeithasol. Mae theori ymlyniad Bowlby yn pwysleisio bod ymlyniad diogel ac ymatebol i rhoddwyr gofal yn ystod y cyfnod hwn yn rhoi ymdeimlad o ddiogelwch ac yn sail ar gyfer perthnasoedd yn y dyfodol (UNICEF, 2013). Mae ei ddamcaniaeth ymlyniad yn tynnu sylw at bwysigrwydd perthnasoedd cynnar, sy'n cyd-fynd â'r ddealltwriaeth ehangach o arwyddocâd y mil diwrnod cyntaf wrth lunio datblygiad plentyn (Crouch, 2015).



(Shipsahoy, 2014)

Partneriaethau proffesiynol

Beth yw rôl ymarferwyr blynyddoedd cynnar wrth gefnogi plant a theuluoedd yn y 1000 diwrnod cyntaf?



(Ffynhonnell: Ernmydegree, 2024)

Dylai ymarferwyr blynyddoedd cynnar lledaenu gwybodaeth i rieni a theuluoedd am bwysigrwydd y mil diwrnod cyntaf a chynnig arweiniad ar faeth, iechyd, a lles cyffredinol (Llywodraeth Cymru, 2019). Mae cydweithio yn sicrhau bod teuluoedd yn derbyn cefnogaeth am ddatblygiad plentyn, megis iechyd, maeth, lles emosiynol, a dysgu cynnar (Fynn *et al.*, 2022). Mae partneriaethau effeithiol yn caniatáu adnabod heriau posibl neu oedi datblygiadol yn gynnar, gan alluogi ymyrraeth a chymorth amserol (Darling *et al.*, 2020).

Gall partneriaethau rhwng darparwyr gofal iechyd, addysgwyr a theuluoedd gyfrannu at hyrwyddo ymddygiad iach yn ystod beichiogrwydd a phlentyndod cynnar. Mae hyn yn cynnwys darparu gwybodaeth am ofal cyn-enedigol, bwydo, maeth ac arferion eraill sy'n effeithio'n gadarnhaol ar iechyd a datblygiad y plentyn (Murphy *et al.*, 2021). Mae'n bwysig gweithio gyda theuluoedd er mwyn helpu anghenion datblygiadol a darparu adnoddau neu atgyfeiriadau priodol (NAEYC, 2022). Hefyd, mae'n bwysig creu amgylcheddau diogel sy'n cefnogi datblygiad babanod (WHO, 2024).

Un fframwaith damcaniaethol y gellir ei gysylltu â phwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth yw Theori Systemau Ecollegol Bronfenbrenner. Mae'r ddamcaniaeth yma yn pwysleisio cydgysylltiad systemau amrywiol ac effaith y systemau hyn ar ddatblygiad babi (Ettedal a Mahoney, 2017).



(Ffynhonnell: WeeWisdom, 2024)

Mae partneriaethau effeithiol yn cynnwys cydweithio o fewn y microsystemau, gan sicrhau bod teuluoedd, gofalmwyr ac ymarferwyr blynyddoedd cynnar yn cydweithio'n ddi-dor (Hartin, 2022). Gall partneriaethau effeithiol gynnwys cydweithio ag adnoddau a gwasanaethau allanol yn ein ecosystem i fynd i'r afael â dylanwadau cyd-destunol ehangach ar ddatblygiad plant (Very Well Mind, 2023).

Mae gweithio mewn partneriaeth effeithiol yn cyd-fynd â Theori Systemau Ecollegol Bronfenbrenner trwy gydnabod rhyng-gysylltiad gwahanol systemau sy'n dylanwadu ar ddatblygiad plentyn (Eriksson, Ghazinour a Hammarström, 2018). Mae'n pwysleisio cydweithio a chydlynw rhwng microsystemau, yn cydnabod y dylanwadau cyd-destunol ehangach, ac yn addasu i newidiadau dros amser. Mae'r dull hwn yn sicrhau system gymorth fwy cynhwysfawr a chyfannol i blant a theuluoedd (Ettedal a Mahoney, 2017).

Mae partneriaethau'n grymuso rhieni trwy eu cynnwys fel cyfranogwyr gweithredol yn y broses o wneud penderfyniadau ynghylch datblygiad eu plentyn. Pan fydd rhieni'n teimlo eu bod nhw'n cael eu cefnogi a'u hysbysu, maent yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn gweithgareddau sy'n hyrwyddo lles eu plentyn, gan greu amgylchedd cartref cadarnhaol a meithringar (Kambouri *et al.*, 2021).

Gall gwaith partneriaeth effeithiol helpu i nodi a gwella ffactorau risg yn gynnar, gan leihau'r tebygolrwydd o ACE a hyrwyddo amgylchedd cadarnhaol a meithringar i'r plentyn (Scottish Government, 2022).

I grynhoi, mae gwaith partneriaeth effeithiol yn hanfodol ar gyfer creu ecosystem gefnogol sy'n help teuluoedd. Mae'r dull cydweithredol yn gwneud y mwyaf o'r potensial ar gyfer canlyniadau cadarnhaol mewn iechyd, datblygiad a lles cyffredinol plant (Fynn *et al.*, 2022).

Heriau

Yr heriau presennol o ofalu am faban mewn lleoliad yw bod pob plentyn yn unigryw, a gall ei anghenion amrywio'n sylweddol (Early Years Matters, 2021). Rhaid darparu gofal unigol sy'n bodloni gofynion datblygiadol, emosiynol ac iechyd penodol pob plentyn fod yn heriol, yn enwedig mewn lleoliadau grŵp (Llywodraeth Cymru, 2022). Gall meithrinfeydd wynebu heriau wrth ddarparu gofal cynhwysol a sicrhau bod staff yn cael eu hyfforddi er mwyn cyrraedd anghenion amrywiol pob plentyn (Llywodraeth Cymru, 2010). Mae monitro datblygiad a lles pob plentyn yn rheolaidd yn bwysig. Fodd bynnag, gall dod o hyd i ddulliau asesu effeithiol ac effeithlon a chadw golwg ar gynnydd unigol o fewn lleoliad grŵp fod yn heriol (earlyyearscares, d.d.). Mae cynnal cymarebau staffio priodol yn hanfodol ar gyfer darparu gofal o safon, ond gall fod yn heriol oherwydd cyfyngiadau cyllidebol ac argaeledd staff cymwys. Yn ogystal, mae sicrhau bod staff yn cael hyfforddiant digonol mewn datblygiad plentyndod cynnar (earlyyears, d.d.).

Mae sefydlu sianeli cyfathrebu effeithiol gyda rhieni yn hanfodol er mwyn deall anghenion, arferion ac unrhyw bryderon unigol plentyn. Fodd bynnag, gall cyfyngiadau amser ac amserleni prysur beri heriau wrth gynnal cyfathrebu rheolaidd ac agored â rhieni (Raising Children Network, 2021). Wrth wrando ar ofalwr y babi, mae modd casglu mwy o wybodaeth am y plentyn a'u sefyllfa teulu. Byddwch hefyd yn cael y budd llawn o wybodaeth fanwl rhieni a gofawyr am eu plant. Yn o gystal a hyn mae'n dangos i rieni a gofawyr eich bod yn gwerthfawrogi eu profiad, eu syniadau a'u barn ac yn cymryd eu pryderon o ddifri (Miniland Educational, 2016). Gall y cyfnod pontio o'r cartref i leoliad meithrin fod yn heriol yn emosiynol i blant a rhieni. Mae creu cyfnod setlo cefnogol a chyfforddus yn gofyn am gynllunio a chydlynio gofalus rhwng staff a theuluoedd (croneri, d.d.).

Yn bwysicach rhaid sicrhau amgylchedd diogel ac iach i blant ifanc gan gadw at safonau iechyd a diogelwch. Mae rheoli hylendid, atal afiechydon rhag lledaenu, a mynd i'r afael â phryderon diogelwch yn peri heriau parhaus (UNICEF, d.d.). Rhaid i feithrinfeydd gadw at wahanol reoliadau a safonau a osodir gan awdurdodau lleol. Gall cadw i fyny â gofynion rheoleiddio, trwyddedu a chydymffurfio sy'n hanfodol ar gyfer cynnal amgylchedd diogel (Daynurseries, 2022).

Mae cydbwysu gofal â gweithgareddau dysgu a chwarae sy'n briodol i'w hoedran yn hanfodol ar gyfer cefnogi datblygiad plentyndod cynnar. Fodd bynnag, gall darparu amgylchedd ysgogol wrth gynnal awyrgylch meithringar fod yn gydbwysedd cain (Learning, Playing and Interacting, 2009). Ar y cyfan mae meithrinfeydd yn gwasanaethu plant o gefndiroedd diwylliannol ac ieithyddol amrywiol (Lindon, 2019). Yn gyffredinol mae babanod angen oedolyn i neud popeth iddynt (Goodreads, 1997) ond yn nol Pikler mae'n bwysig gwneud popeth gyda'r plentyn dim i'r plentyn (Gutknecht, 2021).



(Ffynhonnell: Ministryspark, 2024)

A photograph of two young children crawling on a colorful, patterned play mat. The child on the left is a boy with light brown hair, wearing a grey and white striped long-sleeved shirt. The child on the right is a girl with light brown hair, wearing a pink and white striped long-sleeved shirt with a pink bow in her hair. They are both looking towards the camera. The background is slightly blurred, showing a white crib and some toys.

Gweithgareddau

Mae babanod yn datblygu dychymig a creadigrwydd trwy chwarae
(Raising Children Network, 2018).

(Ffynhonnell: Mom tricks, 2019)

Basgedi trysor

Un syniad yw Gwneud blwch trysor i'r babanod, yn llawn eitemau diogel, meddal bob dydd a gwrthrychau naturiol i'r babis gyffwrdd a theimlo. Mae basgedi trysor yn cynnig ystod eang o brofiadau synhwyrdd, gan gynnwys gwahanol weadau, deunyddiau a thymheredd. Gall babanod archwilio'r elfennau synhwyrdd hyn trwy gyffwrdd, golwg, ac weithiau hyd yn oed flas, gan roi ysgogiad i'w synhwyrddau datblygol (Sense, 2023).

Mae babanod yn datblygu sgiliau modur cain drwy ddefnyddio eu dwylo a'u bysedd i chyffwrdd yr eitemau yn y fased drysor. Mae hyn yn helpu i fireinio eu sgiliau echddygol gwych wrth iddynt ymarfer casglu a dal gwrthrychau o wahanol siapiau a meintiau.

Dwedai Williams, (d.d.) wrth i fabanod ymgysylltu â'r eitemau yn y fased drysor, maent yn dod yn gyfarwydd a siapiau, lliwiau a deunyddiau newydd. Mae'r amlygiad hwn yn cyfrannu at ddatblygiad gwybyddol trwy helpu babanod i ddeall a chategoreiddio'r byd o'u cwmpas.



(www.youtube.com, 2017)

Toes

Dwedai Aggarwal, (2022) bod toes yn darparu profiad synhwyrdd unigryw i fabanod. Mae'r gwead meddal, llyfn yn ymgysylltu â'u synnwyr o gyffwrdd, gan gynnig teimlad cyffyrddol gwahanol o'i gymharu â deunyddiau eraill. Mae chwarae synhwyrdd yn hanfodol ar gyfer datblygu llwybrau nerfol ac integreiddio gwybodaeth synhwyrdd.

Pwysleisia Pikler bod angen rhoi gofal parchus a chaniatáu i fabanod cael y rhyddid i archwilio a dysgu ar eu cyflymder eu hunain (Marlen, d.d.). Mae toes cwmwl, fel deunydd synhwyrdd yn rhoi cyfle i chwarae ac archwilio, sy'n cyd-fynd â gwaith Pikler. Cytuna Montessori a hyn i raddau gan fod addysg Montessori yn pwysleisio dysgu ymarferol a phwysigrwydd y synhwyrdd yn natblygiad plentynod cynnar. Mae toes cwmwl, gan ei fod yn ddeunydd synhwyrdd, yn cyd-fynd ag egwyddorion Montessori trwy ddarparu cyfleoedd i blant archwilio cyffyrddol ac ysgogiad synhwyrdd (Davies, 2012). Wrth i blant drin gwead meddal toes cwmwl, maent yn cymryd rhan weithredol mewn chwarae synhwyrdd, gan ysgogi eu synhwyrdd cyffwrdd (Play Inspired Mum 2022).

Mae'r ymgysylltiad ymarferol hwn yn hyrwyddo datblygu sgiliau echddygol mân wrth iddynt wasgu, siapio a mowldio'r toes gan wella cydsymudiad a rheolaeth llygad llaw. Ar ben hyn, mae gweithgareddau toes cwmwl yn annog chwarae dychmygus, gan ganiatáu i blant greu ac arbrofi gyda gwahanol ffurfiau. Mae natur benagored toes cwmwl yn meithrin creadigrwydd a sgiliau datrys problemau wrth i blant archwilio ei briodweddau a darganfod sut mae'n ymateb i'w gweithredoedd. Mae datblygiad iaith hefyd yn gwella trwy ryngweithio llafar â rhoddwyr gofal, gan ddisgrifio'r teimladau ac annog defnydd o eirfa newydd. Y tu hwnt i sgiliau gwybyddol a modurol, mae toes cwmwl yn cynnig profiad dysgu llawn synhwyrdd a phleserus, gan gefnogi rheoleiddio a lles emosiynol wrth i blant ymgolli mewn amgylchedd chwarae tawel (lukeosaurusandme, 2024).



Ffynhonnell: Citro, (2014)

Beth sydd yn y bag?

Mae'n caniatáu i'r babanod glywed llawer o eiriau newydd ac yn gadael iddynt archwilio gwrthrychau newydd, adeiladu eu sgiliau echddygol ac ymgysylltu â'u synhwyrâu (BBC Tiny Happy People, 2024).

Mae'r gêm yn annog babanod i ddefnyddio eu synnwyr cyffwrdd i archwilio a darganfod gwrthrychau y tu mewn i'r bag. Mae profiadau synhwyrdd yn hanfodol ar gyfer datblygu llwybrau niwral, ac mae archwilio cyffyrddol yn gwella dealltwriaeth babi o wahanol weadau (Raising Children Network, 2024).

Wrth i fabis rhoi llaw yn y bag a thynnu gwrthrychau allan, maent yn dechrau datblygu dealltwriaeth o barhad gwrthrych sef y cysyniad bod gwrthrychau yn parhau i fodoli hyd yn oed pan nad ydynt mewn golwg. Mae hyn yn garreg filltir wybyddol bwysig mewn datblygiad cynnar (Cherry, 2018).



Mae Lev Vygotsky, seicolegydd enwog a'r ffigwr allweddol y tu ôl i theori gymdeithasol-ddiwylliannol datblygiad gwybyddol, yn rhoi cipolwg ar sut mae rhyngweithio cymdeithasol ac offer diwylliannol yn dylanwadu ar ddysgu (The Editors of Encyclopaedia Britannica, 2020). Gellir cysylltu'r gêm Beth sydd yn y bag? â damcaniaethau Vygotsky mewn sawl ffordd. Yn gyntaf Rhyngweithio Cymdeithasol: Pwysleisiodd Vygotsky bwysigrwydd rhyngweithio cymdeithasol mewn datblygiad gwybyddol. Gall y gêm "Beth sydd yn y bag?" gynnwys rhyngweithio rhwng y rhoddwr gofal a'r babi. Gall y gofalwr ddisgrifio'r gwrthrychau, cymryd rhan mewn deialog, a chreu profiad a rennir, meithrin datblygiad iaith a thwf gwybyddol (Moore, 2011).

Pwysleisiodd Vygotsky rôl offer diwylliannol, sef yr offerynnau, y symbolau, a'r technolegau sy'n cynorthwyo datblygiad gwybyddol. Yn y gêm, gellir ystyried y bag ei hun a'r gwrthrychau ynddo offer diwylliannol. Maent yn cynrychioli symbolau ac eitemau o amgylchedd diwylliannol y plentyn, gan gyfrannu at ddealltwriaeth y plentyn o'r byd (Moore, 2011).

Amlygodd Vygotsky arwyddocâd dynwared a chwarae wrth ddysgu. Mae'r gêm yn annog babanod i efelychu gweithredoedd y gofalwr, fel cyrraedd y bag ac archwilio'r gwrthrychau. Mae chwarae'n cael ei ystyried yn fodd i blant fewnoli arferion diwylliannol ac yn datblygu sgiliau gwybyddol (Mathias, 2019).

I grynhoi, mae damcaniaeth gymdeithasol-ddiwylliannol Vygotsky yn tynnu sylw at rôl rhyngweithio cymdeithasol, offer diwylliannol, a pharth datblygiad proximal mewn datblygiad gwybyddol (Cherry, 2022). Gall y gêm Beth sydd yn y bag?, pan gysylltir â sensitifrwydd i'r egwyddorion hyn, fod yn gyd-destun cyfoethog ar gyfer dysgu a chydweithio rhwng y rhoddwr gofal a'r babi.

Ffynhonnell: Anon, (d.d.)

Cyfeirnod

Ffynhonnell: AES PBC Online Store, *The essentials of baby play* (2023). Ar gael ar: <https://www.pbcexpo.com.au/blog/the-essentials-of-baby-play> (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

Aggarwal, S. (2022). *Homemade Cloud Recipe - Easy & Quick!* KidPillar. Ar gael ar: <https://kidpillar.com/2-ingredients-fluffy-cloud-dough-recipe/>. (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

Ali, E., Letourneau, N. and Benzie, K. (2021). Parent-Child Attachment: A Principle-Based Concept Analysis. *SAGE Open Nursing*, 7, p.237796082110090. doi:<https://doi.org/10.1177/23779608211009000>.

Anon, (2023). *A Helpful Guide To Neuron Anatomy With Diagrams*. Ar gael ar: <https://www.simplypsychology.org/neuron.html#:~:text=A%20neuron%20is%20a%20nerve%20cell%20that%20processes> (cyrchwyd: 18 Rhagfyr 2023)

BBC Tiny Happy People. (2024). *'What's in the bag?' game with baby*. Ar gael ar: <https://www.bbc.co.uk/tiny-happy-people/whats-in-the-bag-ella/znfcpg8>. (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

Birth To 5 Matters (d.d.). *Principles of the EYFS*. Ar gael ar: <https://birthto5matters.org.uk/principles-of-the-eyfs/>. (Cyrchwyd: 19 Ionawr 2024)

Care quality commission (d.d.). *Partnerships and communities - Care Quality Commission*. Ar gael ar: <https://www.cqc.org.uk/local-systems/local-authorities/assessment-framework/2-providing-support/partnerships>. (Cyrchwyd: 14 Ionawr 2024)

Care Quality Commission (2022). *Better Care through Collaboration | Care Quality Commission*. www.cqc.org.uk. Ar gael ar: <https://www.cqc.org.uk/publications/major-reports/better-care-through-collaboration>. (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

Cherry, K. (2018). *How Infants Know That Unseen Objects Continue to Exist*. Verywell Mind. Ar gael ar: <https://www.verywellmind.com/what-is-object-permanence-2795405>. (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

Cherry, K. (2022). *Maslow's Hierarchy of Needs*. Verywellmind. Ar gael ar: <https://www.verywellmind.com/what-is-maslows-hierarchy-of-needs-4136760> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024).

Cherry, K. (2023). *What is attachment theory?* Verywell Mind. Ar gael ar: <https://www.verywellmind.com/what-is-attachment-theory-2795337>. (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

Citro, A. (2014). *Super Easy Sensory Play: Cloud Dough*. Ar gael ar: <https://www.funathomewithkids.com/2013/02/cloud-dough-infant-please-always.html>. (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

Ffynhonnell: Comberg (2011). *Maslow's Pyramid*. Information Design at Penn. Ar gael ar: <https://datadesign.wordpress.com/2011/01/14/maslows-pyramid/> (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Ffynhonnell: Comunity.... (2018) *The Safe and Secure Conference* Ar gael ar: <https://www.communitychildrens.org/the-safe-and-secure-conference/> (cyrchwyd: 08 Ionawr 2024) Condra, M. (2018). *The Safe and Secure Conference*. Community Children's. Ar gael ar: <https://www.communitychildrens.org/the-safe-and-secure-conference/> (cyrchwyd: 08 Ionawr 2024)

Condra, M. (2018). *The Safe and Secure Conference*. Community Children's. Ar gael ar: <https://www.communitychildrens.org/the-safe-and-secure-conference/> (Cyrchwyd: 08 Ionawr 2024)

Croneri (d.d.). *Settling-in: supporting the transition from home to childcare | Croner-i*. Ar gael ar: <https://app.croneri.co.uk/feature-articles/settling-supporting-transition-home-childcare>. (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

Ffynhonnell: Corel, J.L. The postnatal development of the human cerebral cortex. Cambridge, MA: Harvard University Press; 1975. Ar gael ar: <http://www.urbanchildinstitute.org/resources/publications/data-book-2013/brain-development-conception-to-age-3> (Cyrchwyd: 15 Ionawr 2024)

Crouch, miriam (2015). *attachment: What is it and Why is it so Important?* Ar gael ar: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1240567.pdf#:~:text=Bowlby%20%281907-1990%29%20is%20regarded%20as%20an%20important%20theorist%20C,caregiver%20for%20their%20successful%20social%20and%20emotional%20development>. (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

Danone Research & Innovation. (2024). *The first 1000 days: a unique window of opportunity to shape lifelong health*. Ar gael ar: <https://www.danoneresearch.com/nutrition-for-life/early-life-nutrition/the-first-1000-days-a-unique-window-of-opportunity-to-shape-lifelong-health/> (Cyrchwyd: 19 Ionawr 2024).

Darling, J.C., Bamidis, P.D., Burberry, J. and Rudolf, M.C.J. (2020). The First Thousand Days: early, integrated and evidence-based approaches to improving child health: coming to a population near you? *Archives of Disease in Childhood*, p.archdischild-2019-316929. doi:<https://doi.org/10.1136/archdischild-2019-316929>. (Cyrchwyd: 08 Ionawr 2024)

Davies, S. (2012). *Hands-on learning*. The Montessori Notebook. Ar gael ar: <https://themontessorinotebook.com/hands-on-learning>. (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

Daynurseries. (2022). Ar gael ar : <https://www.daynurseries.co.uk/advice/national-standards-for-early-learning-and-childcare-in-england> (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

Department of Health and Social Care (2021). *The Best Start for Life A Vision for the 1,001 Critical Days The Early Years Healthy Development Review Report*. Ar gael ar: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/973112/The_best_start_for_life_a_vision (Cyrchwyd: 12 Rhagfyr 2023)

Do the first 1000 days determine the rest of your life? | DeeDee Yates | TEDxWindhoek. (2015). *YouTube*. Ar gael ar: <https://www.youtube.com/watch?v=XCscN4zuvd4> (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Ffynhonell: Dreamstime. (2024). *Kids Children Babies Eating Healthy Food in Kindergarten or at Daycare Stock Image - Image of creche, healthy: 157316869*. Ar gael ar: <https://www.dreamstime.com/kids-children-babies-eating-healthy-food-kindergarten-daycare-have-lunch-creche-funny-dinner-image157316869>

Earlyyearscareers.(d.d.). *How to monitor children’s development*. Ar gael ar: <https://www.earlyyearscareers.com/eyc/latest-news/how-to-monitor-childrens-development/>. (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

Early Years Matters (2021). *A Unique Child*. Early Years Matters. Ar gael ar: <https://www.earlyyearsmatters.co.uk/eyfs/a-unique-child/>. (Cyrchwyd: 08 Ionawr 2024)

Ettekal, A. and Mahoney, J.L. (2017). *Ecological Systems Theory*. ResearchGate. Ar gael ar: https://www.researchgate.net/publication/316046039_Ecological_Systems_Theory (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

Eriksson, M., Ghazinour, M. and Hammarström, A. (2018). Different uses of Bronfenbrenner’s ecological theory in public mental health research: what is their value for guiding public mental health policy and practice? *Social Theory & Health*, 16(4), pp.414–433. doi:<https://doi.org/10.1057/s41285-018-0065-6>.

Fynn, J.F., Milton, K., Hardeman, W. and Jones, A.P. (2022). A model for effective partnership working to support programme evaluation. *Evaluation*, 28(3), p.135638902210961. doi:<https://doi.org/10.1177/13563890221096178>.

Ffynhonell: Giggle and grow Ar gael ar: <https://www.giggle-and-grow.com/> (Cyrchwyd: 12 ionawr 2024)

Goodreads. (1997.). *Your Self-Confident Baby* Ar gael ar: https://www.goodreads.com/book/show/44283.Your_Self_Confident_Baby (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

Goswami, U. (2015). *CPRT Research Survey 3 (new series) CHILDREN’S COGNITIVE DEVELOPMENT AND LEARNING*. Ar gael ar: <https://cprtrust.org.uk/wp-content/uploads/2015/02/COMPLETE-REPORT-Goswami-Childrens-Cognitive-Development-and-Learning.pdf> (Cyrchwyd: 12 Rhagfyr 2023). (Cyrchwyd: 12 Rhagfyr 2023)

GOV.UK (2010). *Education for children with disabilities: improving access and quality*. GOV.UK. Ar gael ar : <https://www.gov.uk/government/publications/education-for-children-with-disabilities-improving-access-and-quality-guidance-note-a-dfid-practice-paper/education-for-children-with-disabilities-improving-access-and-quality>. (Cyrchwyd: 09 Ionawr 2024)

GOV.UK. (2019). *Government response to the Health and Social Care Select Committee report on ‘First 1000 days of life’*. Ar gael ar: <https://www.gov.uk/government/publications/government-response-to-the-first-1000-days-of-life-report/government-response-to-the-health-and-social-care-select-committee-report-on-first-1000-days-of-life> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

GOV.UK (2022). *Meeting the Needs of All Children - Help for Early Years Providers - GOV.UK*. help-for-early-years-providers.education.gov.uk. Ar gael ar: <https://help-for-early-years-providers.education.gov.uk/get-help-to-improve-your-practice/meeting-the-needs-of-all-children>. (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024)

Gutknecht, D. (2021). *The Pikler Approach to Infant and Toddler Education and Care*. Research Gate. Ar gael ar: https://www.researchgate.net/publication/354637638_The_Pikler_Approach_to_Infant_and_Toddler_Education_and_Care (Cyrchwyd:18 Ionawr 2024)

Guy-Evans, O. (2023). *Bronfenbrenner’s ecological systems theory*. Simply Psychology. Ar gael ar: <https://www.simplypsychology.org/Bronfenbrenner.html>. (Cyrchwyd: 08 Rhagfyr 2023)

Hartin, T. (2022). *Understanding Bronfenbrenner’s Miscrosystem*. Study.com. Ar gael ar: <https://study.com/learn/lesson/brofenbrenner-microsystem-theory-examples.html> (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

Health direct Australia. (2021). *The first 2 years of a baby’s life can impact their health and wellbeing later on. Here’s what you can do to give your child the best possible start*. Ar gael ar: <https://www.pregnancybirthbaby.org.au/the-first-1000-days> (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

HealthyChildren (2020). *Your Baby’s First 1,000 Days: AAP Policy Explained*. Ar gael ar : <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Babys-First-1000-Days-AAP-Policy-Explained.aspx>. (Cyrchwyd: 08 Rhagfyr 2023).

Home-Start UK. (d.d.). *The First 1001 Days*. Ar gael ar: <https://www.home-start.org.uk/first-1001-days>. (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

hwb.gov.wales. (2023). *Enabling learning - Hwb*. Ar gael ar: <https://hwb.gov.wales/curriculum-for-wales/designing-your-curriculum/enabling-learning>. (cyrchwyd 09 Ionawr 2024).

John, N. The First 1000 Days: Foundations for life Annual Report. (2011). Ar gael ar: <https://phw.nhs.wales/services-and-teams/local-public-health1/cwm-taf-morgannwg-public-health-team/cwm-taf-morgannwg-public-health-documents/cwm-taf-annual-report-of-the-director-of-public-health-2011-first-1000-days-foundations-for-life/> (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

Kambouri, M., Wilson, T., Pieridou, M., Quinn, S.F. and Liu, J. (2021). Making Partnerships Work: Proposing a Model to Support Parent-Practitioner Partnerships in the Early Years. *Early Childhood Education Journal*, 50(4). doi:<https://doi.org/10.1007/s10643-021-01181-6>.

Ffynhonell: kanekin (2019). *What is the first 1,000 days of life?* Idsmed.com. Ar gael ar: <https://www.idsmed.com/sg-th/news/what-is-the-first-1000-days-of-life/462.html> (Cyrchwyd: 08 Rhagfyr 2023)

Kurt, S. (2020). *Vygotsky’s Zone of Proximal Development and Scaffolding*. Educational Technology. Ar gael ar: <https://educationaltechnology.net/vygotskys-zone-of-proximal-development-and-scaffolding/>. (Cyrchwyd 18 Ionawr 2024)

Lawler, K. (2023). *What are the first 1,000 days? And why are they so important?* Ar gael ar: <https://concernusa.org/news/first-1000-days/> (Cyrchwyd: 06 Rhagfyr 2023)

Learning, Playing and Interacting Good practice in the Early Years Foundation Stage. (2009). Ar gael ar: <https://www.birhtto5matters.org.uk/wp-content/uploads/2021/03/LearningPlayingInteracting.pdf>. (Cyrchwyd 09 Ionawr 2024).

Leoarna Mathias (2019). *Early Years Pioneers: Lev Vygotsky*. Teach Early Years. Ar gael ar: <https://www.teachearlyyears.com/nursery-management/view/pioneering-play>. (Cyrchwyd 18 Ionawr 2024).

Lindon, J. (2019). *Community Playthings | Cultural diversity in the early years*. Communityplaythings.co.uk. Ar gael ar : <https://www.communityplaythings.co.uk/learning-library/articles/cultural-diversity-in-the-early-years>. (cyrchwyd 10 Ionawr 2024).

Lukeosaurusandme. (2023). *UK Cloud Dough Recipe For Sensory Play*. Lukeosaurus And Me. Ar gael ar: <https://lukeosaurusandme.co.uk/uk-cloud-dough-recipe-for-sensory-play/?cn-reloaded=1> (Cyrchwyd 19 Ionawr 2024)

Maria (2019). *Why practice serve and return with your child?* Ar gael ar: <https://blog.kinedu.com/practicing-serve-and-return-with-your-child/> (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Marlen, D. (d.d.). *The Pikler Approach: Part 1 | Under 2's*. Teach Early Years. Ar gael ar: <https://www.teachearlyyears.com/under-2s/view/the-pikler-approach-part-1>. McLeod, S. (2023). *Bowlby's Attachment Theory*. Simply Psychology. Ar gael ar: <https://www.simplypsychology.org/bowlby.html> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

McKee, M., Dunnell, K., Anderson, M., Brayne, C., Charlesworth, A., Johnston-Webber, C., Knapp, M., McGuire, A., Newton, J.N., Taylor, D. and Watt, R.G. (2021). The changing health needs of the UK population. *The Lancet*, 397(10288), pp.1979–1991. doi:[https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(21\)00229-4](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(21)00229-4).

Miniland Educational (2016). *The Importance of Teacher and Parent Communication*. Blog Miniland Educational USA. Ar gael ar: <https://usa.minilandeducational.com/school/the-importance-of-teacher-and-parent-communication/>. (cyrchwyd 09 Ionawr 2024).

Ffynhonnell: Ministryspark (2024). *How to Make Your Church Nursery Attractive to Visitors*. Ar gael ar: <https://ministryspark.com/church-nursery-visitors/>.

Mom tricks (2019). *A Guide to Creating a Safe Play Area For Your Baby*. Ar gael ar: <https://www.momtricks.com/babies/creating-a-safe-baby-play-area/>. (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Moore, M. (2011). Vygotsky's Cognitive Development Theory. *Encyclopedia of Child Behavior and Development*, 1, pp.1549–1550. doi:https://doi.org/10.1007/978-0-387-79061-9_3054.

Murphy, C., Matthews, J., Clayton, O. and Cann, W. (2021). Partnership with Families in Early Childhood education: Exploratory Study. *Australasian Journal of Early Childhood*, 46(1), pp.93–106. doi:<https://doi.org/10.1177/1836939120979067>.

NAEYC (2022). *DAP: Observing, Documenting, and Assessing Children's Development and Learning* | NAEYC. www.naeyc.org Ar gael ar: <https://www.naeyc.org/resources/position-statements/dap/assessing-development> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

NAEYC (2019). *Good Toys for Young Children by Age and Stage* | NAEYC. [Naeyc.org](https://www.naeyc.org). Ar gael ar: <https://www.naeyc.org/resources/topics/play/toys>. (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

Nestle baby First 1000 Days - *Baby little miracles* Baby, N. (2014). *First 1000 Days - Baby little miracles*. YouTube. Ar gael ar: <https://www.youtube.com/watch?v=ql4w0suWHaA&t=81s> (Cyrchwyd 09 Ionawr 2024)

Ffynhonnell: NewbornCare (2024). Ar gael ar: <https://www.holstonmedicalgroup.com/bristol-pediatric-associates/newborn-care>.

NHS (d.d.). *EARLY YEARS – HAND SKILLS*. Trafford Children's Therapy Service. Ar gael ar: <https://mft.nhs.uk/app/uploads/2019/09/early-years-hand-skills.pdf> (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024).

NHS, (2020). *Young children and attachment*. Ar gael ar: <https://camhs.rdash.nhs.uk/wp-content/uploads/2021/01/DP8654-Young-Children-and-Attachment-11.20.pdf>. (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

onlineresize.club. (d.d.). *OnlineResize. club. Resize image, Crop pics, Add instagram effect*. Ar gael ar: <https://onlineresize.club/2021-club.html>. (Cyrchwyd: 09 Ionawr 2024)

Pikler UK Association. (d.d.). *About*. Ar gael ar: <https://pikler.co.uk/about> (Cyrchwyd 09 Ionawr 2024).

Play Inspired Mum. (2022). *How to Make Cloud Dough for Sensory Play*. Play Inspired Mum. Ar gael ar: <https://playinspiredmum.com/how-to-make-cloud-dough/> (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

PrimroseSchoolsUSA (2018). *Infant Classrooms -- The Primrose Schools Experience*. YouTube. Ar gael ar: : <https://www.youtube.com/watch?v=2EuFMzJ3qlw> (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Raising Children Network. (2018). *Imagining, creating and play: babies*. Ar gael ar: <https://raisingchildren.net.au/babies/play-learning/play-baby-development/imagining-play-babies>. (Cyrchwyd: 10 Ionawr 2024)

Raising Children Network. (2024). *Sensory bag activity: babies 6-12 months*. Ar gael ar: <https://raisingchildren.net.au/guides/activity-guides/sensory-play/sensory-bag-babies>. (Cyrchwyd 18 Ionawr 2024)

Rajendran, M. (2015). *IMPORTANCE OF INCLUSIVE EDUCATION: THE ROLE OF SCHOOL TEACHERS*. Academia.edu. Ar gael ar: https://www.academia.edu/8058036/IMPORTANCE_OF_INCLUSIVE_EDUCATION_THE_ROLE_OF_SCHOOL_TEACHERS (Cyrchwyd: 08 Rhagfyr 2023)

ResearchGate. (2017). (PDF) *The First Thousand Days: An Evidence Paper*. Ar gael ar: https://www.researchgate.net/publication/320057527_The_First_Thousand_Days_An_Evidence_Paper (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

Reovemec (2024). *Diweddaru Hierarchaeth Anghenion Maslow*. Ar gael ar: <https://oveme.com/diweddaru-hierarchaeth-anghenion-maslow/> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024).

Russell, D.L. (2023). *Why is Attachment Important in Child Development?* They Are The [Fcy.reuture](https://www.theyarethefuture.co.uk/importance-attachment-children/#:~:text=Simply%20put%2C%20attachment%20is%20important%20because%20a%20strong). Ar gael ar: <https://www.theyarethefuture.co.uk/importance-attachment-children/#:~:text=Simply%20put%2C%20attachment%20is%20important%20because%20a%20strong> (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Save the Children. (2016) *Lighting up young brains: How parents, carers and nurseries support children's brain development in the first five years*. Ar gael ar: [lighting-up-young-brains.pdf \(savethechildren.org.uk\)](https://www.savethechildren.org.uk/lighting-up-young-brains.pdf) (Cyrchwyd: 09 Ionawr 2024)

Scottish Government (2022). *Adverse Childhood Experiences (ACEs)*. www.gov.scot. Ar gael ar: <https://www.gov.scot/publications/adverse-childhood-experiences-aces/>. (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024).

Sense. (2023). *Treasure baskets*. Ar gael ar: <https://www.sense.org.uk/activities/treasure-baskets/> (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024).

Ffynhonnell: ships ahoy. Ar gael ar: <https://www.shipsahoyacademy.com/about-us> (Cyrchwyd: 06 Ionawr 2024)

Stiles, J. and Jernigan, T.L. (2010). The Basics of Brain Development. *Neuropsychology Review*, 20(4), pp.327–348. Ar gael ar: <https://doi.org/10.1007/s11065-010-9148-4>. (Cyrchwyd: 12 Rhagfyr 2023).

The Editors of Encyclopaedia Britannica (2020). L. S. Vygotsky | Soviet psychologist | Britannica. In: *Encyclopædia Britannica*. Ar gael ar: <https://www.britannica.com/biography/L-S-Vygotsky> (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

The psychology notes (2019). *What is Bronfenbrenner's Ecological Systems Theory?* The Psychology Notes Headquarters. Ar gael ar: https://www.psychologynoteshq.com/bronfenbrenner-ecological-theory/?utm_content=cmp-true. (Cyrchwyd: 18 Ionawr 2024)

The Role of the Adult — Montessori Guide (2014). *Montessori Guide*. Montessori Guide. Ar gael ar: <https://montessoriguide.org/the-role-of-the-adult/>. (Cyrchwyd: 2024 Ionawr 2024)

Thomas, E. (2019). *Supporting transitions: Effective partnership working between families, carers and practitioners*. Nursery World. Ar gael ar: <https://www.nurseryworld.co.uk/knowledge-bank/article/supporting-transitions-effective-partnership-working-between-families-carers-and-practitioners> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

Ubllications.parliament.uk. (d.d.). *First 1000 days of life - Health and Social Care Committee - House of Commons*. Ar gael ar: <https://publications.parliament.uk/pa/cm201719/cmselect/cmhealth/1496/149605.htm> (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

Unicef. (d.d.). *Healthy environments for healthy children*. Ar gael ar: <https://www.unicef.org/health/healthy-environments>. (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024)

UNICEF (2013). *The first 1,000 days of life: The brain's window of opportunity*. UNICEF-IRC. Ar gael ar: <https://www.unicef-irc.org/article/958-the-first-1000-days-of-life-the-brains-window-of-opportunity.html> (Cyrchwyd: 05 Rhagfyr 2023)

Ffynhonnell: Urbanchildinstitute (2024). Ar gael ar: <http://www.urbanchildinstitute.org/resources/publications/data-book-2013/brain-development-conception-to-age-3>.

Verywell Mind. (2023). *A Comprehensive Guide to the Bronfenbrenner Ecological Model*. Ar gael ar: <https://www.verywellmind.com/bronfenbrenner-ecological-model-7643403#:~:text=The%20exosystem%20refers%20to%20environments%20in%20which%20the> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024).

WeeWisdom (2024). *Nursery school*. Ar gael ar: <https://www.weewisdomkids.com/nursery-school/>. (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

WHO, (2024). *Promoting healthy growth and development*. Ar gael ar: <https://www.who.int/activities/promoting-healthy-growth-and-development>. (Cyrchwyd: 13 Ionawr 2024)

WHO (2023). *World Health Organization*. Who.int. Ar gael ar: <https://www.who.int/>. (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

White, C.S. and Daugherty, M. (2009). *Creativity and Private Speech in Young Children*. Cambridge University Press. Ar gael ar: <https://www.cambridge.org/core/books/abs/private-speech-executive-functioning-and-the-development-of-verbal-selfregulation/creativity-and-private-speech-in-young-children/3B1383DA77F5C3046FFCD27A0BEFDF56>.

Williams, M. (n.d.). *16 Benefits Of Using Treasure Baskets With Babies*. Early Impact Learning. Ar gael ar: <https://earlyimpactlearning.com/16-benefits-of-using-treasure-baskets-with-babies/>. (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024)

Wooltonvillagedaynursery (2013). Ar gael ar: <https://wooltonvillagedaynursery.co.uk/our-baby-room-news/>. (Cyrchwyd: 20 Ionawr 2024)

Wright, T. (2020). *An introduction to serve and return in early childhood education*. THE EDUCATION HUB. Ar gael ar: <https://theeducationhub.org.nz/an-introduction-to-serve-and-return-in-early-childhood-education/> (Cyrchwyd: 12 Ionawr 2024)

youtube.com. (2017). *How to Make a Treasure Basket for Your Baby*. Ar gael ar: <https://www.youtube.com/watch?v=rrBtbZLBhAs> (Cyrchwyd: 16 Ionawr 2024).

Youtube. (2014). *First 1000 Days - Baby little miracles*. Ar gael ar: <https://www.youtube.com/watch?v=ql4w0suWHaA> (Cyrchwyd 10 Ionawr 2024).

Youtube (2018). *Infant Classrooms -- The Primrose Schools Experience*. Ar gael ar: <https://www.youtube.com/watch?v=2EuFMzJ3qlw&t=1s> (Cyrchwyd 10 Ionawr 2024).

1,000 Days. (2018). *Why 1,000 Days - 1,000 Days*. Ar gael ar: <https://thousanddays.org/why-1000-days/>. (Cyrchwyd: 06 Rhagfyr 2023)