

Dyslecsia

Mae **Dyslecsia** yn effeithio ar oddeutu wyth i ddeg y cant o boblogaeth y DU. Bydd gan unigolion sydd â Dyslecsia hanes o anawsterau gyda darllen a/neu sillafu. Efallai y bydd ganddynt hefyd drafferthion gyda threfnu, cynllunio a chofio.

Mae'r anawsterau a ddisgrifir yn cynnwys:

- Cymryd yn hwy i ddarllen papurau, llyfrau ac ati
- Deall testunau academaidd
- Gwneud gwallau sillafu a cholli geiriau allweddol
- Anhawster strwythuro aseiniadau
- Cofio apwyntiadau a dyddiadau terfynol,
- Dod o hyd i'w ffordd at neu o gwmpas mannau anghyfarwydd
- Bod yn brydlon
- Cofio'r gwaith papur a'r offer sydd eu hangen
- Cofio cyfarwyddiadau llafar
- Cwblhau tasgau
- Dysgu sgiliau newydd
- Adolygu ar gyfer arholiadau a galw i gof yn ystod yr arholiadau
- Nodi gwybodaeth yn gywir wrth wrando

Cynghorion Defnyddiol i Staff Academaidd

- Peidiwch â gofyn i rywun sydd â dyslecsia i ddarllen ar goedd
- Bod yn ymwybodol y gall myfyriwr sydd â dyslecsia fod yn ei chael hi'n anodd canolbwyntio ar ddarllen, ysgrifennu a gwrando.
- Yn aml, gall pobl â dyslecsia ddangos eu dealltwriaeth gydag ateb ar lafar ond gallant gael trafferth wrth roi syniadau hynny mewn ysgrifennu
- Addysgu un pwnc ar y tro mewn darnau bach
- Dangos ac rhoi enghreifftiau
- Gall cyflymderau prosesu arafach arwain at anawsterau o ran rhuglder geiriol a galw i gof
- Gall pobl â dyslecsia gael budd o gael cyfarwyddyd penodol wedi'i rannu'n glir pwyntiau i helpu diliyniannu

- Bod yn ymwybodol y gall y myfyriwr fod yn defnyddio recordydd digidol neu ddyfais recordio arall
- Darparu taflenni ymlaen llaw fel bod gan fyfyrwyr dyslecsig amser i'w darllen a'u deall

Am ragor o wybodaeth, ewch I www.bdadyslexia.org.uk

Oso es gennych unrhyw gwestiynu, cysylltwch a'ch Cydlynnydd Cymorth Dysgu

Testun cyfeillgar dyslecsia - taflen wybodaeth

Cyfryngau:

- Dylai'r papur fod yn ddigon trwchus i beidio â gweld trwyddo yr hyn sydd wedi ei ysgrifennu ar yr ochr arall.
- Defnyddiwch arwyneb mat yn hytrach nag un sgleiniog ac osgoi argraffu digidol sy'n dueddol o adael papur yn sgleiniog
- Osgowch gefndiroedd gwyn ar gyfer papur, cynorthwyon cyfrifiadurol a gweledol gan y gall hyn ymddangos yn rhy llachar, defnyddiwch, yn hytrach, liw hufen neu liw pastel ysgafn
- Bydd gan rai pobl sydd â dyslecsia eu dewis eu hunain o ran lliw

Ffont:

- Defnyddiwch ffont plaen sans serif gyda bylchau cyfartal megis Arial neu *Comic Sans*; rhai dewisiadau eraill fyddai Verdana, Tahoma, Century Gothic a Trebuchet
- Dylai maint y ffont fod yn 12-14 pwynt, er y gallai rhai myfyrwyr dyslecsig ofyn am ffont yn fwy
- Defnyddiwch destun lliw tywyll ar gefndir golau (nad yw'n wyn)
- Osgowch y lliwiau gwyrdd a choch/pinc gan fod y rhain yn anodd i unigolion lliwddall eu darllen

Penawdau a phwyslais:

- Osgowch danlinellu a *phrint italig* am fod y rhain yn dueddol o wneud i'r testun redeg gyda'i gilydd: defnyddiwch, yn hytrach, brint **trwm**
- OSGOWCH DESTUN MEWN PRIF LYTHRENNAU: mae'n anos o lawer darllen hwn
- Ar gyfer penawdau, defnyddiwch faint ffont mewn print **trwm**, llythrennau bach
- Defnyddiwch fylchau ac ymylon ar gyfer pwyslais effeithiol

Cynllun:

- Unionwch ar y chwith a gadael yr ymyl dde'n arw
- Osgowch golofnau cul (fel y'u defnyddir mewn papurau newydd)
- Ni ddylai'r llinellau fod yn rhy hir: 60 – 70 o gymeriadau
- Osgowch gywasgu llawer o ddeunydd a defnyddio paragraffau hir, dwys: gadewch fylchau
- Mae bwlch o 1.5 rhwng llinellau'n ddymunol
- Osgowch ddechrau brawddeg ar ddiwedd llinell
- Defnyddiwch bwyntiau bwled yn hytrach na rhyddiaith ddi-dor

Arddull ysgrifennu:

- Defnyddiwch frawddegau byr, syml mewn arddull uniongyrchol
- Rhowch gyfarwyddiadau'n glir ac osgoi defnyddio brawddegau hir i esbonio
- Defnyddiwch lais gweithredol yn hytrach na goddefol
- Ceisiwch beidio â defnyddio negydd dwbl
- Byddwch yn gryno

Gwnewch bethau'n haws i'w deall:

- Defnyddiwch daenlenni, i helpu i esbonio gweithdrefnau
- Defnyddiwch bictogramau a graffeg i helpu i ddod o hyd i wybodaeth
- Mae rhestrau o bethau i'w gwneud ac i beidio â'u gwneud yn fwy defnyddiol na thestun parhaus i dynnu sylw at agweddau ar arfer da
- Osgowch dalfyriadau os yw'n bosibl neu rhowch restr o dalfyriadau, jargon a geirfa arbenigol
- Ar gyfer dogfennau hir, rhowch dudalen cynnwys ar y dechrau a mynegair ar y diwedd

Os oes gennych unrhyw gwestiynau, cysylltwch a'ch Cydlynnydd Cymorth Dysgu

Gwiriwch ba mor ddarllenadwy ydyw:

Mae gan Microsoft Word ac Outlook raglen sy'n eich galluogi i ddarllen yr ystadegau o ran natur "ddarllenadwy" yr hyn yr ydych yn ei ysgrifennu, er mwyn i chi wybod pa mor syml neu gymhleth

yw'r hyn yr ydych yn ei ysgrifennu. Gall hyn helpu i sicrhau bod testunau'n ddealladwy ar gyfer y gynulleidfa yr ydych yn anelu ati.

Mewn fersiynau hŷn o Word, mae'r rhaglen hon i'w chael ar y bar statws; mewn fersiynau o 2013, mae'n rhaid i chi alluogi'r rhaglen yn gyntaf, ac wedyn ei gweithredu trwy redeg gwiriad sillafu a gramadeg.

Mae Word yn defnyddio'r dulliau canlynol o asesu pa mor ddarllenadwy yw testun:

- Mae Sgôr Hwylustod Darllen Flesch yn rhoi sgôr i destun ar raddfa 100-pwynt; po uchaf y sgôr, yr hawsaf oll fydd hi i ddeall y ddogfen. Ar gyfer y rhan fwyaf o ddogfennau, dylech anelu at sgôr rhwng oddeutu 70 a 80
- Mae sgôr Lefel Gradd Flesch-Kincaid yn sgorio testun ar lefel gradd ysgol yr Unol Daleithiau, e.e. golyga sgôr o 5.0 y gall disgybl gradd pump, h.y. Blwyddyn 6, 10 mlwydd oed ar gyfartaledd, ddeall y ddogfen. Ar gyfer y rhan fwyaf o ddogfennau safonol, dylech anelu at sgôr o oddeutu 5.0, gan ddefnyddio brawddegau byr/rach yn hytrach na gorsymleiddio'r eirfa.
- Argymhellir eich bod yn gwirio dogfennau hir mewn adrannau er mwyn i chi wybod pa rannau sy'n anos/rhy anodd.

Defnyddiwch fformatau dealladwy:

- Mae'n bwysig bod dogfennau a chyhoeddiadau wedi eu paratoi i fod yn ddealladwy ar gyfer pobl sydd ag anawsterau darllen. Gallai'r rhain gynnwys bod ar gael ar ffurf electronig y gellir ei darllen trwy ddefnyddio meddalwedd darllen sgrin.
- Caiff dogfennau argraffedig eu creu mewn cyfrifiaduron, felly dylai fod modd rhoi'r ffeiliau electronig a bydd rhai dogfennau ar gael ar ffurf electronig.
- Ffeiliau Word yw'r hawsaf ar gyfer dewisiadau gwyllo ac ar gyfer gwranddo
- Mae ffeiliau Fformat Dogfen Gludadwy (PDF) yn cadw'r cyflwyniad yn well na ffeiliau Word, ond nid ydynt yn hawdd i'w defnyddio
- Rhowch wybod am y fformatau dealladwy sydd ar gael.

Paratoi dogfen ar gyfer meddalwedd sy'n darllen testun:

- Bydd angen mwy o amser i wrando ar ddogfen trwy ddefnyddio darlennydd testun na thrwy ddarllen gweledol
- Rhowch atalnod llawn ar ôl i wneud i'r llais ddisgyn ac oedi; bydd arlliw gwelw tebyg i'r lliw cefndirol yn golygu bod y smotiau'n tynnu llai o sylw'r llygaid
- Rhowch hanner colon, atalnod, neu atalnod llawn ar ôl pwyntiau bwled i greu seibiant
- Defnyddiwch Arddulliau Word i drefnu penawdau a fformatau
- Osgowch rif awtomatig gan na fydd rhai darlennyddion testun yn darllen y rhain. Ychwanegwch rifau â llaw.
- Dylai fod dolenni yn rhestrau'r Tudalen Cynnwys at yr adran berthnasol i helpu i lywio. Rhowch rif wrth eitemau'r ddewislen

- Defnyddiwch ddolenni mewnol ac allanol i hwyluso'r llywio
- Osgowch roi testun mewn prif lythrennau ynghanol llinellau, gan y gellir eu darllen yn llythrennau sengl
- Rhowch gyn lleied o arwyddion a symbolau ag y bo angen e.e. sêr neu linellau toriad (boed yn fyr neu'n hir), gan y caiff y rhain eu llefaru
- Dylid osgoi llinellau toriad hir: defnyddiwch golonau i wneud i'r llais oedi
- Defnyddiwch ddyfynodau syth, gan y gall rhai darllenyddion sgrin ddarllen rhai cyrliog neu ar oleddd yn acenion dyrchafedig
- Osgowch Rifolion Rhufeinig a No. ar gyfer rhif
- Ystyriwch a oes angen atalnodau llawn ar gyfer talfyriadau ac acronymau
- Efallai y caiff darllenyddion testun drafferth gyda thablau mewn Word ac efallai na fyddant yn symud ymlaen i'r gell nesaf heb ddefnyddio'r fyseddell Tab â llaw
- Osgowch destun mewn delweddau, gan na all gwrandawyr ei glywed. Ailadroddwch yn y prif destun
- Defnyddiwch gysylltnodau mewn geiriau cyfansawdd i helpu'r ynganu wrth ddarllen y testun.
- Rhowch rifau ffôn fesul talp i osgoi bod y rhifau'n cael eu darllen yn filiynau neu'n gannoedd ar filoedd.

Am ragor o wybodaeth, ewch I www.bdadyslexia.org.uk

Os oes gennych unrhyw gwestiynau, cysylltwch a'ch Cydlynnydd Cymorth Dysgu