

A woman with dark hair in a bun is sitting on the floor, smiling and interacting with several young children. One child is standing to her left, while others are sitting or crawling around her. The setting appears to be a playroom with colorful toys and a wooden cabinet in the background.

Y 1000 Diwrnod Cyntaf

ECEY4005/C - 2405613 - 3296 air

Y 1000 Diwrnod Cyntaf

ECEY4005/C – 2405613 – air

Tudalen Cynnwys –

- Beth yw Y 100 Diwrnod Cyntaf?
- Pam mae hyn yn bwysig?
- Cyfrifoldebau Gofalu
- Pam mae Cyfrifoldebau Gofalu yn bwysig?
- Partneriaeth Broffesiynol
- Beth yw rôl? Sut mae hyn cefnogi plant a theuluoedd?
- Pam mae hyn yn bwysig? Oes unrhyw cymorth?
- Heriau yn Y 1000 Diwrnod Cyntaf?
- Beth yw cymorth ar gael?
- Gweithgareddau ar gael
- Dulliau Rhyngwladol



Prenatal		Postnatal		
				
PRE-CONCEPTION	CONCEPTION TO BIRTH 270 DAYS	BIRTH TO 6 MONTHS 183 DAYS	6 TO 12 MONTHS 182 DAYS	12 TO 24 MONTHS 365 DAYS

South Dakota Gov,
(2019)

Purvis, S
(2024)

Cyflwyniad – Beth Yw Y 1000 Diwrnod Cyntaf a Pam Mae Hyn Yn Bwysig?

Beth Yw Y 1000 Diwrnod Cyntaf?

I ddechrau, mae'r 1000 Diwrnod Cyntaf yn dechrau o'r adeg y cenhedlu (beichiogrwydd) nes bod y plentyn yn 2 flwydd oed. Mae UNICEF, (2015) yn awgrymu bod Y 1000 Diwrnod Cyntaf yn gyfnod hollbwysig o dwf a datblygiad plentyn. Yn ogystal, mae Australia HealthDirect, (2021) yn crybwyll bod Y 1000 Diwrnod Cyntaf yn amser pan fydd eu hymennydd, eu corff a'u system imiwnedd yn tyfu ac yn datblygu'n sylweddol.

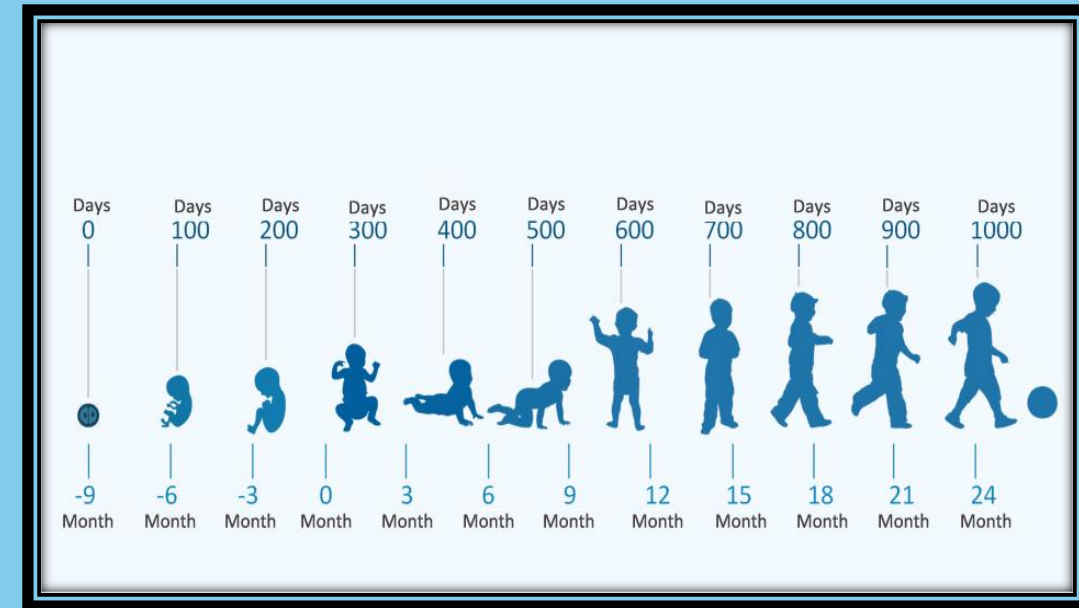
Mae UNICEF, (2015) yn nodi yn eu fideo bod Y 1000 Diwrnod Cyntaf yn cynnwys tair lefel wahanol. Y lefel gyntaf yw'r 270 diwrnod cyntaf rhwng cenhedlu/beichiogrwydd a genedigaeth. Mae UNICEF, (2015) yn honni, ar y lefel hon, mai maeth a gofal y fam yw'r pwysicaf. Mae hyn yn cynnwys yr hyn y mae'r fam yn ei fwyta, fitaminau, haearn a diet cytbwys ar gyfer ei hiechyd hi a'i phlentyn.

Nesaf yn fideo UNICEF, (2015), ail lefel Y 1000 Diwrnod Cyntaf yw Babanod. Mae'r lefel hon o enedigaeth i'r 180 diwrnod cyntaf (0-6 mis). O'r ychydig oriau cyntaf bydd y babi yn cael maeth o laeth y fron, yn cael brechiadau, yn atal salwch ac afiechydon.

Yn olaf, yn fideo UNICEF, (2015), maent yn cynnal y cam olaf i fod yn Flynyddoedd Plant Bach o 550 diwrnod (7-24 mis). Yn ystod y cyfnod hwn gall y plentyn barhau i fwydo ar y fron ond hefyd ddechrau ar fwydydd solet. Gyda gofal a maeth priodol, gall y plentyn drechu afiechydon a salwch, cyrraedd potensial llawn mewn ysgolion, perthnasoedd iachach yn y dyfodol.

Yn ogystal, mae Australia HealthDirect, (2021) yn crybwyll bod Y 1000 Diwrnod Cyntaf Mae hwn yn amser pan fydd eu hymennydd, eu corff a'u system imiwnedd yn tyfu ac yn datblygu'n sylweddol.

Kanekin, (2019)



Pam Mae y 1000 Diwrnod Cyntaf Bwysig?

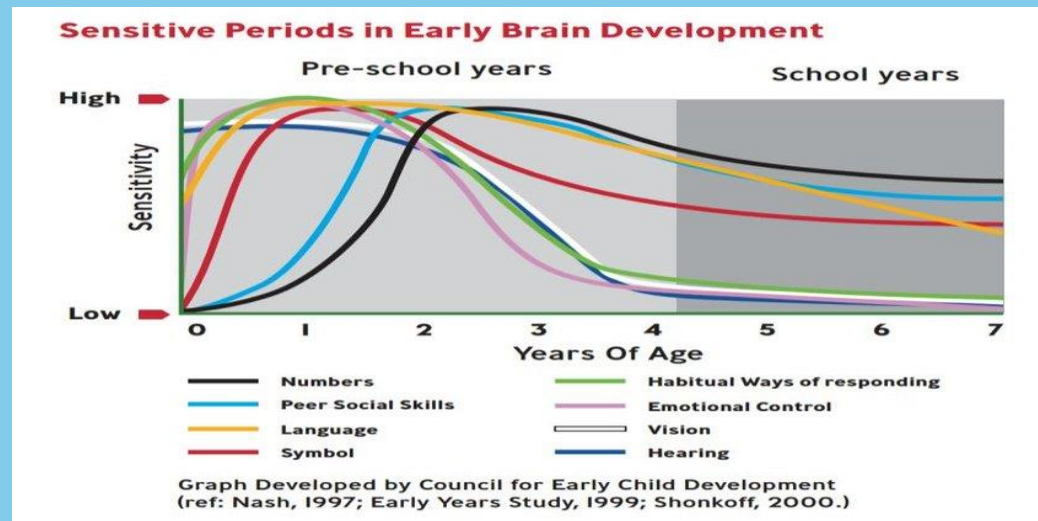
Pam Mae Hyn Yn Bwysig?

Mae maethiad y 1000 Diwrnod Cyntaf yn hanfodol ar gyfer niwroddatblygiad plentyn. Yn ôl Schwarzenberg, Georgieff, (2018) yn oedolion, mae gordewdra, diabetes, gorbwysedd, ayyb yn dechrau oherwydd sut mae pobl yn cael eu magu yn Y 1000 Diwrnod Cyntaf. Mae Schwarzenberg, Georgieff, (2018) yn honni eu bod yn esgeuluso darparu maetholion allweddol gallai yn ystod y cyfnod hollbwysig hwn o ddatblygiad yr ymennydd arwain at broblemau gydol oes yng ngweithrediad yr ymennydd. Yn ogystal, mae Bust, Pedro, (2020) yn sôn y profwyd bod maeth mamau a babanod yn Y 1000 Diwrnod Cyntaf wedi effeithio yn ddiweddarach mewn bywyd gyda thwf corfforol, datblygiad cyhyrau, datblygiad yr ymennydd, gweithrediad gwybyddol.

Yn yr un modd, mae Likhar, Patil, (2022) yn nodi bod canlyniadau iechyd mamau, canlyniadau geni arbennig o negyddol, yn gysylltiedig â maeth annigonol y fam yn ystod cenhedlu, yn ystod beichiogrwydd, ac ar ôl eni. Mae Likhar, Patil, (2022) yn honni bod datblygiad yr unigolyn yn dibynnu ar faeth.

Ar ben hynny, mae Australia HealthDirect (2021) yn honni bod Y 1000 Diwrnod Cyntaf hefyd yn bwysig ar gyfer ochr diogelwch pethau. Mae perthnasoedd cariadus, diogel yn hanfodol i ddatblygiad y plentyn. Trwy'r perthnasoedd mae babanod yn dysgu sut i feddwl, deall, cyfathrebu, dangos emosiynau ac ymddwyn yn dderbyniol. Mae perthnasoedd yn effeithio ar sut maen nhw'n gweld y byd.

TEDx Talks



TEDx Talks,
(2015)

Yn y fideo hwn gan TEDx Talks, mae Yates, D. (2015) yn trafod sut mae'r 1000 diwrnod cyntaf yn rhai mwyaf hanfodol ar gyfer twf, datblygiad, iechyd, llesiant plentyn, a hyd yn oed eu dyfodol.

Yn y fideo hwn, mae Yates, D. (2015) yn esbonio bod y graff hwn (a ddangosir uchod) yn amlygu gwahanol gydrannau datblygiad yr ymennydd o eni i saith mlwydd oed. Mae Yates, D. (2015) yn dangos sut mae'r cydrannau hyn yn cyrraedd eu datblygiad uchaf o eni i ddwy flwydd oed, sef o fewn y 1,000 diwrnod cyntaf.

Dolen i fideo -

<https://www.youtube.com/watch?v=XCscN4zuvd4>

Cyfrifoldebau Gofalu – Beth Yw Cyfrifoldebau Gofalu a Pam Mae Hyn Yn Bwysig?

Beth Yw Cyfrifoldebau Gofalu?

Gadewch i ni ddechrau drwy ystyried bod gofaluwr â chyfrifoldebau yn cefnogi datblygiad gwahanol sgiliau. Gall gofaluwr ddarparu cyfle eithriadol i adeiladu dyfodol plentyn. Yn ôl Friedlander, S. a Perks, B. (2022), mae babanod yn cadw sylw ar eu gofaluwr i’w cefnogi wrth ddatblygu, dysgu a chyrraedd eu potensial llawn. Mae Friedlander, S. a Perks, B. (2022) yn honni bod perthnasoedd cadarnhaol gyda gofaluwr yn hanfodol ar gyfer cefnogi datblygiad yr ymennydd, lles ac iechyd meddwl babanod. Mae gofaluwr yn cyflawni’r rôl bwysicaf wrth annog datblygiad corfforol, emosiynol a gwybyddol plant.

Cyfrifoldebau Gofalu

Reflective PGCE, (2013)



GIG Cymru (2023)

Iechyd Da

Enghraifft o gydran yw iechyd da, sy’n cynnwys iechyd corfforol ac emosiynol, yn gydran hanfodol o ofal ac yn berthnasol i’r fam, y baban, a’r gweithiwr proffesiynol. Yn ôl GIG Cymru (2023), mae rhieni yn chwarae rhan allweddol yn y 1,000 diwrnod cyntaf, gan siapio profiadau plant gyda’r byd. Mae rhieni hyderus a chadarnhaol yn gysylltiedig ag iechyd, lles, a dysgu plant nawr ac yn y dyfodol.

Yn ôl GIG Cymru (2023), mae angen maeth, cynhesrwydd, ymarfer corff a digon o gwsg ar fabanod i dyfu a datblygu. Mae hefyd yn hanfodol diogelu babanod rhag clefydau heintus a pheryglon amgylcheddol.

Dywed GIG Cymru (2023) fod hyn yn hanfodol ar gyfer iechyd corfforol, ac mae’n cynnwys mynediad at y gofal iechyd y mae plant yn ei haeddu i atal salwch. Mae amddiffyn rhag niwed yn cynnwys salwch, anafiadau corfforol a camdriniaeth (ACE’s).

Wrth drafod iechyd da, mae’n hanfodol i bob gofalwr weithio gydag eraill i gefnogi eu hiechyd eu hunain ac iechyd y plentyn. Mae GIG Cymru (2023) yn honni bod iechyd a gwasanaethau cymdeithasol yn chwarae rhan bwysig wrth gadw teuluoedd yn ddiogel ac yn iach. Dywed Iechyd a Gofal Digidol Cymru, (DIM DYDDIAD) fod ‘Ysgol Iach’ yn ysgol sy’n cymryd cyfrifoldeb dros gynnal a chefnogi iechyd unigolion yn yr ysgol. Nid yn unig mae hyn yn cynnwys addysgu disgyblion sut i fyw bywydau iach, ond hefyd caniatáu i ddisgyblion a staff gymryd rheolaeth dros agweddau ar amgylchedd yr ysgol sy’n dylanwadu ar eu hiechyd.

Cyfrifoldebau Gofalu – Beth Yw Cyfrifoldebau Gofalu a Pam Mae Hyn Yn Bwysig?

Diogelwch

Mae elfen arall o ofal yn cynnwys diogelwch. Gall hyn gynnwys perthnasoedd cariadus, diogelwch, ac ati. Mae GIG Cymru, (2023) yn honni bod teimlo'n ddiogel yn ystod plentynod yn caniatáu i fabanod ddysgu ac archwilio'r byd yn hyderus. Mae hyn yn annog y ffordd y mae babanod yn gweld â'r byd hyd at oedolion.

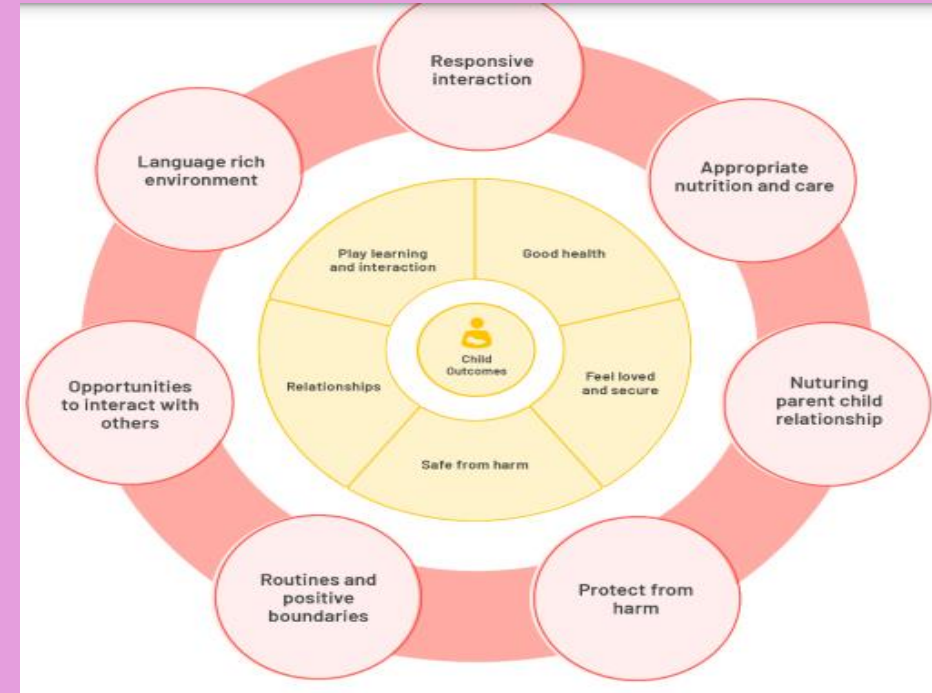
Mae GIG Cymru (2023) yn nodi bod perthnasoedd rhwng gofalwyr a babanod, rhwng rhieni'r plentyn, a pherthynas y teulu â'r plentyn yn hanfodol. Mae teulu estynedig a'r rhwydwaith cymdeithasol yr un mor bwysig ar gyfer lles babanod.

John Bowlby – Ymlyniad

Yn fanwl, yn ôl Sprouts (2018), mae damcaniaeth ymlyniad John Bowlby yn pwysleisio bod perthynas emosiynol a chorfforol gadarn â'r prif ofalwr yn ystod babandod yn hanfodol ar gyfer datblygiad cyfannol plentyn. Gyda ymlyniad sicr, mae babanod yn teimlo'n rhydd i ddysgu ac archwilio eu hamgylchedd. O ganlyniad, mae'r plentyn yn fwy tebygol o gyrraedd ei botensial llawn yn y dyfodol. Mae Sprouts (2018) hefyd yn nodi bod diffyg ymlyniad sicr yn arwain at ddiffyg ymddiriedaeth mewn eraill, gan atal plentyn rhag dysgu'n rhydd.

Pam Mae Cyfrifoldebau Gofalu yn bwysig?

Mae The Pikler Approach (DIM DYDDIAD) yn dadlau bod Emmi Pikler wedi tanlinellu pwysigrwydd ymlyniadau iach ar gyfer lles cyffredinol babanod, gan gynnwys datblygiad corfforol ac emosiynol. Nododd The Pikler Approach, (DIM DYDDIAD) o Emmi Pikler fod y prif adegau gofalu, megis bwydo, newid a golchi, yn cynnig cyfleoedd hanfodol i'r baban a'r gofalwr feithrin perthynas gariadus ac ymddiriedus. Yn ôl The Pikler Approach (DIM DYDDIAD), mae'r eiliadau o ofal yn llenwi'r rhan fwyaf o'r drefn ddyddiol lle mae'r baban yn dysgu am ei hunaniaeth, sut mae'r gofalwr yn eu cefnogi fel unigolion, ac am berthnasoedd. Felly, mae'n hanfodol bod y plentyn yn teimlo'n ddiogel yn yr eiliadau hyn, yn cael ei gydnabod fel unigolyn. Bydd y ffordd mae baban yn profi'r eiliadau gofal hyn yn dylanwadu ar ei les corfforol ac emosiynol trwy gydol ei ddatblygiad cynnar.



GIG Cymru, (2023)

Partneriaeth Broffesiynol - Beth yw rôl ymarferwr blynyddoedd cynnar wrth gefnogi plant a theuluoedd, Beth yw pwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth yn effeithiol, Beth yw ffactorau mamol a allai effeithio ar ddatblygiad a pha gymorth a gynigir?

Beth Yw Rol Ymarferwyr Blynyddoedd Cynnar Wrth Cefnogi Plant a Theuluoedd?

Plant	Theuluoedd
Yn ôl Brodie, K. (2018), mae'n hanfodol i weithwyr proffesiynol sylweddoli bod datblygiad babanod mor gynnil o ddydd i ddydd fel mai prin y bydd yn amlwg. Felly, mae angen iddynt asesu, adolygu a gweithio'n barhaus i ddiwallu anghenion cynyddol y babanod yn eu gofal, gan sicrhau bod eu harferion yn datblygu ochr yn ochr â thwf y plant. Wrth i blant dyfu a datblygu annibyniaeth, mae'r gofal yn newid yn raddol. Bydd ymarferwyr yn defnyddio sgiliau tra datblygedig amrywiol i gefnogi pontio llwyddiannus o faban dibynnol i blentyn bach annibynnol a hyderus. Mae Brodie, K. (2018) yn nodi bod gweithwyr proffesiynol ar gael yn emosiynol i fabanod yn hanfodol, gan eu galluogi i ffynnu nid yn unig yn gorfforol, ond hefyd i fod yn ymatebol, dilys a mynegiannol. Mae Brodie, K. (2018) yn nodi bod niwrowyddonwyr yn honni bod 'biliynau o gysylltiadau synaptig yn cael eu ffurfio yn ystod pum mlynedd gyntaf bywyd,' ac mae gweithwyr proffesiynol yn cefnogi'r broses hon trwy gynllunio o gwmpas datblygiad cyfannol.	Yn ôl Frued, A. (2024), pan fydd rhieni a gofalwyr yn cymryd mwy o ran yn dysgu eu plant, mae'r tebygolrwydd o ddatblygiad y baban yn cynyddu, gan gynnwys perfformiad academaidd. Pan fydd teuluoedd, athrawon a staff cymorth yn cydweithio'n agos, gellir cefnogi babanod yn llawn i gyrraedd eu potensial llawn ac i barhau i ddatblygu'n gyfannol. Dywed Freud, A. (2024) fod cyfarfodydd a chyfathrebu, ynghyd â pholisi drws agored, yn cefnogi gweithwyr a theuluoedd wrth drafod pryderon a chynllunio. Mae Education Scotland (2020) yn awgrymu bod gweithio'n agos gyda rhieni yn golygu deall a derbyn gwahaniaethau, ffactorau unigol, a gwahanol anghenion babanod a theuluoedd. Yn y fideo hwn, mae rhiant Melissa Lloyd yn esbonio sut mae cydweithio ag ymarferwyr yn cefnogi baban ag anghenion ychwanegol trwy gyfeirio Therapydd Lleferydd i'r feithrinfa bob wythnos i gefnogi'r anghenion ychwanegol.

Partneriaeth Broffesiynol -

Beth yw rôl ymarferwr blynyddoedd cynnar wrth gefnogi plant a theuluoedd, Beth yw pwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth yn effeithiol, Beth yw ffactorau mamol a allai effeithio ar ddatblygiad a pha gymorth a gynigir?

Beth Yw Pwysigrwydd Gweithio Mewn Partneriaeth yn Effeithiol?

Yn ôl The Challenging Behaviour Foundation, (2022), mae gwaith partneriaeth gadarnhaol yn hwyluso cyfathrebu agored i fynd i'r afael â'r heriau sy'n codi. Pan fydd ymarferwyr yn ystyried ac yn parchu anghenion a gwahaniaethau teuluol, gallant gynnig cymorth effeithiol a darparu gwasanaethau o ansawdd. Mae'r The Challenging Behaviour Foundation, (2022) yn nodi y gall datblygu gweithio mewn partneriaeth arwain at fwy o gydraddoldeb, parch. Mae hefyd yn creu perthnasoedd cadarnhaol a chefnogol gyda phawb sy'n gysylltiedig, gan sicrhau canlyniadau gwell i'r unigolyn. Mewn cydweithio mewn partneriaeth, mae amlasiantaeth yn hanfodol ar gyfer datblygiad cyfannol babanod. Yn ôl y The Challenging Behaviour Foundation, (2022), mae gofalwyr sylfaenol yn chwarae rhan allweddol, gan eu bod yn meddu ar y gallu i ddeall anghenion eu teulu. Felly, mae annog trwy ddarparu gwybodaeth glir a nodau a rennir yn cefnogi eu hymdrechion i gynorthwyo'r teulu yn effeithiol. Mae'n hanfodol bod anghenion unigryw pob teulu yn cael eu cefnogi i ddarparu'r cymorth mwyaf priodol.



What Works Scotland (DIM DYDDIAD)



Muglia, L. et al.,
(2024)

Beth Yw Ffactorau Mamol a allai Effeithio ar Ddatblygiad a Pha Gymorth a Gynigir?

Mae'n hanfodol ystyried ffactorau mamol wrth drafod partneriaeth broffesiynol er mwyn darparu cefnogaeth brydlon i'r baban. Yn ôl Muglia, L. et al. (2024), mae ffactorau mamol yn cynnwys cyflyrau iechyd cyn beichiogrwydd, iechyd meddwl, amgylcheddau (cyffuriau, alcohol), a maeth. Mae Muglia, L. et al. (2024) yn nodi y gall y ffactorau hyn gynyddu risgiau fel marw-enedigaeth neu enedigaethau cynamserol. Gall plentyndod gael ei effeithio mewn sawl ffordd, gan gynnwys datblygiad gwybyddol, profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACE's), yn ogystal â datblygiad corfforol ac emosiynol. Yn ogystal, gall ffactorau mamol diweddarach ddatblygu, megis diabetes math 2 neu iselder ôl-enedigol.

Partneriaeth Broffesiynol - Beth yw rôl ymarferwr blynyddoedd cynnar wrth gefnogi plant a theuluoedd, Beth yw pwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth yn effeithiol, Beth yw ffactorau mamol a allai effeithio ar ddatblygiad a phagymorth a gynigir?



ACE's

Yn y fideo hwn a grëwyd gan Public Health Network Wales, (2017), mae'r pwnc ACE's yn gysylltiedig â ffactorau mamol oherwydd bod y profiad yn effeithio ar ddatblygiad babanod yn y tymor hir. Yn y fideo, mae Public Health Network Wales, (2017) yn honni bod ACE's yn ddigwyddiadau annifyr yn ystod plentyndod sy'n cael effaith ar iechyd a datblygiad y baban. Mae hyn yn cynnwys cam-drin corfforol, emosiynol, rhywiol, esgeulustod, domestig, cyffuriau ac alcohol, ayyb. Mae ACE's yn effeithio ar ymddygiad a dysgu y baban yn y tymor hir oherwydd y cam-drin domestig ac emosiynol yn ystod beichiogrwydd a genedigaeth. Mae'r baban yn fwy tebygol o gael problemau iechyd yn ifanc. Mae plant sy'n dioddef ACE's yn fwy tebygol o ddatblygu clefyd y galon, canser neu ddiabetes.

Dolen i fideo -

<https://www.youtube.com/watch?v=XHgLYI9KZ-A>

Public Health Network Wales, (2017)

Cefnogaeth a Gynigir

Gall teuluoedd gael cymorth o unrhyw le pan fo angen, mae hyn yn cynnwys gwasanaethau teulu, Tîm o Amgylch y Teulu (TAF), Ymwelwyr Iechyd, ayyb. Er enghraifft, cynigir cymorth hawlio Family Information Service Carmarthenshire (DIM DYDDIAD) i ddarganfod opsiynau gofal plant, cymorth gyda chostau a chymorth i bobl sy'n gofalu am blant. Mae'r gwasanaeth hefyd yn darparu gwybodaeth am opsiynau gofal plant pwysig, gweithgareddau a digwyddiadau. Yn ogystal, mae'r gwasanaeth gwybodaeth i deuluoedd yn rhoi manylion am wasanaethau lleol, prosiectau, a chyfleoedd hamdden i deuluoedd gymryd rhan ynddynt. Felly, rhesymu'r gwasanaeth gwybodaeth i deuluoedd yw helpu teuluoedd i gyrraedd adnoddau a gwasanaethau yn eu hardal.

Yn yr un modd â Family Information Services Carmarthenshire, (DIM DYDDIAD), mae Pembrokeshire County Council, (2017) yn honni eu bod yn darparu cyngor a gwasanaethau i bob gofalwr a gweithiwr sydd angen cymorth ychwanegol. Maent yn cynnig cymorth ac arweiniad sy'n gweddu i anghenion y baban a'r teulu. Parchu a gwerthfawrogi cyfrinachedd rhieni wrth ofyn am y cymorth a'r gefnogaeth hon a chaniatáu iddynt wneud y penderfyniad cywir ar eu cyfer.



Family Information Service Carmarthenshire (DIM DYDDIAD)

Heriau -

Beth yw'r heriau o ran darparu gofal uchel a beth yw'r cymorth ar gael?

WHAT ARE CHALLENGING BEHAVIORS?



Heriau

Wrth weithio gyda theuluoedd a babanod, gall heriau ddod ar hyd y ffordd. Mae hyn yn cynnwys Anghenion Dysgu Ychwanegol, ACEs', lechyd, Heriau yn y Cartref, Staff.

Yn ôl GOV.UK (2012), gall babanod ag Anghenion Dysgu Ychwanegol (ADY) gael effaith ar ddysgu a datblygiad y plentyn. Er enghraifft, gall hyn gynnwys problemau ymddygiad a brwydrau cymdeithasol, megis anhawster i wneud neu gadw perthnasoedd, rhwystredigaeth wrth ddarllen ac ysgrifennu, anhawster i ddeall pethau, a thueddiad i ganolbwyntio ar un peth ar y tro.

Mae brwydrau bywyd cartref ac ACE's yn debyg iawn, gan eu bod yn cynnwys brwydrau tebyg mewn llawer o ffyrdd. Yn ôl Byw'n Iach a Dysgu Swydd Gaerloyw (2024), mae babanod sy'n wynebu ACE's yn ystod plentynod yn fwy tebygol o ddod yn oedolion afiach a chyfyngedig, gyda phroblemau ymddygiad, twf gwael, anawsterau dysgu, ac eraill.

Mae'n broblem adnabyddus yn y proffesiwn gofal plant oherwydd yr anawsterau o ran ariannu staff a hyfforddiant. Yn ôl Thomas, G. (2025), mae arolwg gan Flynyddoedd Cynnar Cymru yn nodi bod 94% o weithwyr gofal plant proffesiynol yn credu nad yw tâl presennol Llywodraeth Cymru yn ddigon i dalu eu costau. O ganlyniad, mae gweithwyr gofal plant proffesiynol yn teimlo eu bod yn cael eu tangyflogi a'u tanbriso.

Cymorth

Cyngor Abertawe, (2023) yn honni bod y cymorth sydd ar gael yn cynnwys Darpariaeth Gyffredinol sy'n cefnogi pob plentyn mewn ysgolion. Yn dibynnu ar ddatblygiad y baban, gallant hefyd gael mynediad at arbenigwyr targedig ac arbenigol, er enghraifft, sesiynau gan therapydd lleferydd ac iaith. Mae Darpariaeth Dysgu Cyffredinol yn anelu at wneud dysgu'n haws i'w gyrraedd drwy ddarparu cyfleoedd addysgu a dysgu o safon.

Mae cymorth i blant ag ACE's yn cynnwys sesiynau ELSA. Yn ôl, Palphreyman, (2023), mae ELSA yn sefyll am Gynorthwyydd Cymorth Llythrennedd Emosiynol. Mae'r cwrs hyfforddi hwn yn adnabyddus ac yn benodol wedi'i gynllunio ar gyfer Cynorthwywyr Addysgu neu rolau ysgol arbenigol eraill.

Gweithgareddau – Damcaniaeth Elinor Goldschmied a sut hyn cefnogi plant yn y 1000 Diwrnod Cyntaf?

Elinor Goldschmied

Creodd Elinor Goldschmied ddamcaniaeth o 'Fasgedi Trysor'. Yn ôl Hughes, A (DIM DYDDIAD), mae theori Goldschmied yn nodi bod y Fasged Drysor yn gasgliad o wrthrychau naturiol, cartrefol ac wedi'u hailgylchu, wedi'u gosod mewn basged sydd ar gael i'w cyffwrdd, chwarae a dysgu, ar gyfer baban rhwng tua 5-10 mis oed. Cred Goldschmied fod Basgedi Trysor yn darparu amrywiaeth o ddeunyddiau i fabanod, gan ganiatáu iddynt ddewis beth i'w archwilio yn eu ffordd eu hunain. Mae Hughes, A (DIM DYDDIAD) yn nodi, yn yr oedran hwn, bod chwarae'n gyfan gwbl yn archwiliad synhwyrdd trwy fysedd, dwylo a'r geg. Felly, amrywiol yw'r deunydd, y mwyaf yw'r ysgogiad ar gyfer diddordeb y baban a datblygiad yr ymennydd.

Sut mae hyn cefnogi babanod yn Y 1000 Diwrnod Cyntaf?

Mae Yorkshire Council (2017) yn credu bod basgedi trysor yn darparu amrywiaeth o wrthrychau sy'n galluogi babanod i ddatblygu eu sgiliau canolbwytio ac yn eu cefnogi i wneud dewisiadau syml. Mae hyn yn datblygu hyder a hunan-barch babanod. Mae llaw babanod, cydsymud llygad a llaw, a datblygiad sgiliau echddygol manwl hefyd yn cael eu cefnogi wrth ddefnyddio basged drysor.

Yn ôl Yorkshire Council, (2017) mae basgedi trysor yn cynnig cyfle i gefnogi pob un o'r pum synnwyr babanod:

Cyffwrdd – Mae'r eitemau yn darparu profiadau pwysau, gwead, a siâp i'r baban.

Blas – Mae baban yn defnyddio ei geg i archwilio'r eitemau, a gellir archwilio blas wrth ychwanegu ffrwythau i'r fasged.

Sŵn – Mae sŵn blanced argyfwng, y clonc wrth i eitemau ddisgyn mewn tun, canu clychau, a curo gwrthrychau gyda'i gilydd yn ychwanegu at y synau y gall y baban a/neu'r eitemau eu creu.

Arogl – Bydd gan bob un o'r eitemau eu harogl unigryw, ond gellir cynnwys bagiau bach o ddeunydd wedi'u llenwi ag arogleuon naturiol fel lafant neu saets yn y fasged.

Golwg – Llenwch y fasged gydag amrywiaeth o ddeunyddiau sgleiniog, metel, a phren, a dangoswch ystod o liwiau a siapiau i'w harchwilio.



Hughes, A, (DIM DYDDIAD)



Yorkshire Council, (2017)

Gweithgareddau – Damcaniaeth Elinor Goldschmied a sut hyn cefnogi plant yn y 1000 Diwrnod Cyntaf?

Dyma enghraifft o'r 'Basged Drysor' a grëwyd gydag ysbrydoliaeth o ddamcaniaeth Elinor Goldschmied. Mae gwybodaeth gan Yorkshire Council, (2017) wedi fy nghefnogi i ddewis pa eitemau a pham mae'r eitemau hynny'n cefnogi babanod. Mae'n cynnwys -.

- Rhubanau seren
- Gefnogi'r baban gyda theimlad
- Hydoedd gwahanol
- Lliw, siapiau
- Datblygiad gwybyddol.



- Dau sgwrwyr metel
- Gefnogi teimlad a synhwyraidd
- Y disgleirio a'r lliw
- Datblygiad gwybyddol.



- Dyma ddwy 'bêl straen'
- Chwarae synhwyraidd
- Sgiliau echddygol manwl.
- Cefnogi cyffyrddiad a theimlad



- Tun bwyd
- Lliw, ei synau a'i gribau.
- Clyw'r baban ac archwilio wrth roi pethau i mewn ac allan ohono.



- Potel blastig i roi grawn sych, ceirch ynddo.
- Sain a chlyw'r baban
- Chwarae synhwyraidd.



- Offer cegin bren
- Babanod ddysgu am y pren teimlad
- Gwahanol sŵn y gellir ei wneud



- Flociau pren
- Gefnogi cyffwrdd
- Sgiliau echddygol manwl gydag adeiladu
- Datblygiad gwybyddol.



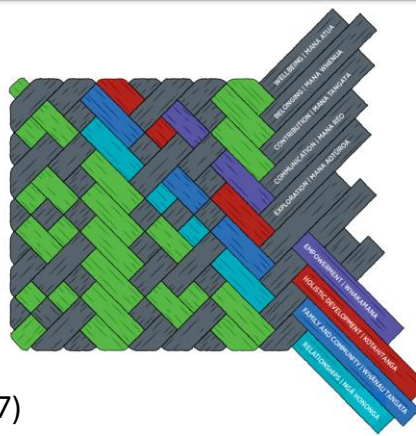
- Grawnfwyd shreddies yma fel plât 'grawnfwyd'
- Gefnogi cyffwrdd, blas
- Chwarae synhwyraidd.

Dull Rhyngwladol

Mae'r Ministry Of Education, (2017) yn honni bod y Te Whaariki wedi'i adeiladu i gefnogi babanod yn benodol. Yn ôl Y Ministry Of Education, (2017), mae Te Whaaeiki yn dilyn sawl llinyn er mwyn gallu cyrraedd eu nodau a'u canlyniadau i fabanod gyrraedd eu llawn botensial mewn bywyd. Er enghraifft, y nod ar gyfer lles yn y llinyn cyntaf yw hybu iechyd ac amddiffyn babanod rhag perygl. Mae hyn yn cefnogi'r canlyniad dysgu o gadw'n iach a gofalu amdanynt eu hunain. Yn ail, nod perthyn yw cefnogi'r cysylltiad â'r teulu a'r gymuned ehangach, gan helpu i ddysgu am ffiniau a therfynau. Mae hyn yn darparu'r canlyniad dysgu o allu cysylltu â'r teulu a dysgu a deall rheolau.

Yn ogystal, y nod ar gyfer hyrwyddo cyfraniad yw annog dysgu a chwarae gydag eraill, tra hefyd yn datblygu sgiliau trwy archwilio cyfleoedd amrywiol i ddysgu mewn ffyrdd gwahanol. Mae'r cyfathrebu yn hyrwyddo'r nod o ddatblygu a phrofi straeon, sgiliau cyfathrebu, a defnyddio symbolau. Mae hyn yn annog babanod i ddysgu ac adnabod dulliau cyfathrebu amrywiol o fewn eu diwylliant, gan helpu i'w hyrwyddo.

Yn olaf, mae nod archwilio, sef y llinyn olaf, yn cynnwys meithrin gwerthfawrogiad, magu hyder, a dysgu trwy archwilio. Mae hyn yn hyrwyddo dychymyg, hyder annibynnol, a sgiliau datrys problemau.



Cwricwlwm Newydd I Gymru

Mae Te Whaariki a Chwricwlwm Newydd Cymru yn debyg wrth osod dibenion i ddarparu cyfleoedd dysgu gorau i blant gyrraedd eu potensial llawn. Equal Education Partners, (2023) yn honni mai pwrpas cyntaf Dysgwyr Galluog, Uchelgeisiol trwy fwynhau heriau, gofyn cwestiynau, ceisio datrys problemau. Hefyd o fewn y pedwar diben, mae Equal Education Partners, (2023) yn haeru bod plant Cyfranwyr Mentrus, Creadigol yn barod i ddysgu trwy chwarae ac i fynegi eu hunain trwy emosiynau a dychymyg tra hefyd yn cymryd cyfleoedd. Bydd Dinasyddion Moesegol, Gwybodus yn meddwl am eu penderfyniad ac yn gwerthfawrogi ac yn parchu unigolion eraill yn y gymuned. Yn olaf, yn debyg i Te Whaariki, bydd gan Unigolion Iach, Hyderus hyder ac empathi datblygedig, hyder i gymryd rhan a goresgyn heriau. Cymryd rhan yn gorfforol a ffurfio perthnasoedd dibynadwy.



Hwb, (2025)

Cyfeirnodi

Australia HealthDirect, (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 yn: <https://www.pregnancybirthbaby.org.au/the-first-1000-days> Cyrchwyd ar 12/1/ 2025

Brodie, K. (2018). *The Holistic Care and Development of Children from Birth to Three*. New York: Taylor and Francis Group, pp.17–27. Ar gael yn:

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/trinity/reader.action?docID=5257704&ppg=30> Cyrchwyd ar 16 /1/ 2025

Bust, E. and Pedro, A. (2020). 'Your baby's life depends on those first 1000 days': community health workers' perspectives of the first 1000 days of life. *Early Child Development and Care*, pp.1–10. Ar gael yn; <https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1815720> Cyrchwyd ar 12/1/2025

CDC (2020). *Infants & Toddlers (Approximate Ages 0-3) | Parent Information* | CDC. Centers for Disease Control and Prevention. Ar gael yn:

<https://www.cdc.gov/parents/infants/index.html> Cyrchwyd ar 17/1/2025

Cyngor Abertawe (2023). *ALN - Support for learning difficulties and additional learning needs*. Swansea; Cyngor Abertawe. Ar gael yn:

<https://www.swansea.gov.uk/article/17059/ALN---Support-for-learning-difficulties-and-additional-learning-needs> Cyrchwyd ar 18/1/2025

Education Scotland (2020). *Partnership Working*. YouTube; Scotland. Ar gael yn: <https://www.youtube.com/watch?v=mAogUBEqngo> Cyrchwyd ar 18/1/2025

Equal Education Partners (2023). *Curriculum for Wales: The Four Purposes*. Wales; Equal Education Partners. Ar gael yn: <https://equaleducationpartners.com/blog/curriculum-for-wales-the-four-purposes/> [Cyrchwyd ar 18/1/2025

Family Information Service Carmarthenshire (DIM DYDDIAD). *Carmarthenshire Family Information Service*. Wales; Carmarthenshire Family Information Service. Ar gael yn:

<https://fis.carmarthenshire.gov.wales/> Cyrchwyd ar 16/1/2025

Freud, A. (2024). *Engage with all parents and carers*. Anne Freud. Ar gael yn: <https://www.annafreud.org/resources/schools-and-colleges/5-steps/working-together/engage-with-all-parents-and-carers/> Cyrchwyd ar 16/1/2025

Friedlander, S. and Perks, B. (2022). *Caregiver mental health and well-being: The key to thriving families*. UNICEF. Ar gael yn: <https://www.unicef.org/blog/caregiver-mental-health-well-being-key-thriving-families> Cyrchwyd ar 14/1/2025

Cyfeirnod

- GIG Cymru (2023). *First 1000 Days A Public Health Approach to Supporting Parents*. Wales; Llywodraeth Cymru. Ar gael yn: <https://phw.nhs.wales/topics/the-first-1000-days-programme/resources/a-public-health-approach-to-supporting-parents-summary-report/> Cyrchwyd ar 15/1/2025
- Gloucestershire Healthy Living and Learning (2024). *ACEs - Adverse Childhood Experiences*. Gloucestershire: Gloucestershire Healthy Living and Learning. Ar gael yn: <https://www.ghll.org.uk/whole-school-approach/aces---adverse-childhood-experiences/> Cyrchwyd ar 17/1/2025
- GOV.UK (2012). *Children with Special Educational Needs and Disabilities (SEND)*. UK. Ar gael yn: <https://www.gov.uk/children-with-special-educational-needs> Cyrchwyd ar 17/1/2025
- Hennah (2024). *What are Challenging Behaviors?* Goally Apps & Tablets for Kids. Ar gael yn: <https://getgoally.com/blog/neurodiversopedia/challenging-behaviors/> Cyrchwyd 17/1/2025
- Hughes, A. (n.d.). *Elinor Goldschmied & treasure baskets*. Froebel Trust. Ar gael yn: <https://www.froebel.org.uk/training-and-resources/elinor-goldschmied-treasure-baskets> Cyrchwyd ar 18/1/2025
- Hwb (2025). *View - Hwb*. Gov.wales. Ar gael yn: <https://hwb.gov.wales/playlists/view/882beb78-987a-4191-b55c-9882206e82ad/en/8> Cyrchwyd ar 18/1/2025
- Iechyd a Gofal Digidol Cymru (n.d.). *Cynlluniau Ysgolion Iach - Rhwydwaith Cymru*. Wales; Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/cynlluniau-ysgolion-iach-rhwydwaith-cymru/> Cyrchwyd ar 15/1/2025
- Kanekin (2019). *What is the first 1,000 days of life?* Idsmed. Ar gael yn: <https://www.idsmed.com/my-en/news/what-is-the-first-1000-days-of-life/462.html> Cyrchwyd ar 12/1/2025.
- Likhar, A. and Patil, M.S. (2022). *Importance of Maternal Nutrition in the First 1,000 Days of Life and Its Effects on Child Development: A Narrative Review*. p.2. Ar gael yn: https://moodle.uwtsd.ac.uk/course/format/tiles/mod_view.php?cmid=632672 Cyrchwyd ar 15/1/2025
- Ministry of Education (2017). *Te Whāriki He whāriki mātauranga mō ngā mokopuna o Aotearoa Early childhood curriculum. Early Childhood Curriculum*. New Zealand: New Zealand Government, pp.11–25. Ar gael yn: <https://assets.education.govt.nz/public/Documents/Early-Childhood/ELS-Te-Whariki-Early-Childhood-Curriculum-ENG-Web.pdf> Cyrchwyd ar 19/1/2025
- Muglia, L., Tong, S., Ozanne, S. and Benhalima, K. (2024). *Maternal factors during pregnancy influencing maternal, fetal and childhood outcomes*. bimedcentral. Ar gael yn: <https://www.biomedcentral.com/collections/maternalfactors> Cyrchwyd ar 16/01/2025

Cyfeirnodi

Palphreyman, D. (2023). *What is ELSA Intervention?* ELSA Support. Ar gael yn: <https://www.elsa-support.co.uk/what-is-elsa-intervention/> Cyrchwyd ar 18/1/2025

PembrokeshireCountyCouncil (2017). *Family Information Service*. Wales; Pembrokeshire.gov.uk. Ar gael yn: <https://www.pembrokeshire.gov.uk/family-information-service> Cyrchwyd ar 16/1/2025

Public Health Network Cymru (2017). *Adverse Childhood Experiences (ACEs)*. UK; YouTube. Ar gael yn: <https://www.youtube.com/watch?v=XHgLYI9KZ-A> Cyrchwyd ar 16/1/2025

Purvis, S. (2024). *The First 1000 Days – Feel Well Nutrition*. Feelwellnutrition. Ar gael yn: <https://www.feelwellnutrition.com.au/fertility/hello-world/> Cyrchwyd ar 16/1/2025

Reflective PGCE. (2013). *How is inclusion enacted in the classroom?* Ar gael yn: <https://reflectivepgce.wordpress.com/including-all-learners-2/i-c-t-and-inclusion/> Cyrchwyd ar 12/1/2025

Schwarzenberg, S.S. and Georgieff, M.K. (2018). *Advocacy for Improving Nutrition in the First 1000 Days to Support Childhood Development and Adult Health*. p.Volume 141. Ar gael yn: https://moodle.uwtsd.ac.uk/course/format/tiles/mod_view.php?cmid=515965 Cyrchwyd ar 15/1/2025

Sd.gov. (2019). *First 1000 Days*. South Dakota; South Dakota Department of Health. Ar gael yn: <https://doh.sd.gov/topics/mch/pregnancy-early-childhood/first-1000-days/> Cyrchwyd ar 12/1/2025

Sprouts (2018). *The Attachment Theory - How Your Childhood Affects Your Relationships*. YouTube. Ar gael yn: <https://www.youtube.com/watch?v=WjOowWxOXCg> Cyrchwyd ar 15/1/2025.

The Challenging Behaviour Foundation (2022). *Working in Partnership*. Challenging Behaviour Foundation. Ar gael yn: <https://www.challengingbehaviour.org.uk/what-we-do/sharing-best-practice/working-in-partnership/> Cyrchwyd ar 16/1/2025

The Pikler Approach (DIM DYDDIAD). *Benefits and Principles About the Pikler Approach*. UK; PiklerUK Association. Ar gael yn: <https://pikler.co.uk/about> Cyrchwyd ar 15/1/2025

Thomas, G. (2025). *Their future: our priority? Childcare in Wales*. Wales; Senedd.wales. Ar gael yn: <https://research.senedd.wales/research-articles/their-future-our-priority-childcare-in-wales/> Cyrchwyd ar 15/1/2025

Cyfeirnod

twinkl (2022). *Childcare Worker*. UK; Twinkl. Ar gael yn: <https://www.twinkl.co.uk/teaching-wiki/child-care-worker> Cyrchwyd ar 16/01/2025

UNICEF (2015). *The First 1000 Days*. YouTube. Ar gael ynt: <https://www.youtube.com/embed/mpyD19Sliaw> cyrchwyd ar 10/1/2025

What Works Scotland(DIM DYDDIAD). *Partnership | What Works Scotland*. Scotland; What Works Scotland. Ar gael yn: <https://whatworksscotland.ac.uk/key-messages-about-psr-in-scotland/partnership/> Cyrchwyd ar 16/1/2025

Yates, D. (2015). *Do the first 1000 days determine the rest of your life?* | DeeDee Yates | *TEDxWindhoek*. YouTube. Ar gael yn: <https://www.youtube.com/watch?v=XCscN4zuvd4>. Cyrchwyd ar 18/1/2025

Yorkshire Council (2017). *Quality Improvement Toolkits North Yorkshire County Council Treasure Baskets*. Yorkshire; North Yorkshire County Council; Quality Improvement Toolkit, pp.8–9. Available at: https://cyps.northyorks.gov.uk/sites/default/files/Early%20years/Maintaining%20and%20Improving%20Quality/Treasure_baskets%20-%20toolkit.pdf Cyrchwyd ar 18/1/2025