



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
University Health Board

SIROEDD CONWY A DINBYCH
TÎM NIWRODDATBLYGIADOL

GWEITHGAREDDAU I DDATBLYGU PROSESU CYFFYRDDOL AR GYFER PLENTYN SYDD AG SYSTEM SYNHWYRO CYFFYRDDOL NAD YW'N DDIGONOL YMATEBOL



- Anogwch y plentyn i ymolchi gan ddefnyddio sebon ansoddedig ac i ddefnyddio sgwrwyr bath o ansoddau gwahanol. Gall defnyddio sebon a sgwrwyr o ansoddau gwahanol helpu o ran gwella cyffyrddiad.
- Cynigiwch gyfleoedd i'r plentyn gymryd rhan mewn gweithgareddau pwysedd dwfn, rhedeg, bownsio, dringo, trampolinio, ymlusgo, defnyddio offer cae chwarae, marchogaeth, nofio ac ati. Bydd hyn hefyd yn helpu i ddatblygu prosesau Propiodderbyngar a Festibiwlaid.
- Anogwch y plentyn i archwilio ansoddau gwahanol h.y. toes chwarae, toes halen, papur tywod, hancesi papur, pwti, tywod, dŵr, cardbord, ac ati. Mae gwneud gludweithiau o eitemau o ansoddau gwahanol yn ffordd ardderchog o'u defnyddio.
- Anogwch y plentyn i adnabod eitemau gwahanol heb eu gweld, h.y. cuddio gwrthrychau mewn bocs neu fag cyffyrddol a gofynnwch i'r plentyn eu hadnabod trwy gyffwrdd â nhw'n unig.
- Gall cuddio eitemau mewn pys melyn, tywod, ewyn pacio, reis ac ati fod yn effeithiol iawn hefyd.
- Gall tylino'r dwylo helpu i ddeffro'r system gyffyrddol hefyd.
- Chwaraewch gemau clapio a gemau eraill sy'n cynnwys y dwylo neu'r bysedd h.y. Peter Pointer, one potato, two potato, high fives, cymryd arnoch chwarae offerynnau cerddorol, ac ati,
- Defnyddiwch lyfrau cyffyrddol/gwaeadog wrth ddarllen gyda'r plentyn h.y. ansoddau gwahanol i gynrychioli anifeiliaid gwahanol, ffwr ar gyfer y gath, plu ar gyfer yr aderyn, ffelt ar gyfer buwch ac ati

Mae'r uchod yn un o blith nifer o syniadau y gellir eu defnyddio i ddatblygu prosesu cyffyrddol. Rwy'n siŵr y byddwch yn meddwl am lawer o rai eraill.