Plentyndod Chwareus

Sut bydd plant yn chwarae ar wahanol oedrannau

Mae chwarae'n hwyl. Mae'n dda ar gyfer dysg dy blentyn a'u ddatblygiad iach, beth bynnag fo'u hoed. Bydd cael profiad chwarae da yn eu helpu i ddatblygu sgiliau y gallant eu defnyddio wrth dyfu a dechrau crwydro'n annibynnol trwy'r byd.

Yn ystod blynyddoedd cynnar bywyd dy blentyn, mae'n bwysig ichi chwarae gyda'ch gilydd. Bydd hyn yn helpu i greu perthynas glós (neu ymlyniad) rhwng y ddau ohonoch. Mae hefyd yn helpu dy blentyn i ddatblygu eu sgiliau iaith a chymdeithasol.

Wrth i dy blentyn dyfu'n hŷn byddant eisiau mwy o annibyniaeth, a chwarae gyda'u ffrindiau yn bellach i ffwrdd – oddi wrthot ti a'ch cartref. Hyd yn oed os gall plant ymddangos yn ofidus weithiau, chwarae yw'r ffordd iach i blant ddod i delerau â newyddion ac mae'n rhoi cipolwg i rieni a gofalwyr ar sut maen nhw'n teimlo.

Chwarae trwy gydol plentyndod

Chwarae yn ystod y chwe mis cyntaf

Yn y dyddiau cynnar, bydd chwarae'n helpu i ysgogi synnwyr golwg, clyw, cyffyrddiad a symudiad dy fabi. Bydd chwarae gemau fel 'pi-po!' (ffordd hwyliog, garedig i gyflwyno ansicrwydd), canu, rhoi pethau i dy fabi gydio a chythru ynddyn nhw yn dy helpu di a dy fabi i greu perthynas glos. Bydd hefyd yn gadael i dy fabi wybod dy fod yn berson chwareus a llawn hwyl.

Chwarae i fabis

O chwe mis i flwydd oed, bydd gemau'n dal i fod yn boblogaidd gyda dy fabi. Wrth iddyn nhw lwyddo i symud mwy, byddant hefyd am gropian, rowlio a symud o gwmpas. Byddant yn defnyddio eu corff cyfan i ddysgu am eu hunain, amdanat ti ac oedolion eraill sy'n agos atyn nhw, a'r byd o'u hamgylch. Bydd hyn yn cynnwys y synhwyrau, fel golwg, clyw a blas.

Chwarae i blant bach

Bydd dy blentyn bach yn dysgu siarad, gan godi geiriau newydd trwy'r amser. Maen nhw hefyd yn naturiol chwilfrydig, ac mae eu sylw'n cael ei dynnu gan bethau newydd a gwahanol. Maen nhw'n dal i ddysgu mwy a mwy am eu byd gan ddefnyddio eu synhwyrau – er enghraifft, gwahanol flasau, arogleuon a gweadau.

Mae'n bwysig i dy blentyn bach chwarae gyda deunyddiau naturiol fel brigau, cerrig, dail, pridd, gwair, mwd a dŵr. Mae'n debyg y byddan nhw'n mwynhau sblasio, padlo a baeddu.

Bydd symudiad dy blentyn bach yn gwella ac fe fyddan nhw'n chwilio am gyfleoedd i falansio, dringo, a chuddio o dan bethau (fel byrddau a chadeiriau). Gallwn gael ein temtio i roi stop ar hyn neu i geisio helpu – ond mae'n bwysig peidio ag ymyrryd oni bai eu bod mewn perygl. Bydd bydd caniatáu'r math hyn o weithgareddau'n helpu dy blentyn bach i ddysgu am eu corff a'r hyn y gall (ac na all) ei wneud ar hyn o bryd.

Chwarae i blant tair i bum mlwydd oed

Mae plant ifanc yn dal i fwynhau bod y tu allan. Bydd dy blentyn yn hoffi archwilio llwyni, coed a glaswellt tal. Byddant yn mwynhau chwarae gyda'r elfennau – mae chwarae yn y glaw, tyllu yn y tywod, rhedeg yn y gwynt a gwylio tân i gyd yn hwyl.

Bydd dy blentyn yn dechrau ceisio creu pethau gyda blociau adeiladu, darnau o ddefnydd a bocsys cardbord. Bydd hyn yn eu helpu i ddatblygu cydsymudiad a dysgu am faint a siâp.

Mae gallu chwalu pethau'n rhan o'r hwyl. I blentyn yr oed yma, mae gwneud rhywbeth yn llawer pwysicach na'r cynnyrch terfynol – pan fyddant yn taro rhywbeth a'i chwalu, fyddan nhw ddim yn ystyried eu bod nhw'n 'difetha' yr hyn y maent wedi ei greu, felly mae'n bwysig i ninnau edrych arno yn yr un ffordd.

Chwarae i blant pump i wyth oed

Mae'n bosibl y bydd plant yr oed yma'n dechrau cymryd rhan mewn gweithgareddau a chlybiau mwy strwythuredig. Yn ogystal â mwynhau'r rhain, ceisia wneud yn siŵr bod dy blentyn yn cael digon o amser i ddewis sut, beth a phryd y mae'n chwarae – a gyda phwy y maent am chwarae.

Bydd dy blentyn yn dechrau bod yn fwy dychmygol yn ei chwarae. Mae'n bosibl hefyd y byddant yn mwynhau chwarae'n wyllt gyda'u ffrindiau. Fydd hyn ddim yn hawdd i'w wylio bob amser, gan y gall edrych yn debyg i ymladd – ond bydd caniatáu'r math yma o chwarae'n helpu dy blentyn i ddysgu am eu corff, eu cryfder, a sut i chwarae gyda phlant eraill. Bydd hefyd yn eu helpu i ddatblygu'r sgiliau a'r hyder i ofalu am eu hunain.

Bydd dy blentyn yn dal i fwynhau chwarae'r tu allan ac mae'n debyg y byddant am fod yn fwy annibynnol. Mae hon yn adeg dda i'w helpu i ddod i adnabod eich cymdogaeth a'ch cymdogion.

Ceisia beidio defnyddio car i deithio o gwmpas dy gymdogaeth leol, er mwyn i dy blentyn ddod i adnabod y strydoedd lleol. Bydd cerdded i ag o siopau lleol, yr ysgol a'r parc yn rhoi cyfle ichi siarad am sut i gadw'n ddiogel, gan feddwl

am atebion gyda'ch gilydd. Bydd hyn yn ddefnyddiol pan ddaw'n amser i dy blentyn fynd allan i grwydro'n fwy annibynnol.

Chwarae i blant wyth i ddeuddeg oed

Mae plant yn dal i fod yn greadigol iawn yn y cyfnod hwn – er enghraifft, yn creu caneuon a dawnsiau ac eisiau adeiladu a chreu pethau.

Mae'n bosibl y bydd dy blentyn yn mwynhau gweithgareddau heriol fel ffordd i brofi eu hunain. Bydd hyn yn eu helpu i ddysgu sut i gadw eu hunain yn ddiogel. Mae'n bosibl y bydd eu gemau, weithiau, yn ymddangos yn rhy beryglus – cofia nad yw'r mwyafrif o blant am anafu eu hunain ac mae chwarae fel hyn yn eu helpu i weithio allan yr hyn y maent yn gallu ei wneud (neu beidio) ar hyn o bryd.

Mae'n debyg y bydd dy blentyn yn hoffi bod allan yn crwydro gyda'i ffrindiau. Efallai y byddant eisiau – ac yn gallu – crwydro ymhellach o gartref.

Chwarae i arddegwyr

Mae ffrindiau a grwpiau o gyfeillion yn bwysig i dy blentyn yn ei arddegau ac efallai y byddant am ymgasglu a chymdeithasu mewn parciau a mannau cyhoeddus eraill. Gall hyn achosi tensiwn, oherwydd, er eu bod efallai'n edrych yn rhy hen i fod yn chwarae mewn ardaloedd chwarae, bydd arddegwyr yn dal angen chwarae.

Bydd arddegwyr yn aml yn chwarae gyda'u hunaniaeth. Efallai y byddant yn arbrofi gyda ffasiwn a newid steil eu gwallt ac archwilio gwahanol fathau o gerddoriaeth.

Mae perthnasau ar-lein yn rhan bwysig o ddatblygiad arddegwyr. Mae'r cyfryngau cymdeithasol fel Snapchat, Instagram ac YouTube yn helpu dy blentyn yn ei arddegau i gadw mewn cysylltiad â'u ffrindiau, gwneud trefniadau, a theimlo bod cysylltiad rhyngddynt.

Mae'n hanfodol iti annog ymddygiad priodol ar-lein, yn union fel y byddi all-lein. Mae hefyd yn gwbl dderbyniol iti ofyn i dy blentyn yn ei arddegau beth mae'n ei wneud ar-lein. Bydd siarad am hyn gyda'ch gilydd yn dy helpu i ddatblygu gwell dealltwriaeth o'u byd.

Am syniadau, cer i'n gwefan: www.plentyndodchwareus.cymru