



Ysgol Pentreuchaf

7. Polisi Addysg Bywyd a Pherthnasedd

Enw'r unigolyn/unigolion â chyfrifoldeb am Addysg Bersonol a Chymdeithasol: **Fflur Griffith**

Cyflwyniad i'r polisi:

Mae'r Ysgol yn cymryd rhan yng Nghynllun Ysgolion Iach Gwynedd ac fel rhan o'r gwaith i ddatblygu Addysg Bersonol a Chymdeithasol yn adolygu polisi Addysg Bywyd/Rhyw & Pherthnasedd yn y Cyfnod Sylfaen a Chyfnod Allweddol 2.

Mae'r Fframwaith Addysg Bersonol a Chymdeithasol (APADGOS) 2008 yn yr adran Iechyd a Lles yn nodi:- *Gellir helpu dysgwyr i gynnal eu hiechyd a'u lles emosiynol a chorfforol, cynnal eu twf a'u datblygiad, a gwybod sut i'w diogelu eu hunain. Wrth i blant a phobl ifanc ddatblygu'n rhywiol, mae angen iddynt ddeall newidiadau corfforol, rheoli teimladau rhywiol a mwynhau cydberthynasau diogel, cyfrifol a hapus. Gellir galluogi'r dysgwyr hefyd i archwilio'u teimladau, datblygiadau hunanymwybyddiaeth a hunan barch, a datblygu eu hunan-dyb.*

Y Broses Ymgynghori:

- Rydym yn ymgynghori â rhieni'r ysgol trwy rannu gwybodaeth am gynnwys y gwersi yn Llawlyfr Ysgol yn flynyddol ac yn rhoi cyfle iddynt ystyried y cynlluniau a mynegi barn drwy holiadur blynyddol hefyd.
- Bydd yr ysgol yn rhoi cyfle i ddisgyblion CA2 arfarnu Addysg Bywyd/Rhyw & Pherthnasedd ar ddiwedd yr rhaglen er mwyn iddynt gael y cyfle i leisio'i barn er mwyn addasu'r gwersi os bydd angen.

Hawliau Rhieni i eithrio eu plant:

- Mae gan rieni'r hawl i eithrio eu plant o'r elfennau hynny nad yw'n rhan o'r Cwricwlwm Cenedlaethol 2008.
- Os oes gan riant/gofalwyr bryder mae croeso iddynt ddod i'r Ysgol i drafod gyda'r Pennaeth.
- Mae'r trefniant hwn wedi ei nodi yn llawlyfr yr Ysgol.

Pwrpas ac amcanion Addysg Bywyd a Pherthnasedd yn yr Ysgol Gynradd:

- Dysgu am gylch bywyd
- I gadw'r disgyblion yn ddiogel trwy eu helpu i adnabod ac ymateb i ymddygiad annerbyniol gan oedolion a phlant eraill
- I helpu'r disgyblion ddod yn ymwybodol o wahanol sefyllfaoedd bywyd gan bwysleisio pwysigrwydd moesol
- I helpu'r disgyblion siarad am faterion sy'n ymwneud â'r corff a pherthnasedd heb embaras
- I ddarparu gwybodaeth am:
 - enwau rhannau'r corff er mwyn gwahaniaethu rhwng gwryw a menyw
 - cyffyrddiad priodol ac amhriodol
 - perthynas cariadus
 - newidiadau glasoed
 - y broses atgenhedlu
 - tyfiant y baban yn y groth a genedigaeth
 - anghenion babanod a chyfrifoldebau rhieni
- Cychwyn paratoi'r disgyblion am y penderfyniadau y byddant yn eu gwneud yn y dyfodol a'r profiadau maent yn debyg o wynebu.
- I helpu'r disgyblion i addasu i newidiadau yn y teulu.
- I helpu'r disgyblion i ddeall eu teimladau nhw eu hun a theimladau pobl eraill.
- Dysgu'r disgyblion i barchu eu hunain ac eraill.

Iechyd a Lles Emosiynol

(Fframwaith Cyfnod Sylfaen/Fframwaith Addysg Bersonol a Chymdeithasol 2008)

Deilliannau Cyfnod Sylfaen - Datblygiad Personol a Chymdeithasol,
Lles ac Amrywiaeth Ddiwylliannol

Deilliant 2 - Cyfnod Sylfaen.

'Bydd y plant yn dod yn ymwybodol o'u teimladau a'u hemosiynau eu hunain, a byddant yn dechrau uniaethu a theimladau ac emosiynau pobl eraill. Byddant yn dechrau datblygu ymwybyddiaeth i ddiogelwch personol.'

Deilliant 3 Cyfnod Sylfaen.

'Byddant yn adnabod ymddygiad priodol ar gyfer gwahanol sefyllfaoedd ac ymateb i reswm.'

Dylid rhoi cyfleoedd i ddisgyblion:-

- gwerthfawrogi eu lles eu hunain a lles pobl eraill, a chyfrannu ato
- bod yn ymwybodol o'u teimladau eu hunain a datblygu'r gallu i'w mynegi mewn ffordd briodol
- deall y berthynas rhwng teimladau a gwerthoedd, a deall bod gan bobl eraill deimladau.
- tyfu'n annibynnol o safbwynt diwallu eu hanghenion o ran hylendid personol, a bod yn ymwybodol o ddiogelwch personol
- gofyn am gymorth pan fo angen
- mynegi a chyfleu gwahanol deimladau ac emosiynau - rhai eu hunain yn ogystal â rhai pobl eraill
- bod yn ymwybodol o anghenion pobl eraill a'u parchu
- cymryd cyfrifoldeb am eu gweithredoedd eu hunain

Erbyn diwedd y Cyfnod Sylfaen mi fydd y disgyblion yn adnabod rhannau rhywiol o'r corff er mwyn gwahaniaethu rhwng gwryw a menyw. Y termau y byddwn yn ei defnyddio ar gyfer gwryw yw pidyn a cheilliau a'r eirfa ar gyfer benyw yw bronau a gwain/fagina. Mi fydd y termau yma yn cael eu defnyddio wrth gyfeirio at y rhannau yma o'r corff wrth drafod y pwnc o fewn yr ysgol.

Cyfnod Sylfaen	
Enw rhannau o'r corff er mwyn gwahaniaethu rhwng gwryw a menyw	cynllun gwersi amser cylch, taflen bachgen/merch, labeli rhannau o'r corff, golau traffig
Cyffwrdd priodol ac amhriodol	Taflenni o becyn Addysg Bywyd Ysgolion Iach:- cynllun gwersi amser cylch, golau traffig, taflen cyffwrdd, taflen cyfrinachau a theimladau, person cas, wrth bwy fedrai ddweud, fi fy hun

Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Lles ac Amrywiaeth Ddiwylliannol
Deilliannau Dysgu Cyfnod Allweddol 2

Cyfnod Allweddol 2

Dylid rhoi cyfleoedd i'r disgyblion wybod a ddeall:-

- y nodweddon a manteision corfforol ac emosiynol sy'n gysylltiedig â ffordd iach o fyw
- y rhesymau dros y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod glasod gan gynnwys cenhedliad, beichiogrwydd a genedigaeth
- ystod eu teimladau a'u hemosiynau eu hunain a theimladau ac emosiynau pobl eraill
- pwysigrwydd diogelwch personol
- sut i wahaniaethu rhwng cyffyrddiadau priodol a chyffyrddiadau amhriodol
- beth y dylid ei wneud neu at bwy y dylid mynd pan na fyddant yn teimlo'n ddiogel

Erbyn blwyddyn 6 mi fydd yr ysgol yn sicrhau bod y disgyblion yn ymwybodol o'r rhesymau dros y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod glasod gan gynnwys cenhedliad, beichiogrwydd a genedigaeth.

Cyfnod Allweddol 2		
Blwyddyn ysgol	Addysg Personol a Chymdeithasol	Adnoddau
Blwyddyn 3 a 4	<u>Iechyd a lles emosiynol:</u> -deall pwysigrwydd diogelwch personol -deall beth y dylid ei wneud neu at bwy y dylid mynd pan na fyddant yn teimlo'n ddiogel -cymered cyfrifoldeb cynyddol dros gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac yn iach -bod yn bendant ac ymwrthod a dylanwad na ddymunir gan gyfoedion a phobl eraill	Taflenni o becyn Addysg Bywyd Ysgolion Iach:- ffrind da, siart teimladau, fy nghyfrifoldebau sy'n newid, perthynas, cyfrinach dda/ddrwg, taflen mapio gwersi pecyn Sense

	<p><u>Dinasyddiaeth weithgar:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -gwerthfawrogi teulu a ffrindiau fel ffynhonnell o gymorth i'w gilydd -deall y manteision o gael teulu a ffrindiau, a'r problemau sy'n gallu codi -deall sefyllfaoedd sy'n esgor ar wrthdaro a natur bwlio -datblygu parch atynt hwy eu hunain ac at bobol eraill -deall eu hawliau -deall y manteision o gael teulu a ffrindiau 	
--	--	--

Cyfnod Allweddol 2		
Blwyddyn ysgol	Addysg Bersonol a Chymdeithasol	Adnoddau
Blwyddyn 5 a 6	<p><u>Iechyd a lles emosiynol:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -deall y rhesymau dros y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod glasoed gan gynnwys cenhedliad - deall ystod eu teimladau a'u hemosiynau eu hunain ac eraill -cymered cyfrifoldeb cynyddol dros gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac yn iach -deall pwysigrwydd diogelwch personol -deall beth y dylid ei wneud neu at bwy y dylid mynd pan na fyddant yn teimlo'n ddiogel <p><u>Datblygiad moesol ac ysbrydol:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -deall sut mae gwerthoedd diwylliannol a chredoau crefyddol yn llywio'r ffordd y mae pobl yn byw -gwerthfawrogi amrywiaeth a chydabod pwysigrwydd cyfle cyfartal 	<p>Taflenni o becyn Addysg Bywyd Ysgolion Iach:- rheolau/cytundeb dosbarth, cynlluniau gwersi CD Sense - glasoed a hylendid, rhyw,</p> <p>Taflen mapio gwersi pecyn Sense</p> <p>Ffurflen arfarnu gwersi Addysg Bywyd a Pherthnasoedd</p>

Cyflwyno'r Cwricwlwm Addysg Bywyd/Rhyw a Pherthnasedd yn yr Ysgol:

Cyflwynir Addysg Bywyd i ddisgyblion trwy:

- sesiynau Amser Cylch
- trwy bynciau penodol yn y Cwricwlwm Cenedlaethol e.e. Gwyddoniaeth
- bynciau trawsgwricwlaidd
- gyfleoedd anffurfiol e.e. croesawu mamau i ddod i siarad â phlant am anghenion babanod

Bydd cynnydd mewn dysgu yn cynnwys datblygu ac ymestyn y testun uchod ar adegau pendant yn y Cyfnod Sylfaen a Chyfnod Allweddol 2 drwy ddatblygiad graddol mewn gwybodaeth a dealltwriaeth, sgiliau a gwerthoedd.

Arfer dda mewn rhaglenni Addysg Bywyd a Pherthnasoedd:

Mae'r Ysgol yn adnabod yr arfer dda ganlynol a bydd staff yn eu mabwysiadu fel egwyddorion sylfaenol i raglenni Addysg Bywyd/Rhyw a Pherthnasoedd

- athrawon hyderus sydd wedi derbyn hyfforddiant addas
- ymgynghori â disgyblion
- ymgynghori â rhieni
- penderfynu ar gytundeb dosbarth sylfaenol gyda'r plant
- technegau ymbellhau
- technegau dysgu anffurfiol/ymarferol
- gwaith grŵp

- athrawon yn sicrhau nad yw eu cred bersonol yn dylanwadu ar y rhaglen
- canllawiau clir ar ffiniau a chyfrinachedd
- Blwch Cwestiynau

Canllawiau ar faterion penodol ymwelwyr ac asiantaethau sy'n cyfrannu at Addysg Bywyd/Rhyw a Pherthnasoedd:

- Mi fydd yr ysgol yn sicrhau bod unrhyw ymwelwyr proffesiynol ac ymwelwyr o'r gymuned sy'n cyfrannu at raglenni ABCh yn ymwybodol o'r polisi hwn ac yn cytuno i'w ddilyn.
- Bydd athrawon yn trafod cyfraniadau cyn i'r ymwelwyr wneud cyflwyniadau i'r disgyblion i sicrhau eu bod yn addas ac yn gweddu i bolisi'r ysgol
- Cyfrinachedd (gweler isod)

Cyfrinachedd

Dylid nodi na all athrawon gynnig cyfrinachedd diamod. Os ydy'r plant yn datgelu eu bod yn cael eu cam-drin neu ddweud rhywbeth sy'n achosi'r athrawon i feddwl eu bod dan beryg o gael eu cam-drin rhaid dilyn Canllawiau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan.

Bydd yr athrawon yn trafod cyfrinachedd gyda'r disgyblion ac yn sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r ffiniau cyfrinachedd.

- Wrth drafod cytundeb dosbarth gofynnir i'r disgyblion hŷn i beidio â thrafod cynhwysion y gwersi gyda disgyblion iau.
- Atgoffa'r disgyblion nad yw'n briodol gofyn cwestiynau personol.
- Mi fydd y disgyblion yn cael eu hannog i drafod cynnwys y gwersi gyda'u rhieni/gofalwyr.

Ateb cwestiynau:

- Bydd athrawon yn ceisio ateb cwestiynau cyffredinol y disgyblion yn onest wth ystyried oedran ac aeddfedrwydd y plentyn/plant.
- Bydd yr athrawon yn defnyddio blwch holi sy'n rhoi cyfle i blant ofyn cwestiynau'n ddiennw a chyfle i'r athrawon ystyried y cwestiynau cyn ymateb.
- Os ydy disgybl yn gofyn cwestiwn am werthoedd bydd athrawon yn cyfeirio'r plentyn at ei deulu a cheisio osgoi rhoi ei safbwynt eu hun fel yr unig un cywir.
- Os yw'r athro/athrawes yn methu ateb, anogir y plant i siarad gyda'i rhieni.

NOD

Nod y polisi hwn yw ychwanegu yn gyfrifol ac yn ddatblygiadol at wybodaeth a phrofiadau plant am eu cyrff a'u perthynas o'r byd o'u cwmpas. Trwy wneud hyn bydd y disgyblion yn gallu delio yn well yn ystod glasoed wrth ddatblygu sgiliau a hunain barch i fod yn hyderus yn eu harddegau.

Amcanion Cyffredinol

- Cyflwyno Addysg Bywyd/Rhyw a Pherthnasoedd fel rhan o raglen Addysg Bersonol a Chymdeithasol gynhwysfawr
- Paratoi disgyblion ar gyfer glasoed
- Datblygu sgiliau a hunan barch i gynorthwyo plant wrth gyrraedd eu harddegau
- Delio â phryder a chywiro camddealltwriaeth y gall plant eu cael o'r cyfryngau a chyfoedion
- Datblygu sgiliau i gynorthwyo plant i'w hamddiffyn eu hunain rhag profiadau rhywiol nad ydyn nhw am eu cael
- Trafod agweddau a gwerthoedd

Adolygir Chwefror 2017

Arwyddwyd: _____, Cadeirydd y Llywodraethwyr

Dyddiad: _____