Estyn

Datblygu parch a dealltwriaeth: Ansawdd ac effaith addysg cydberthynas a rhywioldeb mewn ysgolion ac unedau cyfeirio disgyblion

Gorffennaf 2026

Diben Estyn yw arolygu ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru. Mae Estyn yn gyfrifol am arolygu:

- ysgolion a lleoliadau meithrin a gynhelir gan, neu sy'n cael arian gan awdurdodau lleol
- ysgolion cynradd
- ysgolion uwchradd
- ysgolion pob oed
- ysgolion arbennig a gynhelir
- unedau cyfeirio disgyblion
- ysgolion annibynnol
- addysg bellach
- colegau arbenigol annibynnol
- dysgu oedolion yn y gymuned
- gwasanaethau addysg llywodraeth leol
- trefniadau trochi yn y Gymraeg mewn awdurdodau lleol
- gwasanaethau gwaith ieuenctid
- addysg gychwynnol athrawon
- Cymraeg i oedolion
- prentisiaethau
- dysgu yn y sector cyfiawnder

Mae Estyn hefyd:

- yn adrodd i Senedd Cymru ac yn rhoi cyngor ar ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru i Lywodraeth Cymru ac eraill
- yn cyhoeddi arfer dda yn seiliedig ar dystiolaeth arolygu

Cymerwyd pob rhagofal posibl i sicrhau bod y wybodaeth yn y ddogfen hon yn gywir adeg ei chyhoeddi. Dylid cyfeirio unrhyw ymholiadau neu sylwadau ynglŷn â'r ddogfen hon/cyhoeddiad hwn at:

Yr Adran Gyhoeddiadau
Estyn
Llys Angor
Heol Keen
Caerdydd
CF24 5JW neu drwy anfon e-bost at cyhoeddiadau@estyn.llyw.cymru

Mae'r cyhoeddiad hwn a chyhoeddiadau eraill gan Estyn ar gael ar ein gwefan: www.estyn.llyw.cymru

Cyfieithwyd y ddogfen hon gan Trosol (Saesneg i Gymraeg).

© Hawlfraint y Goron 2026: Gellir ailddefnyddio'r adroddiad hwn yn ddi-dâl: (a) mewn unrhyw fformat neu gyfrwng; a (b) gellir ei gyfieithu gan neu ar ran darparwr addysg a/neu hyfforddiant y mae'r adroddiad hwn yn ymwneud ag ef i unrhyw iaith, ar yr amod y caiff ei ailddefnyddio ac/neu ei gyfieithu'n gywir ym mhob achos ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Ym mhob achos, rhaid cydnabod y deunydd (gan gynnwys unrhyw gyfieithiad) fel hawlfraint y Goron a rhaid nodi teitl yr adroddiad penodol.

Cynnwys **Tudalen**

Crynodeb gweithredol 1

Cyflwyniad 6

Cefndir 8

Diwygio'r cwricwlwm 8

Mewnwelediadau ymchwil a chanfyddiadau allweddol o adroddiadau thematig perthnasol Estyn 9

Argymhellion 12

Arweinyddiaeth a chynllunio strategol ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb 13

Dull ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl ac emosiynol 13

Gweledigaeth ac ethos 13

Defnyddio tystiolaeth a deallusrwydd 14

Llais a chyfranogiad disgyblion 15

Cynhwysiant o fewn y diwylliant ysgol 16

Cydlyniant a dilyniant y cwricwlwm 17

Hyder staff 18

Ymgysylltu â rhieni a'r gymuned 18

Ymateb i heriau cymdeithasol sy'n dod i'r amlwg 19

Ansawdd ac effaith hyfforddiant a chymorth ar gyfer ymarferwyr 21

Ymrwymiad cryf i ddatblygiad proffesiynol staff 21

Heriau parhaus 25

Addysgu a dysgu yn yr ystafell ddosbarth a thu hwnt 26

Effeithiolrwydd cyffredinol darpariaeth 26

Ansawdd a chynllunio'r cwricwlwm 27

Diwylliant ysgol gyfan perthnasoedd iach 28

Agweddau a deilliannau disgyblion 29

Dulliau addysgu a chyflwyno 30

Cynhwysiant a chynrychiolaeth 31

Annog trafodaeth a mynegiant o oedran cynnar 32

Heriau 33

Atodiad 1: Enghreifftiau o brofiadau dysgu sy'n benodol i gyfnod ar gyfer disgyblion rhwng 3-16 oed 34

Cyfnod 1: o 3 oed 34

Cyfnod 2: o 7 oed 36

Cyfnod 3: o 11 oed 40

Dulliau a sail y dystiolaeth 46

Geirfa 48

Niferoedd – symiau a chyfrannau 51

Cyfeiriadau 52

Crynodeb gweithredol

1 Buom yn siarad â disgyblion a staff ac yn arsylwi gwaith mewn 30 o ysgolion ac unedau cyfeirio disgyblion (UCDau) ledled Cymru i edrych ar ansawdd ac effaith addysg cydberthynas a rhywioldeb (ACRh). Gwelsom, yn yr ysgolion a’r UCDau yr ymwelom â nhw, fod uwch arweinwyr ac arweinwyr canol yn dangos ymrwymiad moesol cryf i hyrwyddo lles a pherthnasoedd iach disgyblion fel rhan o’u hymagwedd ysgol gyfan at iechyd meddwl ac emosiynol. Yn y rhan fwyaf o’r ysgolion a’r UCDau hyn, roedd arweinwyr yn rhoi lles wrth wraidd eu gweledigaeth strategol. Roeddent yn disgrifio gwerthoedd clir sydd wedi eu gwreiddio mewn parch, caredigrwydd, dealltwriaeth a chynhwysiant ac yn adlewyrchu’r rhain yn gyson mewn polisïau, systemau ymddygiad ac arfer o ddydd i ddydd. Mewn llawer o achosion, roedd arweinwyr yn gosod ACRh o fewn dull ysgol ehangach ar gyfer lles,

diogelu a chynhwysiant yn hytrach na'i thrin fel pwnc ar wahân yn unig. Nododd arolygwyr fod systemau bugeiliol sefydledig a threfniadau diogelu ymatebol yn cefnogi'r gwaith hwn yn effeithiol. Roedd arweinwyr yn gweithio'n agos gyda gweithwyr iechyd proffesiynol, swyddogion cyswllt yr heddlu a sefydliadau'r trydydd sector i ymateb i bryderon sy'n dod i'r amlwg, gan gynnwys misogynedd, camfanteisio ar-lein, agweddau niweidiol at normau rhywedd a pherthnasoedd afiach â chyfoedion. Roedd y partneriaethau hyn yn cryfhau gallu ysgolion i ymateb i risgiau cyd-destunol. O ganlyniad i'r arfer gref hon, ar draws y rhan fwyaf o ddarparwyr, dywedodd bron pob un o'r disgyblion y siaradom â nhw eu bod yn teimlo'n ddiogel yn yr ysgol, eu bod yn cael eu gwerthfawrogi ac yn gallu gofyn am gymorth, pan roedd angen.

2 Roedd llawer o arweinwyr yn defnyddio ystod addas o dystiolaeth i lywio cynllunio. Roedd hyn yn cynnwys cofnodion diogelu, data lles cenedlaethol a lleol, a chanfyddiadau o weithgareddau llais y disgybl. Roedd y rhan fwyaf o ysgolion ac UCDau wedi sefydlu mecanweithiau priodol i gofnodi llais y disgybl. Ym mwyafrif yr achosion, roedd disgyblion yn cyfrannu at nodi testunau blaenoriaethol a ffurfio agweddau ar y ddarpariaeth. Yn yr enghreifftiau gorau, roedd arweinwyr yn defnyddio'r mewnwelediad hwn i ddylanwadu ar gynnwys y cwricwlwm a mentrau diwylliannol ehangach, fel gwyliau a dathliadau i hyrwyddo amrywiaeth. Fodd bynnag, mewn lleiafrif o ddarparwyr yr ymwelwyd â hwy, roedd arweinwyr yn casglu barn disgyblion yn achlysurol yn unig ac nid oeddent yn ystyried y wybodaeth hon yn ddigon da i allu ei hymgorffori mewn cynllunio tymor hir.

3 Er bod llawer o arweinwyr yn mapio ACRh ar draws grwpiau blwyddyn, ychydig ohonynt yn unig oedd yn ystyried dilyniant cadarn a chydlynus rhwng 3 ac 11 oed, neu rhwng 3 ac 16 oed. Fel arfer, roedd mapio'n nodi ble roedd y testunau'n ymddangos, ond nid oeddent yn gwerthuso dyfnder neu olyniaeth y dysgu. Nid oedd cydweithio rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd yn amlwg mewn llawer o achosion, ac roedd hyn yn arwain at ddilyniant cronnol cyfyngedig. At ei gilydd, er bod arweinwyr wedi sefydlu sylfeini bugeiliol cryf ac ethos cryf o gynhwysiant, roedd yn ddyddiau cynnar, ar y cyfan, o ran sicrhau ansawdd a gwerthuso. Hyd yn oed lle roedd enghreifftiau cryf o arweinwyr yn addasu cynnwys y cwricwlwm i ymateb i faterion sy'n dod i'r amlwg, yn rhy aml, roeddent yn gwerthuso darpariaeth trwy wirio ymdriniaeth â thestunau yn hytrach na mesur yr effaith ar wybodaeth ac agweddau disgyblion, a'u gallu i wneud penderfyniadau. Ychydig o ddarparwyr yn unig oedd yn gwerthuso'r effaith ar ddatblygiad personol a chymdeithasol disgyblion yn systematig dros gyfnod.

4 Roedd y rhan fwyaf o ysgolion yn blaenoriaethu dysgu proffesiynol yn briodol ac yn cydnabod bod angen athrawon a staff cymorth a oedd yn hyderus i addysgu'r agwedd hon ar y cwricwlwm er mwyn i ACRh fod yn effeithiol. Roedd staff wedi elwa ar ystod eang o hyfforddiant yn gysylltiedig â diogelu, arfer sy'n ystyriol o drawma, iechyd meddwl a chynllunio'r cwricwlwm. Er bod y dysgu proffesiynol hwn yn cryfhau'r sylfeini rhyngbersonol sydd eu hangen ar gyfer ACRh effeithiol, nid oedd fel arfer yn arwain at gynnydd yn hyder staff o ran addysgu agweddau mwy sensitif ar ACRh. Mewn llawer o ddarparwyr, roedd arweinwyr dynodedig wedi cynnal hyfforddiant targedig ac wedi rhannu eu dysgu â chydweithwyr. Roedd arweinwyr yn gwneud defnydd cynhyrchiol o bartneriaethau allanol, hefyd. Roedd nyrsys ysgol, gweithwyr iechyd proffesiynol eraill, swyddogion heddlu a sefydliadau'r trydydd sector yn cyfrannu arbenigedd ac yn cefnogi datblygiad staff. Roedd ysgolion yn gwerthfawrogi ymglymiad parhaus swyddogion heddlu ysgolion, er gwaethaf newidiadau i drefniadau cyllido cenedlaethol.

5 Lle roedd arweinwyr wedi alinio dysgu proffesiynol yn agos â chynllunio'r cwricwlwm ac wedi buddsoddi mewn meithrin gallu o fewn yr ysgol neu'r UCD, roedd hyder staff wedi cryfhau a darpariaeth wedi dod yn fwy cydlynus. Fodd bynnag, sylwyd bod angen mwy o gysondeb mewn darpariaeth er mwyn ymgorffori arfer o ansawdd uchel ar draws darparwyr. Roedd diffyg mynediad at hyfforddiant arbenigol ac amser ac adnoddau annigonol ar gyfer ymarferwyr yn ddiffygion nodedig. Gwelodd arolygwyr fod cymorth gan awdurdodau lleol a chlystyrau yn amrywiol. Roedd llawer o arweinwyr yn elwa ar gyfarfodydd rhwydwaith awdurdod lleol a chyfleoedd i rannu arfer ag ysgolion ac UCDau eraill. Roedd hyn yn eu helpu i ddatblygu eu cwricwlwm a sicrhau profiadau dysgu buddiol ar gyfer disgyblion. Mewn ychydig o feysydd, roedd mynediad cyfyngedig at gymorth gan yr awdurdod lleol a diffyg hyfforddiant arbenigol yn cyfyngu ar ddatblygu'r cwricwlwm. Roedd hyn yn cyfrannu at amrywioldeb ym mhrofiadau disgyblion.

6 Nododd arolygwyr fod dysgu proffesiynol yn faes clir a chyson i'w wella ar draws darparwyr. Yn aml, roedd dysgu proffesiynol ar gyfer athrawon yn canolbwyntio ar themâu lles cyffredinol yn hytrach nag addysgeg yn benodol i bwnc. Er mwyn darparu profiadau dysgu o ansawdd da mewn ffordd ddiogel a saff ar gyfer oedran a chyfnod disgyblion, mae angen rhoi sylw gofalus i fethodoleg addysgegol. Dywedodd staff ar draws pob ysgol ac UCD fod llai o hyder ynghylch addysgu addysg rywioldeb, mynd i'r afael â misogynedd a normau niweidiol o ran rhywedd, cefnogi disgyblion

rhywedd-amrywiol a defnyddio terminoleg gywir. Effaith hyn oedd amrywiad yn ansawdd a dyfnder cyflwyno'r themâu sensitif hyn. Roedd yn arwain at ymdriniaeth annigonol, hefyd, yn enwedig yng Nghyfnod 3 (o 11 oed) a oedd hefyd yn cael ei adrodd gan ddisgyblion eu hunain. Yn ychwanegol, roedd amser, cyllid a chapasiti yn cyflwyno heriau parhaus i ysgolion ac UCDau. Roedd arweinwyr yn aml yn dal nifer o gyfrifoldebau ac nid oeddent yn cael amser gwarchodedig i ddatblygu ACRh yn strategol. Roedd pwysau ariannol yn cyfyngu ar fynediad at ddarparwyr arbenigol. Mewn lleiafrif o ysgolion, roedd gormod o ddibyniaeth ar gyfranwyr allanol yn lleihau cynaliadwyedd, yn cyfyngu ar gyfleoedd i feithrin arbenigedd mewnol ac yn aml yn darparu profiadau dysgu un tro neu brofiadau dysgu na ellir eu hailadrodd ar gyfer disgyblion.

7 At ei gilydd, arsylwom fod darpariaeth ar gyfer ACRh yn cefnogi datblygiad personol cyffredinol disgyblion yn effeithiol yn y rhan fwyaf o ysgolion ac UCDau yr ymwelwyd â nhw. Roedd arweinwyr ac athrawon yn meithrin diwylliant cynhwysol yn llwyddiannus, ac roedd llawer o ddarparwyr yn hyrwyddo cydraddoldeb ac amrywiaeth yn glir ac yn gyson. Yn sgil hyn, roedd y rhan fwyaf o ddisgyblion yn siarad yn gadarnhaol am deimlo'u bod yn cael eu parchu. Roedd ACRh yn cael ei hintegreiddio'n dda o fewn y cwricwlwm ehangach a'r fframwaith bugeiliol. At ei gilydd, roedd disgyblion yn elwa ar ddysgu a oedd yn briodol i oedran ac yn cyd-fynd yn dda â'u cyfnod datblygiadol. Serch hynny, nid oedd arweinwyr bob amser yn cynllunio'n systematig ar gyfer cynnwys ACRh o fewn y cwricwlwm ehangach. At ei gilydd, prin oedd yr ymdriniaeth â thestunau fel rhyw, rhywedd a rhywioldeb. Roedd hyn yn dibynnu'n sylweddol ar hyder staff unigol, eu dealltwriaeth o sut i fynd i'r afael â thestunau sensitif a'u gallu i ddefnyddio'r derminoleg gywir.

8 Mewn llawer o ysgolion, roedd arweinwyr yn cynllunio cwricwla eang a chytbwys ac yn ailedrych ar themâu allweddol. Yn nodweddiadol, roedd disgyblion iau yng Nghyfnod 1 (o 3 oed) yn dysgu am gariad, caredigrwydd a chyfeillgarwch. Roedd disgyblion yng Nghyfnod 2 (o 7 oed) yn archwilio cydraddoldeb, diogelwch digidol a pherthnasoedd iach. Roedd disgyblion hŷn ym Mlynyddoedd 10 ac 11 (Cyfnod 3) yn trafod testunau fel cydsyniad, hunaniaeth rhywedd a pherthnasoedd camdriniol. Roedd cysylltiadau trawsgwricwlaidd yn atgyfnerthu dysgu yn effeithiol mewn llawer o achosion. Er enghraifft, roedd disgyblion yn mwynhau archwilio themâu moesol a chymdeithasol trwy destunau llenyddol ac yn archwilio rhagfarn a phropaganda mewn pynciau o fewn y dyniaethau. Roedd y dulliau hyn yn helpu disgyblion i gysylltu dysgu am berthnasoedd â dealltwriaeth gymdeithasol ehangach.

9 Yn y rhan fwyaf o sesiynau ar draws yr ystod oedran, roedd athrawon, gan gynnwys cynorthwywyr addysgu sy’n gweithio gyda disgyblion iau, yn annog trafodaeth a myfyrio. Yn yr oedran cynradd, roedd gwiriadau emosiynol dyddiol yn cynorthwyo disgyblion i fynegi teimladau’n agored. Yn yr oedran uwchradd, roedd llawer o athrawon yn hwyluso trafodaethau ystyriol ar faterion perthnasol. Fodd bynnag, roedd amrywioldeb yn hyder staff yn effeithio ar ddyfnder a chysondeb sgyrsiau mewn lleiafrif o achosion. Lle roedd hyder staff yn is, roedd athrawon yn dibynnu’n helaeth ar gynlluniau strwythuredig gan yr ysgol neu ddigwyddiadau cyfoethogi untro wedi eu darparu gan arbenigwyr. Roedd yr arfer hon yn cyfyngu ar ddilyniant mewn dysgu. Roedd cynhwysiant a chynrychiolaeth o wahanol grwpiau hefyd yn amrywio ar draws yr oedrannau.

10 Un cryfder nodedig oedd y modd yr oedd y rhan fwyaf o ysgolion ac UCDau yn ymgorffori negeseuon cadarnhaol am berthnasoedd iach y tu hwnt i sesiynau dysgu ffurfiol. Roedd gwasanaethau, systemau cymorth ymddygiad a dulliau adferol yn atgyfnerthu disgwyliadau’n gyson, yn enwedig pan maent wedi’u cysylltu â gwerthoedd a gweledigaeth y darparwyr. Roedd staff ar bob lefel yn modelu perthnasoedd parchus a chyfeillgar a oedd yn cael effaith gadarnhaol ar agweddau disgyblion at yr ysgol a’u gwerthfawrogiad o’r modd yr oedd staff yn eu cefnogi. Roedd llawer o ddisgyblion hŷn yn dangos empathi ac aeddfedrwydd sylweddol wrth drafod ag arolygwyr, a oedd yn adlewyrchu graddau eu hymgysylltiad cadarnhaol gydag ACRh.

11 Er mwyn gwella ansawdd ac effaith ACRh yn y dyfodol, byddai ysgolion ac UCDau yn elwa ar ddibynnu llai ar ehangu darpariaeth a mwy ar ddyfnhau’r dysgu, yn enwedig o amgylch testunau sensitif. Er mwyn gwneud hyn, byddai angen i arweinwyr gryfhau dilyniant o un sector i’r llall ac ymgorffori themâu cynhwysol sy’n briodol i oedran trwy’r cwricwlwm. Byddai dysgu proffesiynol ar gyfer addysgeg yn benodol i bwnc yn cefnogi magu hyder staff i fynd i’r afael â materion cymhleth, ac o ganlyniad, byddai disgyblion yn elwa ar ddysgu dyfnach mewn meysydd hanfodol wrth iddynt symud tuag at fod yn oedolyn.

Cyflwyniad

Ysgrifennwyd yr adroddiad thematig hwn i ymateb i gais am gyngor gan Lywodraeth Cymru, fel yr amlinellwyd yng nghylch gwaith blynyddol Estyn ar gyfer 2025-2026. Mae'n canolbwyntio ar arweinyddiaeth strategol addysg cydberthynas a rhywioldeb (ACRh) o fewn ymagwedd ysgol gyfan / UCD at iechyd meddwl a lles. Mae hefyd yn ystyried ansawdd ac effaith addysgu a dysgu ACRh. Mae'r adroddiad yn rhoi mewnwelediad i gryfderau a meysydd i'w gwella o ran sut mae ysgolion yn cynllunio, yn addysgu ac yn hyrwyddo pwysigrwydd perthnasoedd iach a lles. Mae'n amlygu arfer dda ac yn nodi rhwystrau rhag cyflwyno ACRh yn effeithiol ar draws ysgolion a gynhelir ac UCDau ar gyfer plant rhwng 3 ac 16 oed. Mae'r adroddiad yn ystyried agweddau disgyblion tuag at ddysgu am berthnasoedd a rhywioldeb a'r cynnydd a wnânt yn eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth. Mae hefyd yn amlygu sawl enghraifft o arfer effeithiol a phrofiadau dysgu difyr yn yr ysgolion a'r UCDau yr ymwelom â nhw.

Mae'r adolygiad yn archwilio pedwar maes allweddol, sef:

- **Arweinyddiaeth a chynllunio strategol addysg cydberthynas a rhywioldeb:** ansawdd ac effeithiolrwydd arweinyddiaeth fel rhan o ddull ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl a lles, ac o ran sicrhau diwylliant ystyriol, cefnogol a chadarnhaol o barch.
- **Ansawdd ac effaith hyfforddiant a chymorth ar gyfer ymarferwyr:** y cymorth, yr arweiniad a'r datblygiad proffesiynol sydd ar gael i ysgolion ac UCDau i'w helpu i gynllunio a chyflwyno profiadau dysgu o ansawdd da ar draws sectorau.
- **Addysgu a dysgu yn yr ystafell ddosbarth:** addasrwydd profiadau dysgu, ansawdd yr addysgu a'u heffaith ar ddatblygiad ac agweddau disgyblion.
- **Profiadau dysgu sy'n benodol i gyfnod ar gyfer disgyblion rhwng 3-16 oed:** enghreifftiau defnyddiol o sesiynau sy'n briodol i oedran ac yn ddatblygiadol briodol a arsylwyd yn ystod ymweliadau â darparwyr.

Mae canfyddiadau'r adroddiad hwn yn defnyddio ystod o weithgareddau casglu tystiolaeth, yn cynnwys:

- **Ymweliadau â sampl o ysgolion ac UCDau:** ymwelom â saith ysgol uwchradd, 14 ysgol gynradd, pum ysgol bob oed, dwy ysgol arbennig a dwy uned cyfeirio disgyblion. Dewiswyd yr ysgolion hyn oherwydd eu bod yn cynrychioli ysgolion ledled Cymru yn fras, yn cynnwys amrywiad o ran maint, cyfran y disgyblion sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim, cyfrwng iaith a lleoliad daearyddol.

- **Ystod o weithgareddau:** yn ystod ein hymweliadau, buom yn cyfweld â phenaethiaid a rheolwyr UCDau, ynghyd ag uwch arweinwyr neu arweinwyr canol sydd â chyfrifoldeb am arwain y maes dysgu a phrofiad (MDPh) iechyd a lles o fewn Cwricwlwm i Gymru. Cyfarfuom â grwpiau o ddisgyblion ym Mlwyddyn 3, Blwyddyn 6, Blwyddyn 9 a Blwyddyn 11, hefyd. Arsylwom ystod o sesiynau dysgu ar draws pob cyfnod, yn cynnwys arsylwi sesiynau cyfan, teithiau dysgu, sesiynau tiwtoriaid, gwasanaethau torfol, a grwpiau ymyrraeth.
- **Cyfarfodydd â rhanddeiliaid eraill:** cyfarfuom â nifer fach o randdeiliaid, yn cynnwys cynrychiolwyr o Lywodraeth Cymru a sefydliadau sy'n cefnogi darpariaeth a hyfforddiant staff ar ACRh.

Mae mwy o fanylion am sail y dystiolaeth ar gyfer yr adroddiad hwn wedi eu cynnwys yn yr adran methodoleg yn yr atodiadau. Mae'r adroddiad hwn wedi'i fwriadu ar gyfer Llywodraeth Cymru, awdurdodau lleol, gwasanaethau gwella ysgolion, athrawon ac arweinwyr mewn darparwyr addysg, a sefydliadau eraill sy'n cefnogi plant a phobl ifanc yng Nghymru.

Cefndir

Diwygio'r cwricwlwm

O dan y Cwricwlwm Cenedlaethol (2008), roedd addysg bersonol a chymdeithasol (ABCh) yn ffurfio rhan o'r cwricwlwm craidd ar gyfer yr holl ddisgyblion cofrestredig rhwng 7 ac 16 oed mewn ysgolion a gynhelir. Roedd yn ofynnol i ysgolion ac UCDau gynllunio a chyflwyno rhaglen ABCh eang a chytbwys a oedd yn adlewyrchu anghenion eu dysgwyr a'u cyd-destun lleol. Dyma oedd y themâu a nodwyd yn y fframwaith ABCh:

- Dinasyddiaeth weithgar
- Iechyd a lles emosiynol
- Datblygiad moesol ac ysbrydol
- Paratoi ar gyfer dysgu gydol oes
- Datblygu cynaliadwy a dinasyddiaeth fyd-eang

Yn ogystal â'r fframwaith ABCh, roedd ysgolion yn cael arweiniad ar ddatblygu polisïau addysg rhyw a chynllunio a chyflwyno addysg rhyw a pherthnasoedd (ARhPh). Roedd y canllawiau'n rhoi'r hawl i rieni dynnu eu plentyn o addysg rhyw. Nid oedd gofyniad statudol i ysgolion cynradd ddarparu addysg rhyw yn rhan o'r cwricwlwm craidd. Lle cyrff llywodraethol unigol, trwy ymgynghori â rhieni a gofalwyr, oedd pennu sut orau i ymdrin ag addysg rhyw yn unol ag anghenion dysgwyr a chymeriad ac ethos yr ysgol. Yn y rhan fwyaf o ysgolion, roedd addysg rhyw yn cael ei chyflwyno'n bennaf trwy wersi ABCh.

Yn sgil cyflwyno Cwricwlwm i Gymru, o dan Ddeddf Cwricwlwm ac Asesu (Cymru) 2021, gwnaed newidiadau sylweddol i ddisgwyliadau ar gyfer cyflwyno ABCh ac ARhPh. Roedd y diwygiad yn nodi newid o fframwaith ABCh ar wahân i ddull statudol gyda mwy o integreiddio ARhPh o fewn strwythur y cwricwlwm newydd.

Daeth 'Iechyd a Lles' yn un o'r chwe Maes Dysgu a Phrofiad (MDPh) o fewn Cwricwlwm i Gymru. Mae'n darparu fframwaith cyfannol ar gyfer deall lles corfforol, emosiynol a chymdeithasol. Mae'n pwysleisio pwysigrwydd perthyn, cysylltu a pherthnasoedd iach fel cyfranwyr sylfaenol at les dysgwyr. Mae pum 'datganiad o'r hyn sy'n bwysig' o fewn y MDPh hwn yn cwmpasu agweddau a gafodd eu cynnwys o fewn y fframwaith ABCh yn y gorffennol, yn cynnwys yr egwyddor *"Mae cydberthnasau iach yn hanfodol ar gyfer ein lles."*

Yn ogystal â'r MDPh Iechyd a Lles, cyflwynwyd Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb (ACRh) fel elfen **fandadol** o Gwricwlwm i Gymru ar gyfer pob dysgwr rhwng 3 ac 16 oed o fis Medi 2022. Cyflwynodd Llywodraeth Cymru Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb: Canllawiau Statudol. O hyn ymlaen, rhaid i bob ysgol a gynhelir ac UCD gynllunio a chyflwyno'r cwricwlwm yn unol â'r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb mandadol.

Mae'r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn amlinellu gofynion mandadol. Mae ei sylfaen gyfreithiol wedi'i sefydlu yn Neddf Cwricwlwm ac Asesu (Cymru) 2021. Mae'n nodi'r themâu a'r materion y mae'n rhaid eu cynnwys o fewn darpariaeth ACRh. Mae ACRh o fewn Cwricwlwm i Gymru wedi'i strwythuro o amgylch tair elfen eang, sef:

- Cydberthnasau a hunaniaeth
- Iechyd rhywiol a lles
- Grymuso, diogelwch a pharch

Mae'r Ddeddf yn gofyn bod darpariaeth ACRh yn ddatblygiadol briodol ar gyfer dysgwyr. Yn ymarferol, mae hyn yn gofyn i ysgolion ystyried oedran, cyfnod datblygiadol, gwybodaeth, aeddfedrwydd ac unrhyw anghenion dysgu ychwanegol dysgwyr. Dylai darpariaeth adlewyrchu y gallai anghenion a phrofiadau dysgwyr o oedrannau tebyg fod yn wahanol. Yn yr un modd â'r holl agweddau ar y cwricwlwm, nid oes gan rieni'r hawl i dynnu eu plentyn o wersi ACRh mwyach.

Mae'r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn trefnu dysgu yn briodol yn dri chyfnod datblygiadol bras, sef:

- Cyfnod 1: o 3 oed
- Cyfnod 2: o 7 oed
- Cyfnod 3: o 11 oed

Mae'r MDPh Iechyd a Lles yn darparu fframwaith lles cyffredinol, yn cynnwys iechyd corfforol, llythrennedd emosiynol, cymhwysedd wrth wneud penderfyniadau, ymgysylltu beirniadol â dylanwadau cymdeithasol a medrau cydberthynas. Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn adeiladu ar y sylfeini hyn trwy eu cymhwyso'n eglur i gydberthnasau a rhywioldeb mewn cyd-destun sy'n seiliedig ar hawliau ac yn canolbwyntio ar ddiogelu. Mae'r strwythur integredig hwn yn newid sylweddol o'r fframwaith ABCh blaenorol, sy'n ymgorffori addysg cydberthynas a rhywioldeb o fewn cwricwlwm lles statudol, ehangach, ac yn cryfhau ei sylfeini diogelu ac sy'n seiliedig ar hawliau.

Ceir meysydd alinio clir rhwng y MDPh Iechyd a Lles ac ACRh. Er enghraifft:

- Mae'r datganiad ar berthnasoedd iach o ran Iechyd a Lles yn alinio'n uniongyrchol ag elfennau cydberthnasau a hunaniaeth a grymuso, diogelwch a pharch ACRh.
- Mae'r datganiad ar iechyd corfforol o fewn Iechyd a Lles yn sail i elfen iechyd rhywiol a lles ACRh, lle caiff newidiadau i'r corff ac iechyd atgenhedlu eu haddysgu o fewn llythrennedd iechyd ehangach.
- Mae datganiadau'n ymwneud â lles emosiynol a gwneud penderfyniadau yn cefnogi ffocws ACRh ar gydsynio, ffiniau, pwysau gan gyfoedion, gwahaniaethu, a gofyn am help.

Mewnwelediadau ymchwil a chanfyddiadau allweddol o adroddiadau

thematig perthnasol Estyn

Mae Llywodraeth Cymru, Estyn a chyrff ymchwil addysgol wedi ysgrifennu'n helaeth am rôl allweddol ysgolion yn helpu disgyblion i ddatblygu cydberthnasau diogel a pharchus. Ym mis Mawrth 2021, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ddogfen arweiniad gynhwysfawr Fframwaith ar sefydlu dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Mae'r fframwaith wedi'i fwriadu i gynorthwyo ysgolion, UCDau a lleoliadau addysg i adolygu eu tirlun lles eu hunain a datblygu cynlluniau i fynd i'r afael â gwendidau ac adeiladu ar gryfderau. Mae'r fframwaith yn cydnabod na all darparwyr addysg yn unig ddiwallu anghenion poblogaeth gymhleth o blant a phobl ifanc. Mae'n amlinellu rôl cyrff rhanbarthol, y Gwasanaeth Iechyd Gwladol (GIG) ac eraill, fel y trydydd sector, i'w cefnogi.

Bwriad y fframwaith oedd cefnogi ac ategu Cwricwlwm i Gymru, yn enwedig y MDPh Iechyd a Lles. Ymhellach i gyhoeddi'r fframwaith, mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi dau fwletin ymchwil, sef; 'Dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol ', (Llywodraeth Cymru, 2023),2024) i roi diweddariadau ar y dull ysgol gyfan ar gyfer llesiant emosiynol a meddyliol. Mae'r bwletinau hyn yn cyflwyno prif ganfyddiadau o arolygon o arweinwyr a staff ysgolion am weithredu'r agwedd hon yn eu lleoliadau.

Ym mis Mehefin 2017, cyhoeddodd Estyn Adolygiad o addysg perthnasoedd iach. Gwerthusodd yr adroddiad ansawdd darpariaeth ar gyfer addysg perthnasoedd iach a nodi strategaethau i gynorthwyo ysgolion i wella'u darpariaeth a'u deilliannau ar gyfer disgyblion. Yn bwysig, nododd yr adroddiad fod perthnasoedd llwyddiannus yn gofyn am fedrau rhyngbersonol cymwys, parodrwydd i werthfawrogi pobl eraill a pharchu gwahaniaeth. Mae perthnasoedd da yn digwydd o ganlyniad i ofal a chymorth, cyfathrebu a pharodrwydd i dderbyn cyfrifoldeb. Mae angen i ddisgyblion allu gwneud ffrindiau, a chynnal cyfeillgarwch, delio â gwrthdaro, herio stereoteipio a rhagfarn, ac ymdopi â dylanwadau cyfoedion a dylanwadau eraill.

Mae Estyn wedi cyhoeddi sawl adroddiad thematig arall ar themâu tebyg yn y blynyddoedd diwethaf. Gofynnom i arweinwyr i ba raddau yr oedd ysgolion ac UCDau wedi ystyried y canfyddiadau allweddol yn yr adroddiadau hyn wrth gynllunio'u cwricwlwm cydberthynas a rhywioldeb. Yn gyffredinol, gwelsom fod darparwyr addysg wedi ystyried y prif negeseuon a'r cyngor o'r adroddiadau hyn.

Dydyn ni ddim yn dweud wrth ein hathrawon – Profiadau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith disgyblion uwchradd yng Nghymru (Rhagfyr 2021)
Ystyriodd yr adroddiad hwn fynychder aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ym mywydau pobl ifanc oedran uwchradd. Adolygodd y diwylliant a'r prosesau sy'n helpu diogelu a chefnogi pobl ifanc mewn ysgolion uwchradd yng Nghymru. Amlygodd yr adroddiad arfer

effeithiol a diffygion o ran sut mae ysgolion yn ymateb i ymddygiadau negyddol rhwng disgyblion, ac yn lliniaru yn eu herbyn. Roedd yr adroddiad yn hynod bwysig i ysgolion wrth iddynt baratoi i gyflwyno ACRh.

Dathlu amrywiaeth a hyrwyddo cynhwysiant Arfer dda wrth gefnogi disgyblion LHDTC mewn ysgolion a cholegau (Hydref 2020 a diwygiwyd ym Mehefin 2025). Argymhellodd yr adroddiad hwn y dylai ysgolion a cholegau adolygu cynnwys y cwricwlwm a chyrsiau unigol i ystyried pa mor dda y caiff addysgu amrywiaeth a chynhwysiant, yn cynnwys materion LHDTC, ei integreiddio mewn profiadau dysgu. Roedd hefyd yn cynnwys argymhelliad clir i awdurdodau lleol a chonsortia ddarparu cyfleoedd dysgu proffesiynol perthnasol ar gyfer staff a gweithio gydag ysgolion cynradd ac uwchradd i sicrhau dilyniant mewn addysg cydberthynas a rhywioldeb.

Iach a hapus – Effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion (Mehefin 2019)
Canfu'r adroddiad hwn fod cynnwys disgyblion yn ystyrlon mewn gwerthuso a datblygu gwaith ysgol i gefnogi eu hiechyd a'u lles yn ffactor allweddol ar gyfer llwyddo. Yn aml, mae ymdeimlad disgyblion o berthyn a gwerth wedi'i gysylltu â'r graddau y maent yn teimlo y mae staff yn poeni amdanynt, yn cymryd amser i ddod i'w hadnabod a gwrando ar eu safbwyntiau. Y prif argymhelliad i ysgolion oedd datblygu dull ysgol gyfan cydlynus i gefnogi iechyd a lles pob disgybl. Yr argymhelliad allweddol i awdurdodau lleol oedd cefnogi ysgolion i ddatblygu'r dull hwn.

Argymhellion

Dylai ysgolion ac UCDau:

A1 Gryfhau cynllunio'r cwricwlwm i sicrhau dilyniant cydlynus a datblygiadol briodol mewn addysg cydberthynas a rhywioldeb (ACRh) rhwng 3 ac 16 oed

A2 Gwella ansawdd a chysondeb addysgu ACRh trwy ddysgu proffesiynol targedig, sy'n benodol i bwnc sy'n magu hyder ac arbenigedd addysgegol ymarferwyr

Dylai awdurdodau lleol, gwasanaethau gwella ysgolion a Dysgu:

A3 Sicrhau mynediad cyson at gymorth arbenigol a dysgu proffesiynol o ansawdd uchel sy'n gysylltiedig ag addysgeg ar gyfer ACRh i bob ysgol ac UCD

A4 Hwyluso cydweithio effeithiol rhwng ysgolion cynradd ac uwchradd i gefnogi dilyniant cydlynus a datblygiadol briodol mewn ACRh

Dylai Llywodraeth Cymru:

A5 Gryfhau canllawiau cenedlaethol i gefnogi dilyniant a gwerthuso effaith mewn ACRh

A6 Sicrhau cyllid cynaliadwy i gefnogi dysgu proffesiynol, capasiti arwain a gweithio mewn partneriaeth

Arweinyddiaeth a chynllunio strategol ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb

Dull ysgol gyfan ar gyfer iechyd meddwl ac emosiynol

Ystyriaeth allweddol ar gyfer yr adolygiad thematig hwn oedd ansawdd ac effeithiolrwydd arweinyddiaeth strategol ar gyfer addysg cydberthynas a rhywioldeb ar draws darparwyr. I werthuso hyn, roedd yn hanfodol ystyried dull ysgol gyfan darparwyr ar gyfer lles meddyliol ac emosiynol. Buom yn ystyried pa mor dda roedd arweinwyr yn mynegi gweledigaeth glir ar gyfer hyrwyddo llesiant meddyliol ac emosiynol cadarnhaol, yn cefnogi datblygiad cwricwlwm a phrofiadau dysgu cadarnhaol, ac yn sicrhau bod eu hysgolion a'u UCDau yn darparu diogelwch a sicrwydd emosiynol ar gyfer eu disgyblion. Er bod ansawdd y ddarpariaeth yn amrywio, roedd patrymau clir o ymrwymiad moesol cryf ar draws systemau i gefnogi a hyrwyddo lles disgyblion a pherthnasoedd iach. Mewn llawer o ysgolion, roedd yr ymrwymiad hwn yn cael ei ymgorffori o fewn ethos ehangach a oedd yn blaenoriaethu parch, tegwch a pherthyn. Er bod arweinyddiaeth strategol o ran ACRh mewn cyfnod datblygu newydd o hyd mewn ychydig o achosion, nododd arolygwyr fod systemau bugeiliol sefydledig a chryf yn nodwedd gyffredin ar draws bron pob darparwr. Roedd ymateb i bryderon ynghylch diogelu, yn cynnwys cymryd camau cyflym i ymateb i faterion lles sy'n dod i'r amlwg neu faterion lles posibl, yn gryfder cyffredin a nodedig mewn llawer o ysgolion ac UCDau.

Gweledigaeth ac ethos

Bron ym mhob ysgol ac UCD yr ymwelwyd â hi, roedd lles yn ganolog i weledigaeth strategol arweinwyr. Roedd arweinwyr yn aml yn disgrifio dulliau yn seiliedig ar werthoedd sydd wedi eu gwreiddio mewn parch, caredigrwydd a pherthnasoedd cadarnhaol ar y ddwy ochr. Adlewyrchwyd yr egwyddorion hyn ym mholisïau a systemau ymddygiad ysgolion, arwyddion o gwmpas adeiladau ysgol, ac mewn rhyngweithio dyddiol fel gwasanaethau a gweithgareddau amser dosbarth. Nid oedd ACRh yn cael ei thrin fel maes dysgu ar wahân ond roedd wedi'i gosod o fewn gwaith ehangach i hyrwyddo gwydnwch emosiynol, diogelu a chynhwysiant.

Bron ym mhob darparwr, dywedodd disgyblion eu bod yn teimlo'n ddiogel ac yn gwybod sut i ofyn am gymorth, os oedd angen. Roeddent yn disgrifio perthnasoedd ymddiriedus gyda staff. Roeddent yn teimlo'n hyderus y byddid yn mynd i'r afael â phryderon yn briodol. Roedd arweinwyr, yn enwedig mewn ysgolion cynradd, wedi llwyddo i feithrin diwylliannau lle roedd disgyblion yn deall pwysigrwydd caredigrwydd, empathi, a chyfathrebu parchus. Fodd bynnag, er bod yr ethos cryf hwn yn darparu sylfaen gref, nid

oedd bob amser yn sicrhau eglurder nodau'r cwricwlwm. Mewn ychydig o achosion, roedd arweinwyr yn dibynnu ar ddatganiadau bras am les heb allu diffinio'n fanwl gywir beth ddylai disgyblion ei wybod, ei ddeall a gallu ei wneud mewn gwahanol gyfnodau o'u haddysg.

Ar draws llawer o ddarparwyr, roedd arweinwyr wedi datblygu systemau bugeiliol a diogelu cadarn a oedd yn cefnogi cyflwyno ACRh. Roedd partneriaethau amlasiantaethol yn gyffredin ac yn aml yn hynod effeithiol. Roedd ysgolion yn gweithio'n agos gyda gweithwyr iechyd proffesiynol, swyddogion cyswllt yr heddlu a sefydliadau arbenigol y trydydd sector i ymateb i risgiau cyd-destunol a phryderon sy'n dod i'r amlwg. Mewn llawer o ysgolion, mabwysiadodd arweinwyr ddulliau sy'n ystyriol o drawma neu ddulliau anogol. Roeddent yn rhoi systemau effeithiol ar waith i nodi disgyblion bregus ac yn ymateb yn brydlon i faterion fel ymddygiadau rhywiol niweidiol, camfanteisio ar-lein, neu berthnasoedd afiach rhwng cyfoedion. Roedd y systemau hyn yn sicrhau bod darpariaeth yn ymatebol i brofiadau bywyd disgyblion. Serch hynny, roedd yr ymatebolrwydd hwn yn aml yn adweithiol yn hytrach na strategol. Er bod arweinwyr yn mynd i'r afael â phryderon dybryd yn effeithiol, nid oeddent bob amser yn ymgorffori'r ymatebion hyn o fewn fframwaith cwricwlwm tymor hir i sicrhau dilyniant a chydlyniant.

Defnyddio tystiolaeth a deallusrwydd

Roedd llawer o arweinwyr yn defnyddio ystod eang o dystiolaeth i lywio cynllunio. Roedd hyn yn cynnwys data lles cenedlaethol ac yn benodol i ysgolion a ddarperir trwy arolwg Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion ddwywaith y flwyddyn ac arolygon cymeradwy eraill. Roedd darparwyr hefyd yn defnyddio cofnodion diogelu, gweithgareddau llais y disgybl ac adborth anffurfiol gan rieni a phartneriaid cymunedol i lywio'u cynllunio. Yn yr achosion mwyaf effeithiol, roedd arweinwyr yn triongli'r ffynonellau gwybodaeth hyn i nodi themâu sy'n dod i'r amlwg ac addasu darpariaeth yn unol â hynny. Yn yr enghreifftiau cryfach, roedd deallusrwydd bugeiliol yn llywio cynnwys y cwricwlwm yn rheolaidd. Roedd arweinwyr yn defnyddio tueddiadau diogelu a deallusrwydd cymunedol i addasu themâu a mynd i'r afael â materion perthnasol. Er enghraifft, lle roedd arweinwyr yn nodi pryderon ynghylch misogynedd ar-lein neu gamddefnyddio sylweddau, roeddent yn ymgorffori profiadau dysgu priodol mewn darpariaeth gynlluniedig. Roedd y dull hwn, sy'n cael ei lywio gan dystiolaeth, yn galluogi ysgolion i ymateb yn brydlon i faterion fel niweidiau digidol, normau perthynas afiach a chamwybodaeth. Roedd arweinwyr yn dangos ymwybyddiaeth gynyddol o gymhlethdod cyd-destunau cymdeithasol disgyblion a'r angen i'w harfogi â medrau meddwl beirniadol.

Ymateb cyflym ac effeithiol i ymddygiad misogynistaidd

Roedd arweinwyr mewn un ysgol uwchradd yn dangos ymatebolrwydd amserol i fater oedd o bosibl yn niweidiol yn dod i'r amlwg a oedd yn effeithio ar les disgyblion. Yn dilyn adroddiadau fod grŵp bach o ddisgyblion gwrywaidd yn defnyddio iaith fisogynistaidd, trefnodd staff weithdy, a'i gyflwyno i bob un o'r disgyblion gwrywaidd ar draws yr ysgol, mewn sesiynau grwpiau blwyddyn ar wahân. Ar ôl hyn, bu staff yn atgyfnerthu disgwyliadau ac yn hyrwyddo gwerthoedd parch a thegwch trwy wasanaethau a gweithgareddau grwpiau tiwtor ar gyfer pob un o'r disgyblion dros gyfnod amser cytûn. Gwerthuson nhw effaith y gwaith hwn ar agweddau ac ymddygiadau disgyblion trwy holiaduron a thrafodaethau mewn grwpiau ffocws ar ôl i rywfaint o amser fynd heibio.

Yn y rhan fwyaf o achosion, canolbwyntiodd prosesau gwerthuso ar wirio cynnwys y cwricwlwm yn hytrach nag ystyried deilliannau ar gyfer disgyblion. Yn aml, roedd arweinwyr yn monitro ymdriniaeth â thestunau, cyfraddau cyfranogi, ac achosion diogelu. Ychydig o ddarparwyr yn unig oedd yn gwerthuso effaith ACRh yn systematig ar wybodaeth ac agweddau neu'u gallu i wneud penderfyniadau. Roedd hyn yn golygu nad oedd arweinwyr bob amser yn gallu dangos pa mor dda roedd darpariaeth yn gwella dealltwriaeth a datblygiad disgyblion dros gyfnod.

Llais a chyfranogiad disgyblion

Yn y rhan fwyaf o ysgolion, roedd arweinwyr wedi sefydlu dulliau ystyrlon i gofnodi safbwyntiau disgyblion. Roedd y rhain yn cynnwys trafodaethau mewn cynghorau ysgol, grwpiau llysgenhadon, grwpiau ffocws a mentrau gweithredu cymdeithasol fel gweithgareddau wythnos gwrth fwlio. Yn aml, roedd disgyblion yn cyfrannu at nodi testunau blaenoriaeth a llunio agweddau ar ddarpariaeth. Yn yr enghreifftiau cryfach, roedd llais y disgybl yn dylanwadu ar gynnwys y cwricwlwm a datblygiadau diwylliannol ehangach. Er enghraifft, roedd disgyblion wedi cyfrannu'n dda at ymgyrchoedd gwrth fwlio, mentrau cydraddoldeb a gweithgareddau codi ymwybyddiaeth. Roedd hyn yn ymestyn ymdeimlad disgyblion o ddiben a pherthyn.

Fodd bynnag, roedd ansawdd yr ymgysylltu â disgyblion i gasglu eu safbwyntiau yn amrywio. Mewn lleiafrif o ddarparwyr, roedd ymgynghori'n digwydd yn achlysurol ac yn canolbwyntio'n bennaf ar gasglu barn yn hytrach na llunio dysgu ar y cyd. Yn yr achosion hyn, nid oedd arweinwyr bob amser yn sicrhau bod llais y disgybl yn llywio cynllunio strategol tymor hir.

Ysgol Greenhill: Dylanwad parhaus llais y disgybl i addasu'r cwricwlwm Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

Mae arweinwyr yn Ysgol Greenhill wedi creu systemau effeithiol sy'n cyfuno dadansoddi data, llais y disgybl a gofal bugeiliol ymatebol i lywio datblygu'r cwricwlwm a nodi blaenoriaethau. Maent yn darparu cyfleoedd ystyrlon i ddisgyblion ddylanwadu ar wneud penderfyniadau trwy is-grwpiau'r Senedd, grwpiau ieuenctid a fforymau wedi eu harwain gan ddisgyblion, fel y Tîm Gweithredu Cymdeithasol. Mae hyn yn sicrhau bod heriau, pryderon a syniadau sy'n dod i'r amlwg yn cael eu cyfleu'n uniongyrchol i uwch arweinwyr yn rheolaidd.

Mae arweinwyr yn gwrando'n ofalus ar safbwyntiau disgyblion ac yn gweithredu arnynt, gan arwain at ymdeimlad cryf o berchnogaeth ac ymgysylltiad ymhlith disgyblion. Mae hyn yn helpu meithrin diwylliant ysgol parchus a chynhwysol. Mae grwpiau o ddisgyblion yn cydweithio â gweithwyr ieuenctid, staff bugeiliol ac arweinwyr i ddadansoddi a dehongli canfyddiadau o ddata'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion sy'n sicrhau dealltwriaeth ar y cyd o anghenion dysgu sy'n dod i'r amlwg. O ganlyniad, mae arweinwyr yn addasu cynnwys y cwricwlwm ac ymyriadau, ac yn darparu sesiynau dysgu ystyrlon ar themâu fel dylanwad y cyfryngau cymdeithasol, deallusrwydd artiffisial, sut caiff algorithmau eu defnyddio mewn cyfryngau cymdeithasol, a chynnwys misogynistaidd ar-lein.

Mae'r arfer effeithiol hon yn dangos ymwybyddiaeth arweinwyr o'r newid mewn risgiau sy'n wynebu pobl ifanc a'u hymrwymiad i gyfleoedd dysgu dilyniadol, ymatebol a pherthnasol.

Cynhwysiant o fewn y diwylliant ysgol

Ar draws llawer o ddarparwyr, roedd arweinwyr yn meithrin amgylcheddau cynhwysol lle roedd amrywiaeth yn cael ei chydnabod a'i pharchu. Roedd ysgolion yn hyrwyddo cydraddoldeb, gwrth-hiliaeth, a chynnwys LHDTC+ yn dda trwy wasanaethau, themâu'r cwricwlwm, a digwyddiadau ymwybyddiaeth. Yn y darparwyr hyn, roedd disgyblion yn siarad yn gadarnhaol am deimlo'u bod yn cael eu gwerthfawrogi a'u cynrychioli.

Roedd ymrwymiad arweinwyr i gynhwysiant yn cyfrannu'n arbennig at ethos a hinsawdd eu hysgol. Mewn sawl ysgol, roedd arddangosfeydd, iaith a dogfennaeth polisi yn adlewyrchu gwerthoedd cynhwysol. Roedd disgyblion o oedran cynnar yn dangos agweddau parchus tuag at wahaniaeth ac roeddent yn gynyddol hyderus yn trafod hunaniaeth a hawliau wrth iddynt dyfu'n hŷn. Er gwaethaf y cryfderau hyn, nid oedd cynhwysiant o fewn y cwricwlwm ACRh a addysgir bob amser yn cael ei gynllunio'n systematig. Mewn rhai achosion, roedd ymdriniaeth â thestunau yn ymwneud â rhyw, hunaniaeth rhywedd, rhywioldeb ac amrywiaeth ddiwylliannol yn dibynnu'n helaeth ar hyder staff unigol i wneud hynny. Trafodir yr agwedd hon ymhellach yn yr adran ar ddysgu proffesiynol a chymorth.

Cydlyniant a dilyniant y cwricwlwm

Er bod llawer o arweinwyr wedi dechrau mapio darpariaeth ACRh ar draws y cwricwlwm, roedd llai ohonynt wedi sicrhau dull ysgol gyfan cwbl gydlynus. Mewn sawl ysgol, roedd ymarferion mapio yn ddisgrifiadol yn hytrach na'n werthusol. Roedd arweinwyr yn nodi ble roedd testunau'n cael eu cyflwyno ond ddim bob amser yn ystyried manylder, trefn neu ddilyniant.

Ar draws mwyafrif o ddarparwyr, nid oedd arweinwyr yn gallu esbonio'n glir sut roedd dysgu mewn ACRh yn cael ei feithrin dros amser. Er bod disgyblion wedi dod ar draws themâu perthnasol ar wahanol adegau, nid oedd arweinwyr yn aml yn gallu dangos sut i ailedrych ar gysyniadau, a'u dyfnhau. Nid oedd datblygu dealltwriaeth gynyddol soffistigedig, yn enwedig o ran cydsynio, camddefnyddio pŵer mewn perthnasoedd a dinasyddiaeth ddigidol gyfrifol, yn cael ei gynllunio'n gyson.

Roedd dilyniant rhwng sectorau cynradd ac uwchradd yn annatblygedig. Mewn llawer o glystyrau, roedd cydweithio rhwng y sectorau hyn yn gyfyngedig. Nid oedd arweinwyr yn rhannu fframweithiau cwricwlwm fel mater o drefn nac yn cytuno ar ddisgwyliadau cyffredin gydag ysgolion partner. Arweiniodd hyn at ddyblygu mewn rhai meysydd a bylchau mewn meysydd eraill, ac nid oedd bob amser yn sicrhau dilyniant 3–16 esmwyth a chronnol. Fodd bynnag, mewn llawer o'r ysgolion pob oed yr ymwelwyd â nhw, roedd yr agwedd hon yn gryfder arbennig. Roedd arweinwyr wedi ystyried dysgu a dilyniant yn benodol i gyfnod yn ofalus. Roedd hyn yn amlwg yn y profiadau dysgu a arsylwyd yn ystod ein hymweliadau.

Ysgol Caer Elen – Trafodaethau yn benodol i gyfnod ar hawliau, tegwch a chynhwysiant mewn ysgol bob oed

Mae arwyddair Ysgol Caer Elen, 'Daw'r dderwen o'r fesen fach' yn gwbl amlwg trwy gynllunio cwricwlwm cryf ac effeithiol yr ysgol. Mae arweinwyr a staff wedi cydweithio'n effeithiol i sicrhau eu bod yn deall y Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn llawn, a beth sy'n ofynnol ac yn addas ar gyfer pob cyfnod datblygiadol. O ganlyniad, maent yn darparu profiadau dysgu ACRh dilyniadol, cronnol a phwrpasol ar gyfer pob un o'r disgyblion ar draws yr ystod oedran.

Mae pedwar gwerth craidd yr ysgol, sef tegwch, caredigrwydd, cefnogaeth a dyfalbarhad, yn sail i wasanaethau wythnosol a gweithgareddau amser tiwtor dyddiol.

Roedd sesiynau dysgu a arsylwyd ar draws yr ysgol yn berthnasol, yn ddifyr ac yn gynhyrchiol. Roedd athrawon yn darparu'r derminoleg, y wybodaeth a'r senarios angenrheidiol i ddisgyblion i'w galluogi i drafod tegwch, hawliau plant, agweddau negyddol a dylanwadau niweidiol yn wybodus. Roedd disgyblion yn y sesiynau hyn

(Blynyddoedd 2 a 3, Blwyddyn 6 a Blwyddyn 11) yn dangos aeddfedrwydd nodedig a sensitifrwydd yn berthnasol i'w hoedran a'u cyfnod datblygiadol. Arweiniodd eu hymgysylltiad cryf a chynaledig mewn trafodaethau at gynnydd sylweddol mewn dysgu ACRh. Roedd hon yn nodwedd nodedig.

Hyder staff

Ar draws llawer o ddarparwyr, roedd arweinwyr yn cydnabod bod amrywioldeb yn hyder staff wrth gyflwyno ACRh. Er bod staff yn dangos ymrwymiad cryf i gefnogi lles disgyblion, nid oeddent bob amser yn teimlo'u bod wedi eu harfogi i fynd i'r afael â thestunau sensitif neu gymhleth. Yn benodol, roedd meysydd fel cynnwys LHDTC+, stereoteipiau neu normau niweidiol o ran rhywedd, addysg rhyw a risgiau sy'n dod i'r amlwg ar-lein yn creu heriau. Nid oedd dysgu proffesiynol yn cyd-fynd yn gyson ag anghenion a nodwyd. Mewn sawl ysgol, roedd hyfforddiant yn canolbwyntio'n bennaf ar gydymffurfio â diogelu yn hytrach na dyfnhau gwybodaeth bwnc neu arbenigedd addysgegol. Arweiniodd hyn at anghysondeb wrth gyflwyno yn yr ystafell ddosbarth. Lle roedd arweinwyr yn buddsoddi'n strategol mewn dysgu proffesiynol ar addysgeg, roedd staff yn dangos mwy o hyder a chysondeb. Yn yr achosion hyn, roedd arweinwyr yn cysylltu hyfforddiant â chynllunio'r cwricwlwm ac yn creu cyfleoedd rheolaidd a gwerthfawr ar gyfer myfyrio a chydweithio.

Ymgysylltu â rhieni a'r gymuned

Roedd y rhan fwyaf o ysgolion yn cyfathrebu â rhieni am ddarpariaeth ACRh trwy gylchlythyrau, dogfennau polisi, neu nosweithiau gwybodaeth. Fodd bynnag, roedd ymgysylltu yn aml yn hysbysiadol yn hytrach na chydweithredol. Roedd arweinwyr yn darparu diweddariadau ar gynnwys ond nid oeddent yn cynnwys rhieni fel mater o drefn wrth lunio'r cwricwlwm. Mewn ychydig o achosion, roedd arweinwyr wedi ymgysylltu â rhieni yn rhagweithiol, gan fynd i'r afael â chamdybiaethau a meithrin dealltwriaeth ar y cyd. Roedd y dulliau hyn yn helpu meithrin ymddiriedaeth ac yn lleihau tensiynau posibl. Lle roedd ymgysylltu yn gyfyngedig neu'n adweithiol, roedd arweinwyr yn colli cyfleoedd i gryfhau partneriaethau ac atgyfnerthu negeseuon cyson rhwng yr ysgol a'r cartref.

Ysgol Uwchradd Fitzalan – Ymgynghori effeithiol â rhieni a gofalwyr yn ystod y cam cynllunio ar gyfer Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

Yn ystod y cam cynllunio ar gyfer y Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb newydd, bu arweinwyr yn ymgysylltu'n rhagweithiol â chymuned yr ysgol ehangach. Roedd hyn yn cynnwys rhieni, cynrychiolwyr crefyddol, gan gynnwys y rhai o fosgiau a synagogau, ac arweinwyr a chynrychiolwyr cymunedol eraill. Roedd yr ysgol yn rhannu manylion am ofynion y Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb gyda'r cyfranogion hyn ac yn

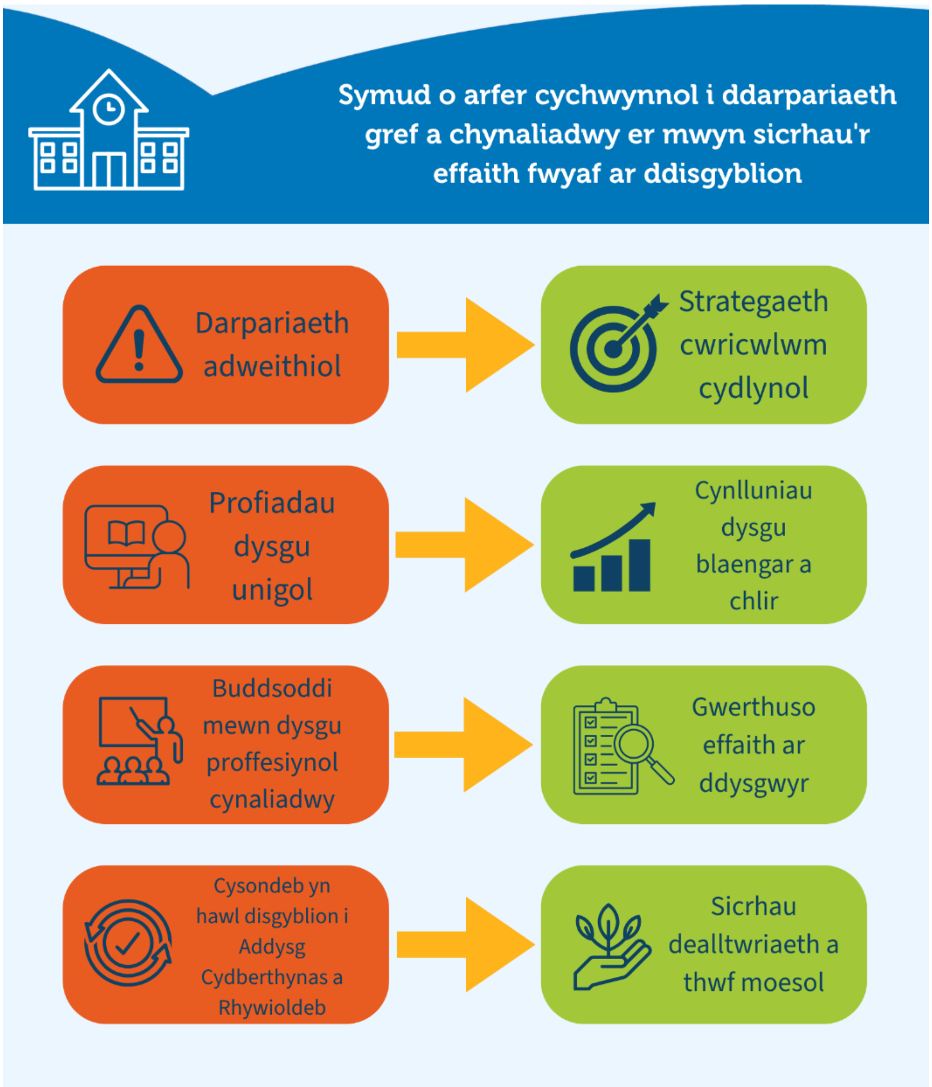
esbonio'r cyfnod datblygiadol yn glir. Roedd arweinwyr yn ymateb yn gyflym ac yn effeithiol pan oedd camwybodaeth yn lledaenu trwy'r gymuned. Trefnodd yr ysgol fod deunyddiau'r cwricwlwm yn cael eu cyfieithu i ieithoedd cymunedol a buont yn cynnal cyfarfodydd galw i mewn i sicrhau ymddiriedaeth a thryloywder gyda rhanddeiliaid. Roedd cydweithio ag ysgolion cynradd partner a chyd-greu cwricwlwm ACRh dilyniannol o'r dosbarth meithrin i'r chweched dosbarth yn nodweddion nodedig.

Ymateb i heriau cymdeithasol sy'n dod i'r amlwg

Cydnabu arweinwyr y tirlun cymdeithasol sy'n newid yn gyflym yr oedd plant yn tyfu i fyny ynddo. Roedd problemau fel misogynedd ar-lein, dylanwad negyddol y cyfryngau cymdeithasol, delweddau wedi eu creu gan ddefnyddio deallusrwydd artiffisial a chynnwys gwleidyddol niweidiol yn gynyddol amlwg. Mewn llawer o ysgolion, ymatebodd arweinwyr i ddigwyddiadau neu bryderon penodol trwy addasu cynlluniau amser tiwtor, paratoi gwasanaethau teilwredig, neu wahodd siaradwyr allanol i roi cyflwyniad ar themâu perthnasol.

Roedd y rhan fwyaf o ddarparwyr yn defnyddio arbenigedd allanol yn effeithiol i gyflwyno cynnwys sensitif neu arbenigol. Roedd hyn am ddau reswm, sef: ychwanegu at arbenigedd neu ddiffyg hyder staff a darparu cyfleoedd estynedig i ddisgyblion ymgysylltu â phrofiadau dysgu dilys a derbyn arweiniad a chymorth cyfredol. Fodd bynnag, roedd dibyniaeth ar bartneriaid allanol weithiau'n arwain at ddarpariaeth dameidiog, yn enwedig pan nad oedd y ddarpariaeth yn cael ei hintegreiddio mewn cynllun cwricwlwm cydlynus. At ei gilydd, roedd ymatebion i heriau sy'n dod i'r amlwg yn aml yn adweithiol. Nid oedd arweinwyr wedi ymgorffori themâu rhagflaenol neu gwricwlwm yn canolbwyntio ar y dyfodol yn systematig.

Yn olaf, mae'r cyfnod gwelliant nesaf yn gofyn i arweinwyr symud oddi wrth ddarpariaeth fugeiliol sy'n adweithiol at strategaeth cwricwlwm sy'n fwy cydlynus. Mae hyn yn cynnwys mynegi bwriadau dysgu clir a chryfhau dilyniant ar draws cyfnodau. Mae hefyd yn golygu bod arweinwyr yn buddsoddi mewn dysgu proffesiynol cynaledig ac yn gwerthuso'i effaith yn fwy trylwyr trwy ystyried effaith y dysgu ar dwf emosiynol a chymdeithasol disgyblion. Trwy wneud hynny, bydd arweinwyr mewn sefyllfa well i sicrhau hawl gyson i ACRh ar gyfer disgyblion a sicrhau bod hyn yn gwneud gwahaniaeth amlwg i ddealltwriaeth a thwf moesol disgyblion.



Symud o arfer cychwynnol i ddarpariaeth gref a chynaliadwy er mwyn sicrhau'r effaith fwyaf ar ddisgyblion
Darpariaeth adweithiol
Strategaeth cwricwlwm cydlynol
Profiadau dysgu unigol
Cynlluniau dysgu blaengar a chlir
Buddsoddi mewn dysgu proffesiynol cynaliadwy
Gwerthuso effaith ar ddysgwyr
Cysondeb yn hawl disgyblion i Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb
Sicrhau dealltwriaeth a thwf moesol

Ansawdd ac effaith hyfforddiant a chymorth ar gyfer ymarferwyr

Ystyriodd yr adolygiad thematig hwn raddau ac argaeledd dysgu proffesiynol a hyfforddiant ar gyfer staff i gefnogi cyflwyno ACRh. Yn y rhan fwyaf o ysgolion ac UCDau yr ymwelom â hwy, roedd arweinwyr wedi blaenoriaethu dysgu proffesiynol yn briodol ac wedi cymryd camau addas i gynorthwyo staff i gyflwyno ACRh o fewn dull ysgol gyfan ar gyfer lles. Fodd bynnag, roedd amrywioldeb sylweddol ledled Cymru o ran mynediad at hyfforddiant arbenigol, gyda gwahaniaethau daearyddol yn gwbl amlwg. Yn ychwanegol, roedd anghysondebau clir yn arweinyddiaeth a chymorth awdurdodau lleol, yn ogystal ag yn y cymorth a gynigir gan bartneriaid arbenigol. Roedd y diffygion hyn wedi cael effaith negyddol ar hyder staff wrth fynd i'r afael ag agweddau penodol ar y cwricwlwm ACRh ac yn eu dull ar gyfer cynllunio profiadau dysgu cronnol dros gyfnod.

Ymrwymiad cryf i ddatblygiad proffesiynol staff

Ar draws y rhan fwyaf o ysgolion ac UCDau, roedd staff wedi elwa ar raglen dysgu proffesiynol addas ac a oedd yn aml yn amrywiol i gefnogi cynllunio a chyflwyno ACRh. Fodd bynnag, roedd cymorth cyfyngedig ar gyfer datblygu addysgeg bwrpasol i gyflwyno gwersi o amgylch testunau sensitif. Roedd hyfforddiant yn nodweddiadol yn cynnwys arfer sy'n ystyriol o drawma, materion diogelu a lles, cymorth ar gyfer iechyd meddwl a datblygiad emosiynol, a chynllunio'r cwricwlwm. Mewn llawer o achosion, roedd y dysgu proffesiynol hwn yn sail i ymagwedd berthynol ac ataliol at ACRh, yn hytrach na chanolbwyntio'n gyfyng ar ymdrin â chynnwys penodol.

Yn y rhan fwyaf o ddarparwyr, roedd arweinwyr a staff allweddol dynodedig wedi ymgymryd â dysgu proffesiynol targedig. Roedd hyn wedi cryfhau eu hyder o ran cyflwyno testunau sensitif a dyfnhau eu dealltwriaeth o ofynion statudol. Roedd hefyd yn cefnogi datblygiad dulliau ysgol gyfan cydlynus ar gyfer iechyd a lles meddyliol ac emosiynol. Mewn ysgolion ac UCDau sydd ag arfer hynod effeithiol, roedd arweinwyr wedi sicrhau bod y rhai a oedd yn mynychu cyrsiau allanol yn lledaenu eu dysgu ymhlith pob un o'r staff trwy gyfarfodydd a sesiynau hyfforddi mewnol. O ganlyniad, roedd arbenigedd wedi cael ei rannu'r tu hwnt i ymarferwyr unigol ac yn cael ei ymgorffori'n ehangach ar draws yr ysgol.

Ysgol Gynradd Georgetown – Diwylliant dysgu proffesiynol cryf lle mae staff yn rhannu eu dysgu i gynyddu arbenigedd mewn ACRh ar draws yr ysgol

Mae arweinwyr yn sicrhau bod staff yn gallu manteisio ar ystod eang o raglenni hyfforddi i gefnogi lles a datblygiad disgyblion. Mae hyn yn cynnwys hyfforddiant mewn dulliau sy'n ystyriol o drawma, defnyddio offeryn goleuadau traffig ymddygiad rhywiol cymeradwy a materion LHDTC+. Caiff staff hyfforddedig gyfleoedd buddiol i rannu a lledaenu eu dysgu a'u hadnoddau i gefnogi cyflwyno ACRh. Mae hyn wedi helpu cynyddu hyder staff a'u gallu i gyflwyno sesiynau ar destunau sensitif. Mewn cyd-destun ehangach, mae hyn yn cefnogi blaenoriaethau'r ysgol o amgylch arweinyddiaeth ddosbarthedig a pherchnogaeth ar y cyd o gynllunio'r cwricwlwm.

Roedd defnydd cryf o bartneriaethau allanol yn nodwedd nodedig ym mwyafrif yr ysgolion. Roedd arweinwyr yn gweithio'n gynhyrchiol gydag ystod o asiantaethau a gweithwyr proffesiynol, yn cynnwys nyrsys ysgol, swyddogion heddlu ysgolion, gweithwyr iechyd proffesiynol, elusennau, a sefydliadau'r trydydd sector. Roedd y partneriaethau hyn yn ehangu gwybodaeth staff ac yn cefnogi cyflwyno cynnwys cwricwlwm sensitif, yn enwedig mewn meysydd fel diogelwch personol, perthnasoedd ac iechyd rhywiol. Mewn llawer o achosion, roedd cyfranwyr allanol hefyd yn cefnogi datblygiad a lles staff, a oedd yn cyfrannu at weithlu mwy hyderus a gwybodus. Roedd pob ysgol ac UCD yn siarad yn gadarnhaol am y gefnogaeth yr oeddent yn parhau i'w chael gan swyddog heddlu eu hysgol. Er nad yw'r gwasanaeth cenedlaethol hwn yn cael ei ariannu gan Lywodraeth Cymru mwyach, mae llawer o heddluoedd ledled Cymru wedi parhau i ddarparu swyddog heddlu a enwyd ar gyfer ysgolion ac UCDau i gyflwyno sesiynau dysgu a darparu cymorth i staff a disgyblion wrth ymateb i faterion cymunedol neu faterion cymheiriaid.

Roedd llawer o ysgolion yn elwa ar gymorth cadarnhaol gan awdurdod lleol a chlwstwr. Roedd cydweithio a chymorth rhanbarthol ar gyfer datblygu'r cwricwlwm naill ai wedi gorffen neu'n llai pan ddaeth trefniadau cenedlaethol trwy gonsortia rhanbarthol i ben ym mis Mawrth 2025. Fodd bynnag, mae'r rhan fwyaf o awdurdodau lleol ledled Cymru yn darparu rhywfaint o gymorth trwy swyddogion sy'n gyfrifol am y maes hwn o'r cwricwlwm. Dywedodd arweinwyr a staff wrthym fod cyfarfodydd rhwydwaith rheolaidd neu bob hanner tymor ar gyfer y rhai sy'n gyfrifol am ofal bugeiliol, y MDPh iechyd a lles yn fwy cyffredinol, yn darparu cyfleoedd gwerthfawr ar gyfer deialog broffesiynol a rhannu arfer dda. Yn ychwanegol, roedd cymorth gan ymgynghorwyr neu bartneriaid gwella ysgolion wedi eu helpu i ddehongli'r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb a chanllawiau statudol, a mireinio cynlluniau'r cwricwlwm er 2022. Yn ogystal, dywedodd arweinwyr fod cydweithio clwstwr yn hynod fuddiol wrth feithrin dealltwriaeth ar y cyd o ddilyniant a disgwyliadau. Yn nodedig, lle roedd cymorth allanol yn gyfyngedig, yn enwedig mewn rhai ardaloedd o Gymru, roedd gweithio mewn clystyrau wedi galluogi ysgolion i elwa ar arbenigedd cymheiriaid a datblygu gallu mewnol.

Ym mwyafrif yr ysgolion ac UCDau, roedd nodweddion cryf mewn arweinyddiaeth fewnol gan fod arweinwyr wedi defnyddio dull ataliol ar gyfer archwilio darpariaeth, gan nodi anghenion dysgu proffesiynol, ac alinio hyfforddiant i faterion sy'n dod i'r amlwg. Yn yr ychydig enghreifftiau gorau, roedd ysgolion wedi datblygu eu rhaglenni dysgu proffesiynol eu hunain ac wedi rhannu arbenigedd mewnol yn effeithiol. Roedd hyn wedi cyfrannu at hyder cryfach ymhlith staff chyflwyno ACRh yn fwy cydlynus dros gyfnod. Yn ehangach, roedd dysgu proffesiynol yn gysylltiedig â lles emosiynol, deall ymddygiad, cynhwysiant a diogelu wedi cefnogi'r sylfaen berthynol sy'n angenrheidiol ar gyfer ACRh effeithiol. Yn bwysig, roedd hyn yn atgyfnerthu dull ysgol gyfan ar gyfer iechyd a llesiant meddyliol ac emosiynol cadarnhaol.

Ysgol Pontyberem – Buddsoddi mewn datblygiad proffesiynol staff i ddarparu cymorth cyffredinol ar gyfer lles a chefnogi cyflwyno Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

Mae ymagwedd yr ysgol at hyrwyddo lles yn flaenoriaeth strategol ganolog. Mae arweinwyr yn cydnabod, trwy brosesau hunanwerthuso a data lles, fod materion fel gorbryder, ymddygiadau yn gysylltiedig â thrawma a chamreolaeth emosiynol yn effeithio ar barodrwydd disgyblion i ddysgu. I ymateb i hynny, maent wedi ailosod lles emosiynol yn fwriadol i fod yn ganolog i holl waith yr ysgol. Maent wedi sefydlu'r angen i wella medrau pob un o'r staff i ddiwallu anghenion emosiynol disgyblion o fewn yr ystafell ddosbarth yn hytrach na thrwy ddarpariaeth ar wahân neu ymyriadau grwpiau bach.

Bu buddsoddiad sylweddol yn natblygiad staff ynghylch trawma, iechyd meddwl ac emosiynol, trais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol, rheoli ymddygiad cadarnhaol a thechnegau lleddfu. Mae'r hyfforddiant eang hwn yn cefnogi ymagwedd gyson gan staff ac yn meithrin gallu mewnol wrth i'r galw am wasanaethau arbenigol ac allanol gynyddu. Yn ychwanegol, mae'r ysgol yn cydweithio'n helaeth â phartneriaid allanol ac mae hyn yn sicrhau arweiniad a chymorth parhaus ar gyfer staff, pan fydd angen.

Er eu bod yn llai o ran nifer, roedd meysydd i'w datblygu yn gyson ar draws lleiafrif o ddarparwyr. Roedd y cyfle cyfyngedig i gael hyfforddiant ACRh arbenigol yn destun pryder allweddol. Er bod y rhan fwyaf o ysgolion wedi manteisio ar ddysgu proffesiynol eang mewn materion lles, roedd addysgeg sy'n benodol i bwnc yn llai datblygedig. Yn benodol, dywedodd staff fod bylchau mewn dysgu proffesiynol yn gysylltiedig ag addysg rhywioldeb, cynnwys LHDTC+, mynd i'r afael â misogynedd ac agweddau niweidiol o ran rhywedd, a chefnogi disgyblion rhywedd-amrywiol. Roedd hyn yn golygu bod darpariaeth yn y meysydd hyn yn llai sicr ac yn llai amlwg.

Roedd amrywioldeb hefyd yn ansawdd a chysondeb cymorth gan awdurdodau lleol. Er bod rhai ysgolion wedi elwa ar arweiniad strategol cryf a rhaglenni hyfforddi hygyrch, dywedodd ysgolion eraill fod y cymorth teilwredig neu arbenigol yn gyfyngedig. Mewn ychydig o achosion, roedd cyfleoedd ar gyfer rhwydweithio yn gyfyngedig. Roedd arweinwyr a staff yn cael cyfleoedd cyfyngedig i gyfarfod, ac roedd gohebiaeth fel arfer yn cael ei rhannu trwy negeseuon e-bost tymhorol i ysgolion ac UCDau gan swyddogion awdurdodau lleol. O ganlyniad, roedd yr ysgolion hyn yn dibynnu ar arbenigedd a chydweithio mewnol i gynllunio profiadau dysgu. Roedd rhai ohonynt yn ceisio graddau o gymorth clwstwr neu wedi dod o hyd i ddarpariaeth yn annibynnol i ddiwallu eu hanghenion. Roedd hyn yn arwain at brofiadau anghyfartal i ddisgyblion ar draws ardaloedd lleol.

Hyd yn oed mewn ysgolion a ddywedodd eu bod wedi cael mynediad cadarnhaol at ddysgu proffesiynol yn gyffredinol, roedd hyder staff yn amrywiol o hyd. Yn benodol, roedd ymarferwyr yn llai hyderus yn ymdrin â rhai agweddau ar ACRh. Roedd hyn yn arbennig o amlwg mewn meysydd fel addysg iechyd rhywiol, mynd i'r afael â materion sensitif neu faterion sy'n dod i'r amlwg, a defnyddio terminoleg gywir a phriodol. Lle nad oedd dysgu proffesiynol yn cael ei ymgorffori o fewn rhaglen dreigl, yn aml, nid oedd staff mwy newydd wedi cael eu hyfforddi a'u paratoi cystal. Mewn ychydig o ysgolion, arweiniodd yr anghysondeb hwn at gyflwyno themâu cwricwlwm allweddol yn wyliadwrus, yn anghyfartal neu'n gyfyngedig, yn enwedig yn yr oedran uwchradd ac ar gyfer disgyblion hŷn.

Dywedodd uwch arweinwyr fod cyfyngiadau o ran amser, cyllid a chapasiti yn creu heriau sylweddol a pharhaus. Dywedon nhw yn aml nad oedd pob un o'r staff yn gallu manteisio ar hyfforddiant oherwydd blaenoriaethau cystadleuol. Mewn llawer o ysgolion, roedd arweinwyr sydd â chyfrifoldeb am ACRh yn dal cyfrifoldebau ehangach ac nid oeddent yn cael amser gwarchodedig i ddatblygu eu rolau'n llawn. Roedd pwysau ariannol yn cyfyngu ar y graddau y gallai ysgolion gymhwyso arbenigedd allanol, ac roedd y galw am asiantaethau arbenigol yn aml yn fwy na'r nifer a oedd ar gael. Mewn llawer o achosion, roedd y ffactorau hyn yn cyfyngu ar gyflymdra ac ehangder dysgu proffesiynol dros gyfnod.

Mewn llawer o ysgolion, roedd gorddibyniaeth ar gyflwyno cynnwys cwricwlwm allweddol yn allanol fel darpariaeth ar gyfer mislif ac addysg rhyw gan nyrs yr ysgol i ddisgyblion Blwyddyn 6 yng Nghyfnod 2. Er bod y cyfranwyr allanol hyn yn ychwanegu arbenigedd gwerthfawr, mewn lleiafrif o achosion, roeddent yn cyflwyno elfennau allweddol o'r cwricwlwm ACRh fel sesiynau untro. Roedd hyn yn cyfyngu ar gyfleoedd i staff ysgolion feithrin eu harbenigedd eu hunain ac integreiddio dysgu yn sensitif trwy gynlluniau gwaith.

Yn y pen draw, mae gorddibyniaeth ar bartneriaid allanol yn beryglus, yn enwedig gan fod y gwasanaethau hyn wedi gostwng yn y blynyddoedd diwethaf neu nid ydynt ar gael yn eang ledled Cymru. Yn wir, roedd dibyniaeth ar ddarpariaeth allanol mewn rhai ysgolion ac UCDau wedi lleihau cynaliadwyedd ymhellach. Gwelodd arolygwyr lle nad oedd gallu mewnol yn cael ei ddatblygu ochr yn ochr â chyfraniadau allanol, nid oedd ysgolion mewn sefyllfa gystal i addasu darpariaeth i ymateb i newid yn anghenion disgyblion.

Heriau parhaus

Yn yr ysgolion a'r UCDau yr ymwelwyd â nhw, nodom fod arweinwyr yn parhau i wynebu heriau cyd-destunol ehangach. Roedd cyfyngiadau ariannol a phwysau staffio yn effeithio ar argaeledd a pharhad dysgu proffesiynol. Dywedodd arweinwyr hefyd fod anawsterau wrth gadw i fyny â materion cymdeithasol sy'n dod i'r amlwg a sicrhau bod staff yn aros yn hyderus wrth fynd i'r afael â themâu newydd yn sensitif ac yn gywir.

At ei gilydd, dangosodd y rhan fwyaf o ysgolion ymrwymiad clir i gryfhau dysgu proffesiynol ar gyfer ACRh ac roeddent yn fodlon gweithio'n greadigol i oresgyn rhwystrau. Lle roedd arweinwyr yn mabwysiadu dull ysgol gyfan strategol, yn alinio hyfforddiant i angen disgybl ac yn meithrin gallu mewnol ochr yn ochr â phartneriaethau allanol, roedd dysgu proffesiynol yn fwy cydlynus a chynaliadwy. Fodd bynnag, er mwyn sicrhau cysondeb gwell o ran ansawdd ac ymdriniaeth, mae angen i ysgolion gael cyfle i fanteisio'n well ar hyfforddiant arbenigol, i gael cymorth strategol cliriach mewn rhai awdurdodau lleol, a digon o amser ac adnoddau i ymgorffori arfer o ansawdd uchel ar draws pob agwedd ar y cwricwlwm ACRh.

Addysgu a dysgu yn yr ystafell ddosbarth a thu hwnt

At ei gilydd, cyflwynodd y dystiolaeth ddarlun cadarnhaol o'r modd yr oedd darpariaeth yn cefnogi datblygiad personol disgyblion, yn hyrwyddo perthnasoedd cadarnhaol, ac yn cyfrannu at ddiwylliant ysgol gyfan cadarnhaol sy'n canolbwyntio ar ddatblygu llesiant meddyliol ac emosiynol. Yn y rhan fwyaf o ysgolion, roedd yn amlwg fod cryfderau'n gorbwyso meysydd i'w datblygu. Roedd darpariaeth wedi hen ennill ei phlwyf neu'n datblygu'n gadarn, ar y cyfan. Roedd arweinwyr wedi cymryd camau pwrpasol i ymgorffori ACRh o fewn ethos a diwylliant ehangach eu hysgolion. Roedd hyn yn golygu, yn y sesiynau a arsylwon ni, fod y rhan fwyaf o ddisgyblion yn elwa ar brofiadau dysgu a oedd yn berthnasol, yn briodol i oedran ac yn cyd-fynd â'u hanghenion datblygiadol.

Effeithiolrwydd cyffredinol darpariaeth

Ar draws llawer o ysgolion ac UCDau, roedd darpariaeth ACRh naill ai wedi'i sefydlu'n gadarn neu'n gwella'n raddol. Roedd arweinwyr yn dangos ymrwymiad clir i gefnogi datblygiad personol a lles disgyblion. Yn yr achosion hyn, nid oedd ACRh yn cael ei thrin fel pwnc ynysig, ar wahân, ond yn cael ei hintegreiddio'n gynyddol yn y cwricwlwm ehangach a'r fframwaith bugeiliol.

Roedd y rhan fwyaf o ysgolion yn darparu dysgu a oedd yn briodol i oedran a chyfnod datblygu disgyblion, ac yn cyd-fynd yn gadarn â'r cyfnodau datblygiadol a ddisgrifir yn y canllawiau ACRh. Roedd cynnwys y cwricwlwm, yn enwedig yn y sector cynradd a'r sector pob oed, yn nodweddiadol yn adlewyrchu model graddol. Roedd hyn yn galluogi disgyblion i feithrin gwybodaeth, medrau a dealltwriaeth dros gyfnod. Yn aml, roedd dysgu cynnar yn canolbwyntio ar gariad, caredigrwydd, cyfeillgarwch a pharch. Wrth i ddisgyblion aeddfedu, daeth themâu yn fwy cymhleth ac roeddent yn cynnwys cydraddoldeb, cydsynio, diogelwch ar-lein a deall perthnasoedd iach ac afiach.

Yn yr enghreifftiau cryfaf, roedd darpariaeth ACRh yn gydlynus ac yn cyd-fynd yn agos â gwerthoedd a strategaethau lles ehangach ysgolion. Roedd y cydlyniant hwn yn cynorthwyo disgyblion i wneud cysylltiadau rhwng yr hyn yr oeddent yn ei ddysgu mewn gwersi a'r disgwyliadau a'r gwerthoedd sy'n cael eu hyrwyddo trwy gydol y diwrnod ysgol mewn gweithgareddau lles.

Ysgol Bro Pedr: Gwasanaeth Santes Dwynwen

Mae Ysgol Bro Pedr yn rhoi cyfrifoldeb sylweddol ar ddisgyblion i gynllunio ac arwain gwasanaethau ysgol. Mae ffocws rheolaidd ar agweddau yn gysylltiedig â deg gwerth craidd yr ysgol, fel caredigrwydd, gonestrwydd, parch, empathi a hapusrwydd.

Gwnaeth y Pwyllgor Cymreictod (pwyllgor wedi'i arwain gan ddisgyblion sy'n canolbwyntio ar hyrwyddo'r Gymraeg a'i diwylliant) gyflwyniad tra ystyriol, perthnasol a phwerus i ddisgyblion ym Mlynyddoedd 7-9 fel rhan o ddathliadau Dydd Santes Dwynwen yr ysgol. Archwiliodd disgyblion sut i ddangos ac arddangos cariad, caredigrwydd a goddefgarwch. Mewn cyferbyniad, archwilion nhw hefyd negeseuon cryf am yr hyn nad yw cariad yn ei gynrychioli trwy gynnwys themâu fel cydsynio, gorfodaeth a chamddefnyddio pŵer. Rhanodd y disgyblion negeseuon a dyfyniadau gan enwogion i amlygu negeseuon allweddol. Fe wnaeth pob disgybl ymddwyn yn berffaith yn ystod y cyflwyniad, ymatebon nhw'n wych i'r drafodaeth a dangos parch sylweddol tuag at ei gilydd. Roedd trafodaethau â disgyblion wrth iddynt adael neuadd yr ysgol yn datgan eu dealltwriaeth gadarn o'r themâu a archwiliwyd yn ystod y cyflwyniad. Cyfeiriodd disgyblion yn hyderus at ddysgu am y testunau hyn mewn pynciau ar draws y cwricwlwm ac mewn trafodaethau wythnosol mewn sesiynau tiwtor: 'Yr hyn sy'n bwysig'.

Ansawdd a chynllunio'r cwricwlwm

Mewn llawer o ysgolion ac UCDau yr ymwelwyd â nhw, roedd cwricwla ACRh a oedd yn briodol addas a chytbwys. Mewn mwyafrif o ddarparwyr, roedd arweinwyr wedi mapio dysgu ar draws grwpiau blwyddyn i ddarparu llwybr strwythuredig. Mewn ychydig o'r ysgolion hyn, roedd llwybr mwy graddol lle roedd disgyblion yn ailedrych ar themâu allweddol ar lefelau cynyddol o soffistigeiddrwydd, gan eu galluogi i ddyfnhau eu dealltwriaeth dros gyfnod.

Roedd darpariaeth yn aml yn cyfuno gwersi ACRh ar wahân gyda dysgu trawsgwricwlaidd. Er enghraifft, roedd agweddau ar addysg cydberthynas yn cael eu hatgyfnerthu trwy lenyddiaeth Gymraeg a Saesneg ac ym mhynciau'r dyniaethau, sesiynau addysg bersonol a chymdeithasol, a gwasanaethau. Roedd y dull cyfunol hwn yn helpu normaleiddio trafodaeth am berthnasoedd a lles, yn hytrach na chyfyngu dysgu i sesiynau ar wahân. Er enghraifft, dywedodd disgyblion Blwyddyn 11 wrthym eu bod yn gwerthfawrogi cyfleoedd i drafod themâu fel anghyfiawnder hiliol a thwf moesol wrth astudio nofel Harper Lee, 'To Kill a Mockingbird' mewn gwersi Saesneg. Roedd disgyblion Blwyddyn 9 yn gallu dangos sut roedd propaganda Natsïaidd yn gwyrdroi'r term 'Aryanaidd' i hyrwyddo goruchafiaeth ethnig a diwylliannol, a sut arweiniodd hyn at dwf homoffobia a gwrth-semitiaeth.

Mewn llawer o ysgolion, roedd arweinwyr yn sicrhau bod ACRh yn cael ei chysylltu'n ystyriol â strategaethau ymddygiad cadarnhaol a darpariaeth les ehangach. Roedd yr integreiddio hwn yn cefnogi cysondeb negeseuon ac yn atgyfnerthu disgwyliadau o amgylch ymddygiad parchus a chynhwysiant. Lle roedd cynllunio'r cwricwlwm ar ei gryfaf, roedd arweinwyr yn monitro ymdriniaeth a dilyniant yn ofalus ac yn addasu cynnwys i ymateb i anghenion sy'n dod i'r amlwg. Fodd bynnag, mewn lleiafrif o ysgolion, roedd diffyg eglurder digonol wrth fapio'r cwricwlwm. Yn yr achosion hyn, roedd dilyniant yn llai diffiniedig, ac nid oedd dilyniant dysgu bob amser yn adeiladu'n systematig ar wybodaeth flaenorol. Mewn ychydig o leoliadau uwchradd, roedd y ddarpariaeth ar gyfer addysg bersonol a chymdeithasol, ac o fewn hyn, ACRh, yn dibynnu'n ormodol ar ychydig o ddiwrnodau cyfoethogi blynyddol neu gyflwyniadau gan siaradwyr gwadd, yn hytrach na'i bod yn ffurfio rhan o raglen strwythuredig, amserlenedig. Roedd hyn yn cyfyngu ar barhad a llai o gyfleoedd ar gyfer myfyrio cynaledig. Mewn ychydig iawn o achosion, ar draws sectorau, roedd gorddibyniaeth ar ddefnyddio rhaglen ddysgu wedi'i chaffael yn fasnachol i gyflwyno ACRh. Yn yr achosion hyn, roedd athrawon yn cyflwyno sesiynau o ansawdd gwael, gan gyfyngu'r addysgu a'r dysgu i gyfres o daflenni gwaith anniddorol a oedd yn rhoi cyfle prin i ddisgyblion drafod a datblygu syniadau yn ystyrlon.

Diwylliant ysgol gyfan ar gyfer perthnasoedd iach

Un o'r cryfderau nodedig ar draws y sampl o ysgolion ac UCDau oedd y graddau yr oedd ysgolion yn ymgorffori dysgu am berthnasoedd y tu hwnt i wersi ffurfiol. Mewn llawer o ysgolion, roedd disgwyliadau ynghylch caredigrwydd, tegwch a pharch yn amlwg mewn arfer ddyddiol ac yn cael eu hatgyfnerthu trwy systemau ymddygiad a gofal bugeiliol. Roedd dulliau effeithiol yn cynnwys gwasanaethau rheolaidd yn canolbwyntio ar themâu allweddol, gweithgareddau thema i godi ymwybyddiaeth, arferion adferol neu arferion yn seiliedig ar hawliau, a darparu mannau diogel neu anogaeth ar gyfer disgyblion bregus neu pan roedd angen cymorth ychwanegol ar ddisgyblion. Roedd y dulliau hyn yn cyfrannu at amgylcheddau cynhwysol a chefnogol lle roedd disgyblion yn teimlo'u bod yn cael eu gwerthfawrogi.

Yn yr enghreifftiau cryfaf, roedd staff yn modelu perthnasoedd parchus yn gyson, a disgyblion yn dangos dealltwriaeth glir o ddisgwyliadau ymddygiadol. Roedd y pwyslais ysgol gyfan hwn ar berthnasoedd iach yn cryfhau trefniadau diogelu ac yn cefnogi ymdeimlad disgyblion o berthyn. Yn y darparwyr lle roedd staff yn hyrwyddo negeseuon cyson am barch a chynhwysiant, roedd disgyblion yn gyffredinol yn deall pwysigrwydd trin pobl eraill yn deg, ac yn cydnabod y cysylltiad rhwng perthnasoedd a lles.

Ysgol Arbennig Sant Christopher: ACRh sy'n briodol i oedran ac yn briodol i gyfnod mewn cyd-destun ysgol arbennig

Mae Ysgol Arbennig Sant Christopher yn dangos dealltwriaeth gref o bwysigrwydd cyflwyno addysg cydberthynas a rhywioldeb sy’n briodol i gyfnod datblygiadol disgyblion yn hytrach na’u hoedran cronolegol. Mae arweinwyr a staff yn cydnabod y gallai llawer o ddisgyblion ymddangos yn gorfforol aeddfed ond bod ganddynt lefelau sylweddol is o ddealltwriaeth wybyddol, emosiynol a chymdeithasol. O ganlyniad, caiff darpariaeth ACRh ei haddasu’n ofalus i ddiwallu anghenion a lefelau parodrwydd unigol. Mae addysgu’n canolbwyntio’n eglur ar helpu disgyblion i ddeall emosiynau, ffiniau a chydsynio mewn ffyrdd ymarferol a hygyrch. Mae staff yn cynorthwyo disgyblion i adnabod mynegiannau wyneb, iaith y corff a gwahanol fathau o “na”, a deall sut mae’r ciwiau hyn yn berthnasol mewn sefyllfaoedd bywyd go iawn.

Mae’r dull hwn yn hynod bwysig ar gyfer disgyblion sy’n gweld rhyngweithio cymdeithasol yn heriol, a gallent droi at oedolion yn hytrach na chyfoedion am sicrwydd neu gymorth. Ar draws yr ysgol, caiff ACRh ei fframio o amgylch diogelwch, perthyn a lles, sy’n sicrhau bod disgyblion yn magu hyder a dealltwriaeth yn raddol. Mae’r dull cyfnod nid oedran hwn yn cynorthwyo disgyblion i ddatblygu’r medrau a’r ymwybyddiaeth sydd eu hangen arnynt i ffurfio perthnasoedd diogel a pharchus, sydd wedi’i alinio’n agos â disgwyliadau’r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb mewn cyd-destun ysgol arbennig.

Agweddau a deilliannau disgyblion

Ar draws bron pob ysgol ac UCD, roedd disgyblion yn ymgysylltu’n gadarnhaol â dysgu ACRh. Roeddent yn dangos empathi, parch, ac awydd i drafod materion yn ymwneud â pherthnasoedd. Roedd disgyblion iau yn y cyfnodau cynradd yn nodweddiadol yn mynegi dealltwriaeth glir o garedigrwydd, tegwch a chyfeillgarwch. Mewn sesiynau, roeddent yn siarad yn rhydd ac yn hyderus am y rhai o’u cwmpas a oedd yn gofalu amdanynt ac yn eu caru, ac roedd ganddynt ddealltwriaeth gadarn a sicr o rinweddau ffrind da. Roeddent yn gwybod sut i ofyn am gymorth a gallent nodi oedolion ymddiriedus o fewn yr ysgol. Roedd disgyblion hŷn yn aml yn dangos dealltwriaeth aeddfed o themâu mwy cymhleth. Roedd llawer ohonynt yn gallu gwahaniaethu rhwng perthnasoedd iach ac afiach, adnabod dylanwad pwysau gan gyfoedion a thrafod materion yn ymwneud â chydraddoldeb a gwahaniaethu.

Roedd disgyblion ar draws yr ystod oedran hefyd yn dangos ymwybyddiaeth gynyddol o risgiau ar-lein a dealltwriaeth sicr o ymddygiad digidol cyfrifol. Ym mhob darparwr yr ymwelwyd ag ef, dywedodd disgyblion eu bod yn teimlo’n ddiogel a’u bod yn cael eu cefnogi gan staff. Roeddent yn deall sut i gael help ac roeddent yn hyderus y byddai pryderon yn cael eu cymryd o ddifri. Roedd hyn yn adlewyrchu integreiddio ACRh yn effeithiol o fewn darpariaeth ddiogelu ehangach. Lle roedd deilliannau ar eu cryfaf, roedd disgyblion nid yn unig yn wybodus ond yn fyfyriol, hefyd. Roeddent yn ystyried gwahanol

safbwyntiau ac yn dangos ymwybyddiaeth feirniadol gynyddol o ddylanwadau cymdeithasol. Fodd bynnag, mewn lleiafrif o ysgolion, roedd cyfleoedd ar gyfer meddwl beirniadol dyfnach yn fwy cyfyngedig. Er bod darparwyr yn ailedrych ar destunau, nid oeddent bob amser yn cael eu harchwilio'n ddigon manwl i helpu oedolion ifanc i herio stereoteipiau neu ddatblygu myfyrio mwy datblygedig.

Dulliau addysgu a chyflwyno

Yn y rhan fwyaf o achosion, roedd darpariaeth yn ddatblygiadol briodol i oedran a gallu gwybyddol disgyblion ac yn sensitif i anghenion disgyblion. Roedd gwersi yn aml wedi'u seilio ar drafodaeth ac yn annog myfyrio. Roedd staff yn defnyddio senarios, chwarae rôl, a llenyddiaeth yn effeithiol i archwilio materion cymhleth mewn ffyrdd hygyrch. Yn aml, roedd athrawon yn sefydlu amgylcheddau dysgu diogel lle roedd disgyblion yn teimlo'n gyfforddus yn trafod testunau sensitif. Roedd rheolau sylfaenol yn glir, a staff yn ymateb i gwestiynau â gofal a phroffesiynoldeb.

Ysgol Mynydd Bychan: Adeiladu sylfeini ar gyfer perthnasoedd iach yn y blynyddoedd cynnar

Mae Ysgol Gynradd Mynydd Bychan yn rhoi pwyslais cryf ar sefydlu sylfeini perthnasoedd iach o'r cyfnodau dysgu cynharaf. Mae cwricwlwm y blynyddoedd cynnar wedi'i strwythuro'n ofalus i ddatblygu llythrennedd emosiynol, ymdeimlad cryf o berthyn a pherthnasoedd cadarn ac ymddiriedus trwy brofiadau dysgu sy'n briodol i oedran a dysgu trwy brofiad.

Yn y blynyddoedd cynnar, mae disgyblion yn dysgu adnabod ac enwi teimladau, yn deall caredigrwydd ac yn adnabod pwy sy'n eu helpu ac yn eu cadw'n ddiogel. Nodwedd hynod effeithiol yw'r defnydd o ffotograffau teuluol o'r cartref. Defnyddir y rhain i gefnogi trafodaeth am bwy sy'n bwysig i bob plentyn ac atgyfnerthu bod teuluoedd yn gallu edrych yn wahanol. Mae'r arfer syml ond ystyrlon hon yn cryfhau ymdeimlad disgyblion o berthyn ac yn esbonio strwythurau teuluol amrywiol mewn ffordd sy'n ddatblygiadol briodol.

Mae oedolion yn modelu iaith barchus ac yn atgyfnerthu disgwyliadau yn gyson o amgylch "dwylo caredig" a "geiriau caredig", gan gynorthwyo disgyblion i fewnoli normau perthynol o oedran ifanc. Mae dull perthynol yr ysgol sy'n ystyriol o drawma yn sail i'r gwaith hwn. Mae arferion dyddiol fel cyfarfod a chyfarch wrth ddrws yr ystafell ddosbarth a chyfnodau pontio rhagweladwy yn helpu plant i deimlo'n ddiogel a saff.

Mae dysgu trwy brofiad yn cryfhau dealltwriaeth ymhellach. Mae ardaloedd chwarae rôl (fel dysgu sut i olchi gwallt), chwarae blociau ar y cyd, gweithgareddau coginio (sy'n pwysleisio hylendid a chydweithrediad), a dysgu yn yr awyr agored, yn darparu

cyfleoedd dilys i ymarfer rhannu, trafod a datrys mân wrthdaro. Mae'r defnydd gofalus o destunau cynhwysol yn sicrhau bod plant yn dod ar draws amrywiaeth mewn teuluoedd a hunaniaethau fel rhan o ddysgu bob dydd. O ganlyniad, mae disgyblion yn y blynyddoedd cynnar yn dangos empathi a hyder cynyddol yn mynegi eu teimladau ac annibyniaeth gynyddol o ran rheoli sefyllfaoedd cymdeithasol. Mae'r sylfaen berthynol gref hon yn eu paratoi'n dda ar gyfer yr agweddau mwy cymhleth ar berthnasoedd ac ACRh sy'n cael eu haddysgu mewn blynyddoedd diweddarach.

Er bod y rhan fwyaf o ysgolion yn dangos darpariaeth gadarn, ar y cyfan, roedd ychydig ohonynt yn dangos amrywioldeb o ran cyflwyno. Yn y cyd-destunau hyn, roedd ansawdd yr addysgu'n dibynnu'n rhy helaeth ar arbenigedd staff unigol. Roedd dibyniaeth ar ddigwyddiadau thema achlysurol, yn hytrach na chynllunio cwricwlwm cynaledig, yn cyfyngu ar gysondeb. Mewn cyferbyniad, roedd ysgolion â systemau sefydledig yn sicrhau bod ACRh yn cael ei hymgorffori ar draws pynciau a grwpiau blwyddyn. Roedd arweinwyr yn monitro gweithredu ac yn cefnogi staff trwy ddysgu proffesiynol. Roedd y dull hwn yn lleihau amrywioldeb ac yn cryfhau cydlyniant.

Serch hynny, amrywioldeb yn hyder staff oedd y maes mwyaf cyson i'w wella o hyd yn y darparwyr yr ymwelwyd â nhw. Yn benodol, roedd staff yn llai hyderus wrth addysgu themâu mwy cymhleth neu sensitif, fel rhywioldeb, hunaniaeth rhywedd, misogynedd, a normau niweidiol o ran rhywedd. Yn yr achosion hyn, roedd cyflwyno yn dibynnu'n helaeth ar gynlluniau gwaith strwythuredig. Er bod cynlluniau o'r fath yn darparu arweiniad defnyddiol, roedd gorddibyniaeth weithiau'n cyfyngu ar ddyfnder trafodaethau ac yn lleihau cyfleoedd i ymateb yn hyblyg i gwestiynau disgyblion. Ar adegau, roedd athrawon yn darparu cyflwyniadau clyweledol neu ffilmiau byr ac ychydig ohonynt yn sicrhau cyfle i drafod ac archwilio syniadau. Lle roedd hyder staff yn gryfach, roedd athrawon yn addasu deunyddiau'n ystyriol ac yn hwyluso trafodaeth agored a chytbwys. Lle roedd hyder yn llai sicr, roedd dysgu weithiau'n symlach, a chyfleoedd i archwilio materion arlliwedig wedi eu cyfyngu.

Cynhwysiant a chynrychiolaeth

Roedd llawer o ysgolion yn gwneud ymdrechion cadarnhaol a thra ystyriol i hyrwyddo cydraddoldeb a chynhwysiant. Roedd disgyblion yn dysgu am degwch, amrywiaeth a phwysigrwydd parchu gwahaniaeth o oedran cynnar. Fodd bynnag, roedd manylder a chysondeb yr ymdriniaeth â'r agweddau hyn yn amrywio. Mewn rhai ysgolion, nid aethpwyd i'r afael â themâu LHDTC+, rhywedd a thestunau hunaniaeth ehangach yn gyson ar draws grwpiau blwyddyn. Mewn ychydig o achosion, roedd ymdriniaeth yn gyfyngedig neu nid oedd yn ddigon manwl i ddatblygu dealltwriaeth ystyrlon. Roedd yr anghysondeb

hwn yn lleihau cydlynu dilyniant, ac ar adegau, yn peryglu gadael bylchau yn nysgu disgyblion.

Lle roedd arfer ar ei chryfaf, roedd themâu cynhwysol yn cael eu hymgorffori'n ddilys o fewn y cwricwlwm yn hytrach na'u cyflwyno fel testunau ar wahân. Roedd arweinwyr yn sicrhau bod adnoddau'n adlewyrchu profiadau amrywiol a bod disgyblion yn dod ar draws cynrychiolaeth gadarnhaol ar draws cyd-destunau dysgu.

Ysgol Caer Elen: Gwahoddiad i barti

Rhoddwyd gwahoddiad ysgrifenedig i barti dychmygus i ddathlu Dydd Santes Dwynwen i ddisgyblion ym Mlwyddyn 2. Yn ogystal â'r ffaith fod y parti'n cael ei gynnal ar lawr cyntaf adeilad heb lifft, roedd y meini prawf i'w bodloni i fynychu'r parti yn codi cwestiynau am degwch, amrywiaeth a chynhwysiant. Roedd plant chwech oed yn cymryd rhan yn wych mewn trafodaethau grŵp bach ac yn dangos dealltwriaeth gadarn o degwch a chydraddoldeb sy'n briodol i'w cyfnod datblygiadol. Roedd themâu yn cynnwys teuluoedd o'r un rhyw a theuluoedd rhiant sengl, anghenion a chredoau crefyddol, dieithrio cymdeithasol, agweddau tuag at anabledd corfforol, amrywiaeth a thlodi. Wedyn, symudodd disgyblion ymlaen i weithgareddau ysgrifennu a chreadigol a oedd yn atgyfnerthu eu dysgu.

Annog trafodaeth a mynegiant o oedran cynnar

Roedd ysgolion cynradd, yn benodol, yn sicrhau cynhwysiant a chynrychiolaeth yn yr ystafell ddosbarth. Yn y rhan fwyaf o sesiynau ar gyfer y disgyblion ieuengaf, roedd athrawon yn dechrau'r diwrnod trwy wirio lles emosiynol a phersonol disgyblion. Roeddent fel arfer yn gwneud hyn mewn amrywiaeth o ffyrdd, a rhoddwyd cyfleoedd buddiol i ddisgyblion fynegi eu meddyliau a'u teimladau, yn ogystal â rhannu manylion am yr hyn a gawsant i frecwast neu'r hyn roeddent wedi'i wneud y noson flaenorol. Cynhaliodd llawer o athrawon sesiynau o'r fath yn hynod lwyddiannus, gan ddefnyddio ystod o adnoddau fel cardiau wyneb gyda gwahanol fynegiannau i blant eu dewis, cymeriadau clustog o wahanol liwiau a oedd yn cynrychioli ystod eang o deimladau iddynt eu cofleidio a gemau dosbarth cyfan syml lle gallent ddangos eu hwyliau presennol. Roedd yn amlwg fod disgyblion iau yn mwynhau'r gwiriadau emosiynol hyn ac yn elwa ar gyfleoedd i fynegi eu gofidiau neu'u bodlonrwydd.

Roedd llawer o ysgolion ac UCDau yn yr oedran uwchradd yn darparu cyfleoedd gwerthfawr ar gyfer trafodaeth grŵp mewn sesiynau ACRh. Yn yr enghreifftiau gorau, roedd athrawon yn gweithio'n galed i alluogi hinsoddau cefnogol a difyr yn eu sesiynau a oedd yn annog disgyblion i deimlo'n ddiogel i fynegi eu safbwyntiau. Mynegodd disgyblion

hŷn mewn llawer o ysgolion eu hoffter am drafodaeth ystyrlon, gynhwysfawr ac wedi'i rheoli gan oedolyn am faterion cymdeithasol pwysig a pherthnasol dros dasgau dysgu strwythuredig mewn gwersi ACRh neu ABCh. Dywedodd disgyblion mai trwy brofiadau dysgu o'r fath yr oeddent yn fwy tebygol o ddatblygu gwybodaeth sylfaenol sicr am destunau pwysig a dealltwriaeth gymdeithasol. Mewn llawer o achosion, roedd ymgysylltiad disgyblion mewn trafodaeth am ACRh gydag arolygwyr yn rhagorol, ac roedd lefel yr aeddfedrwydd yr oeddent yn ei dangos yn eithriadol o dda.

Heriau

Mae arolygwyr yn nodi bod gwelliant yn y dyfodol yn dibynnu ar ddyfnhau ansawdd profiadau dysgu yn hytrach nag ehangu darpariaeth. Dylai blaenoriaethau gynnwys:

- cryfhau hyder staff wrth fynd i'r afael â materion cymhleth a sensitif,
- sicrhau dilyniant mewn dysgu,
- ymgorffori themâu cynhwysol yn fwy systematig mewn meysydd dysgu a phrofiad eraill,
- mireinio'r defnydd strategol o lais y disgybl a sicrhau ymagwedd gyson at eu hannog i godi llais, ac
- atgyfnerthu cryfderau presennol a mynd i'r afael â meysydd i'w gwella a nodwyd.

Atodiad 1: Enghreifftiau o brofiadau dysgu sy'n benodol i gyfnod ar gyfer disgyblion rhwng 3-16 oed

Cyfnod 1: o 3 oed

Arsylwyd y sesiynau dysgu a ddisgrifir isod yn yr ysgolion canlynol:

- Ysgol Gynradd Gymunedol Crucywel
- Ysgol Gynradd Georgetown
- Ysgol Arbennig Sant Christopher
- Ysgol Bro Pedr
- Ysgol Mynydd Bychan
- Ysgol Pontyberem
- Ysgol Santes Dwynwen
- Ysgol Waunfawr

Creu Cardiau Santes Dwynwen i'w rhoi i bobl y mae disgyblion yn eu caru ac sy'n bwysig iddynt

Yn dilyn trafodaethau dosbarth a grŵp ar sut beth yw caru am rywun, a rhywun sy'n bwysig iddynt, gwahanol ffyrdd yr ydym yn dangos cariad a gofal, a sut mae hyn yn gwneud i ni deimlo, mae plant pedair oed yn creu cardiau Santes Dwynwen unigol i'w rhoi i bobl y maent yn eu hadnabod fel pobl gariadus a gofalgar.

Dysgu am amrywiaeth teuluoedd

Mae disgyblion y dosbarth Derbyn a Blwyddyn 1 yn creu grwpiau gyda'i gilydd i dorri allan gwahanol gardiau sy'n cynrychioli gwrywod, benywod a phobl anneuaidd o bob oedran, ac amrywiaeth o anifeiliaid i ddangos natur amrywiol teuluoedd ac aelwydydd. Wedyn, maent yn ysgrifennu darnau disgrifiadol byr am y rhain, sy'n cefnogi normaleiddio gwahanol amgylchiadau domestig.

Elwa'n gadarnhaol ar Hawliau Plant

Yn dilyn gwasanaeth ysgol gyfan a chyflwyniad ar Gonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn a gwaith y Comisiynydd Plant yng Nghymru, cyflwynir cyfres o senarios lluniau i ddisgyblion Blwyddyn 2. Gofynnir cwestiynau iddynt ynghylch diogelwch, tegwch a niwed, a rhoddir rhestr eirfa iddynt er mwyn eu cynorthwyo i leisio'u hatebion. Maent yn defnyddio'u gwybodaeth a'u dealltwriaeth o hawliau plant

yn gynhyrchiol i drafod perthnasedd cyfiawnder a thegwch yn y lluniau. Mae themâu yn cynnwys anabledd, dicter a chasineb, niwed corfforol, perygl a bwlio cymedrol.

Trafodaethau ar gydsynio

Ar ôl gwrando ar stori am fod yn ffrind da, mae disgyblion ym Mlynyddoedd 1 a 2 yn cymryd rhan mewn gweithgaredd amser cylch lle maent yn archwilio cydsynio. Mae'r athro yn gofyn cwestiynau dilys am beth sy'n cynrychioli cyffwrdd ac ymddygiad priodol rhwng ffrindiau, ac i'r gwrthwyneb. Wedyn, maent yn trafod sut i ofyn am ganiatâd cyn gwneud rhywbeth. Mae disgyblion yn ymarfer gofyn cwestiynau i gymeriad pyped o'r stori, gan ofyn am ganiatâd yn barchus i'w gyffwrdd neu'i ddal mewn ffordd benodol (fel dal llaw, gwasgu, dal wyneb i waered, cosi, cofleidio). Mae'r athro, a disgyblion unigol yn ddiweddarach yn siarad ar ran y cymeriad pyped a naill ai'n rhoi caniatâd, neu'n gwrthod. Mae'r disgyblion ifanc iawn hyn yn datblygu ymwybyddiaeth gadarn o gydsynio a sut i barchu dymuniadau a theimladau pobl eraill.

Archwilio ymddiriedaeth: gwneud cysyniadau haniaethol yn ddiriaethol ar gyfer disgyblion iau

Mae athro dosbarth Derbyn yn cyflwyno terminoleg sy'n addas ar gyfer plant ac yn ddatblygiadol addas i elwa ar ystyr ymddiriedaeth. Mae disgyblion yn cymryd rhan mewn arddangosiadau corfforol o ymddiriedaeth trwy gyd-gloi breichiau, cydio yn ei gilydd am gymorth i falansio tra'n sefyll ar un goes, rhoi eiddo gwerthfawr i gyfoedion ofalu amdano, ac ati. Mae'r athro hefyd yn dangos sut gall ymddiriedaeth dyfu a lleihau trwy ddefnyddio balŵn fel trosiad, gan chwythu i mewn a rhyddhau aer i ddangos pa mor hawdd yw hi i golli ymddiriedaeth yn rhywun. Mae disgyblion yn cymryd rhan yn dda mewn trafodaethau ar sut gallent ymddiried a rôl oedolyn ymddiriedus yn yr ysgol a thu hwnt. Yn dilyn hyn, mae gweithgaredd didoli cardiau gyda delweddau cynhwysol ac amrywiol yn helpu plant iau i ddeall sut i gael cymorth ac archwilio peryglon gwneud rhagdybiaethau am bob oedolyn.

Datblygu dealltwriaeth o hiliaeth o oedran ifanc

Mae disgyblion Blwyddyn 3 yn gweithio mewn grwpiau bach i ddarllen cyfres o ddatganiadau a phenderfynu a oes ganddynt naws hiliol neu negyddol. Wedyn, maent yn ystyried senarios lle gallai'r datganiadau hyn fod wedi cael eu gwneud ac yn gweithio gyda'i gilydd i ddod o hyd i ateb i ddatrys yr ymddygiad neu'r agwedd hiliol yn deg ac yn llwyddiannus. Yn dilyn hyn, mae disgyblion yn creu bwrdd stori, testun graffig neu gerdd i fynegi eu meddyliau am sut gall geiriau ac agweddau niweidiol gael effaith negyddol ar unigolyn.

Adnabod, enwi a deall teimladau ac emosiynau

Mae gofyn i blant ifanc adnabod ac enwi sut maent yn teimlo yn nodwedd gyffredin mewn dosbarthiadau Meithrin a Derbyn. Mae llawer o ysgolion yn defnyddio cymeriadau anifeiliaid lliw neu deganau eraill i gynrychioli gwahanol emosiynau. Mae staff yn annog disgyblion i ddewis a dangos y rhain i'w helpu i fynegi eu teimladau yn ystod gwiriadau lles dyddiol. Mae normaleiddio ehangder gwahanol emosiynau y gall unigolyn eu cael yn allweddol i feithrin diwylliant cefnogol, anogol ac agored mewn ysgolion, ac mae disgyblion yn teimlo'n ddiogel ac wedi eu dilysu wrth fynegi unrhyw orbryderon o ganlyniad.

Archwilio perthnasoedd iach mewn ysgol arbennig

Mae staff yn atgyfnerthu dealltwriaeth disgyblion yn ystod cyflwyniad gwasanaeth ysgol rhyngweithiol ar gariad, perthnasoedd a charedigrwydd. Mae'r disgyblion yn gwylio fideo byr yn archwilio gwahanol fathau o berthnasoedd, y gallu dynol i garu a'r ffaith y gall cariad edrych yn wahanol i bobl. Mae cyflwynwyr yn archwilio'r gwahanol fathau o gariad, fel cariad teulu, perthnasoedd â rhieni neu ofalwyr, cyfeillgarwch, cariad am anifeiliaid anwes a theuluoedd estynedig. Caiff disgyblion eu hannog i drafod gyda'u cyfoedion beth mae cariad yn ei olygu iddyn nhw. Wedyn, caiff gwahanol gyd-destunau teuluol a chartref eu cydnabod yn eglur, a'u normaleiddio. Ar ôl hyn, mae staff yn archwilio perthnasoedd afiach mewn ffordd sy'n ddatblygiadol briodol gydag enghreifftiau perthnasol. Caiff themâu fel bwlio ac anwybyddu pobl ac effaith yr ymddygiadau hyn eu trafod, a defnyddir gweithgaredd afal wedi'i gleisio i ddangos effaith geiriau angharedig. Caiff y gwasanaeth ei weddu'n dda i anghenion y disgyblion ac mae'n cynorthwyo disgyblion i nodi ymatebion diogel a ffynonellau cymorth. Yn dilyn hyn, mae gweithgarwch dilynol cynlluniedig mewn gwersi yn cryfhau cydlyniant ac yn atgyfnerthu dysgu.

Cyfnod 2: o 7 oed

Arsylwyd y sesiynau dysgu a ddisgrifir isod yn yr ysgolion a'r UCDau canlynol:

- UCD Sir Ddinbych
- Ysgol Gynradd Georgetown
- Ysgol Pentre'r Graig
- Canolfan Addysg Tai
- Ysgol Mynydd Bychan

Sesiynau ymlacio i gefnogi iechyd meddwl ac emosiynol a meithrin perthnasoedd cadarnhaol

Mae datblygu perthnasoedd yn rhan hanfodol o waith UCD, lle mae ethos anogol, disgwyliadau cyson a chlir, atgyfnerthu cadarnhaol ac arfer fyfyriol yn ffactorau allweddol i sicrhau bod disgyblion yn gwneud cynnydd. Mewn un UCD, atgyfnerthir yr uchod trwy wiriadau dyddiol, amser cylch, arferion brecwast a sesiynau adrodd i nodi gofidiau a sicrhau bod emosiynau disgyblion yn cael eu rheoli a'u bod yn barod i ddysgu. Yn ychwanegol, mae sesiynau ymlacio wythnosol yn helpu disgyblion i reoli straen, magu hyder a gwella ffocws. Mae staff hyfforddedig yn arwain disgyblion trwy weithgareddau strwythuredig, gan ddechrau ag ymarferion egnïol a symud yn raddol i ymlacio dwys. Mae'r gweithgareddau hyn yn cynnwys symud, gemau, ymestyn, cyffwrdd cadarnhaol (gyda chaniatâd), ymarferion anadlu, cadarnhad a dychmygu dan arweiniad. Yn y sesiwn a arsylwyd, dangosodd disgyblion foesau rhagorol, hunanreolaeth gadarn a pharch ystyriol am eu cyfoedion. Mae gallu disgyblion i reoli eu hemosiynau yn effeithiol yn ystod ymarferion ymlacio yn nodwedd nodedig. Mae prosesau sicrhau ansawdd yn dangos bod staff, disgyblion a rhieni yn cytuno bod y sesiynau wythnosol hyn wedi helpu lleihau gorbryder plant, cryfhau eu rheoleiddio emosiynol ac wedi arwain at synnwyr cadarnhaol ohonyn nhw eu hunain. Trwy ymgorffori ymlacio yn y sesiwn, mae'r rhaglen yn llwyddo i dawelu plant, gan wella'u medrau canolbwyntio a gwrando.

Trafod cyfeillgarwch a gwerthoedd craidd eraill

Mae disgyblion Blwyddyn 4 yn eistedd gyda'i gilydd mewn cylch, a'r athro yn arwain y drafodaeth ar rinweddau, medrau a doniau unigryw pob unigolyn, ac yn cysylltu'r rhain â gwerthoedd craidd y darparwr. Mae cwestiynau a gweithgareddau yn ddatblygiadol briodol ac wedi'u strwythuro i gefnogi cyfathrebu cymdeithasol, cymryd tro a llythrennedd emosiynol. Caiff geirfa berthnasol a chymwys ei thrafod, a manteisir arni, a darperir sgaffaldiau geiriol clir ar gyfer disgyblion sydd angen cymorth. Mae disgyblion yn dangos dealltwriaeth gadarn o'r termau, y rhinweddau, y medrau a'r doniau allweddol a gallant drafod pa rinweddau y maent yn eu gwerthfawrogi mewn ffrind gan esbonio'u rhesymau. Mae ymgysylltu yn dda trwy gydol y sesiwn, yn enwedig y ffordd y mae disgyblion yn gwrando ar farn eu cyfoedion ac yn aros eu tro i siarad. Maent yn parchu gwahanol safbwyntiau ac yn ymateb yn barchus pan mae'r athro'n gofyn cwestiynau heriol. Dangosodd disgyblion hunanymwybyddiaeth fuddiol wrth ddewis rhinweddau ar eu cyfer eu hunain ac maent yn dangos cryn aeddfedrwydd.

Siarad am effaith rhagfarn a gwahaniaethu ar ein teimladau

Mae disgyblion Blwyddyn 3 a Blwyddyn 4 yn gweithio mewn grwpiau o bedwar i edrych ar ystod o gardiau lluniau gyda disgrifiadau naratif byr. Mae'r cardiau hyn yn darlunio'r senarios canlynol:

- Bachgen ifanc sydd â theclyn cymorth clyw dargludiad esgyrn ac yn hoffi gwisgo cap i'w guddio. Mae athro wedi dweud wrtho am dynnu ei gap.
- Mae plant wedi cael eu gwahodd i wisgo gwisg parti ar gyfer dathliad diwedd tymor. Mae un ferch yn penderfynu gwisgo sari ac mae ei chyfoedion yn edrych arni'n negyddol, ac yn dweud sylwadau negyddol wrthi.
- Mae merch boblogaidd mewn dosbarth wedi gwahodd ei ffrindiau i 'barti pampro' yn ei thŷ lle bydd triniwr gwallt yn steilio'u gwallt. Mae un o'r ffrindiau'n gwisgo hijab.
- Mae'r ysgol wedi trefnu diwrnod 'dod â'ch tadau i'r dosbarth' ar gyfer ei disgyblion. Mae un bachgen yn cael ei rianta gan ddwy fam.

Mae disgyblion yn trafod agweddau fel cyfiawnder, tegwch a chynhwysiant, i ddechrau. Maent yn symud ymlaen i drafod effaith gweithredoedd a geiriau pobl ar deimladau a hunanwerth pobl eraill. Yn y pen draw, maent yn gweithio ar ffyrdd gyda'i gilydd i wneud pethau'n iawn, awgrymu atebion a gwella'r sefyllfa. Dilynir hyn gan waith unigol, yn cynnwys ysgrifennu stori yn gysylltiedig â'r senarios, creu posteri i ddathlu amrywiaeth, a chyfansoddi barddoniaeth i amlygu harddwch gwahaniaeth.

Ymddygiad caredig ac angharedig ar gyfryngau cymdeithasol

Mae'r athro'n arwain sgwrs gyda disgyblion Blwyddyn 6 ar y delweddau nodweddiadol y mae disgyblion yn eu gweld ar gyfryngau cymdeithasol sy'n darlunio pobl hapus a llwyddiannus. Maent yn trafod idiomau fel 'nid aur yw popeth melyn' a 'blaidd mewn croen dafad'. Wedyn, maent yn archwilio'r term camfanteisio ac yn meddwl am ffyrdd y gellir arwain pobl i gredu pethau sy'n gelwyddog a sut mae hyn o bosibl yn niweidiol. Mewn grwpiau bach, mae disgyblion yn trafod sylwadau caredig ac angharedig sy'n cael eu gwneud trwy gyfrifon cyfryngau cymdeithasol, a'u heffaith ar iechyd meddwl ac emosiynau unigolyn. Wedyn, maent yn defnyddio cardiau chwarae rôl i actio golygfeydd sy'n cynnwys cyfeiriadau at fwlio geiriol a dangos caredigrwydd ac empathi. Mae disgyblion yn ymgysylltu'n aeddfed ac ar y cyd, ac yn datblygu dealltwriaeth sicr, gynnil o sut gall cyfoedion o bosibl ddylanwadu a rhoi pwysau arnynt i ymuno ag ymddygiadau negyddol.

Archwilio cydraddoldeb a gwahaniaethu o ran rhywedd

Mae disgyblion yn dechrau gyda thrafodaeth ddosbarth ar gydraddoldeb rhywedd lle maent yn trafod yn hyderus p'un a yw swyddi stereoteipiau gwrywaidd a benywaidd yn cael eu gwerthfawrogi'n gyfartal. Maent yn dangos medrau meddwl beirniadol cadarn a pharch sylweddol ar gyfer gwahanol safbwyntiau. Wedyn, maent yn symud ymlaen i archwilio hunaniaeth, hawliau a gwahaniaethu trwy astudiaethau achos hanesyddol fel troseddoli a cham-drin y gwyddonydd Alan Turing a'r rhagfarn a'r gwahaniaethu hiliol a ddangoswyd tuag at y bocsiwr, Cuthbert Taylor. Mae'r trafodaethau agored ac

addysgiadol hyn yn dyfnhau dealltwriaeth disgyblion o anghyfiawnder ac anghydraddoldeb. Wedyn, mae disgyblion yn ystyried cymariaethau diwylliannol ac yn gweithio allan sut i gyflawni gwerthoedd ar y cyd. Caiff y profiad dysgu hwn effaith sylweddol ar ddatblygiad empathi disgyblion, eu gallu i herio stereoteipiau a mynegi syniadau cymhleth yn hyderus.

Teuluoedd amrywiol

Mae disgyblion Blwyddyn 6 yn trafod clip fideo o deulu gyda rhiant traws. Maent yn siarad am elfennau tebyg a gwahaniaethau yn eu teuluoedd eu hunain ac yn dangos dealltwriaeth gadarn a chred gref y dylid parchu pob teulu. Maent yn dangos bod gwahaniaethau yn bwysig ac yn gwneud y byd yn lle mwy diddorol ac amrywiol. Mae disgyblion yn cymryd rhan yn dda mewn trafodaeth aeddfed gyda'u cyfoedion ac yn ymestyn eu meddwl trwy archwilio agweddau negyddol a sut i'w herio. Mae'r disgyblion mwy abl hefyd yn ymchwilio i euogrwydd pobl sy'n bresennol.

Defnyddio llenyddiaeth a thestunau cynhwysol i gefnogi ACRh

Mae athrawon yn cynnal trafodaethau sensitif gyda disgyblion Blwyddyn 6 am beth mae perthnasoedd iach ac afiach yn ei olygu a chysyniad cysylltiadau camdriniol. Maent yn darllen darnau o Goodnight Mr Tom a'r cymeriadau sy'n darlunio Harry yn cael ei gam-drin gan ei ofalwyr yn Harry Potter and the Philosopher's Stone.

Datblygu empathi a chyfrifoldeb cymdeithasol trwy bartneriaethau ag ysbyty

Mae Ysgol Gynradd Mynydd Bychan wedi sefydlu partneriaeth ystyrlon a chynaledig gyda'r ysbyty plant lleol, sy'n cryfhau dealltwriaeth disgyblion o empathi, cyfrifoldeb cymunedol a dinasyddiaeth foesegol. Mae'r ysgol wedi ymgorffori'r bartneriaeth o fewn profiadau dysgu ar draws y cwricwlwm. Mae disgyblion yn creu a rhannu adnoddau ar gyfer plant sy'n derbyn triniaeth, yn cynnwys storïau wedi eu recordio, cwisiau digidol a deunyddiau creadigol. Mae'r gwaith pwrpasol hwn yn helpu disgyblion i ddeall salwch, bregusrwydd a phwysigrwydd cysylltu.

Mae'r bartneriaeth yn darparu cyd-destunau dilys ar gyfer trafod iechyd, lles a gwydnwch. Mae disgyblion yn archwilio themâu fel caredigrwydd, gofal a chymorth ar gyfer pobl eraill mewn sefyllfaoedd bywyd go iawn. Mae hyn yn dyfnhau eu dealltwriaeth o gyfrifoldeb cymdeithasol y tu hwnt i drafodaeth haniaethol. Mae'r gwaith yn cysylltu'n effeithiol â phwyslais yr ysgol ar ddatblygu dinasyddion moesegol a gwybodus ac yn ychwanegu at ddysgu o fewn y Maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Lles. Mae hefyd yn atgyfnerthu agweddau allweddol ar ACRh, yn cynnwys empathi, parch a dealltwriaeth fod profiadau ac amgylchiadau pawb yn wahanol. O ganlyniad, mae disgyblion yn siarad yn feddylgar am helpu pobl eraill ac yn dangos balchder diffuant

wrth gyfrannu at eu cymuned ehangach. Mae'r bartneriaeth yn symud dysgu y tu hwnt i'r ystafell ddosbarth ac yn cryfhau ymwybyddiaeth foesol disgyblion.

Cyfnod 3: o 11 oed

Arsylwyd y sesiynau dysgu a ddisgrifir isod yn yr ysgolion a'r UCDau canlynol:

- Ysgol Gatholig Y Bendigaid Carlo Acutis
- UCD Sir Ddinbych
- Ysgol Gyfun St Cyres
- The John Frost School
- Ysgol Caer Elen
- Ysgol Gyfun Gŵyr

Datblygu terminoleg a llafaredd i gefnogi dysgu am gydsynio

Mewn gwers iechyd a lles Blwyddyn 7, mae'r athro yn cynllunio'n ofalus i sicrhau bod disgyblion yn datblygu eu dealltwriaeth o eirfa a therminoleg allweddol er mwyn iddynt allu trafod materion ynghylch cydsynio mewn perthnasoedd platonig a chorfforol. Mae'r athro yn sicrhau bod pob un o'r disgyblion yn deall terminoleg fel 'pwysau', 'ffiniau' a sut i'w chymhwyso mewn brawddegau ac yn y cyd-destun cywir. Mae disgyblion yn cymryd rhan mewn ymarferion siarad strwythuredig gyda phartneriaid i ymarfer a mireinio'u hymatebion. Mae fframiau brawddegau a chronfa eiriau yn sicrhau bod disgyblion is eu gallu yn gallu ffurfio atebion cydlynus ar lafar. Ar gyfer disgyblion mwy abl, mae symbyliadau gweledol sy'n cyfleu golygfeydd o bwysau a chamfanteisio gan gyfoedion yn cefnogi eu medrau meddwl ac yn eu helpu i gasglu negeseuon o ddelweddau. Mae'r rhan fwyaf o ddisgyblion yn gwneud cynnydd cryf yn eu dealltwriaeth gymdeithasol ac yn eu hyder o ganlyniad i'r cymorth a'r her ystyriol a roddir i ddisgyblion o wahanol alluoedd.

Archwilio agweddau tuag at berthnasoedd yr un rhyw a gwahanol safbwyntiau crefyddol

Mae disgyblion Blwyddyn 10 yn archwilio agweddau tuag at berthnasoedd rhwng pobl o'r un rhyw, yn cynnwys sut mae safbwyntiau ar draws gwahanol grefyddau wedi esblygu dros y 100 mlynedd ddiwethaf. Mae'r athro yn wybodus am y pwnc, yn defnyddio terminoleg gywir yn rhugl ac yn modelu disgwyliadau uchel o iaith a chyfraniadau disgyblion. Mae'r athro'n darparu adnoddau pwrpasol o ansawdd uchel a gwybodaeth gyfoes i alluogi'r disgyblion i ffurfio casgliadau cadarn. Mae hyn yn cynnwys data diweddar o'r Swyddfa Ystadegau Gwladol a deunyddiau o Stonewall Cymru. Mae hyn yn helpu sicrhau bod dysgu yn gyfoes, yn ffeithiol ac wedi'i wreiddio

mewn cyd-destunau byd go iawn. Mae disgyblion yn ymateb yn dda, yn dangos agweddau cadarnhaol tuag at ddysgu ac yn cymryd rhan yn ystyriol mewn trafodaethau. Maent yn gweithio mewn parau neu grwpiau bach yn effeithiol ac yn dangos hyder yn dehongli data'n ymwneud â pherthnasoedd rhwng pobl o'r un rhyw. Mae ganddynt ddealltwriaeth gadarn o'r gwahaniaeth mewn safbwyntiau crefyddol ac yn dangos aeddfedrwydd emosiynol wrth ystyried sut gallai'r rhain wrthdaro ag ymddangosiad cymdeithas seciwlar.

Dylanwad y cyfryngau cymdeithasol ar agweddau a'i effaith ar iechyd meddwl

Mewn gwers iechyd a lles ar gyfer disgyblion Blwyddyn 11, mae'r athro'n gofyn sut mae delweddau o enwogion a gyflwynir ar gyfryngau cymdeithasol yn dylanwadu ar feddyliau pobl. Mae disgyblion yn sgwrsio'n aeddfed am y rôl gadarnhaol a negyddol y gall dylanwadwyr cyfryngau cymdeithasol ei chwarae ym mywydau pobl ifanc. Maent yn trafod sut mae rhai pobl o'r byd chwaraeon wedi defnyddio'u statws fel rhywun enwog yn gadarnhaol i hyrwyddo tegwch, amrywiaeth a pherthnasoedd iach. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Y bocsiwr proffesiynol Lauren Price a'i llwyddiant yn eirioli bocsio ymhlith menywod o fewn gofod hynod wrywaidd
- Y dyfarnwr rygbi Nigel Owens a'i ddylanwad ar agweddau cadarnhaol tuag at gyfunrhywiaeth mewn rygbi
- Y paralympiaid Aled Davies ac Ellie Simmonds a'u gwaith i hyrwyddo tegwch mewn chwaraeon
- Y pêl-droediwr Marcus Rashford a'i ddylanwad ar bolisïau i liniaru yn erbyn tlodi plentyndod

Wedyn, dangosir delweddau generig ar y cyfryngau cymdeithasol o bobl ifanc sy'n edrych 'ar eu gorau' yn esthetaidd ac yn gorfforol. Mae disgyblion yn rhannu eu barn ar sut gall y delweddau honedig hyn o berffeithrwydd o bosibl fod yn niweidiol i bobl ifanc wrth iddynt ymdrechu i edrych mor berffaith â'r enghreifftiau hyn. Mae disgyblion yn gwneud datganiadau aeddfed a synhwyrol am beryglon cymharu â delweddau ar gyfryngau cymdeithasol a'i effaith niweidiol ar hunanymwybyddiaeth, hunanddelwedd ac iechyd meddwl. Wedyn, mae disgyblion yn cyfansoddi negeseuon ac idiomau gwreiddiol i amlygu bod personoliaeth a nodweddion dynol cadarnhaol yn fwy gwerthfawr nag ymddangosiad corfforol.

Defnyddio testunau llenyddol i archwilio ACRh

Yn gyffredinol, mewn ysgolion uwchradd, caiff dysgu o fewn y cwricwlwm ACRh ei gynllunio'n dda o ganlyniad i gydweithio ar draws adrannau i nodi cyfleoedd perthnasol

ar gyfer trafod themâu allweddol. Mae'r themâu hyn yn cynnwys misogynedd, cyfyng-gyngor moesol a stereoteipio niweidiol.

Mae athrawon yn defnyddio cymeriadau mewn nofelau neu ddramâu, perthnasoedd a digwyddiadau naratif i archwilio:

- cyfeillgarwch, teyrngarwch ac ymddiriedaeth
- pŵer, anghydraddoldeb a gwahaniaethu
- hunaniaeth, perthyn a gwahaniaeth
- dewis moesol, empathi a sefyll yn erbyn anghyfiawnder

Yn yr achosion gorau, caiff y gwaith hwn ei gynllunio'n ofalus gan y cydlynydd ACRh a phenaethiaid adrannau i sicrhau ymdriniaeth sy'n briodol i oedran ac aliniad clir ag elfennau ACRh. Mae'r gwaith hwn yn helpu disgyblion i ymgysylltu â chysyniadau sensitif yn anuniongyrchol trwy stori a chymeriad, sy'n eu helpu i drafod materion cymhleth yn ddiogel heb deimlo'u bod yn cael eu beirniadu na'u hamlygu. Mae disgyblion yn cyfeirio at y cyfleoedd hyn yn gadarnhaol, gan nodi eu bod yn hoff iawn o weithgareddau llafaredd a thrafodaethau grŵp. Mae'r rhain yn eu helpu i ddeall ymddygiadau iach ac afiach trwy'r naratif a chymeriadau mewn llenyddiaeth. Mae'r dull hwn yn atgyfnerthu dysgu ACRh y tu hwnt i wersi ABCh / iechyd a lles, gan ei ymgorffori'n gadarn ar draws y cwricwlwm ehangach.

Cyfnodau beichiogrwydd a datblygiad iach baban mewn gwers wyddoniaeth gydag elfennau o ACRh

Mae disgyblion Blwyddyn 8 yn dysgu am gyfnodau beichiogrwydd a datblygiad iach baban mewn modd sy'n ddatblygiadol briodol. Mae'r athro yn cyflwyno'r wers mewn modd sensitif a ffeithiol gydag ystyriaeth ofalus i aeddfedrwydd a pharodrwydd emosiynol disgyblion. Mae disgyblion yn ymgysylltu'n dda ag adnoddau ymarferol pwrpasol fel torri a gludo disgrifiadau sy'n cyfateb, a thrin ystod o ffrwythau i gynrychioli maint cymharol yr embryo. Mae hyn yn eu helpu i ddilyniannu cyfnodau datblygu yn gywir. Mae'r athrawon yn defnyddio ffotograffau o weithdrefn toriad Ceseraidd yn briodol ac yn sensitif i ymestyn y dysgu.

Mae'r wers yn symud ymlaen i drafodaethau dosbarth ac wedyn trafodaethau grŵp, gyda chyfranogiad cryf gan ddisgyblion. Maent yn trafod yn gyfrifol effaith defnyddio cyffuriau ac alcohol ar feichiogrwydd ac yn dangos dealltwriaeth gadarn o bwysigrwydd diet iach, rôl perthnasoedd cefnogol mewn hyrwyddo beichiogrwydd iach a modelau rôl cadarnhaol. Mae disgyblion yn myfyrio'n dda ar eu dysgu eu hunain ac yn gwneud cysylltiadau personol. Mae agweddau at ddysgu yn gadarnhaol ac yn gynaledig wrth iddynt ymateb yn aeddfed i gynnwys sensitif.

Sesiynau un i un fel mecanwaith strwythuredig ar gyfer ACRh dan arweiniad disgyblion

Mewn un UCD, mae staff yn darparu sesiynau un i un strwythuredig ar gyfer pob un o'r disgyblion. Mae'r sesiynau hyn yn ffurfio rhan o'r cynnig cwricwlwm cyffredinol ac yn cael eu cyflwyno gan staff therapi hyfforddedig gan ddefnyddio dulliau chwarae a chreadigol. Maent yn darparu man diogel a rhagweladwy i ddisgyblion archwilio materion yn gysylltiedig â pherthnasoedd, bywyd teuluol, profedigaeth, hunaniaeth a diogelu mewn modd sy'n gweddu i'w cyfnod datblygiadol. Yn ogystal â'r hawl gyffredinol hon, gall disgyblion ofyn am sesiynau ychwanegol, lle mae angen. Mae'r dull deuol hwn yn sicrhau bod cymorth yn rhagweithiol ac yn ymatebol.

Mae staff yn disgrifio sut mae disgyblion yn defnyddio'r sesiynau hyn i drafod pynciau sensitif yn fanylach, yn enwedig lle mae materion yn codi mewn amser real. Yn bwysig, mae staff yn sicrhau bod disgyblion yn deall y rhwydwaith cymorth ehangach ac nid ydynt yn dod yn ddibynnol ar un oedolyn. Mae hyn yn hynod berthnasol ar gyfer disgyblion ag anghenion ymlyniad. Mae'r model yn cryfhau hyder disgyblion i drafod materion perthynas cymhleth ac yn darparu mecanwaith strwythuredig, wedi'i arwain gan ddiogelu y gellir personoli ac addasu ACRh trwyddo yn ôl angen sy'n dod i'r amlwg.

Gwers addysg rhyw ar heintiau a drosglwyddir yn rhywiol (STIs) mewn gwers wyddoniaeth

Mewn gwers wyddoniaeth Blwyddyn 11, mae athrawon yn defnyddio arbrawf "cyfnewid hylifau" ymarferol i helpu disgyblion i ddeall sut mae heintiau fel STIs, yn cynnwys HIV, yn lledu. Mae disgyblion yn cymryd rhan yn y gweithgaredd i ddechrau heb gael gwybod am y ffocws ACRh. Maent yn cyfnewid symiau bach o hylif gan ddefnyddio pipedau ac yn arsylwi pa mor gyflym mae halogiad yn lledu trwy'r grŵp.

Ar ôl y gweithgaredd ymarferol, mae'r athro yn cysylltu'r gweithgaredd yn eglur ag iechyd rhywiol a throsglwyddo. Mae'r athro'n dal sylw disgyblion yn dda. Maent wedi eu cymell ac yn cymryd rhan yn llawn, gan ddatblygu dealltwriaeth glir a gweledol o sut mae heintiau'n lledu'n gyflym ac yn anweledig. Mae'r dull hwn yn galluogi'r athro i reoli lefel y manylder yn ofalus, gan sicrhau bod y dysgu yn briodol i oedran ac yn canolbwyntio ar iechyd, diogelwch ac atal. Mae'r wers yn cyfuno agweddau ar y meysydd dysgu a phrofiad iechyd a lles a gwyddoniaeth a thechnoleg yn dda, gan ddangos integreiddio cwricwlwm pwrpasol yn hytrach na chyflwyno ACRh ar wahân.

Trafod priodas dan orfod

Mae disgyblion Blwyddyn 11 yn trafod ar lefel dosbarth cyfan 'beth yw priodas?'. Maent yn ystyried rôl cyfathrach a chrefydd mewn priodasau ac yn trafod rhesymau emosiynol,

ysbrydol, cyfreithiol a chymdeithasol pam mae pobl yn priodi. Wedyn, dangosir clip iddynt o'r gyfres deledu Americanaidd boblogaidd, 'Married by Mom and Dad' cyn rhannu'n grwpiau ar gyfer trafodaethau am y syniad o briodas wedi'i threfnu. Wedyn, rhoddir gwybodaeth i ddisgyblion am ferch ifanc y mae'n rhaid iddynt dybio mai eu merch nhw yw hi, i'w thrafod mewn grwpiau bach. Maent yn gwrando ar bedwar recordiad o ddynion yn cyflwyno'u hunain a gofynnir i ddisgyblion wneud nodiadau mewn 'grid cydweddoldeb' gyda'r nod i ddod o hyd i'r dyn mwyaf addas ar gyfer eu merch.

Ar ôl hyn, gofynnir i'r dosbarth rannu'r hyn y maent yn ei ddeall am briodas dan orfod. Maent yn ystyried rhestr o ddatganiadau ac yn eu categoreiddio o dan briodas wedi'i threfnu neu briodas dan orfod. Mae'r athro'n rhannu gwybodaeth gyfreithiol o amgylch Deddf Priodas Dan Orfod (Amddiffyn Sifil) 2007 ac yn cefnogi dysgu disgyblion am gydsynio a gwrthod hawliau dynol. Yn olaf, rhoddir ystod o senarios i grwpiau, ac maent yn trafod p'un a oedd yr uniad o ganlyniad i briodas wedi'i threfnu neu briodas dan orfod. Rhennir ffynonellau cymorth a mwy o arweiniad gyda disgyblion ar ddiwedd y wers.

Cydsyniad Rhywiol

Yn gyntaf, mae disgyblion Blwyddyn 10 yn cytuno ar reolau sylfaenol ar ddechrau'r wers i sicrhau eu bod yn teimlo'n ddiogel i drafod eu meddyliau a'u teimladau. Wedyn, mae'r athro yn cyfeirio at gymorth o fewn yr ysgol pe bai angen hyn ar unrhyw ddisgybl. Wedyn, maent yn cymryd rhan mewn trafodaeth dosbarth cyfan i gadarnhau eu dealltwriaeth o'r term 'cydsynio'. Maent yn ystyried cyfystyron ar gyfer cydsynio, enghreifftiau o adeg pan y gallai fod angen i rywun ofyn am gydsyniad, cyd-destun ac ymddygiad cydsynio nodweddiadol. Mewn grwpiau, maent wedyn yn darllen gwahanol senarios ac yn ystyried y goblygiadau cyfreithiol. Mae'r rhain yn cynnwys:

- bachgen a merch 15 oed yn cael rhyw
- bachgen 16 oed yn cael rhyw gyda merch 14 oed
- athro yn cyffwrdd yn rhywiol â bachgen 17 oed, merch 16 oed yn cyffwrdd yn rhywiol â bachgen 15 oed
- bachgen 18 oed sy'n gofyn i'w gariad 17 oed am ddelweddau rhywiol ohoni hi ei hun
- dau o bobl ifanc 16 oed sy'n cael rhyw. Mae un ohonynt yn anghyfforddus â'r hyn sy'n digwydd ond nid yw'n dweud y gair 'na'
- ffrind i'r teulu sy'n cyffwrdd yn amhriodol â bachgen 16 oed
- dau oedolyn sydd dros 18 oed. Mae'r ddau ohonynt mewn parti ac wedi cael ychydig o ddiodydd pan mae'r ddau yn penderfynu cael cyfathrach.

Ar ôl cael dealltwriaeth glir o'r gyfraith, rhoddir gwahanol senarios i grwpiau o ddisgyblion, ac maent yn ystyried p'un a roddwyd cydsyniad ai peidio. Maent yn ennill dealltwriaeth

gadarn fod angen gofyn am gydsyniad pob tro ar gyfer gweithgarwch rhywiol a bod angen i'r ddau bartner gydsynio.

Mae trafodaeth ystyrlon yn dilyn am yr anhawster a'r heriau wrth ddweud 'na' ar adegau. Mae disgyblion yn gwrando ar y gân 'Baby, it's cold outside' gan Tom Jones a Cerys Matthews ac wedyn yn trafod y geiriau, natur reolaethol y gwryw yn y gân a'r anhawster a gaiff y fenyw i ddweud 'na'. Mae'r athro yn trafod themâu ofn, pwysau gan gyfoedion, euogrwydd, pŵer ac ynysu.
Mae sesiynau dilynol ar themâu pŵer a rheolaeth, cam-drin a thrais domestig, parch mewn perthnasoedd a materion o amgylch honiadau ffug.

Dulliau a sail y dystiolaeth

I lywio'r adroddiad hwn, yn ystod tymor y gwanwyn 2026, ymwelodd arolygwyr â sampl o 30 o ysgolion ledled Cymru. Ymwelom ag 14 ysgol gynradd, saith ysgol uwchradd, pum ysgol bob oed, dwy ysgol arbennig a dwy uned cyfeirio disgyblion. Dewiswyd yr ysgolion yr ymwelom â nhw i sicrhau bod ein sampl yn adlewyrchu'r amrywiaeth economaidd-gymdeithasol ac ieithyddol yng Nghymru, ac mae'n cynrychioli ysgolion ledled Cymru yn fras. Roedd hyn yn cynnwys amrywiad o ran maint, cyfran y disgyblion sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim, cyfrwng iaith a lleoliad daearyddol.

Yn ystod ein hymweliadau ag ysgolion, buom:

- yn cynnal arsylwadau sesiynau llawn a theithiau dysgu
- yn arsylwi gwasanaethau blwyddyn ac ysgol gyfan, sesiynau tiwtor a sesiynau ymyrraeth grwpiau bach
- yn cyfweld ag uwch arweinwyr ac arweinwyr canol (yn cynnwys penaethiaid, rheolwyr UCDau, uwch arweinwyr ac arweinwyr canol sydd â chyfrifoldeb am y MDPh iechyd a lles, arweinydd dynodedig ar gyfer ABCh)
- yn cyfweld â grwpiau o ddisgyblion ar draws y sectorau cynradd ac uwchradd (Blwyddyn 3, Blwyddyn 6, Blwyddyn 9 a Blwyddyn 11)
- yn adolygu dogfennaeth ac adnoddau perthnasol

Yn ogystal â'n hymweliadau ag ysgolion, cyfarfuom hefyd ag ychydig iawn o ddarparwyr hyfforddiant a sefydliadau allanol sy'n cynnig cymorth i ysgolion ac UCDau. Cynhaliom adolygiad bwrdd gwaith i gasglu dogfennaeth berthnasol ac ymchwil sy'n berthnasol i ffocws yr adolygiad. Roedd hyn yn cynnwys dadansoddi cyhoeddiadau ac adnoddau diweddar, yn cynnwys adroddiadau thematig blaenorol Estyn a gyhoeddwyd.

Hoffai Estyn ddiolch i bawb a gymerodd ran yn yr adolygiad thematig hwn.

Sefydliad	Sector	Awdurdod Lleol
Ysgol Gynradd Blaenbaglan	Cynradd	Castell-nedd Port Talbot
Ysgol Gatholig Y Bendigaid Carlo Acutis	Pob oed	Merthyr Tudful
Ysgol Gyfun Cas-gwent	Uwchradd	Sir Fynwy
Ysgol Gynradd Coed Eva wedi'i ffedereiddio ag Ysgol Gymunedol Blenheim Road	Cynradd	Torfaen
Ysgol Gynradd Gymunedol Crucywel	Cynradd	Powys

Uned Cyfeirio Disgyblion Sir Ddinbych	UCD	Sir Ddinbych
Ysgol Uwchradd Fitzalan	Uwchradd	Caerdydd
Ysgol Iau a Babanod Georgetown	Cynradd	Blaenau Gwent
Ysgol Arbennig Park Lane	Arbennig	Rhondda Cynon Taf
Ysgol Gynradd Pentre'r Graig	Cynradd	Abertawe
Ysgol Santes Ffraid	Pob oed	Sir Ddinbych
Ysgol Sant Christopher	Arbennig	Wrecsam
Ysgol Gyfun St Cyres	Uwchradd	Bro Morgannwg
Ysgol St Ethelwold	Cynradd	Sir y Fflint
Ysgol Gynradd Gatholig Sant Robert	Cynradd	Pen-y-bont ar Ogwr
Ysgol Stebonheath	Cynradd	Sir Gâr
Canolfan Addysg Tai	UCD	Rhondda Cynon Taf
Ysgol John Frost	Uwchradd	Casnewydd
Ysgol T. Gwynn Jones	Cynradd	Conwy
Ysgol Afon Wen	Pob oed	Rhondda Cynon Taf
Ysgol Bro Pedr	Pob oed	Ceredigion
Ysgol Caer Elen	Pob oed	Sir Benfro
Ysgol Emrys ap Iwan	Uwchradd	Conwy
Ysgol Greenhill School	Uwchradd	Sir Benfro
Ysgol Gyfun Gŵyr	Uwchradd	Abertawe
Ysgol Gymraeg Aberystwyth	Cynradd	Ceredigion
Ysgol Gynradd Pontyberem	Cynradd	Sir Gâr
Ysgol Mynydd Bychan	Cynradd	Caerdydd
Ysgol Santes Dwynwen	Cynradd	Ynys Môn
Ysgol Waunfawr	Cynradd	Gwynedd
Stori Cymru		

Geirfa

Clwstwr	Rhwydwaith o ysgolion cynradd sydd fel arfer yn gysylltiedig ag ysgol uwchradd sy'n cael eu grwpio gyda'i gilydd i gydweithio i wella darpariaeth, yn cynnwys arferion addysgu
Mapio'r cwricwlwm	Proses i ddogfennu, trefnu ac alinio cynnwys addysgol, amcanion dysgu ac asesiadau i sicrhau profiad dysgu cydlynus ac effeithiol
Cyfnod datblygiadol	Cyfnod penodol yn nhwf unigolyn, sydd wedi'i nodweddu gan newidiadau corfforol, gwybyddol, emosiynol a chymdeithasol neilltuol
Rhywedd-amrywiol	Term disgrifiadol a ddefnyddir i gyfeirio at bobl y mae eu hunaniaeth neu fynegiant rhywedd yn wahanol i'r normau a'r disgwyliadau rhywedd sy'n nodweddiadol yn gysylltiedig â'r rhyw y cawsant eu cofnodi ar enedigaeth. Mae hyn yn cynnwys, ond heb fod yn gyfyngedig i, bobl sy'n uniaethu fel anneuaidd, trawsryweddol, neu fel arall y tu allan i gategorïau rhywedd deuaidd confensiynol. Mae 'rhywedd-amrywiol' yn derm disgrifiadol a chymdeithasol, nid categori cyfreithiol. Nid yw 'rhywedd-amrywiol' yn derm a ddefnyddir yn Neddf Cydraddoldeb 2010. Gall pobl sy'n drawsryweddol ddal y nodwedd warchodedig o ailbennu rhywedd o dan y Ddeddf, sy'n darparu amddiffyniadau cyfreithiol penodol
Normau rhywedd	Disgwyliadau cymdeithasol a diwylliannol am yr hyn sy'n cael ei ystyried yn ymddygiad, ymddangosiad a rolau priodol i ddynion, menywod, bechgyn a merched o fewn cymdeithas. Mae normau rhywedd yn amrywio ar draws diwylliannau ac yn newid dros amser. Mewn cyd-destun addysg, gall normau rhywedd ddylanwadu ar ddewisiadau pwnc, cyrhaeddiad, dyheadau gyrfa, a lles disgyblion
Cynnwys / cynhwysiant	Egwyddor cyfle cyfartal a thegwch, derbyn, parch a dealltwriaeth ar gyfer amrywiaeth unigolion

Dulliau anogol	Ffocws ar ddatblygiad emosiynol a chymdeithasol plant, sy'n pwysleisio pwysigrwydd strwythur, trefn, ffiniau clir o fewn amgylchedd cefnogol
Model graddol	Mae wedi'i gynllunio o amgylch anghenion, diddordebau a phrofiadau disgyblion yn hytrach na maes llafur llym a safonedig
Llais y disgybl	Cyfranogiad gweithredol plant a phobl ifanc mewn llunio'u profiadau addysgol a llywio penderfyniadau
Y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion	Partneriaeth polisi-arfer-ymchwil rhwng Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru a Phrifysgol Caerdydd a sefydlwyd yn 2013
Rhyw (biolegol)	Mae rhyw yn cyfeirio at ryw fiolegol person a gofnodwyd adeg ei eni fel naill ai'n wryw neu'n fenyw. Mae rhyw biolegol yn cael ei bennu gan ystod o nodweddion corfforol a ffisiolegol gan gynnwys cromosomau, proffiliau hormonau, ac anatomeg atgenhedlu. Mae rhyw biolegol yn gyfreithiol ac yn gysyniadol wahanol i hunaniaeth rhywedd
Stori Cymru	Mae Llywodraeth Cymru wedi dyfarnu cyllid i Stori Cymru i gyflwyno'i phrosiect tair blynedd Prosiect Addysg Cwtch i athrawon a staff cymorth ym mhob ysgol ac UCD ledled Cymru o fis Ebrill 2025. Mae'r hyfforddiant wedi'i rannu'n dair haen raddol ac wedi cael ei lunio ar ôl ymgysylltu ag ysgolion, rhieni ac arbenigwyr allanol. Nod y prosiect yw cefnogi datblygiad perthnasoedd iach a pharchus trwy ddarparu gwybodaeth ac adnoddau ar gyfer staff i'w galluogi i gyflwyno ACRh o ansawdd uchel gyda hyder. Mae Haen 1 'Addysg Cwtch' yn rhaglen hyfforddi 6 sesiwn ar gyfer staff ysgol ar themâu ACRh allweddol. Mae cynlluniau ar waith ar gyfer ymgysylltu ymhellach â rhanddeiliaid i ddatblygu hyfforddiant Haen 2 a Haen 3
Arfer sy'n ystyriol o drawma	Dull sy'n blaenoriaethu deall effaith trawma ar iechyd meddwl ac ymddygiad unigolion trwy greu amgylcheddau

	diogel ac addasu darpariaeth i'w helpu i adfer a ffynnu
Dulliau yn seiliedig ar werthoedd	Arferion sy'n hyrwyddo addysgu a dysgu gwerthoedd dynol cadarnhaol fel parch, uniondeb, gonestrwydd a thosturi
Dull ysgol gyfan	Fframwaith neu ethos sy'n integreiddio iechyd meddwl a lles ym mhob agwedd ar amgylchedd yr ysgol ac yn cynnwys cydweithio rhwng pob un o'r staff, y rhieni a'r disgyblion

Niferoedd – symiau a chyfrannau

bron pob un =	gydag ychydig iawn o eithriadau
y rhan fwyaf =	90% neu fwy
llawer =	70% neu fwy
mwyafrif =	dros 60%
hanner =	50%
tua hanner =	yn agos at 50%
lleiafrif =	islaw 40%
ychydig =	islaw 20%
ychydig iawn =	llai na 10%

Cyfeiriadau

Mae Estyn (2017) yn gwerthuso ansawdd y ddarpariaeth ar gyfer addysg perthnasoedd iach mewn ysgolion yng Nghymru ac yn nodi strategaethau i gefnogi ysgolion i wella darpariaeth a deilliannau ar gyfer disgyblion. Ar gael yn: *Adolygiad o addysg perthnasoedd iach*

Mae Estyn (2019) yn asesu llwyddiant dulliau ysgolion i gefnogi iechyd a lles disgyblion. Ar gael yn: *Iach a hapus: Effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion*

Mae Estyn (2020) yn rhannu arfer dda mewn cefnogi dysgwyr lesbiaid, hoyw a thrawsryweddol (LHDT) mewn ysgolion a cholegau. Ar gael yn: *Dathlu amrywiaeth a hyrwyddo cynhwysiant*

Mae Estyn (2021) yn ystyried mynychder aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith disgyblion oedran uwchradd ac yn adolygu'r diwylliant a'r prosesau sy'n helpu eu diogelu a'u cefnogi. Ar gael yn: *Dydyn ni ddim yn dweud wrth ein hathrawon – Profiadau o aflonyddu rhywiol rhwng cyfoedion ymhlith disgyblion ysgolion uwchradd yng Nghymru*

Llywodraeth Cymru (2023) *Ymchwil i weithrediad cynnar Cwricwlwm i Gymru: adroddiad Cam 2.* Ar gael yn: Ymchwil i weithrediad cynnar Cwricwlwm i Gymru: adroddiad Cam 2 (Darllenwyd: 18 Medi 2025)
Mae tt.79-81 yn rhoi manylion am ganfyddiadau cynnar ar weithrediad ACRh Cwricwlwm i Gymru o gyfweliadau gydag uwch arweinwyr ysgolion uwchradd. Roedd uwch arweinwyr yn teimlo'n barod i ateb pryderon neu gwestiynau gan rieni, ymarferwyr arweiniol penodedig ACRh, ac yn cynllunio i ymgorffori ACRh o fewn y cwricwlwm. Roedd ceisiadau gan rai uwch arweinwyr am arweiniad mwy penodol ar briodoldeb oedran testunau.

Llywodraeth Cymru (2022) Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb: Canllawiau Statudol. Ar gael yn: Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb: Canllawiau Statudol (darllenwyd 1 Medi 2025). Mae hyn yn rhoi mandad bod rhaid i bob ysgol a gynhelir ac UCD gynllunio a chyflwyno'u cwricwlwm yn unol â'r Cod Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb mandadol.

Llywodraeth Cymru (2023) *Dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol: bwletin ymchwil*. Ar gael yn: Dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol: bwletin ymchwil | LLYW.CYMRU (darllenwyd: 10 Hydref 2025)

Mae’r bwletin hwn yn cyflwyno prif ganfyddiadau o arolwg o arweinwyr a staff ysgol am weithredu dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol yn eu lleoliadau.

Llywodraeth Cymru (2024) *Dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol: bwletin ymchwil* (rhan 2). Ar gael yn: Dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol: bwletin ymchwil (rhan 2) | LLYW.CYMRU (darllenwyd: 10 Hydref 2025)
Mae’r bwletin hwn yn cyflwyno prif ganfyddiadau o arolwg o arweinwyr a staff ysgol am weithredu dull ysgol gyfan o ymdrin â llesiant emosiynol a meddyliol yn eu lleoliadau.