

DYSPRACSA – CANLLAWIAU AR GYFER Y BLYNYDDOEDD CYNNAR

Anawsterau Cyffredin	Problemau Cyn Ysgol	Strategaethau Defnyddiol
<ul style="list-style-type: none"> • Oedi cyn cyrraedd y cerrig milltir o ran symud, e.e. rhoio drosodd, eistedd, sefyll, cerdded, rhedeg, neidio a hopian 	<ul style="list-style-type: none"> • Yn cwmpo'n aml • Anhawster cerdded mewn llinell syth, yn taro yn erbyn pobl a phethau • Anawsterau rhedeg, hopian, neidio, dal peli, cicio peli, reidio beic tair olwyn 	<ul style="list-style-type: none"> • Cerdded ar arwynebau gwahanol, er enghraifft matiau trwchus, byrddau cydbwysedd neu fyrddau siglo • Cerdded yn araf ar hyd llinell syth, cylch neu siâp arall wedi'i farcio â sialc neu dâp ar y llawr • Pasio neu daflu o law i law (ar draws llinell ganol y corff) gan ddefnyddio bagiau ffa neu deganau bach eraill – anogwch y plentyn i wyllo'r tegan wrth iddo symud • Dal balwnau, sgarffiau, peli jyglo a pheli o feintiau gwahanol • Dal swigod yn yr awyr gyda dwy law • Cyrsiau rhwystrau • Mynd o amgylch rhwystrau tebyg i gonau gan gerdded ar y pennau gliniau, cerdded yn wysg y cefn, cropian (yn ôl neu ymlaen) • Sgitls (taflu a chicio) • Anogwch y plentyn i eistedd ar siglyddion, si-sos a theganau reidio ac i symud arnyn nhw'n raddol • Rhowch draed y plentyn ar y pedalau a'i wthio gyda handlen oedolyn fel bod y plentyn yn profi'r symudiadau sydd eu hangen er mwyn symud ymlaen
<ul style="list-style-type: none"> • Yn araf neu'n wael am wisgo ac yn betrus gyda'r mwyafrif o symudiadau 	<ul style="list-style-type: none"> • Anhawster tynnu dillad dros y pen • Cydbwysedd gwael wrth wisgo sanau a thrywsus • Anhawster ffasno dillad • Anawsterau cofio trefn cyflawni tasg • Dealltwriaeth wael o ddillad 	<ul style="list-style-type: none"> • Eistedd i lawr i wisgo gyda'r cefn yn erbyn rhywbeth er mwyn ei gynnal • Awgrymwch ddillad llac sy'n hawdd eu gwisgo/tynnu a ffasneri felcro • Torrwch bob tasg yn adrannau bach i'w meistrolï un ar y tro. Darparwch luniau i symbylu'r drefn. • Cadwch at drefn gyfarwydd ynglŷn â pha eitemau

		<p>i'w gwisgo ac ym mha drefn</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dewiswch ddillad gyda logo ar y blaen neu wddf V fel eu bod yn haws eu deall
<ul style="list-style-type: none"> • Anawsterau gyda sgiliau motor manwl 	<ul style="list-style-type: none"> • Anhawster defnyddio taclau, pensiliau, offer • Yn hwyr yn datblygu meistrolaeth y dwylo • Diffyg cryfder yn y dwylo ac anhawster cynnal y gafael • Anhawster defnyddio dwy law gyda'i gilydd • Efallai'n methu delio gyda jig-sos neu gêmau didoli siapiau 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicrhewch fod y plentyn yn eistedd gyda'r traed yn fflat a'r pen ôl yn ei ôl wrth weithio ar dasgau motor manwl • Darparwch bensiliau a chreonau trwchus • Mae offer mwy yn aml yn haws ei drin, e.e. posau mewnosod gyda nobiau crwn i afael ynddyn nhw yn hytrach na phegiau bach • Mae gêmau a theganau magnetig yn sicrhau peth gwrthsafiad, sy'n cryfhau'r dwylo, ac maen nhw'n llai tebygol o gael eu taro • Gellir rholio toes chwarae yn siâp sosej neu bêl, ei binsio a'i wasgu • Gweithio wrth îsl er mwyn gwella sefydlogrwydd y breichiau/yr ysgwyddau/yr arddyrnau
<ul style="list-style-type: none"> • Yn bwyta'n anniben 	<ul style="list-style-type: none"> • Yn colli bwyd ar y bwrdd ac arno/arni'i hun • Anhawster defnyddio cyllyll a ffyrç yn effeithlon • Gall gasáu gwead rhai bwydydd 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicrhewch fod y plentyn yn eistedd âgyda'i draed wedi'u cynnal a bod y bwrdd o'r uchder priodol. • Darparwch ddarn o fat nad yw'n llithro o dan y plât (ar gael o siopau disgownt ar y stryd fawr) • Darparwch gyllyll a ffyrç sydd â handlenni trwchus gan ei bod yn haws gafael ynddyn nhw a'u trin • Byddwch yn sensitif i hoffter y plentyn o wead bwydydd. Cadwch fwyd ar wahân ar y plât os bydd angen a chyflwynwch weadau newydd yn raddol.
<ul style="list-style-type: none"> • Lleferydd ac iaith yn hwyr yn datblygu • Gall achosi anawsterau cyfathrebu 	<ul style="list-style-type: none"> • Anhawster egluro anghenion neu ateb cwestiwn • Anhawster ailadrodd digwyddiad 	<ul style="list-style-type: none"> • Tynnwch sylw'r plentyn cyn rhoi cyfarwyddiadau, a chyfyngwch ar y pethau a all darfu ar ei sylw

<p>cymdeithasol</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Yn methu cofio a/neu ddilyn cyfarwyddiadau • Anawsterau talu sylw a gwranddo • Gall y lleferydd fod yn aneglur • Anhawster deall iaith y corff a gofod personol 	<ul style="list-style-type: none"> • Rhowch 1-2 gyfarwyddyd yn unig ar y tro a gofynnwch i'r plentyn eu hailadrodd cyn eu gweithredu • Defnyddiwch iaith syml gyda phrociau gweledol • Rhowch amser i'r plentyn brosesu'r wybodaeth • Os yw'r lleferydd yn aneglur, modelwch yr ynganiad cywir, ond peidiwch â chywiro oni bai fod y therapydd lleferydd ac iaith yn eich cyfarwyddo i wneud hynny • Gweithgareddau chwarae rhan • Darparwch ffotograffau i helpu'r plentyn i gofio profiadau personol; defnyddiwch lyfr cartref/ysgol i gefnogi • Defnyddiwch gwestiynau caeedig yn hytrach na chwestiynau penagored • Ewch ati i ymarfer ystyron ffyrdd gwahanol o fynegi â'r wyneb • Anogwch y plentyn i feddwl pa mor bell y mae oddi wrth bobl eraill (cadw pellter braich i ffwrdd)
<ul style="list-style-type: none"> • Gall gael anhawster gwneud a chadw ffrindiau, neu farnu sut i ymddwyn yn eu cwmni 	<ul style="list-style-type: none"> • Anhawster datblygu sgiliau chwarae a dilyn rheolau gêm • Efallai na fydd ganddo/ganddi gysyniad o eiddo personol • Anhawster cadw ffrindiau • Anhawster deall teimladau pobl eraill ac effaith eu hymddygiad eu hunain ar bobl eraill 	<ul style="list-style-type: none"> • Canolbwyntiwch ar ddysgu sgiliau chwarae angenrheidiol, er enghraifft cymryd tro, trafod, ac ati • Cyflwynwch gylch o ffrindiau neu system bydi i helpu'r plentyn i adeiladu perthynas â phobl • Defnyddiwch storïau cymdeithasol a chwarae rhan i ymarfer sut i ymddwyn mewn sefyllfaedd penodol • Gweithiwch ar ddeall emosiynau • Defnyddiwch strategaethau tebyg i sgysiau sribed comic
<ul style="list-style-type: none"> • Dyspracsia datblygu lleferydd 	<ul style="list-style-type: none"> • Rhai anawsterau symud, ond mae'r prif 	<ul style="list-style-type: none"> • Mae'n rhaid i blant sydd â dyspracsia datblygu

<p>(DVD) – yn effeithio ar nifer fechan o blant</p>	<p>anhawster yn ymwneud â lleferydd ac iaith</p> <ul style="list-style-type: none"> • Yn aml yn hwyr iawn yn siarad, a hefyd yn dawel a swil/encilgar • Pan fydd y plentyn yn datblygu peth iaith, mae'r geiriau'n aneglur iawn am ei fod yn newid a hepgor cytseiniaid a llafariaid yn aml • Gall hefyd fod ag anawsterau gyda sgiliau geneuol fel chwythu, llyfu a sugno, yn ogystal â phroblemau bwydo. 	<p>lleferydd gael eu rheoli gan therapydd lleferydd ac iaith, a fydd yn gallu darparu cyngor penodol i anghenion y plentyn</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Efallai mai ychydig o ddealltwriaeth fydd ganddo/ganddi o gysyniadau gofodol fel 'yn', 'ar', 'o flaen' 	<ul style="list-style-type: none"> • Anawsterau gyda chynllunio, cyfarwyddiadau 	<ul style="list-style-type: none"> • Defnyddiwch gêmâu fferm, sw, trê, teithio, er enghraifft, gan osod 'y fuwch o flaen y sgubor' a gofyn i'r plentyn ailadrodd y stori i chi • Symudiadau llaw croeslinol wrth ganu caneuon fel 'Pwy wnaeth y sêr uwchben?'
<ul style="list-style-type: none"> • Ymdeimlad gwael o amser 	<ul style="list-style-type: none"> • Anhawster gyda chysyniadau amser fel 'cyn', 'wedi', 'y dyfodol' • Ymwybyddiaeth wael o ddyddiadau'r wythnos/y misoedd/y tymhorau 	<ul style="list-style-type: none"> • Defnyddiwch yr ymadroddion 'nawr' ac 'wedy' i atgyfnerthu trefn digwyddiadau. • Siaradwch am amser digwyddiadau dyddiol pwysig wrth iddyn nhw ddigwydd, e.e. "Brecwast, mae'n rhaid ei bod yn 8 o'r gloch" • Lluniwch amserlen weledol gyda'ch plentyn, gan ddefnyddio lluniau i ddarlunio digwyddiadau pwysig yn niwrnod/wythnos y plentyn (e.e. nofio, dim ysgol) • Gosodwch amserlen ddyddiol a chalendr wythnosol mewn man lle gall y plentyn eu gweld yn aml • Ffurfiwch gysyniadau sy'n berthnasol i brofiad y plentyn ei hun fel y gall adeiladu ar yr hyn mae'n ei wybod ac yn gallu'i wneud yn barod

<ul style="list-style-type: none"> • Gwrthsafiad i newidiadau 	<ul style="list-style-type: none"> • Anawsterau delio gyda newidiadau sydyn, gan arwain at bryder 	<ul style="list-style-type: none"> • Cadwch yr ystafell mor daclus â phosibl – popeth yn ei le ei hun • Defnyddiwch amserlenni gweledol i roi gwybodaeth ymlaen llaw am unrhyw newidiadau • Defnyddiwch chwarae rhan a drama i archwilio canlyniadau a senarios gwahanol
<ul style="list-style-type: none"> • Nid yw'n ymddangos ei fod/bod yn gallu dysgu unrhyw beth wrth reddf ac felly mae'n rhaid dysgu sgiliau iddo/iddi 	<ul style="list-style-type: none"> • Yn ei chael yn anodd ymgysylltu a chanolbwyntio • Yn gallu gwneud rhywbeth un diwrnod ond nid ar ddiwrnod arall • Yn ymateb i bob symbyliad yn ddiwahân • Yn gwibio o weithgaredd i weithgaredd • Yn aflonyddu ar eraill 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicrhewch fod cyn lleied o bethau eraill â phosibl i dynnu sylw wrth ganolbwyntio ar sgiliau newydd • Lleihewch y gofynion cymdeithasol wrth i'r plentyn ddysgu – gadewch i'r plentyn weithio ar ei ben ei hun • Caniatewch i'r plentyn ddewis gweithgareddau sydd o ddiddordeb iddo/iddi • Torrwch bob tasg yn adrannau a byddwch yn barod i arddangos y dasg sawl tro • Gosodwch derfynau amser a defnyddiwch amserydd tywod