

Polisi Addysg Rhyw a Pherthnasoedd

Mabwysiadwyd y Polisi gan y Corff Llywodraethu ar: Medi 2016

Cadeirydd y Llywodraethwyr (mewn llythrenau bras): LOUISE JAMES
Llofnod:

Dyddiad adolygu: Medi 2018;

1. Cyflwyniad

Mae ysgol Llechryd yn chwarae rôl ganolog yn y gwaith o gael effaith bositif a chynaliadwy ar iechyd a lles rhywiol plant a phobl ifanc. Bydd pob dysgwr yn derbyn addysg rhyw a pherthnasoedd (ARhaPh) o safon uchel fel rhan o'u datblygiad personol a chymdeithasol.

Mae Saith Nod Craidd Llywodraeth Cynulliad Cymru ar gyfer Plant a Phobl Ifanc yn crynhoi Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawl y Plentyn (CCUHP) 2004. 'Mae'r Nodau Craidd yn disgrifio hawl plant a phobl ifanc i gyrchu gwasanaethau addysgol ac iechyd, a mynd i'r afael â'u hawl i gael pobl i wrando arnynt ac i gymryd rhan yn y penderfyniadau sy'n effeithio arnynt.'

'Mae rhaglenni ARhaPh yn helpu dysgwyr i ddatblygu'r sgiliau a'r wybodaeth sy'n briodol i'w hoedran, eu dealltwriaeth a'u datblygiad. Mae dysgwyr yn cael eu galluogi i wneud penderfyniadau cyfrifol am eu perthnasoedd, iechyd a lles rhywiol'.

Cylchlythyr Llywodraeth Cynulliad Cymru 019/2010 Addysg Rhyw a Pherthnasoedd mewn Ysgolion

Cyd-destun cyfreithiol

Mae'r polisi hwn yn ateb y gofyn cyfreithiol i bob Corff Llywodraethu mewn ysgolion a gynhelir gadw datganiad ysgrifenedig cyfredol ar gyfer darparu Addysg Rhyw.

Cylchlythyr Llywodraeth Cynulliad Cymru 019/2010 Addysg Rhyw a Pherthnasoedd mewn Ysgolion

Diffiniad o Addysg Rhyw a Pherthnasoedd (ARhaPh)

'Addysg rhyw a pherthnasoedd yw dysgu am yr agweddau emosiynol, cymdeithasol a chorfforol ar dyfu; perthnasoedd; rhyw; rhywioldeb dynol' ac iechyd rhyw. Dylai arfogi plant a phobl ifanc â'r wybodaeth, y sgiliau a'r gwerthoedd i gael perthnasoedd diogel, cyflawn a hapus a chymryd cyfrifoldeb am eu hiechyd a'u lles rhywiol'.

Y Gymdeithas Cynllunio Teulu (FPA) www.fpadirect@fpa.org.uk

2. Nod

Mae Addysg Rhyw a Pherthnasoedd yn ysgol Llechryd yn anelu at arfogi plant a phobl ifanc â'r wybodaeth, y sgiliau a'r gwerthoedd sydd eu hangen arnynt i gael perthnasoedd diogel, cyflawn a hapus a chymryd cyfrifoldeb am eu hiechyd a'u lles rhywiol.

3. Amcanion

Bydd yr ysgol yn:

- Helpu plant i ddeall pwysigrwydd perthnasoedd sefydlog a chariadus, parch, cariad a gofal
- Helpu plant i ddeall y wybodaeth a'r sefyllfaoedd y maent yn dod ar eu traws a'u rhoi mewn fframwaith gwerthoedd
- Helpu plant i gyfathrebu am faterion yn ymwneud â'u cyrff a'u perthnasoedd heb deimlo embaras
- Darparu gwybodaeth am:

- Berthnasoedd cariadus
 - Enwau rhannau o'r corff
 - Cyffwrdd priodol ac amhriodol
 - Gwahanol fathau o deuluoedd
 - Y broses atgynhyrchu
 - Y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n gysylltiedig ag aeddfedrwydd
 - Datblygiad y ffetws yn y groth a genedigaeth
 - Anghenion babanod a chyfrifoldebau rhieni
- Cadw plant yn ddiogel drwy eu helpu i gydnabod ac ymateb yn briodol i ymddygiad annerbyniol gan oedolion a phlant eraill
 - Dysgu plant i barchu eu hunain a phobl eraill
 - Helpu pobl i ddeall eu teimladau eu hunain a theimladau pobl eraill

4. Yr Amgylchedd ac Ethos yr Ysgol

Mae amgylchedd ac ethos yr ysgol yn cefnogi datblygiad personol y disgyblion yn y meysydd canlynol:

- Addysg Rhyw a Pherthnasoedd a gynlluniwyd o fewn ABCCh gyda phwrpas clir i bob mewnbwn
- Cynllunio i addysgu gwybodaeth a dealltwriaeth berthnasol, sgiliau, gwerthoedd ac agweddau ym mhynciau'r Cwricwlwm Cenedlaethol ac Addysg Grefyddol;
- Strategaethau addysgu a dysgu sy'n defnyddio agweddau rhyngweithiol a phrofiadol sy'n berthnasol ac yn addas i anghenion a chymwysterau disgyblion ac sy'n cynnig digon o amser i drafod a myfyrio
- Gwerthfawrogi disgyblion a hyrwyddo perthnasoedd positif a hunanhyder
- Cydgysylltu effeithiol a hyfforddi a chynorthwyo staff
- Cyfleoedd yn yr ysgol i ddisgyblion gymryd rhan mewn prosesau penderfynu
- Agweddau ymddygiad positif

5. Cwricwlwm

Bydd Addysg Rhyw a Pherthnasoedd (ARhaPh) yn cael ei ddysgu o fewn cyd-destun y Fframwaith ar gyfer Dysgu Plant 3 i 7 oed, y Fframwaith Addysg Personol a Chymdeithasol (ABCCh) ar gyfer dysgwyr 7 i 19 oed fel sail ar gyfer darparu a'r gorchymyn Gwyddoniaeth.

Fframwaith y Cyfnod Sylfaen ar gyfer Dysgu Plant 3 i 7 oed yng Nghymru (2008) (ATODIAD 1)

Dylai addysg am berthnasoedd i blant 3 i 7 oed ganolbwyntio ar feithrin hunan-hyder drwy annog dysgwyr i:

- Werthfawrogi eu hunain
- Cydnabod a chyfathrebu eu teimladau
- Ffurio cyfeillgarwch a pherthnasoedd

Erbyn diwedd y Cyfnod Sylfaen, bydd disgyblion blwyddyn 2 yn cydnabod rhannau'r corff er mwyn gwahaniaethu rhwng gwrywod a menywod. Y termau a ddefnyddir ar gyfer gwrywod yw pidyn a cheilliau a'r termau a ddefnyddir ar gyfer menywod yw bronnau a gwain.

Fframwaith Addysg Personol a Chymdeithasol ar gyfer dysgwyr 7 i 19 oed yng Nghymru (2008) (ATODIAD 2)

Dylai ARhaPh helpu plant 7 i 11 oed ddeall:

- Y rhesymau dros y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod aeddfedrwydd, gan gynnwys beichiogi, beichiogrwydd a genedigaeth
- Ystod eu teimladau a'u hemosiynau eu hunain a rhai pobl eraill
- Pwysigrwydd diogelwch personol
- Sut i wahaniaethu rhwng cyffwrdd priodol ac amhriodol
- Beth i'w wneud neu pwy i fynd atynt pan ydych yn teimlo'n anniogel.

Wrth i blant a phobl ifanc ddatblygu'n rhywiol mae angen iddynt ddeall newidiadau yn y corff, rheoli teimladau rhywiol a mwynhau perthnasoedd personol diogel, iach a hapus. Gellir galluogi dysgwyr hefyd i archwilio'u teimladau, datblygu hunan ymwybyddiaeth a hunan-barch a datblygu eu hunan-hyder.

Erbyn diwedd blwyddyn 6, bydd yr ysgol yn sicrhau fod disgyblion yn ymwybodol o'r rhesymau dros newidiadau corfforol ac emosiynol yn ystod aeddfedrwydd gan gynnwys beichiogi, beichiogrwydd a genedigaeth.

6. Trefnu a Darparu

Dylai'r profiad dysgu gael ei ddarparu mewn dull sensitif, hamddenol, llawn gwybodaeth a thrwy ddysgu egniol a phrofiadol. Defnyddir amser cylch ar gyfer trafodaethau agored a dadlau yn ogystal â sesiynau holi ac ateb.

Dylai'r cynnwys gael ei gydweddu'n agos ag anghenion unigol y plant. Mae rhai materion yn wirioneddol sensitif ond mae'n bwysig darparu materion cyfredol yn lleol ac yn genedlaethol fel bo'r dysgwyr yn gallu gwneud dewisiadau doeth, synhwyrol a llawn gwybodaeth am eu bywydau a'u perthnasoedd personol.

Bydd mwyafrif y gwersi'n cael eu dysgu mewn grwpiau rhyw cymysg gan eu hathrawon dosbarth; fodd bynnag bydd gwersi rhyw a pherthnasoedd un rhyw yn cael eu cynnwys yn y rhaglen i sicrhau fod bechgyn a merched yn cael cyfle i holi cwestiynau a allai fod yn sensitif iddynt.

Ym **mlwyddyn 1/2**, yn ystod tymor yr Gwanwyn, bydd y disgyblion yn dysgu enwau rhannau'r corff er mwyn gwahaniaethu rhwng gwryw a benyw. Byddant hefyd yn dysgu am gyffwrdd priodol ac amhriodol.

Ym **mlwyddyn 3 a 4**, yn ystod tymor yr Gwanwyn, bydd disgyblion yn adolygu'r gweithgareddau a addysgir ym mlwyddyn 2 ac yn dysgu am rai agweddau ar y corff dynol drwy brosiectau megis ni ein hunain a byw yn iach.

Bydd agweddau rhywiol yn y cwricwlwm yn cael eu haddysgu yn bennaf ym **mlynyddoedd 5 a 6**, yn ystod tymor yr Gwanwyn, drwy raglen o wersi Addysg Rhyw a Pherthnasoedd a drefnwyd. Bydd amser y cwricwlwm yn hyblyg, yn dibynnu ar anghenion dosbarthiadau penodol.

6.1 Adnoddau

Defnyddir yr adnodd CD-ROM SENSE yn bennaf mewn Addysg Rhyw a Pherthnasoedd, fel yr argymhellir gan Lywodraeth Cymru, ar gyfer blynyddoedd 5/6.

Mae'r adnoddau rhyngweithiol 'Growing Up' / Tyfu i Fyny' a ddarperir gan Ysgolion Iach yn help i'w ddarparu ym mlynyddoedd 2 ac uwch.

Mae detholiad o'r adnoddau canlynol hefyd yn cynorthwyo i'w ddarparu i'r Cyfnod Sylfaen a Chyfnod Allweddol 2:

- Adnoddau amser cylch
- Agweddau cymdeithasol ac emosiynol ar ddysgu (SEAL)

- Llyfrgell yr ysgol

6.2 Ateb cwestiynau

- Bydd athrawon yn ceisio ateb cwestiynau cyffredinol gan ddisgyblion yn onest o ystyried oedran ac aeddfedrwydd y disgyblion
- Bydd athrawon yn defnyddio blwch barn sy'n rhoi cyfle i'r plant holi cwestiynau'n anhysbys ac i'r athrawon ystyried eu hatebion
- Os oes disgybl yn holi cwestiwn am werthoedd, bydd yr athrawon yn cyfeirio'r plentyn at ei deulu ac yn ceisio osgoi rhoi eu barn eu hunain fel yr unig un cywir
- Bydd athrawon yn ymdrin â chyfeiriadedd rhywiol mewn modd gonest, sensitif ac anfeiriniadol.

6.3 Defnyddio siaradwyr o'r tu allan

Darperir y rhaglen ARhaPh craidd gan athrawon dosbarth ym mhob blwyddyn. Mae'r dull hwn yn gwneud i'r cynnwys ymddangos yn fwy cyffredin ac yn rhoi digon o gyfleoedd i'r disgyblion ddod yn ôl at y staff gydag unrhyw gwestiynau. Anogir y dysgwyr i siarad ag aelod o staff y maent yn teimlo fwyaf cyfforddus age f/hi; gwryw neu fenyw.

Fodd bynnag mae'r ysgol yn cydnabod gwerth cynnwys siaradwyr o'r tu allan yn y rhaglen ARhaPh fel sy'n briodol. Os gwahoddir siaradwyr o'r tu allan i'r ysgol, byddant yn cael eu hysbysu o gynnwys polisi ARhaPh yr ysgol cyn yr ymweliad er mwyn sicrhau fod negeseuon cyson yn cael eu darparu. Os defnyddir siaradwyr o'r tu allan i gefnogi'r rhaglen ARhaPh, bydd aelod o staff yn bresennol trwy gydol yr amser.

6.4 Asesu, Cofnodi ac Adrodd

Caiff adroddiadau eu rhoi i rieni drwy ymgynghori â nhw ddwy waith y flwyddyn ac adroddiadau ysgrifenedig bob blwyddyn. Rhoddir adroddiad am gynnydd y plentyn a'i agwedd gyffredinol at ABCh, a gwneir asesiad cyfansymiol ffurfiol.

Caiff enghreifftiau o waith ABCh disgyblion eu casglu drwy gydol y flwyddyn fel tystiolaeth o'u cynnydd. Caiff gwaith y disgyblion yn ogystal â thafenni hunanwerthuso eu cadw yn llyfrau'r disgyblion.

7. Hyfforddiant

Bydd y pennaeth yn sicrhau fod digon o hyfforddiant ac adnoddau ar gael i bob aelod o staff sy'n darparu nodau ac amcanion y Polisi Addysg Rhyw a Pherthnasoedd.

8. Cysylltu â Rhieni

Mae ysgol Llechryd yn credu y dylai Addysg Rhyw a Pherthnasoedd fod yn gyfrifoldeb a rennir. Dymunwn feithrin perthynas bositif a chefnogol â'r rhieni drwy gyd-ddealltwriaeth, ymddiriedaeth a chydweithrediad.

Er mwyn hyrwyddo'r amcan hwn rydym:

- Yn ymgynghori â rhieni drwy nosweithiau rhieni i roi cyfle i ystyried polisi ac arferion ARhaPh yr ysgol, gan gynnwys adnoddau a ddefnyddir
- Edrych o ddifrif ar faterion a godir gan rieni gydag athrawon neu lywodraethwyr ynglŷn â'r polisi neu'r trefniadau ar gyfer addysg rhyw yn yr ysgol
- Annog rhieni i fod yn gysylltiedig ag adolygu polisi'r ysgol a'i addasu yn ôl yr angen
- Hysbysu rhieni am yr ymarfer gorau presennol ym maes addysg rhyw er mwyn sicrhau fod addysg yr ysgol yn cefnogi negeseuon allweddol a roddir i'r plant gan y rhieni/gofalwyr yn y cartref
- Mae'r polisi ar gael ar wefan yr ysgol

Hawl rhieni/gofalwyr i dynnu allan

Mae Adran 405 o Ddeddf Addysg 1996 yn galluogi rhieni i atal eu plant, yn gyfan gwbl neu'n rhannol, rhag derbyn addysg rhyw mewn ysgol ar wahân i'r Addysg Rhyw a gynhwysir yn y cwricwlwm cenedlaethol.

Rhaid i rieni/gofalwyr hysbysu'r ysgol o'u dymuniad i ymarfer yr hawl hon. Os yw rhiant yn dymuno tynnu eu plentyn allan o ARhaPh, mae croeso iddynt wneud trefniadau i weld y pennaeth i nodi pa agweddau ar y rhaglen nad ydynt yn dymuno i'w plentyn gymryd rhan ynddynt. Nodir y trefniadau hyn ym mhrosbectws yr ysgol.

9. Amddiffyn Plant

Efallai y bydd angen galw ar Weithdrefnau Amddiffyn Plant os yw diogelwch neu les disgybl (neu ddisgybl arall) dan fygythiad. Dim ond mewn amgylchiadau eithriadol, e.e. lle mae problem amddiffyn plant amlwg, y byddai gwybodaeth sensitif yn cael ei hanfon ymlaen yn erbyn dymuniad y

disgybl, a hyd yn oed wedyn byddai'r ysgol yn hysbysu'r disgybl yn gyntaf ac yn ceisio esbonio pam fod angen gwneud hynny. Caiff y disgwyliadau hyn eu diffinio gan ddyletswydd foesegol neu broffesiynol i weithredu:

- Pan fydd problem yn ymwneud ag amddiffyn plant
- Pan fydd bywyd mewn perygl

10. Cyfrinachedd

Ni fydd athrawon yn addo cyfrinachedd. Bydd ffiniau cyfrinachedd yn cael eu egluro wrth y disgyblion. Os yw disgybl yn datgelu gwybodaeth sensitif, sy'n anhysbys yn gyffredinol, ac yn gofyn i'r wybodaeth beidio â chael ei hanfon ymlaen, caiff hyn ei drafod â'r pennaeth. Caiff y cais ei anrhydeddu oni bai fod modd osgoi hynny er mwyn i athrawon gyflawni eu cyfrifoldebau proffesiynol mewn perthynas ag:

- Amddiffyn plant
- Cydweithredu ag ymchwiliad yr heddlu
- Atgyfeirio at wasanaeth allanol

Gwneir pob ymdrech i gael cytundeb y disgyblion i'r ffordd y mae'r ysgol yn bwriadu defnyddio unrhyw wybodaeth sensitif.

Caiff rheolau sylfaenol eu sefydlu cyn darparu rhaglen ARhaPh er mwyn amddiffyn dysgwyr a staff addysgu.

11. Cydraddoldeb

Fel cyflogwr a darparwr gwasanaethau, ni fydd ysgol Llechryd yn camwahaniaethu'n anghyfreithlon ar sail oedran, anabledd, rhyw, ailbennu rhywedd, hil neu ethnigrwydd, crefydd na chredoau, cyfeiriadedd rhywiol, priodas neu bartneriaeth sifil, beichiogrwydd a mamolaeth neu ar sail yr iaith Gymraeg.

Mae pob disgybl, eu rhieni a'u gwarcheidwaid, gwirfoddolwyr, staff a llywodraethwyr yr ysgol yn cael eu gwerthfawrogi a'u trin ag urddas a pharch. Nid yw'r ysgol yn goddef unrhyw fath o gamwahaniethu, aflonyddu nag erledigaeth.

Byddwn yn gweithio ar draws cymuned yr ysgol i sicrhau bod ein hymrwymiad i gydraddoldeb a thegwch yn cael ei rannu ac yn cymryd camau at sicrhau fod ein hysgol yn hygyrch, yn groesawgar ac yn gynhwysol.

12. Gweithrediad

Yn ysgol Llechryd, M. Lewis sy'n gyfrifol am weithredu'r rhaglen ARhaPh.

Y pennaeth a'r Corff Llywodraethu sy'n gyfrifol am weithredu'r polisi ARhaPh yn y pen draw. Y Pennaeth sy'n gyfrifol am sicrhau fod staff a rhieni'n cael eu hysbysu am y polisi ARhaPh, a bod y polisi'n cael ei weithredu'n effeithiol. Y Pennaeth sydd hefyd yn gyfrifol am sicrhau fod aelodau o staff yn cael hyfforddiant digonol, fel bo modd iddynt addysgu'n effeithiol ac ymdrin ag unrhyw faterion anodd mewn modd sensitif.

Rhoddir ystyriaeth i sicrhau rôl ategol holl bolisiâu'r ysgol i'r cwricwlwm ABCh, sicrhau fod y cwricwlwm yn adlewyrchu cynnwys y polisi a bod y polisi'n atgyfnerthu'r cwricwlwm:

Gweithdrefnau tynnu plentyn allan
Gweithdrefnau bwlio

Gweithdrefnau amddiffyn plant
Datganiad cydraddoldeb

13. Ffurio Polisi a Phroses Ymgynghori

Datblygwyd y Polisi Addysg Rhyw a Pherthnasoedd yn unol â chanllawiau lleol a chenedlaethol.

Ymgynghorwyd â rhieni/llywodraethwyr cyn cyflwyno fersiwn drafft o'r polisi/gweithdrefnau i'r staff/corff llywodraethu.

14. Monitro a Gwerthuso

Caiff y Rhaglen Addysg Rhyw a Pherthnasoedd ei monitro a'i gwerthuso gan y cydgysylltydd ABCh yn unol â'r broses hunanwerthuso flynyddol.

Ymgynghorir â'r bobl ganlynol pan adolygir y polisi:

- Disgyblion
- Staff
- Llywodraethwyr
- Rhieni / gofalwyr
- Gweithwyr iechyd proffesiynol

Rhoddir cyfleoedd a fydd yn galluogi disgyblion i gymryd rhan a gwerthuso'r hyn y maent wedi'i ddysgu yn ôl eu hoedran, anghenion a'u galluoedd.

Gwahoddir rhieni a gofalwyr i roi adborth am eu syniadau ar gyfer gwelliannau.

15. Cyfeirnodau

Fframwaith Addysg Personol a Chymdeithasol i ddysgwyr 7 i 19 oed yng Nghymru (2008)

Y Cyfnod Sylfaen – Fframwaith ar gyfer Dysgu Plant 3 i 7 oed yng Nghymru (2008)

Cylchlythyr 019/2010 Llywodraeth Cynulliad Cymru: Addysg Rhyw a Pherthnasoedd mewn ysgolion

Canllawiau i Gyflogwyr a Gwirfoddolwyr sy'n dod i gysylltiad â Phlant a Phobl Ifanc yn eu gwaith' Bwrdd Diogelu Plant Wrecsam 2008

Atodiad 1

[Y Cyfnod Sylfaen – Fframwaith ar gyfer Dysgu Plant 3 i 7 oed yng Nghymru \(2008\)](#)

	Maes Dysgu: Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Lles ac Amrywiaeth Diwylliannol
Datblygiad personol	<i>Dylid rhoi cyfle i blant:</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Fod yn annibynnol o ran eu hanghenion hylendid personol a bod yn fwy ymwybodol o ddiogelwch personol • Mynegi a chyfathrebu gwahanol deimladau ac emosiynau – eu rhai nhw a rhai pobl eraill.
Datblygiad cymdeithasol	<i>Dylid rhoi cyfle i blant:</i>

	<ul style="list-style-type: none"> • Fod yn ymwybodol o anghenion pobl eraill a'u parchu • Cymryd cyfrifoldeb am eu gweithredoedd eu hunain • Ystyried canlyniadau geiriau a gweithredoedd iddyn nhw eu hunain a phobl eraill • Datblygu dealltwriaeth o'r hyn sy'n deg ac yn annheg a bod yn barod i gyfaddawdu • Ffurio perthnasoedd a theimlo'n hyderus wrth chwarae a gweithio ar y cyd • Gwerthfawrogi teulu a ffrindiau a dangos gofal ac ystyriaeth • Gwerthfawrogi'r hyn sy'n gwneud ffrind da.
Lles	<i>Dylid rhoi cyfle i blant:</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Werthfawrogi a chyfrannu at eu lles eu hunain a lles pobl eraill • Bod yn ymwybodol o'u teimladau eu hunain a datblygu'r gallu i'w mynegi mewn modd briodol • Deall y berthynas rhwng teimladau a gweithredoedd a bod gan bobl eraill deimladau hefyd • Arddangos gofal, parch ac annwyldeb tuag at blant, oedolion a'u hamgylchedd • Gofyn am gymorth yn ôl yr angen • Datblygu dealltwriaeth am beryglon yn y cartref ac yn yr awyr agored.
Datblygiad moesegol ac ysbrydol	<i>Dylid rhoi cyfle i blant:</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Wneud gweithgareddau sy'n eu galluogi i gyfathrebu eu syniadau, eu gwerthoedd a'u credoau amdanynt eu hunain, pobl eraill a'r byd
	Maes dysgu: Gwybodaeth a dealltwriaeth o'r byd
Fi fy hun a phethau byw eraill	<i>Dylid rhoi cyfle i blant:</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Ddysgu enwau a defnyddiau prif rannau allanol y corff dynol a phlanhigion • Nodi'r tebygrwydd a'r gwahaniaethau rhyngddyn nhw eu hunain a phlant eraill

Atodiad 2

[Fframwaith Addysg Bersonol a Chymdeithasol i ddysgwyr 7 i 19 oed yng Nghymru \(2008\)](#)

Cyfnod Allweddol 2	<i>Dylid rhoi cyfle i ddysgwyr:</i>
Iechyd a lles emosiynol	<ul style="list-style-type: none"> • Cymryd mwy o gyfrifoldeb am gadw'r meddwl a'r corff yn ddiogel ac yn iach • Teimlo'n bositif amdanynt eu hunain a bod yn sensitif tuag at deimladau pobl eraill
	<i>A deall:</i>

	<ul style="list-style-type: none"> • Y rhesymau dros newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod aeddfedrwydd, agn gynnwys beichiogi, beichiogrwydd a genedigaeth • Ystod eu teimladau a'u hemosiynau eu hunain a rhai pobl eraill • Pwysigrwydd diogelwch personol • Sut i wahaniaethu rhwng cyffwrdd priodol ac amhriodol, beth i'w wneud neu at bwy i fynd pan fyddant yn teimlo'n anniogel
Datblygiad moesegol ac ysbrydol	<i>Dylid rhoi cyfle i ddysgwyr:</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Archwilio eu gwerth personol
	<i>A deall:</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Sut mae gwerthoedd a chredoau crefyddol yn llunio'r ffordd y mae pobl yn byw • Bod pobl yn wahanol o ran yr hyn a gredant sy'n gywir neu'n anghywir • Bod canlyniadau ynghlwm wrth weithredoedd personol

Gwyddoniaeth yng Nghwricwlwm Cenedlaethol Cymru

Cyfnod allweddol 2	<i>Dylid rhoi cyfle i ddisgyblion astudio:</i>
Annibyniaeth organebau	Enwau, safleoedd, swyddogaethau a meintiau cymharol y prif organau dynol.

Atodiad 3

Trosolwg o'r rhaglen ARhPh sy'n gysylltiedig â'r Fframwaith ABCCh (Iechyd a Lles Emosiynol)

Blwyddyn	Tymor 1	Tymor 2	Tymor 3
Derbyn	Hylendid dwylo – E-bug		
Blwyddyn 1	Hylendid resbriadol hygiene – E-bug		Oral hygiene – E-bug
Blwyddyn 2	Myfi fy hyn yn fabi – Tyfu i Fyny	Rhannau'r corff – Tyfu i Fyny	Cyffwrdd priodol ac amhriodol – Tyfu i Fyny
Blwyddyn 3	Parchu Gwahaniaethau – Stonewall and	Beth sydd yn wneud ffrind dda – Tyfu i	Hylendid dwylo – E-Bug / Prawf bara llwydni

	Spectrum	Fyny	
Blwyddyn 4	Teuluoedd amrywiol – Tyfu i Fyny /Stonewall		Tu fewn i'r corff – Tyfu i Fyny
Blwyddyn 5	Hylendid personol – Tyfu i Fyny	Newidiadau glasoed, mislif a newidiadau gwryw – Tyfu i Fyny	
Blwyddyn 6	Ail-lunio newidiadau glasoed Organnau cenhedlu Cenhedlu Datblygiad y babi Mam yn cadw'r babi yn iach Y geni Bwydo'r babi Cyfrifoldebau yn newid Gwybodaeth a gwerthusiad (All Tyfu i Fyny resources)		