Dysgu i Chwarae...
Chwarae i Ddysgu.

Llyfryn gwybodaeth ar gyfer pobl sy'n byw a gweithio gyda phlant ifanc gydag Anhwylder Sbectrwm Awtistaidd (ASA).

Maggie Bowen
Autism Cymru

Autism Cymru
Wales' National Charity for Autism
Elusen Genedlaethol Cymru ar gyfer Awtistiaeth

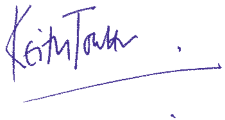
Ariennir gan
Lywodraeth Cynulliad Cymru
Funded by
Welsh Assembly Government

Rhagair y Comisiynydd Plant

Mae chwarae yn hanfodol ar gyfer datblygiad plentyn ac mae'n rhan bwysig o'r broses o ddysgu. Mae gan bob plentyn yr hawl, sydd wedi ei gynnwys yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Plant, i gael profiadau chwarae o ansawdd da. Fodd bynnag, rhaid inni gydnabod bod gan bob plentyn ei (h)angenion ei hun a rhaid cydnabod rhain a'u hystyried wrth ddarparu cyfleoedd chwarae. Efallai na fydd plant gydag Anhwylder Sbectrwm Awtistaidd yn ymateb i weithgareddau chwarae yn y ffordd draddodiadol oherwydd yr anawsterau sydd ganddynt gyda rhyngweithredu cymdeithasol, cyfathrebu a dychymyg cymdeithasol. Rhaid inni fod yn hyblyg a chreadigol er mwyn cynorthwyo i wneud eu hamser chwarae yn brofiad hapus a gwerth chweil.

Bu'n cyhoeddiad diweddar Dawn ddedwydd yn edrych ar ddarpariaeth chwarae ar gyfer plant anabl a gwelsom fod strategaethau chwarae llawer o awdurdodau lleol ond megis cychwyn. O Fedi 2008, rhaid i awdurdodau lleol, am y tro cyntaf, gyhoeddi eu Cynllun Plant a Phobl Ifanc unigol. Disgwyliwn gyfnod prysur pan fyddwn yn edrych ar y dogfennau pwysig hyn i weld sut mae pwysigrwydd chwarae wedi ei gynnwys mewn cynllunio lleol.

Gyda hyn mewn golwg, rwy'n croesawu cyhoeddi'r llyfryn gwybodaeth hwn gan Autism Cymru ac sydd wedi ei ariannu gan Lywodraeth Cynulliad Cymru. Gobeithiaf fydd ganddo rôl yn rhoi gwybodaeth am ddatblygiad pellach strategaethau chwarae ledled Cymru. Dylai hefyd fod yn adnodd gwerthfawr ar gyfer unrhywun sy'n byw neu'n gweithio gyda phlant ifanc ar y sbectrwm awtistaidd.



Keith Towler

Cydnabyddiaeth

Mae Autism Cymru wedi ffurfio Cynghrair Celtaidd gydag Autism NI (PAPA), The Irish Society for Autism a'r Scottish Society for Autism gyda'r bwriad o rannu ymarfer gorau. Casglwyd gwybodaeth ac ysbrydolwyd y llyfryn hwn gan waith Autism NI (PAPA) sydd wedi datblygu rhaglen cyn-ysgol lwyddiannus iawn o'r enw The Keyhole® Jigsaw of Early Intervention (Jigsô Allweddol Ymyrraeth Gynnar).

Diolch hefyd i Lynn Plimley (Autism Cymru), Jennie Thomas (Autism Cymru) a Siân Owen (Mudiad Ysgolion Meithrin) am eu hawgrymiadau. Rwyf hefyd yn ddiolchgar i Siân Chislett, Chris Lewis a Sue Price am roi esiamplau o weithgareddau chwarae a Llywodraeth Cynulliad Cymru am ariannu cyhoeddi'r llyfryn hwn.

Beth yw Anhwylder Sbectrwm Awtistaidd (ASA)?

Mae ASA yn anabledd datblygiadol sy'n effeithio ar sut mae plant yn deall y byd. Gall deallusrwydd plant gydag ASA amrywio o anawsterau dysgu difrifol gydag ychydig neu ddim cyfathrebu llafar i ddeallusrwydd uwch na'r cyffredin gyda gallu iaith huawdl. Mae pob plentyn gydag ASA yn unigryw a bydd ganddynt eu hanghenion a'u hoffterau eu hunain. Does dim 'un maint yn gweddu i bawb' ar gyfer y plant hyn yn union fel unrhyw blant eraill.

Fodd bynnag, gan ddiystyru deallusrwydd, bydd gan yr holl blant ar y sbectrwm awtistaidd, anawsterau craidd gyda eu:

Cyfathrebu
Rhyngweithredu Cymdeithasol
Dychymyg / hyblygrwydd meddwl

Adwaenir hyn fel y **Triawd Amhariaeth.**

Efallai na fydd plant gydag ASA eisiau **cyfathrebu.** Yn aml nid ydynt yn gwybod bod gan ystumiau, mynegiant yr wyneb a gwahanol dinc llais, ystyr benodol.

Nid yw **sgiliau cymdeithasol** plant gydag ASA wedi eu datblygu cystal â'u cyfoedion prif-ffrwd. Efallai byddant yn osgoi edrych i lygaid pobl, ddim yn hoffi cymryd eu tro / rhannu ac ond yn mwynhau chwarae cyfyngedig ac ailadroddus. Efallai na fyddant yn gwahaniaethu rhwng y ffordd y maent yn ymddwyn gyda dieithriaid ac oedolion maen nhw'n eu hadnabod. Ambell waith byddant yn mynnu ar reolau a threfnweithiau ac yn mynd yn ofidus iawn os nad yw popeth ar eu termau nhw. Yn aml, nid oes gan blant gydag ASA unrhyw synnwyr o berygl.

Bydd gan blant gydag ASA anawsterau gyda'u sgiliau dychymyg a'r **gallu i feddwl mewn ffordd hyblyg.** Yn aml byddant yn hoffi trefnwaith a strwythur yn eu bywydau ac yn gweld newid yn anodd. Gallant fod yn sownd ar wrthrychau penodol neu bynciau e.e. Tomos y Tanc neu gymeriadau Disney. Ambell waith byddant yn canolbwyntio ar y manylion bach ac yn anwybyddu'r darlun mawr.

Yn ogystal â'r anawsterau a amlygwyd uchod, mae unigolion gydag ASA yn dweud wrthym am eu hadwaith i ysgogiadau synhwyraidd. Gall synau, golau, lliw, blas neu arogl arbennig eu gwneud yn ofidus. Efallai byddant yn chwilio am ysgogiad gweledol trwy syllu ar wrthrychau o onglau anarferol neu trwy sbinio a fflicio gwrthrychau dan olau. Efallai byddant yn chwilio am ysgogiad corfforol trwy sbinio, chwifio eu dwylo neu siglo ac efallai byddant yn gwrthod gwisgo rhai eitemau o ddillad.

Mae plant gydag ASA yn dysgu'n dra gwahanol i blant sy'n datblygu'n nodweddiadol ac efallai bydd ganddynt anawsterau eraill i'w goddiweddyd megis Dyspracsia, Dyslecsia neu Anhwylder Gorfywiogrwydd Diffyg Canolbwyntio (ADHD). Ni fydd plant gydag ASA yn dysgu sut i fwynhau chwarae ar hap; bydd rhaid dysgu'r sgil yma ochr yn ochr â sgiliau cymdeithasol.

Pam fod chwarae'n bwysig?

Mae'r ddogfen 'Chwarae/Dysgu Gweithredol. Trosolwg ar gyfer plant 3 i 7 oed' (Llywodraeth Cynulliad Cymru, 2008, tud 7) yn datgan bod chwarae yn bwysig oherwydd ei fod yn:

» Cymell
» Ysgogi
» Cefnogi
» Datblygu sgiliau
» Datblygu cysyniadau
» Datblygu sgiliau iaith / cyfathrebu
» Datblygu canolbwyntio
» Datblygu agweddau cadarnhaol
» Arddangos ymwybyddiaeth / defnydd o ddysgu diweddar a sgiliau
» Atgyfnerthu dysgu

Aiff ymlaen i ddweud y dylai pob ymarferydd werthfawrogi a strwythuro chwarae gydag amcanion clir ar gyfer dysgu'r plant.
Mae'r ddogfen hefyd yn nodi'r gwahanol gamau o ddatblygiad chwarae. Ar gyfer plant gydag ASA bydd symud trwy'r camau hyn yn anodd iawn felly bydd angen eu haddysgu, a bydd angen gallu creadigol ac amynedd gan yr oedolion sy'n byw a gweithio gyda nhw. Efallai na chyrhaeddant y camau olaf o gwbl neu os lwyddant i wneud hynny gall gymryd llawer o flynyddoedd. Camau'r datblygiad yw (tud 13):

- **Unigedd** - mae'r plant yn chwarae ar eu pennau eu hunain; fawr ddim o ryngweithredu gyda phlant eraill, yn aml wedi ymgolli yn eu gweithgareddau eu hunain.
- **Gwylio** - mae'r plant yn edrych ar eu cyfoedion; fel arfer maent yn gwylio a ddim yn ymuno.
- **Cyfochrog** - mae'r plentyn yn chwarae ochr yn ochr â phlant eraill; i gychwyn bydd yn ymddangos bod y plant yn chwarae gyda'i gilydd ond wrth edrych yn fwy manwl gwelir eu bod yn chwarae ar wahân.
- **Partneriaeth / cysylltiol** - mae'r plant yn chwarae gyda'i gilydd; rhyngweithredu rhwng plant yn datblygu ac maent yn mwynhau gwneud yr un gweithgareddau a chwarae gyda'r un cyfarpar.
- **Cydweithredol / grŵp**- mae'r plant yn chwarae mewn grwpiau ac yn rhannu canlyniadau'r chwarae; yn aml bydd y chwarae yn gymhleth a manwl. Fodd bynnag, hyd yn oed os yw'r plant yn chwarae'n gydweithredol, efallai byddant yn parhau i ddewis chwarae ar eu pennau eu hunain

Datblygu Chwarae mewn Plant gydag ASA

Yn aml mae pobl yn rhannu chwarae i wahanol gategorïau megis chwarae adeiladol, chwarae creadigol, chwarae synhwyraidd / echddygol, chwarae rhyngweithredol, chwarae cymdeithasol, chwarae corfforol / tu allan a chwarae smalio. Er y nodir penawdau ar wahân ar gyfer gweithgareddau chwarae, nid ydynt bob amser yn bodoli ar eu pennau eu hunain e.e. gall chwarae dychymygol gynnwys adeiladu.

Yng nghamau cynnar datblygu chwarae, mae'n bwysig canolbwyntio ar y pethau sydd yn ysgogi ac yn diddori'r plentyn ifanc gydag ASA. Efallai na fydd plentyn ifanc gydag ASA yn sylweddoli y gallwch ill dau gael hwyl yn gwneud yr un gweithgareddau a theimlo ar adegau eich bod yn tresbasu ar ei (g)ofod personol. Byddwch yn amyneddgar ac yn raddol cynyddwch yr amser fyddwch yn rhyngweithredu â'ch gilydd. Er mwyn dechrau'r broses hon, efallai yr hoffech ystyried y mathau canlynol o chwarae.

Chwarae Synhwyraidd Echddygol

Gall teganau synhwyraidd echddygol gynnwys rhai sy'n gwneud sŵn, teganau sy'n gwichio, swigod, balŵns, clai a dŵr. Gall gweithgareddau eraill gynnwys gemau megis 'Pi-po' a 'Rownd a rownd yr ardd' a chwarae tu allan ar siglenni a thrampolinau.

Mae chwarae synhwyraidd echddygol yn helpu plant i ddysgu cymryd eu tro, i ddarogan, edrych, gwrando a thalu sylw. Gellir defnyddio'r math hwn o chwarae i annog plant gydag ASA i archwilio eu hamgylchedd. Fodd bynnag, rhaid i oedolion fod yn sensitif i unrhyw anghysonderau fel anhoffter o deimlo rhai pethau fel tywod neu glai

Chwarae adeiladol

Yn aml gall y math hwn o chwarae roi plant ifanc mewn sefyllfa achos ac effaith. Os gwna'r plentyn rhywbeth i degan – ei wasgu, ysgwyd, taflu – mae rhywbeth yn digwydd o ganlyniad. Gall y math hwn o chwarae hefyd olygu bod y plant yn adeiladu gyda briciau, yn creu pethau neu'n defnyddio gemau rhyngweithredol cyfrifiadurol gyda chysylltiad â diddordeb arbennig e.e trenau, deinosoriaid, cymeriadau teledu ac ati. Efallai bydd ar y plant gydag ASA angen i chi eu hysgogi yng nghyfnod cynnar y gweithgareddau hyn.

Chwarae Rhyngweithredol a Chymdeithasol

Mae plant yn dysgu trwy ddynwared eraill. Yn achos plant gydag ASA efallai bydd yn hanfodol i chi gychwyn trwy eu dynwared nhw. Copïwch beth mae'r plentyn yn ei wneud gyda theganau / gwrthrychau, dynwaredwch ei synau a'i (g)weithredoedd hi/ef a gwyliwch a fydd ef/hi'n sylwi. Os fydd ef/hi'n ysgwyd ratl ac yna'i daro ar y bwrdd, gwnewch chi'r un peth a gweld a fydd ef/hi yn sylwi.

Canwch ganeuon ailadroddus fel 'Awn am dro i Frest Pen Coed', 'Un Bys Un Bawd yn Symud' ac annog y plentyn i ymuno. Cymerwch eich tro i chwarae 'Pi-po' neu 'Rownd a rownd yr ardd'. Efallai bydd rhaid i chi gael rhywun gyda chi i helpu'r plentyn ddynwared i gychwyn ond cofiwch fod yn sensitif ynghylch cyffwrdd a gofod corfforol. Gallai pypedau o hoff gymeriadau helpu gyda hyn ac ymddangos yn llai bygythiol i rai plant. Cofiwch ddefnyddio unrhyw deganau / gwrthrychau sy'n berthnasol i 'ddiddordeb arbennig' mewn unrhyw ffordd y gallwch.

Strwythuro Gweithgareddau Chwarae

Mae plant gydag ASA yn hoffi trefnweithiau a strwythur. Felly efallai byddai'n ddoeth i gyflwyno'r plentyn i weithgareddau chwarae mewn dull strwythurol iawn. Golyga hyn cael ardal a bwrdd penodol ar gyfer gweithgareddau chwarae.

Dylid annog plant i weithio o'r chwith i'r dde ac felly cael gweithgareddau newydd ar ochr chwith y bwrdd a blwch 'Gorffen' ar yr ochr dde (gweler tud. 10). Rhaid i'r plant wybod bod gan bob gweithgaredd:

- Gychwyn
- Canol
- Gorffen

Ambell waith mae gan blant gydag ASA broblemau gyda threfnu a chynllunio, felly mae'r dull hwn yn dangos iddynt bod y weithgaredd yn cychwyn a gorffen yn eglur ac yn eu helpu i gwblhau'r dasg yn llwyddiannus. Gall gwneud chwarae yn ragweladwy, yn drefnus a gweladwy, fod yn ffactor ysgogol iawn i blant gydag ASA.

Mae addysgu plant gydag ASA i ddatblygu trefnwaith chwarae cadarnhaol yn eu cynorthwyo i ddysgu'n fwy addas. Mae hefyd yn eu helpu i ddeall:

Beth sydd i'w wneud?
Faint sydd raid ei wneud?
Pryd fydd y weithgaredd yn gorffen?
Beth fydd yn digwydd nesaf?

Enghraifft o astudiaeth achos

Mae Geraint yn blentyn bywiog iawn tair mlwydd oed gyda gallu cyfyngedig i dalu sylw. Mae'n hoff iawn o Wini'r Pw. Felly rhoddir iddo fwrdd â phedwar darn arno yn cynnwys y pedwar cymeriad yn straeon Pw ond gydag un darn yn eisiau. Ceir sylw Geraint trwy ddefnyddio ei 'ddiddordeb arbennig' ac mae'n llwyddo i gwblhau'r dasg yn gyflym. Yn raddol gellir adeiladu'r drefnwaith i gynyddu cyfnod talu sylw Geraint a'r amser a dreulir ar y dasg e.e ar ôl ychydig mwy o sesiynau gellir rhoi'r pysl iddo gyda dau ddarn yn eisiau. Rhoddwyd gwobr ystyrlon i Geraint unwaith iddo gwblhau'r dasg yn llwyddiannus. Yn yr achos hwn y cyfle iddo wrando ar gân Pw.

Mae Autism NI (PAPA) yn argymell y drefnwaith ganlynol i gwblhau pyslau:

- Dangos y pysl i'r plentyn
- Gofyn i'r plentyn ddod i chwarae
- Rhoi un darn o'r pysl i'r plentyn a'i (h)annog i weld ble ddylai'r darn fod.
- Unwaith fydd y plentyn yn yr ardal chwarae strwythurol, dylid ei (h)annog i gwblhau'r pysl

Maent yn cynghori na ddylid mynnu bod y plentyn yn eistedd; bydd ef/hi yn eistedd pan yn barod. Maent hefyd yn awgrymu bod yr oedolyn yn eistedd wrth ochr y plentyn fel ffin naturiol a'i addysgu ef/hi i aros yn agos nes bod y weithgaredd wedi gorffen.

Mae'n bwysig cael y cydbwysedd cywir rhwng rhoi help i wneud i'r plentyn lwyddo heb iddo ef/ iddi hi ddod yn rhy ddibynnol ar y gefnogaeth yna. Mae Autism NI (PAPA) yn awgrymu defnyddio ystod o brociau i annog annibyniaeth. Eu dadl yw bod defnyddio iaith o bryd i'w gilydd i roi cyfarwyddiadau i blentyn yn gallu bod yn ddryslyd ac yn wir yn ormod i'r plentyn ddelio ag ef a gall hyn hefyd olygu bod y plentyn yn dod yn ddibynnol ar gyfarwyddyd llafar i gwblhau tasg.

Llaw-dros-law Gellir defnyddio hyn i addysgu trefnweithiau newydd i blant ifanc gydag ASA. Mae'r oedolyn yn rhoi ei (l)law dros law y plentyn ac yn ei (th)dywys trwy gyfres o gamau sy'n ymwneud â dysgu tasg newydd. Bob tro fyddwch chi'n addysgu trefnwaith, arhoswch ennyd yn hwy cyn cynnig y proc corfforol ac hefyd, ceisiwch leihau'r proc trwy ysgafnhau'r cyffyrddiad llaw. Yn raddol dylech anelu at gyffyrddiad ysgafn ar fraich neu law y plentyn i'w (h)annog trwy gamau'r ystafell.

Bydd defnyddio'r dull yma'n dibynnu ar sensitifrwydd y plentyn i gyffyrddiad.

Pwyntio Mae hyn yn broc mwy cynnil ac yn ddatblygiad naturiol o law-dros-law. Defnyddiwch bwyntio i ddangos i'r plentyn ble mae rhywbeth yn mynd a beth sydd raid iddo ef/iddi hi wneud nesaf. Dylid lleihau'r prociau i ganiatáu i'r plentyn ddod yn fwy annibynnol. Mae hyn yn bwysig os yw'r plentyn i drosglwyddo sgiliau a addysgir mewn un sefyllfa i sefyllfa arall. Gall symud oddi wrth y plentyn neu ei (g)wylio o bellter hefyd gynyddu annibyniaeth.

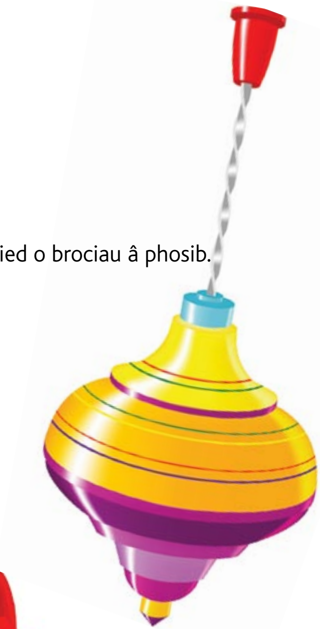
Yn fuan iawn bydd y plant yn dysgu bod gan bob gweithgaredd gychwyn, canol ac nad ydynt wedi dod i'r diwedd nes cyrraedd Gorffen. Mae blwch gorffen yn ffordd ddefnyddiol o addysgu plentyn bod gweithgaredd wedi gorffen. Gellir defnyddio hyn mewn sawl ffordd megis tacluso neu i ddangos bod gweithgaredd wedi gorffen e.e. rhoi pysl yn y blwch gorffen unwaith y bydd wedi ei gwblhau.

Mae'n bwysig cynyddu'n raddol y nifer o bethau y gall y plentyn eu gwneud ar y tro. Dylid gosod y gweithgareddau ar ochr chwith y bwrdd a dylai oedolyn brocio'r plentyn i estyn am dasg newydd wrth iddo ef/iddi hi orffen yr un flaenorol. Bydd hyn yn annog trefnwaith chwith i dde.

Trwy ddefnyddio'r dull hwn efallai y gwelwch mwy o foddhad wrth gwblhau gweithgareddau, ynghyd â phlentyn sy'n chwarae'n dawel gyda theganau a gwrthrychau. Seilir y dull strwythurol hwn ar egwyddorion TEACCH (Treatment and Education of Autistic and related Communication-handicapped Children), dull addysgu sydd wedi ei ddefnyddio'n llwyddiannus gyda phlant ac oedolion gydag ASA yn fyd eang (**http://www.teacch.com)**

Prif awgrymiadau Autism NI (PAPA) ar gyfer chwarae strwythurol

- Paratowch ardal heb ymyrraethau lle gall eich plentyn ddysgu sgiliau chwarae newydd.
- Defnyddiwch drefnwaith chwith i dde.
- Defnyddiwch Flwch Gorffen.
- Addysgwch weithgareddau sydd o fewn galluoedd y plentyn.
- Addysgwch weithgareddau fydd yn helpu annibyniaeth.
- Dylech leihau unrhyw brociau cyn gynted â phosib.
- Caniatewch i'r plentyn gwblhau gweithgareddau hawdd a chithau'n gwylio o bell yn unig ac yn defnyddio cyn lleied o brociau â phosib.
- Amrywiwch y tasgau er mwyn ysgogi a chadw diddordeb y plentyn.
- Cynhwyswch ddiddordebau'r plentyn ar yr amod nad ydynt yn achosi tynnu ei sylw neu ei (ch)gyffroi.
- Daliwch ati hyd yn oed os yw'r cydweithrediad yn wael wrth i chi geisio sefydlu unrhyw drefnwaith newydd.
- Os bydd cydweithrediad gwael yn parhau, adolygwch y tasgau a'r drefnwaith waith.
- Cychwynnwch a gorffennwch gyda thasg hawdd y gall y plentyn ei gwneud heb fawr o gymorth.
- Cyflwynwch dasgau newydd sydd ychydig yn anos ynghanol yr amser chwarae strwythurol.



Os ymddengys nad yw pethau'n gweithio yna gofynnwch i chi eich hun

- Ydy'r tasgau'n rhy anodd?
- Oes ymyrraethau o gwbl?
- Ydych chi'n canlyn trefnwaith gyson?
- Ydy ef/hi wedi diflasu? Efallai bydd rhaid i chi feddwl eto!
- Ydy'r plentyn yn deall beth mae ef/hi i fod i'w wneud?

Mae Autsim NI (PAPA) yn argymell bod oedolion yn cadw cofnod o hoffterau a chas bethau'r plentyn, beth mae ef/hi'n gallu eu gwneud nawr a'r pethau nad yw ef/hi yn barod i'w gwneud eto.

Esiamplau o rai gweithgareddau chwarae

Dyma fachgen ifanc gydag ASA yn chwarae gyda gêm matsio lliwiau. Gwnaethpwyd y deis gan ddefnyddio rhaglen feddalwedd WIDGET.

Y gêm: Mae'r plentyn yn taflu'r deis ac yna'n gofyn am y lliw y glaniodd arno gan ddefnyddio Symbolau Cyfathrebu Cyfnewid Llun (PECS – Picture Exchange Communication Symbols). Rhoddir iddo'r balŵn gyda'r lliw sy'n cyfateb ac mae'n ei fatsio i'r bwrdd chwarae.

Tasgau adeiladu

Gellir defnyddio amrywiaeth o adnoddau a gynhyrchir yn fasnachol i ddefnyddio sgiliau adeiladu megis briciau plastig mawr a'r teganau sy'n stacio a welir yn y llun. Mae'n bwysig adeiladu'r dasg yn raddol gan ddechrau gyda dwy neu dair bricsen yn unig. Gellir cyflwyno cymryd tro a hwyl i'r weithgaredd h.y. mae'r oedolyn yn rhoi bricsen ar ben bricsen ac yna'n cyfarwyddo'r plentyn i wneud yr un fath gan ddefnyddio strategaethau a awgrymir yn y llyfryn. Efallai byddai'n ddefnyddiol cael llun wrth law i ddangos y dasg orffenedig i'r plentyn cyn cychwyn.

Hefyd gellir defnyddio teganau adeiladu o waith cartref e.e. blychau esgidiau, blychau bach grawnfwyd, roliau papur tŷ bach, gwydrau plastig sy'n eistedd yn sownd ar ben ei gilydd, casiau DVD a llyfrau.

Pyslau

Gall plant gwblhau byrddau jig-sô a physlau jig-sô ar eu pennau eu hunain (unwaith fyddan nhw'n hyderus ac yn gwybod beth maen nhw i fod i'w wneud) neu dan gyfarwyddyd oedolyn. Mae'n bwysig adeiladu'r dasg yn raddol a chynnig gwobrau ystyrlon ar ôl cwblhau. Efallai na fydd plant gydag ASA yn ymateb i sticeri, stampiau a chlod llafar a byddai'n well ganddynt dreulio 5-10 munud yn gwneud un o'u hoff weithgareddau neu chwarae gyda gwrthrych arbennig.

Yn y dasg hon, disgwylir i'r plentyn roi 4 yn unig o'r 14 darn yn y bwrdd jig-sô. Mae'r darnau a ddewiswyd wedi eu rhoi yn union uwchben i wneud y dasg yn haws ac yn eglurach yn weledol. Os oes gan blentyn 'ddiddordeb arbennig' e.e. Tomos y Tanc neu Wini'r Pw, defnyddiwch fyrddau jig-sô sy'n arddangos y cymeriadau hyn i ysgogi'n fwy (gweler astudiaeth achos ar Geraint ar dud. 6)

Tasgau sortio a matsio

Gellir defnyddio amrywiaeth o wrthrychau gwaith cartref a rhai wedi eu cynhyrchu'n fasnachol i helpu plant ifanc i fatsio a sortio gwrthrychau yn ôl lliw, siâp a maint. Efallai bod gan blant gydag ASA hoff liwiau/siapiau neu rai nad ydynt yn eu hoffi o gwbl felly mae'n bwysig darganfod hyn cyn dylunio tasg. Hefyd, mae'n bwysig talu sylw i faterion iechyd a diogelwch parthed rhai adnoddau a chofio nad yw plant gydag ASA wastad yn ymateb i wrthrychau mewn ffordd draddodiadol. Er enghraifft, os fydd plentyn yn hoffi sbinio olwynion ceir bach, ni fydd yn hawdd iddynt gydymffurfio â matsio detholiad o geir yn ôl eu lliw heb wneud hyn. Efallai bydd rhaid i oedolion ystyried ffyrdd y gellid cynnwys y sbinio fel rhan o'r system wobrwyo.

Gellir defnyddio 'diddordeb arbennig' i roi mwy o ysgogiad mewn ymarfer sortio neu fatsio. Er enghraifft, gellid defnyddio setiau o luniau wedi eu lamineiddio yn dangos Tomos y Tanc a'i ffrindiau fel ymarfer matsio lliw/nifer/cymeriad. Gellir defnyddio setiau o wrthrychau bob dydd megis ffrwythau, diodydd, mygiau yn yr un modd.

Defnyddio blychau 'Cychwyn' a 'Gorffen'

Mae blychau Cychwyn a Gorffen yn helpu'r plentyn i ddeall pan fydd tasg wedi gorffen a'i bod yn amser cael gwbor. Gellir defnyddio hambyrddau plastig i wneud hyn, gyda'r blwch 'Cychwyn' ar y chwith a'r blwch 'Gorffen' ar y dde. Byddai llun o'r dasg gyflawn o flaen y blwch 'Gorffen' yn rhoi ciw gweledol ychwanegol bod y dasg wedi ei chwblhau.

Addysgu chwarae smalio

Yn aml, mae'r math hwn o chwarae'n anodd iawn i blant ifanc gydag ASA. Efallai bydd plant gydag ASA yn ymateb i wrthrychau mewn ffordd fympwyol yn hytrach na'r hyn a ddisgwylir. Er enghraifft: efallai byddai mwy o ddiddordeb ganddynt mewn taro car bach ar y bwrdd a sbinio ei olwynion yn hytrach na chwarae yn y ffordd draddodiadol. Yn aml nid oes gan blant gydag ASA y sgiliau i ddefnyddio gwrthrychau i gymryd lle gwrthrychau eraill mewn chwarae smalio e.e. defnyddio banana fel ffôn neu lwy fel awyren. Yn ychwanegol, efallai eu bod yn ei chael yn anodd i ddefnyddio teganau mewn ffordd gynrychiolaethol e.e. meddwl am ddoli fel babi go iawn neu degan torri glaswellt fel un go iawn. Mae plant gydag ASA yn datblygu sgiliau chwarae smalio yn araf pan fyddant yn barod. Efallai na fydd rhai plant gydag ASA fyth yn hoffi'r weithgaredd hon. Rhaid i'r oedolion gael eu tywys gan y plentyn er mwyn penderfynu sut i'w helpu ef/hi i ddysgu.

Ydy'r plentyn yn barod ar gyfer chwarae smalio?

- Ydy ef/hi yn gallu talu sylw?
- A all ef/hi ddynwared gweithrediadau a/neu eiriau mewn modd ystyrlon?
- Ydy ef/hi yn deall cyfarwyddiadau a chwestiynau syml?
- Ydy ef/hi yn gallu dangos sylw ar y cyd yn ystod cyfnod o chwarae gyda gwrthrychau?
- Ydy ef/hi yn edrych arnoch chi pan fyddwch yn chwarae gyda'ch gilydd?
- Ydy hi'n hawdd cael ei sylw ef/hi yn ystod amser chwarae rhydd?
- Ydy ef/hi yn dangos diddordeb mewn teganau symbolaidd megis ceir, doliau, cwpanau te a bwyd?

Mae Autism NI (PAPA) yn cynghori os na fydd y plentyn yn arddangos llawer o'r arwyddion hyn yna byddai'n well parhau gyda chwarae adeiladol strwythurol a synhwyraidd echddygol oherwydd bydd hyn o fudd mwy i'r plentyn ar yr adeg hon.

Os nad yw'r plentyn yn ymddangos yn barod ar gyfer chwarae smalio yna meddyliwch am:

- Pa sgiliau chwarae smalio mae eich plentyn wedi sefydlu'n barod?
- Defnyddio 'diddordeb arbennig' i ddechrau chwarae smalio e.e. trenau, anifeiliad y sŵ, pryfetach, hoff gymeriadau.
- Addysgu cyfresi o chwarae smalio syml y gall y plentyn ddynwared e.e. doli i'r gwely / buwch yn y cae / siopa mewn basged.
- Peidio â defnyddio gormod o gamau i osgoi dryswch a sicrhau nad oes ymyrraethau.
- Defnyddio iaith syml ac addysgu rhai ymadroddion ailadroddus y gall ef/hi ddysgu megis Doli gwely / Buwch cae / Siopa mewn basged.
- Defnyddio storïau gyda llawer o linellau ailadroddus fel 'Elen Benfelen a'r Tri Arth' a'r 'Tri Mochyn Bach'. Defnyddio pypedau / teganau copïo i actio'r stori gan annog cymryd rhan.
- Defnyddio diddordebau arbennig i ddatblygu sgiliau e.e. gwylio DVD o Tomos y Tanc ac yna actio'r stori gyda theganau.
- Actio hwiangerddi a chaneuon e.e. 'Dau Gi Bach', 'Bonheddwr Mawr o'r Bala', 'Gee Ceffyl Bach'.

A'r pwynt olaf, ond nid y lleiaf, ceisiwch gael cymaint o hwyl ag y gallwch gyda'ch gilydd!

Autism NI (PAPA) (2005) The Keyhole ® Jigsaw of Early Intervention Programme in Autistic Sepectrum Disorder http://www.autismni.org

Llywodraeth Cynulliad Cymru (2008) Chwarae/Dysgu Gweithredol.
Trosolwg ar gyfer plant 3 i 7 oed

Autism Cymru
Wales' National Charity for Autism
Elusen Genedlaethol Cymru ar gyfer Awtistiaeth

Am fwy o wybodaeth
cysylltwch â maggie@autismcymru.org

Autism Cymru
64 Heol Casnewydd
Caerdydd
CF24 0DF

Ffôn: 02920 463263

Dylunio ac argraffu gan Carrick • Ffôn: 01443 843 520 • www.carrickdesignprint.co.uk