



Cymru
National Day Nurseries Association

Taflen ffeithiau

**Cyflwyniad i ymarfer
adfyfyriol yn y
blynyddoedd cynnar**

Cwricwlwm i Gymru



Cyflwyniad i ymarfer adfyfyriol yn y blynyddoedd cynnar

Mae ymarfer adfyfyriol wedi dechrau ymddangos yn fwy aml mewn cyfathrebu, canllawiau a dysgu proffesiynol ar draws y sector blynyddoedd cynnar.

Mae'n cael ei gydnabod a'i annog drwy ddefnydd o 'gwestiynau adfyfyriol' yn y canllawiau canlynol:

- Cwricwlwm ar gyfer lleoliadau meithrin a ariennir nas cynhelir
- Trefniadau asesu ar gyfer lleoliadau meithrin a ariennir nas cynhelir
- Chwarae, dysgu a gofal plentyndod cynnar yng Nghymru – Hwb.

Mae'r daflen hon yn ceisio rhoi cyflwyniad byr i chi ar ymarfer adfyfyriol yn y blynyddoedd cynnar. Am wybodaeth ychwanegol a chefnogaeth gewler y dolenni ar waelod o daflen.



Beth yw ymarfer adfyfyriol?

Mae'r term 'ymarfer adfyfyriol' yn dod o waith John Dewey a Donald Schön. Mae'r term wedi tyfu mewn poblogrwydd ac mae nifer o ddiffiniadau.

Diffinnir ymarfer adfyfyriol gan Lywodraeth Cymru fel:

"Asesu a gwerthuso'r ffyrdd o weithio, naill ai'n unigol neu fel tîm."

Chwarae, dysgu a gofal plentyndod cynnar yng Nghymru

Ymarfer adfyfyriol yw'r broses o feddwl am eich ymarfer a'i ddadansoddi, gyda'r nod o'i gwestiynu, ei addasu, ei ddatblygu a'i wella. Dylai fod yn gylch parhaus.

Pam y dylem adfyfyrio?

Mae ymarfer adfyfyriol yn rhan bwysig o ymarfer blynyddoedd cynnar effeithiol a bydd o fudd i'r plant yn eich lleoliad, rhieni a gofaluwr, eich cynnydd unigol eich hun (yn bersonol ac yn broffesiynol) a'r lleoliad cyfan.

Mae adfyfyrio ar ymarfer a darpariaeth yn bwysig: mae'n gwella ein gwybodaeth, ein dealltwriaeth a'n sgiliau, ac mae hefyd yn hanfodol wrth gefnogi gofal a datblygiad plant.

Pryd yw'r amser gorau i adfyfyrio?

Gall ymarfer adfyfyriol ddigwydd unrhyw le ac unrhyw bryd, yn anffurfiol ac yn ffurfiol. Gall fod yn hynod ddefnyddiol cofnodi ymarfer adfyfyriol, boed hynny mewn sgwrs, yn ysgrifenedig neu ryw beth hollol wahanol.

Sut i gymryd rhan mewn ymarferadfyfyriol?

Sut ydych chi'n mynd ati i'w wneud mewn gwirionedd? Nid oes un fformiwla i'w dilyn a byddwch chi'n darganfod nad yw'r hyn sy'n gweithio i eraill, o reidrwydd yn gweithio i chi. Gellir gwneud ymarfer adfyfyriol yn unigol neu gydag eraill (gyda ffrind/rheolwr, fel tîm neu fel lleoliad cyfan). Gall gweithio gydag eraill eich helpu i fyfyr ar eich ymarfer eich hun.

Mae yna ystod o offer ar gyfer ymarfer adfyfyriol yn y sector blynyddoedd cynnar. Mae blaenoriaethu amser i adfyfyrio yn bwysig, ond mae hefyd yn hanfodol dod o hyd i'r offer sy'n gweithio orau i chi fel unigolyn neu o fewn eich lleoliad i wneud ymarfer adfyfyriol yn llwyddiannus.

Mae'r math o offer ymarfer adfyfyriol ddefnyddir amlaf yn cynnwys:

- Rhestrau, pwyntiau bwled a thablau
- Dyddiaduron dysgu, cadw log a blogiau personol
- Atgoffwyr gweledol
- Recordiadau llais
- Gwerthusiadau a chyfarfodydd gyda'ch mentor, rheolwr neu diwtor cymhwyster
- Arsylwadau ymarfer
- Cynlluniau a phecynnau cymorth gwella sicrwydd ansawdd.

Gallwch ddod o hyd i ddolenni i ragor o wybodaeth am offer defnyddiol yn y dolenni ar ddiwedd y daflen hon.





What are reflective questions? Beth yw cwestiynau adfyfyriol?

Efallai i chi sylw ar ddefnydd o gwestiynau adfyfyriol o fewn adnoddau a hyfforddiant NDNA, Llywodraeth Cymru, Estyn ac AGC. Mae'r cwestiynau adfyfyriol yn cael eu hysgrifennu er mwyn darparu ymarferwyr ac arweinwyr gyda atgoffwyr syml ar gyfer adfyfyrio a hunanwerthuso. Mae'n bwysig nodi er eu bod yn hynod o ddefnyddiol i'w cynnwys yn y broses o ymarfer adfyfyriol, ni ddylid gweld y cwestiynau fel rhestr ticio i'w chwblhau. Gall cwestiynau adfyfyriol annog datblygiad ymarfer a darpariaeth, gallant hefyd helpu ymarferwyr ac arweinwyr i gynllunio ar gyfer dysgu a datblygiad proffesiynol unigolion a datblygiad timau.

Sut mae ymarfer adfyfyriol yn edrych?

Mae ymarferwyr adfyfyriol effeithiol yn gallu cymryd golwg gytbwys ar eu harfer. Gallant gydnabod a dathlu eu cryfderau a'r hyn sy'n gweithio'n dda ond hefyd gydnabod meysydd i'w gwella.

Dylai ymarfer adfyfyriol ein helpu i nodi'r hyn a wnawn yn dda, lle efallai y bydd angen rhagor o gefnogaeth arnom, lle mae angen i ni gryfhau ein gwybodaeth i gefnogi ein harfer a lle gallwn rannu ein harbenigedd proffesiynol ag eraill.

Mae ymarfer adfyfyriol yn broses barhaus. Mae bod yn ymarferydd blynyddoedd cynnar effeithiol yn gofyn i chi barhau i ddysgu drwy gydol eich gyrfa; addasu i ofynion y cwricwlwm diweddaraf, newidiadau mewn addysgeg neu ymateb i fenter sector newydd. Felly mae'n bwysig gweld datblygu eich ymarfer myfyriol fel sefydlu arferion a fydd yn eich cefnogi'n dda drwy gydol eich gyrfa ac yn eich helpu i fod y fersiwn orau ohonoch chi'ch hun.

Hyfforddiant gan NDNA Cymru

Am fwy o wybodaeth am ymarfer adfyfyriol, gallwch gwblhau cwrs ar-lein am ddim NDNA Cymru ar ymarfer adfyfyriol.

Bydd y cwrs yn galluogi ymarferwyr i ddeall prosesau adfyfyriol a buddion ymarfer adfyfyriol. Yn ogystal ag adnabod; y rhwystrau a'r heriau mewn ymarfer adfyfyriol a sut i ddelio â hwy; adnoddau i gefnogi ymarfer adfyfyriol a sut i ddewis y rhai mwyaf addas; camau nesaf i edrych ar sut i wreiddio ymarfer adfyfyriol (yn bersonol ac yn eich lleoliad)

www.ndna.org.uk/ReflectivePracticeWales

Mae ymarfer adfyfyriol yn agwedd annatod o ymarfer o safon. Mae adfyfyrio'n barhaus a hunanwerthuso er mwyn gwella yn hanfodol er mwyn darparu darpariaeth o ansawdd i blant.

Further resources and support:

- Chwarae, Dysgu a gofal plentyndod cynnar : Ymarfer adfyfyriol, Llywodraeth Cymru: www.rebrand.ly/ECPLCCymru
- Mae safon yn cyfri': Cynllun gwella ansawdd gofal plant NDNA: www.ndna.org.uk/QualityCounts





National Day Nurseries Association

Taflen ffeithiau

***Meddwl mwy disglair
ar gyfer y blynyddoedd cynnar**

Caiff ein taflenni ffeithiau eu hysgrifennu gan arbenigwyr blynyddoedd cynnar ar gyfer y gweithlu blynyddoedd cynnar. Mae'r rhan fwyaf o'n tafleni ffeithiau am ddim ar gyfer ein haelodau.

NDNA yw'r elusen genedlaethol a'r gymdeithas aelodaeth sy'n cynrychioli meithrinfeydd plant ar draws y DU. Rydym yn elusen sy'n credu mewn safon a chynhaliadwyedd felly rydym yn gosod busnesau ein haelodau wrth galon ein un ni.

Ni yw llais y sector meithrinfeydd a'i 21,000 o aelodau, ac yn ran o fywydau dros filiwn o blant ifanc a'u teuluoedd. Rydym yn darparu gwybodaeth, hyfforddiant a chynghor i gefnogi meithrinfeydd a'r 250,000 o bobl sy'n gweithio ynddynt i ddarparu dysgu cynnar a gofal plant o safon rhyngwladol.

Gwelwch yr ystod lawn o dafleni ffeithiau NDNA ar www.ndna.org.uk/factsheets

Mae'r wybodaeth ddarparwyd yn y daflen ffeithiau yma at ddefnydd ymarferwyr blynyddoedd cynnar yn unig. Ysgrifenydd y daflen gan arbenigwyr blynyddoedd cynnar ond ni ddylai gael ei ddefnyddio fel allddodyn i gyngor proffesiynol. Mae NDNA wedi ymdrechu i sicrhau cywirdeb y wybodaeth gyflwynwyd yn y daflen ffeithiau. Nid yw NDNA yn atebol yn gyfreithiol nac yn gyfrifol am eich dehongliad nac eich defnydd o'r wybodaeth a ddarperir

NDNA Cymru

3 Ty Connaught, Parc Busnes Glan Yr Afon, Ffordd Benarth, Conwy, LL32 8UB
ffôn: 01824 70 78 23 e.bost: wales@ndna.org.uk