Senedd Cymru
Y Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg

Ymchwiliad i effaith argyfwng Covid-19 ar blant a phobl ifanc yng Nghymru

COV 49
Ymateb gan: Chwarae Cymru

Welsh Parliament
Children, Young People and Education Committee

Inquiry into the impact of the Covid-19 outbreak on children and young people in Wales

COV 49
Response from: Play Wales

Ymgynghoriad Pwyllgor Plant, Pobl Ifanc ac Addysg Cynulliad Cenedlaethol Cymru sy'n archwilio sut y mae dyfodiad COVID-19 yn effeithio ar bob agwedd o fywyd i blant a phobl ifanc

YMATEB YMGYNGHORIAD

Sylwer: rydym wedi ymdrechu i sicrhau bod y papur canlynol yn adlewrychu'n gywir yr amgylchiadau ar adeg ei ysgrifennu: 11 Mai 2020.

1.1 Chwarae Cymru yw'r elusen genedlaethol dros chwarae plant. Rydym yn gweithio i gynyddu ymwybyddiaeth am angen a hawl plant a phobl ifanc i chwarae ac i hyrwyddo arfer dda ar bob lefel o lunio penderfyniadau ac ym mhobman ble gallai plant chwarae. Fe gydweithiom yn agos gyda Llywodraeth Cymru ar eu deddfwriaeth 'Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae' arloesol. Mae Adran 11 o Fesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010[1] yn gosod dyletswydd ar awdurdodau lleol i asesu a sicrhau cyfleoedd chwarae digonol ar gyfer plant yn eu hardal.

1.2 Yn yr argyfwng presennol, mae ffocws angenrheidiol ar waith, siopa ac ymarfer corff fel gweithgareddau hanfodol. I blant, bu pwyslais hefyd ar barhau â'u haddysg, cyn belled â bo'n bosibl.

1.3 Dylid ystyried chwarae fel gweithgaredd hanfodol hefyd. Chwarae yw'r ffordd fwyaf naturiol a phleserus i blant fod yn egnïol, cadw'n iach a

[1] http://www.legislation.gov.uk/cy/mwa/2010/1/contents

bod yn hapus. Mae'n hanfodol i les a datblygiad iach plant fel y mynegir ym Mholisi Chwarae Llywodraeth Cymru.[2]

1.4 Mae Chwarae Cymru'n falch i gael cyfle i gyfrannu at yr ymgynghoriad sy'n archwilio effaith COVID-19 ar blant. O'n hymgysylltiad â'n haelodaeth a rhanddeiliaid eraill, rydym wedi dynodi rhai materion sy'n destun pryder.

Gwybodaeth i rieni

1.5 Ers dyfodiad yr argyfwng presennol, rydym wedi ein siomi nad yw Llywodraeth Cymru wedi rhannau ein hadnoddau ar gyfer plant a'u chwarae mor drylwyr ag y byddem wedi gobeithio.

1.6 Cyhoeddwyd *Cadw'n Ddiogel. Dal ati i Ddysgu: datganiad polisi parhad dysgu*[3] ar 20 Ebrill 2020. Yn y datganiad, mae Llywodraeth Cymru'n ymrwymo i dargedu cymorth a chamau gweithredu ar bob lefel o'r system addysg ac y bydd yn darparu amrywiol ganllawiau a chymorth. Mae'r rhestr yn cynnwys arweiniad i rieni ar gefnogi iechyd a lles plant a'u dysg gartref.

1.7 Fel rhan o'r casgliad Cadw'n Ddiogel. Dal ati i Ddysgu, cyhoeddwyd *Canllawiau COVID-19 i rieni a gofalwyr i gefnogi teuluoedd i aros yn ddiogel, yn iach ac i ddal ati i ddysgu*[4] ar 23 Ebrill. Un o negeseuon allweddol Llywodraeth Cymru yn yr arweiniad hwn yw ei bod hi'n bwysig i '*helpu pawb yn eich cartref i gadw'n ddiogel a gofalu am iechyd a lles y rhai hynny sy'n byw gyda chi*'.

1.8 Mae Chwarae Cymru wedi cyflawni ystod eang o weithgareddwch sydd wedi ei anelu at gefnogi teuluoedd mewn ymateb i'r pandemig coronafeirws. Yn benodol, mae gwefan Plentyndod Chwareus | Playful Childhoods[5] yn cynnig adnoddau ymarferol defnyddiol i gynorthwyo rhieni i ddarparu cyfleoedd chwarae da ac amrywiol yn ac o amgylch y cartref fel rhan o'r arweiniad presennol sy'n ymwneud â phellhau cymdeithasol a hunan-ynysu. Rydym wedi ailstrwythuro'r wefan i adlewyrchu'n well y wybodaeth y mae rhieni'n chwilio amdano'n ystod yr argyfwng. Rydym wedi ychwanegu cynnwys amserol a pherthnasol, fel adran chwarae dan do newydd, cyhoeddiadau blog, a nifer o restrau o Awgrymiadau Anhygoel ar ystod eang o faterion a syniadau. Mae gwefan y Comisiynydd Plant a nifer o awdurdodau lleol yn cyfeirio rhieni a gofalwyr at ein gwefan Plentyndod Chwareus.

---

[2] https://www.chwaraecymru.org.uk/login/uploaded/documents/Play%20Policy/Polisi%20chwarae%20llywodraeth%20y%20cynulliad%20.pdf

[3] https://llyw.cymru/cadwn-ddiogel-dal-ati-i-ddysgu

[4] https://llyw.cymru/canllawiau-covid-19-i-rieni-gofalwyr-i-gefnogi-teuluoedd-i-aros-yn-ddiogel-yn-iach-ac-i-ddal-ati-i

[5] https://www.plentyndodchwareus.cymru | https://www.playfulchildhoods.wales

1.9 Rydym hefyd wedi gweithio gyda'r International Play Association a chwarae rhan allweddol yn natblygiad adnodd *Play in Crisis* newydd ar gyfer rhieni a gofalwyr.[6]

1.10 Efallai y byddai o ddiddordeb i'r Pwyllgor nodi bod llywodraeth Iwerddon, sydd heb sefydliad chwarae cenedlaethol, wedi creu gwefan yn benodol ar gyfer cynyddu proffil pwysigrwydd chwarae i rieni'n ystod y cyfnod hwn, gan ddefnyddio adnodd *Play in Crisis* fel ei ffynhonnell wybodaeth sylfaenol. Mae hefyd wedi ei ddefnyddio i'r un diben gan Weinyddiaeth Addysg Twrci.

1.11 Rydym wedi darparu diweddariadau cynhwysfawr i swyddogion [polisi chwarae] Llywodraeth Cymru ynghylch yr adnoddau penodol yr ydym wedi eu cyhoeddi fel rhan o'n cefnogaeth i leddfu effaith yr argyfwng coronafeirws.

1.12 Fodd bynnag, mae Chwarae Cymru'n bryderus ynghylch yr oedi cyn cynnwys cyfeiriad at chwarae, ei bwysigrwydd i blant a'i rôl wrth gyfrannu at leddfu effeithiau'r mesurau i fynd i'r afael â'r pandemig presennol yn unrhyw un o negeseuon Llywodraeth Cymru i rieni neu ddogfennau briffio i bobl sy'n darparu gofal plant i blant bregus a phlant gweithwyr allweddol. Mae cynnydd yn cael ei wneud bellach ac rydym yn disgwyl gweithio gyda'r tîm sy'n gyfrifol am yr ymgyrch Magu Plant. Rhowch amser iddo. i rannu gwybodaeth yn ehangach. Mae dolen i wefan Plentyndod Chwareus wedi ei rhannu'n ddiweddar trwy Ddiweddariadau Addysg, Gofal Plant a Dysgu'n Seiliedig ar Waith Covid 19.

Mynediad i ofod awyr agored

1.13 Ar 24 Ebrill, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ganllawiau pellach ar *Adael y cartref i wneud ymarfer corff*[7] – *'dylid gwneud yr ymarfer corff yn lleol ac yn gyffredinol mae'r ffurf wedi'i gyfyngu i gerdded, rhedeg a beicio, a dylid osgoi teithio mewn cerbyd i ymarfer oni bai bod rheswm da dros wneud hynny'.*

1.14 Mae Chwarae Cymru'n bryderus bod yr arweiniad hwn yn cyflwyno safbwynt oedolion ar ymarfer corff. Er y byddant yn mwynhau mynd am dro a beicio gryn bellter, bydd plant yn cael y mwyafrif o'u gweithgarwch corfforol trwy chwarae. Gall sgwtio, archwilio, neidio a dringo ar waliau ddal i ddigwydd o fewn yr arweiniad swyddogol ar bellhau corfforol – bydd plant angen rhywfaint o arweiniad cynnil gyda hyn ac mae rhieni angen caniatâd i'w ganiatáu.

[6] https://www.plentyndodchwareus.cymru/chwarae-mewn-argyfwng
[7] https://llyw.cymru/gadael-y-cartref-i-wneud-ymarfer-corff-canllawiau

1.15 Hoffem dynnu sylw y Pwyllgor at *Improving safe access to street space for children's play and physical activity*[8], papur byr sy'n archwilio'r dystiolaeth ar gyfer caniatáu i deuluoedd â phlant gael mwy o fynediad i ofod lleol yn eu cymdogaeth, er mwyn caniatáu i blant chwarae'n ddiogel o fewn rheolau pellhau corfforol.

1.16 Mae rhai o'r newidiadau a gynigir yn y papur yn cynnwys newidiadau dros dro i gyfyngiadau cyflymder ar strydoedd preswyl a rhoi blaenoriaeth i ddefnyddwyr ffyrdd sydd ddim yn gerbydau ar rai ffyrdd.

1.17 Mae'r papur yn trafod sut y mae gan y newidiadau'r potensial i wneud yr argyfwng coronafeirws yn llai niweidiol i blant ac yn fwy goddefadwy i deuluoedd.

1.18 Mae'r papur wedi ei rannu gyda Dirprwy Weinidog yr Economi a Thrafnidiaeth a swyddogion Llywodraeth Cymru sy'n gweithio ym meysydd polisi chwarae a pholisi teithio llesol ac rydym yn aros am eu hymatebion.

1.19 Mae Cymru mewn sefyllfa gref i ymateb i'r galwadau hyn, gan mai hi oedd y wlad gyntaf yn y byd i ddeddfu ar gyfer chwarae plant trwy'r Ddyletswydd Digonolrwydd Cyfleoedd Chwarae fel rhan o Fesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010 a hefyd, dros deithio llesol, trwy Ddeddf Teithio Llesol (Cymru) 2013.

1.20 Efallai y byddai o ddiddordeb i'r Pwyllgor glywed bod Transport Scotland, ar 28 Ebrill, wedi cyhoeddi cronfa o £10,000,000 i gefnogi awdurdodau lleol i ddatblygu seilwaith teithio llesol dros dro (pop up).[9]

Polisi Chwarae Cenedlaethol

1.21 Dros wyliau'r haf a hanner tymor Hydref 2019, dyrannodd Llywodraeth Cymru £100,000 i brosiect peilot *Gwaith Chwarae: Llwgu yn ystod y Gwyliau* i brofi dichonoldeb mynd i'r afael â llwgu yn ystod y gwyliau drwy leoliadau chwarae a chymunedol. Yn ystod y peilot, dosbarthwyd yr ariannu i brofi gwahanol fodelau darpariaeth. Roedd gwerthusiad cychwynnol o'r peilot yn gadarnhaol a chlustnodwyd £1,000,000 yn 2020-21 at y diben hwn.

1.22 Ym mis Mawrth 2020, hysbysodd Llywodraeth Cymru yr awdurdodau lleol yng Nghymru bod menter ariannu Gwaith Chwarae: Llwgu yn ystod y Gwyliau wedi ei gohirio. Oherwydd sefyllfaoedd oedd yn gysylltiedig â Covid-19, cynghorwyd awdurdodau lleol y dylai'r holl weithgarwch arfaethedig o dan y ffrwd ariannu hon, yn cynnwys gwaith cynllunio, ddod i

[8] https://blogs.ncl.ac.uk/alisonstenning/improving-safe-access-to-street-space-for-childrens-play-and-physical-activity/
[9] https://twitter.com/transcotland/status/1255142271508377600/photo/1

ben. Rydym ar ddeall bod yr ariannu'n dal i fod ar gael ar gyfer y fenter hon os bydd amgylchiadau'n newid ddigon i'r fenter ail-gychwyn.

1.23 Mae Chwarae Cymru'n deall bod Llywodraeth Cymru ac awdurdodau lleol wedi gwneud penderfyniadau anodd ynghylch ariannu a darpariaeth wyneb-yn-wyneb. Fodd bynnag, hoffem gynghori y dylai'r gwerthusiad cadarnhaol o brosiect peilot *Gwaith Chwarae: Llwgu yn ystod y Gwyliau* gael ei nodi gan y Pwyllgor ac y dylid gwneud pob ymdrech i sicrhau bod yr ymyriad hwn yn cael ei ariannu yn y dyfodol.

Datblygu chwarae a darpariaeth gwaith chwarae

1.24 Mae cyfraniad ac ymgysylltiad prosiectau gwaith chwarae, lleoliadau gwaith chwarae a thimau datblygu chwarae wedi amrywio ledled Cymru o ran gweithio gyda'r Hybiau Gofal Plant. Ble fo pobl yn dal i fod yn gyflogedig sydd â rolau chwarae penodol, maent yn gweithio'n galed i ymgysylltu â rhieni, hybiau a lleoliadau gofal plant i gynyddu proffil pwysigrwydd chwarae yn ystod y cyfnod hwn.

1.25 Rydym ar ddeall bod y penderfyniad i ohirio'r fenter *Llwgu yn ystod y Gwyliau* wedi hysbysu'r penderfyniad i ganslo darpariaeth dros wyliau'r haf mewn rhai rhannau o Gymru, er na dderbyniwyd unrhyw arweiniad eglur os oes disgwyl i'r ddarpariaeth chwarae hwn gael ei redeg neu beidio.

1.26 Nid oes unrhyw arweiniad eglur ar adeg ysgrifennu'r ymateb hwn, os bydd disgwyl i gynlluniau chwarae dros y gwyliau gael eu rhedeg dros wyliau'r haf.

1.27 Mae rhai darparwyr cynlluniau chwarae wedi rhannu eu pryderon dwys, os cychwynnir llacio'r cyfyngiadau symud presennol ddechrau mis Awst, maent yn pryderu mewn lleoliad gwaith chwarae y byddai'n heriol dros ben, os nad yn amhosibl, i sicrhau bod plant yn cadw at y ddau fetr o bellhau corfforol. Yn enwedig os mai cynlluniau chwarae fydd y cyfle cyntaf i chwarae allan ar ôl y cyfyngiadau symud. Wnaeth y profiad diweddar o bartïon cymunedol ar Ddiwrnod VE ddim i leddfu'r ofnau hyn.

1.28 Mae pryderon hefyd y caiff ariannu partneriaeth ar gyfer darpariaeth gwyliau ei golli am byth os cynghorir darpariaeth dros wyliau'r haf i beidio gweithredu. Byddai gan hyn oblygiadau cynaladwyedd difrifol ar gyfer dyfodol darpariaeth chwarae cymunedol.

Asesiadau o'r Effaith ar Hawliau Plant

1.29 Yn dilyn cyflwyno Deddf y Coronafeirws 2020, symudodd Llywodraeth Cymru'n gyflym i gyflwyno nifer o reoliadau brys a chyhoeddi arweiniad mewn ymdrech i leihau trosglwyddo'r feirws tra'n cydbwyso hyn yn erbyn yr awydd i gadw cyfyngiadau i ddim ond yr hyn sy'n gwbl angenrheidiol.

1.30 Mae'r rheoliadau a'r canllawiau hyn yn cael effaith tymor byr a thymor hir uniongyrchol a sylweddol ar bawb yng Nghymru, yn cynnwys plant. Efallai ar gyfer plant, fe gânt yr effaith fwyaf gan eu bod yn gosod cyfyngiadau ar grŵp o'r boblogaeth sy'n profi datblygiad corfforol, cymdeithasol ac emosiynol anochel. Caiff pellhau cymdeithasol ac ynysu cymdeithasol effaith penodol ar blant ac, o ganlyniad, rydym yn ystyried y dylid rhoi sylw penodol i blant ym mhob penderfyniad.

1.31 Yng Nghymru ceir amod gyfreithiol y dylai Gweinidogion dalu sylw manwl i fuddiannau plant wrth reoli Covid-19 sy'n codi o ganlyniad i'r ddyletswydd i roi sylw dyledus i GCUHP o dan Adran 1 o *Fesur Hawliau Plant a Phobl Ifanc (Cymru) 2011*.

1.32 Un agwedd bwysig o sylw dyledus yw'r angen i gynnal Asesiad o'r Effaith ar Hawliau Plant (CRIA) ar unrhyw ddeddfwriaeth neu bolisi fydd yn cael effaith uniongyrchol neu anuniongyrchol ar blant, fel yr amlinellir yng Nghynllun Hawliau Plant 2014[10].

1.33 Fel aelod o Grŵp Monitro CCUHP, mae Chwarae Cymru'n bryderus, cyn belled â'n bod yn ymwybodol, nad yw'r rhwymedigaeth hon wedi ei chyflawni wrth ddrafftio rheoliadau neu arweiniad brys Covid-19 yng Nghymru.

1.34 O ran Covid-19, mae Pwyllgor y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn yn annog Gwladwriaethau i barchu hawliau'r plentyn wrth gymryd mesurau i fynd i'r afael â bygythiad y pandemig i iechyd y cyhoedd. Mae'r Pwyllgor yn galw yn benodol ar Wladwriaethau i ystyried effeithiau iechyd, cymdeithasol, addysgiadol, economaidd a hamdden y pandemig ar hawliau'r plentyn. Mae'n galw ar Wladwriaethau i '*archwilio datrysiadau amgen a chreadigol er mwyn i blant fwynhau eu hawl i orffwys, hamdden, ac adloniant*'.[11]

1.35 Mae rheoliadau a chanllawiau brys Covid-19 Llywodraeth Cymru'n gosod cyfyngiadau ar hawl plant i ymgynnull (Erthygl 15) ac i fwynhau chwarae a gweithgareddau adloniadol (Erthygl 31). Mae'r hawliau hyn wedi eu cysylltu'n uniongyrchol â'r hawl i ddatblygu (Erthygl 6(2)) fel un o egwyddorion sylfaenol CCUHP.

---

[10] https://senedd.wales/Laid%20Documents/GEN-LD9732%20-%20Children's%20Rights%20Scheme%202014-22042014-255569/gen-ld9732-e-Cymraeg.pdf

[11] https://tbinternet.ohchr.org/Treaties/CRC/Shared%20Documents/1_Global/INT_CRC_STA_9095_E.pdf

1.36 Tra bo'r cyfyngiadau presennol ar symud ac ymarfer corff yn cynrychioli cwtogi'r hawliau hyn, byddai'r CRIA yn helpu Llywodraeth Cymru i werthfawrogi'n well i ba raddau y bydd (neu na fydd) angen cyfyngiadau, yn cynnwys y cyfnod pan gaiff mesurau brys eu llacio'n raddol. Dylai hyn helpu i fynd i'r afael â sefyllfa'r plant hynny ble nad oes mynediad yn lleol i gyfleusterau ble y gellir ymarfer corff.

Meddwl ymlaen – *dychwelyd i'r ysgol*

1.37 Mae Chwarae Cymru'n croesawu'r cyhoeddiad bod Llywodraeth Cymru'n dyrannu £1,250,000 er mwyn darparu cefnogaeth iechyd meddwl ychwanegol i blant allai fod yn dioddef straen neu bryder ychwanegol o ganlyniad i'r coronafeirws. Darperir yr ariannu i wasanaethau cwnsela ysgolion ddelio gyda'r cynnydd a ragwelir mewn galw.

1.38 Rydym yn croesawu'r ymrwymiad i wella'r gefnogaeth i iechyd meddwl ein plant er mwyn helpu gyda'r ansicrwydd a'r heriau y mae'r pandemig coronafeirws wedi eu hachosi.

1.39 Rydym yn cynghori y gall rhaglenni ymyraethol fod yn ddefnyddiol wrth leihau rhywfaint o'r effaith niweidiol, ond bod rhaid iddynt gael eu cyfannu gan ffocws ar gefnogi plant i fod yn gyfranogwyr gweithredol yn y broses o gynyddu eu gwytnwch personol. Caiff pob agwedd o fywyd plant eu dylanwadu gan eu hysfa i chwarae, ac mae chwarae a gyfarwyddir ac a bennir yn bersonol yn cynyddu cyfleoedd plant i gynyddu eu gwytnwch eu hunain a chefnogi eu hiechyd a'u lles eu hunain.

1.40 Pan fydd y plant yn dychwelyd i'r ysgol, dylai ymdrechion i wella lles mewn ysgolion ganolbwyntio ar ddarparu digon o amser a lle i chwarae. Bydd hyn yn galluogi rhoi amser i blant ailffurfio perthnasau, sgiliau cymdeithasol a chysylltiadau gydag amgylchedd yr ysgol.

1.41 Cyn i ysgolion gau fel rhan o'r ymateb i Covid-19, roedd Chwarae Cymru wedi gweld cynnydd mewn rhieni'n cysylltu gyda phryderon am fyrhau'r diwrnod ysgol sy'n arwain at lai o amser chwarae, a hefyd, dynnu amser chwarae'n ôl fel rhan o bolisi rheoli ymddygiad.

1.42 Fe wnaeth y cynnydd hwn mewn pryderon gan rieni ac argymhellion a geir yn adroddiad Estyn – *Iach a hapus – Effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion*[12] ein hysgogi i gynhyrchu arweiniad i ysgolion.

1.43 Mae *Ysgol chwarae gyfeillgar – Canllaw ar gyfer agwedd ysgol gyfan*[13], a gyhoeddwyd gan Chwarae Cymru, yn darparu gwybodaeth sy'n ymwneud â pholisi ac arfer er mwyn helpu cymunedau i fabwysiadu agwedd ysgol gyfan tuag at hawl plant i chwarae. Cyhoeddwyd hwn

---

[12] ESTYN (2019) *Iach a hapus. Effaith yr ysgol ar iechyd a llesiant disgyblion*. Caerdydd: Hawlfraint y Goron.
[13] https://www.chwaraecymru.org.uk/cym/cyhoeddiadau/canllawysgolion

ddechrau Mawrth ac roeddem hanner ffordd trwy ein cynllun hyrwyddo a rhaeadru pan gaewyd ysgolion.

1.44 Gellir disgwyl, pan fydd ysgolion yn ailagor, y bydd plant angen budd o amser chwarae estynedig i chwarae trwy brofiadau'r misoedd blaenorol; i elwa o agweddau therapiwtig chwarae.

1.45 Hoffem dynnu sylw'r Pwyllgor at *Play First: Supporting Children's Social and Emotional Wellbeing During and After Lockdown*[14], llythyr at Weinidogion llywodraeth y pedair gwlad a ysgrifenwyd gan academyddion gydag arbenigedd yn iechyd meddwl plant. Mae'r llythyr, a lofnodwyd gan Chwarae Cymru, yn annog y llywodraethau i flaenoriaethu chwarae plant a chymdeithasu gyda ffrindiau dros wersi ffurfiol a chynnydd academaidd pan fydd ysgolion yn ail-agor a chyfyngiadau'n cael eu llacio.

Meddwl ymlaen – *cefnogi chwarae mewn cymunedau*

1.46 Mae mynediad plant i ofod awyr agored ar gyfer chwarae, ymarfer corff a mwynhad yn amrywio'n fawr ar draws Cymru a chaiff hyn ei bwysleisio ymhellach yn y sefyllfa bresennol. Mae rhai plant yn byw mewn cartrefi sydd â gerddi, digonedd o le awyr agored cymunedol a gofalwyr cefnogol sydd ag amser i gefnogi chwarae, ond nid yw'r rhain gan blant eraill. Mynegir hyn yn y dyfyniad isod, a gymerwyd o brosiect ymchwil gweithredu, wnaeth beilota agor tiroedd ysgolion ar ddiwedd y diwrnod ysgol ac a hwyluswyd gan Chwarae Cymru:

'O, roedd ystod oedran mawr iawn - o ddeunaw mis i un ar ddeg oed mewn un teulu, roedd pedwar o blant yn byw mewn fflat gyda dwy lofft, heb unrhyw fynediad i'r awyr agored, felly chwech o bobl yn byw mewn dwy ystafell wely, ac fe feddyliais i "Wel, ble allan nhw fynd, beth maen nhw'n ei wneud?" Fe gafon ni [y fam a minnau] sgwrs eithaf manwl. Roedd babi deunaw mis oed. Y cyfan yr oedd o am ei wneud oedd ymuno gyda phawb arall. Pan gyrhaeddodd o, roedd o'n hapus reit yn rhedeg o gwmpas am y sesiwn cyfan.'
(Myfyriwr-wirfoddolwr, cyfweliad ar ôl y prosiect)[15]

1.47 Ble fo plant wedi defnyddio eu cymuned leol ar gyfer ymarfer corff a chwarae yn y sefyllfa bresennol mae hynny, ar y cyfan, wedi bod yng nghwmni eu rhieni. Dylid cymryd gofal i sicrhau, pan gaiff cyfyngiadau ar fannau awyr agored eu llacio, y dylai plant deimlo'n gysylltiedig â'u cymuned er mwyn eu helpu i ennill hyder i chwarae'r tu allan, pan fo'r

---

[14] https://www.sussex.ac.uk/about/documents/play-first-letter.pdf

[15] Mannello, M; Connolly, M; Dumitrescu, S; Ellis, C; Haughton, C, Sarwar, S a Tyrie, J (2019) *Opening the School Gates: facilitating after-school play in school grounds* yn (Gol) Reed, M a Fleet, A. Rethinking Play as Pedagogy. Llundain: Routledge

amser yn iawn. Bydd rhieni a chymunedau hefyd angen tawelu eu meddyliau a chynyddu eu hyder.

1.48 Bydd gwneud gwell defnydd o asedau cymunedol yn cefnogi plant, rhieni a chymunedau i deimlo'n fwy hyderus am chwarae'r tu allan ac, o ganlyniad, yn fwy cysylltiedig. Er mwyn sicrhau hyn, rydym yn cynghori:

- Y dylid annog cymunedau ysgolion i ystyried agor eu gofod awyr agored ar gyfer chwarae pan ddaw'r diwrnod addysgu i ben a dros y penwythnosau, fel y nodir yng nghyfarwyddyd Llywodraeth Cymru[16] a'i gefnogi gan becyn cymorth Chwarae Cymru *Defnyddio tiroedd ysgol ar gyfer chwarae'r tu allan i oriau addysgu*[17]

- Y dylid rhoi sylw i'r mesurau posibl a godir yn y papur *Improving safe access to street space for children's play and physical activity*, y cyfeiriwyd ato eisoes:
    - Gorfodi cyfyngiadau 20mya a gostwng y cyfyngiad cyflymder i 20mya ar strydoedd mewn trefi
    - Cyfyngiad dros dro o 10mya ar strydoedd ochr preswyl
    - Cau rhai strydoedd dros dro i draffig trwodd, gydag arwyddion ffyrdd a dargyfeiriadau eraill
    - Lledu palmentydd dros dro er mwyn creu mwy o le ar gyfer cerddwyr; ac er mwyn culhau ac arafu llif y traffig modur
    - Blaenoriaeth i ddefnyddwyr ffyrdd sydd ddim yn gerbydau modur ar bob ffordd, heblaw priffyrdd.

Casgliad

1.49 Chwarae yw'r ffordd fwyaf naturiol a phleserus i blant gadw'n iach a bod yn hapus. Gall gyfrannu at well lles i bawb yn ystod cyfnodau o ansicrwydd a newid. Mae chwarae'n rhywbeth y bydd plant yn ei wneud pryd bynnag y maent yn cael cyfle. Dyma eu ffordd nhw o gefnogi eu hiechyd a'u lles eu hunain. Golygodd dyfodiad coronafeirws y bu rhaid inni ddelio gydag elfennau ansicr ac anhysbys yn gyflym iawn a gyda fawr ddim amser i baratoi. Mae bod adref am gyfnodau maith a methu gweld ffrindiau ac ymweld â mannau cyfarwydd yn sefyllfa ddryslyd. Er gwaetha'r pandemig presennol, bydd plant yn dal angen ac eisiau chwarae, yn awr a phan fydd cyfyngiadau'n dechrau cael eu llacio. Yn ystod adegau o ansicrwydd, mae chwarae'n:

- helpu i roi ymdeimlad o normalrwydd a llawenydd i blant yn ystod profi colled, ynysu a thrawma

[16] Llywodraeth Cymru (2014) *Cymru - gwlad lle mae cyfle i chwarae.* Caerdydd: Llywodraeth Cymru (Hawlfraint y Goron)
[17] https://www.chwaraecymru.org.uk/cym/cyhoeddiadau/pecyncymorthtiroeddysgolion

- helpu plant i oresgyn poen emosiynol ac adennill rheolaeth dros eu bywydau
- helpu plant i greu ystyr o'r hyn sydd wedi digwydd iddynt, a'u galluogi i brofi hwyl a mwynhad
- cynnig cyfle i blant archwilio eu creadigedd eu hunain.

1.50 Mae Chwarae Cymru'n annog Llywodraeth Cymru i barhau â'i draddodiad cryf o gefnogi hawl plant i chwarae, yn ystod rheolaeth uniongyrchol yr argyfwng COVID-19 ac wrth i'r mesurau brys gael eu codi'n raddol. Mae Chwarae Cymru'n edrych ymlaen at barhau i weithio gyda'n cydweithwyr yn Llywodraeth Cymru gyda'r ymdrech hon.