

# Annibyniaeth Plant

*Beth mae'n ei olygu?*



Caredig



Kind

Angerddol



Fired Up

Teulu



Family

Uchelgeisiol



Ambitious

Ysgol Panteg, Heol Yr Orsaf, Tre Griffith, Pont-y-Pŵl, Torfaen, NP4 5JH

01495 762581

[www.ysgolpanteg.cymru](http://www.ysgolpanteg.cymru)

## **Annibyniaeth Plant**

Mae meithrin annibyniaeth plant yn cwmpasu agweddau amrywiol ar eu datblygiad corfforol, emosiynol a gwybyddol. O gamau cynnar plentyndod i lencyndod, mae meithrin annibyniaeth yn hanfodol ar gyfer adeiladu unigolion gwydn a hyderus sy'n gallu llywio cymhlethdodau bywyd.

Yn y llyfryn hwn, rydym yn esbonio rhai o nodweddion allweddol datblygu annibyniaeth a sut y gallwn wneud hyn gyda'n gilydd. Felly, mae'r llyfryn hwn mewn dwy ran: trosolwg yw'r rhan gyntaf o bwysigrwydd annibyniaeth a'r rhesymeg y tu ôl i'r rhesymau pam yr ydym yn meddwl ei fod mor bwysig. Mae ail ran y llyfryn hwn yn fframwaith sydd wedi'i adeiladu gan blant, teuluoedd, staff ac arbenigwyr. Mae'r fframwaith hwn yn edrych ar 6 maes allweddol: gwydnwch, cydweithio, chwilfrydedd, dyfeisgarwch, ymdrech, a hunanymwybyddiaeth. Mae hefyd yn dangos sut y gallwn gefnogi plant i symud i'r cam nesaf yn eu hannibyniaeth.



## **Plentyndod Cynnar**

Yn y blynyddoedd ffurfiannol, mae hybu annibyniaeth yn dechrau gydag annog sgiliau hunangymorth sylfaenol. Mae tasgau syml fel gwisgo eu hunain, brwsio eu dannedd, neu drefnu teganau yn cyfrannu at ymdeimlad cynyddol plentyn o ymreolaeth. Mae hyn nid yn unig yn adeiladu sgiliau echddygol ond hefyd yn gosod sylfaen ar gyfer cyfrifoldeb. Fel teuluoedd a staff ysgol, mae darparu cyfleoedd i wneud penderfyniadau o fewn amgylchedd rheoledig yn galluogi plant i brofi ymdeimlad o asiantaeth, gan osod y sylfaen ar gyfer annibyniaeth yn y dyfodol.



## **Annibyniaeth Academiaidd**

Wrth i blant symud ymlaen yn eu haddysg, daw pwysigrwydd annibyniaeth academiaidd i'r amlwg. Mae eu hannog i gymryd perchnogaeth o'u proses ddysgu yn meithrin ymdeimlad o gyfrifoldeb a chwilfrydedd. Mae caniatáu iddynt fynd i'r afael â phroblemau'n annibynnol, tra'n darparu arweiniad pan fo angen, yn meithrin sgiliau meddwl beirniadol. Mae'r ymreolaeth hon mewn dysgu yn eu paratoi ar gyfer heriau addysg uwch a thu hwnt, lle mae astudio hunangyfeiriedig a datrys problemau yn hanfodol.

## **Annibyniaeth Gymdeithasol ac Emosiynol**

Mae datblygu annibyniaeth gymdeithasol ac emosiynol yr un mor hanfodol. Mae angen i blant ddysgu rheoli eu hemosiynau, gwneud ffrindiau, a datrys gwrthdaro ar eu pen eu hunain. Mae darparu amgylchedd cefnogol lle gallant fynegi eu hunain yn rhydd yn helpu i adeiladu deallusrwydd emosiynol. Mae caniatáu iddynt lywio sefyllfaedd cymdeithasol yn annibynnol yn dysgu sgiliau rhyngpersonol gwerthfawr, gan feithrin hyder yn eu gallu i gysylltu ag eraill.



## Gwneud Penderfyniadau a Datrys Problemau

Mae grymuso plant i wneud penderfyniadau, hyd yn oed rhai bach, yn cyfrannu'n sylweddol at eu hannibyniaeth. Wrth wynebu dewisiadau, maent yn dysgu pwyso a mesur opsiynau, ystyried canlyniadau, a chymryd cyfrifoldeb am eu penderfyniadau. Mae'r broses hon yn meithrin sgiliau gwneud penderfyniadau a hyder yn eu gallu i lywio byd sy'n llawn dewisiadau. Mae annog datrys problemau mewn cyd-destunau amrywiol yn helpu plant i ddatblygu gwytnwch, y gallu i addasu, a dyfeisgarwch.

## Cydbwysu Arweiniad a Rhyddid

Wrth hybu annibyniaeth, mae'n hollbwysig cael cydbwysedd rhwng cynnig arweiniad a chaniatáu rhyddid. Gall gormod o reolaeth lesteirio gallu plentyn i wneud penderfyniadau, tra gallai rhy ychydig o gefnogaeth ei wneud yn teimlo'n orlawn. Mae teuluoedd a staff ysgol yn chwarae rhan ganolog mewn darparu amgylchedd diogel sy'n caniatáu ar gyfer archwilio tra'n cynnig arweiniad pan fo angen. Mae'r cydbwysedd gofalgwr hwn yn helpu plant i ddatblygu ymdeimlad iach o ymreolaeth heb golli manteision arweiniad a chymorth.



## Meithrin Meddylfryd Twf

Mae annog meddylfryd twf yn hanfodol i feithrin annibyniaeth. Mae meddylfryd twf yn gred y gellir datblygu deallusrwydd, galluoedd a thalentau trwy ymroddiad, ymdrech a dysgu. Mae'r cysyniad hwn, a gyflwynwyd gan y seicolegydd Carol Dweck, yn cyferbynnu â meddylfryd sefydlog sy'n gweld galluoedd yn ddigyfnewid. Mae'r meddylfryd twf yn annog unigolion, gan gynnwys plant, i groesawu heriau, parhau yn wyneb rhwystrau, a gweld methiannau fel cyfleoedd ar gyfer dysgu a gwella.

Mae'r cysylltiad rhwng meddylfryd twf a datblygu annibyniaeth plant yn ddwys. Pan fydd plant yn mabwysiadu meddylfryd twf, maen nhw'n mynd i'r afael â thasgau gydag ymdeimlad o wydnwch a brwdfrydedd dros ddysgu. Mae'r meddylfryd hwn yn eu grymuso i weld ymdrech fel llwybr at welliant, gan feithrin cred y gellir datblygu eu galluoedd dros amser. Mae'r persbectif hwn yn hollbwysig yn y daith tuag at annibyniaeth.

Yng nghyd-destun annibyniaeth, mae meddylfryd twf yn annog plant i ymgymryd â heriau, gwneud penderfyniadau, a dysgu o lwyddiannau a methiannau. Yn hytrach na chael eu rhwystro gan rwystrau, maent yn eu gweld fel cyfleoedd i dyfu a mireinio eu sgiliau. Mae'r agwedd hon yn meithrin ymdeimlad o ymreolaeth, wrth blant ddod yn fwy parod i archwilio tasgau a chyfrifoldebau newydd gan ddeall bod eu hymdrechion yn cyfrannu at eu datblygiad.



At hynny, mae meddylfryd twf yn siapio sut mae plant yn canfod adborth. Ystyrir adborth adeiladol fel mewnbn gwerthfawr ar gyfer gwelliant yn hytrach na barnu eu galluoedd. Mae bod yn agored i adborth yn gwella eu gallu i hunan-fyfyrio, gwneud addasiadau, ac ymdrechu'n barhaus i wella.

Mae Carol Dweck yn sôn am 'bŵer eto'. Mae 'pŵer eto' wir yn crynhoi potensial trawsnewidiol meddylfryd twf. Wrth wynebu heriau, mae ychwanegu 'eto' at ddatganiadau negyddol yn eu hail-fframio'n gyfleoedd ar gyfer twf. Er enghraifft, mae dweud "Ni allaf wneud hyn" yn dod yn "Ni allaf wneud hyn eto." Mae'r ychwanegiad syml hwn yn

meithrin cred yn eich gallu i wella gydag ymdrech ac amser. Mae gafael ym 'pŵer eto' yn arf pwerus, yn enwedig i blant, gan feithrin gwydnwch, dyfalbarhad, a'r ddealltwriaeth y gall galluoedd esblygu trwy ymroddiad a dysgu.



# Y Roced: Fframwaith Annibyniaeth



Nodwedd Annibyniaeth	Tanio'r Injan	Anelu i'r Awyr	Torri trwy'r Cymylau	Gwibio i'r Gofod	Saethu i'r Sêr	
<b>Gwydnwch</b>	<b>Trio</b>	Rwy'n gallu rhoi cynnig ar dasgau cyn gofyn am gymorth.	Rwy'n gallu rhoi cynnig ar dasgau sy'n anodd cyn gofyn am gymorth. Rwy'n gallu gofyn wrth bartneriaid a ffrindiau am gymorth cyn gofyn wrth yr athro.	Rwy'n gallu rhoi cynnig ar dasgau cyn gofyn am gymorth. Rwy'n gallu defnyddio'r strategaeth 3-cyn-fi heb annogaeth.	Rwy'n gallu rhoi cynnig ar dasgau anodd gan ddefnyddio strategaethau ac offer yn annibynnol.	Rwy'n gallu rhoi cynnig ar dasgau anodd yn annibynnol heb anogaeth yr athro.
	<b>Dyfalbarhau</b>	Rwy'n gallu dyfalbarhau pan dydy pethau ddim yn mynd yn iawn y tro cyntaf.	Rwy'n gallu dyfalbarhau sawl gwaith cyn gofyn am gymorth os nad yw pethau'n mynd yn iawn.	Rwy'n gallu dyfalbarhau trwy ddefnyddio dewis o offer/strategaethau sydd wedi dynodi cyn gofyn am gymorth. Rwy'n gallu defnyddio'r strategaeth 3-cyn-fi.	Rwy'n gallu dyfalbarhau gyda thasgiau sy'n anodd trwy mentro, arbrofi a cwestiynu. Rwy'n gallu meddwl am ffyrdd i ddod o hyd i wybodaeth er mwyn datrys y broblem. Rwy'n gallu defnyddio'r strategaeth 3-cyn-fi.	Rwy'n gallu dyfalbarhau yn hyderus gyda thasgiau sy'n anodd trwy mentro, arbrofi a cwestiynu. Rwy'n gallu meddwl am ffyrdd i ddod o hyd i wybodaeth er mwyn datrys y broblem ac rwy'n defnyddio'r ffyrdd yma'n annibynnol. Rwy'n gallu defnyddio'r strategaeth 3-cyn-fi.
	<b>Rheoli Gwrthdynciadau</b>	Rwy'n gallu ffocysu ar dasg am gyfnod byr o fewn awyrgylch tawel.	Rwy'n gallu ffocysu ar dasg am gyfnod o fewn awyrgylch tawel. Weithiau, rwy'n gallu rheoli fy sylw ar y dasg wrth i wrthdynciadau digwydd o fy nghwmpas.	Rwy'n dechrau deall sut i reoli gwrthdynciadau a fydd yn cymryd fy sylw. Mae hyn yn fy helpu i ganolbwyntio fwy ac yn ymgymryd ar y tasg gerllaw.	Rwy'n deall sut i reoli gwrthdynciadau a fydd yn cymryd fy sylw. Mae hyn yn fy helpu i ganolbwyntio'n llawn ac yn ymgymryd ar y tasg gerllaw.	Rwy'n deall sut i reoli gwrthdynciadau a fydd yn cymryd fy sylw. Mae hyn yn fy helpu i cadw sylw ar yr hyn sy'n bwysig ac yn ymgymryd ar y tasg gerllaw. Rwy'n cadw golwg ar yr amser er mwyn rheoli amser yn dda a sicrhau nad ydw i'n gohirio'r dasg (procrastinate).
	<b>Gwneud Dewisiadau</b>	Rwy'n gallu dewis rhwng dau beth.	Rwy'n gallu dewis rhwng dau beth gan rhoi rheswm dros y dewis.	Rwy'n dechrau gwneud dewisiadau synhwyrol gan rhoi rhesymeg. Rwy'n dechrau deall bod fy newisiadau yn gallu effeithio eraill.	Rwy'n gallu gwneud dewisiadau synhwyrol a thrafod rhesymeg dros y dewisiadau. Rwy'n gallu deall bod gan bawb yr hawl i wneud dewisiadau ei hunain a rwy'n dechrau parchu hyn.	Rwy'n gallu gwneud dewisiadau synhwyrol gan pwysu a mesur effaith y dewisiadau yma. Rwy'n gallu cyflwyno'r rhesymeg dros y dewisiadau. Rwy'n gallu deall bod gan bawb yr hawl i wneud dewisiadau ei hunain a rwy'n parchu'r dewisiadau hyn.
<b>Gweithio gyda'n Gilydd</b>	<b>Rhannu</b>	Rwy'n gallu rhannu adnoddau gydag eraill. Rwy'n gallu gwneud hyn yn gwrtais trwy ddefnyddio "Ga i... os gwelwch yn dda" a "Diolch".	Rwy'n gallu rhannu adnoddau gydag eraill yn gyd-weithredol. Rwy'n gallu gwneud hyn yn gwrtais trwy ddefnyddio "Ga i... os gwelwch yn dda" a "Diolch" gan ddangos parch tuag at pobl a phethau.	Rwy'n gallu rhannu adnoddau a syniadau a rwy'n dechrau trafod a chyflwyno syniadau gydag eraill.	Rwy'n gallu rhannu adnoddau a syniadau gyda eraill yn hyderus. Rwy'n gyfforddus yn cyflwyno a rhannu syniadau a pharchu syniadau a barn eraill.	Rwy'n gallu rhannu adnoddau, syniadau a strategaethau gyda eraill heb annogaeth yn hyderus. Rwy'n gyfforddus yn cyflwyno a rhannu syniadau ac yn gallu parchu syniadau a barn eraill a'i ddefnyddio i lliwio fy ngwaith.

Nodwedd Annibyniaeth		Tanio'r Injan	Anelu i'r Awyr	Torri trwy'r Cymylau	Gwibio i'r Gofod	Saethu i'r Sêr
	<b>Gwranddo</b>	Rwy'n gallu gwranddo ar gyfarwyddiadau syml.	Rwy'n gallu gwranddo gyda mwy o sylw cynyddol. Rwy'n gallu gweithredu ar y syniadau.	Rwy'n gallu gwranddo ar syniadau a barnau eraill gyda sylw cynyddol. Rwy'n dechrau ymateb i eraill trwy gwestiynu.	Rwy'n gallu gwranddo ar syniadau, cysyniadau a barnau eraill. Rwy'n parchu a gwerthfawrogi syniadau eraill. Rwy'n gallu ymateb i eraill a gofyn cwestiynau er mwyn deall yn well.	Rwy'n gallu gwranddo ar syniadau, cysyniadau a barnau eraill yn hyderus. Rwy'n parchu a gwerthfawrogi syniadau eraill. Rwy'n gallu ymateb i eraill a gofyn cwestiynau yn hyderus er mwyn deall yn well.
	<b>Cyfathrebu</b>	Rwy'n gallu cyfathrebu fy anghenion personol syml gyda oedolyn cyfarwydd. Rwy'n gallu gofyn am gymorth lle bo angen mewn ffordd syml.	Rwy'n gallu cyfathrebu fy anghenion gydag eraill. Rwy'n dechrau rhannu fy marn gyda rhesymau (ar adegau). Rwy'n dechrau ymateb i eraill wrth iddynt rannu barn.	Rwy'n gallu cyfathrebu fy anghenion gydag eraill yn fwyfwy hyderus. Rwy'n dechrau rhannu fy marn gyda rhesymau.	Rwy'n gallu cyfathrebu fy marn, barn eraill a deall bod barnau gwahanol yn bwysig. Rwy'n gallu nodi rhesymau a thystiolaeth (ar adegau) i gefnogi fy marn. Rwy'n gallu ymateb i eraill a gofyn cwestiynau er mwyn deall yn well. Rwy'n gallu cyfathrebu fy anghenion a fy hawliau yn glir yn y Gymraeg ac yn y Saesneg.	Rwy'n gallu cyfathrebu fy marn yn, barn eraill yn hyderus a deall bod barnau gwahanol yn bwysig. Rwy'n gallu nodi rhesymau a thystiolaeth i gefnogi fy marn. Rwy'n gallu ymateb i eraill a gofyn cwestiynau er mwyn deall yn well. Rwy'n gallu cyfathrebu fy anghenion a fy hawliau yn glir yn y Gymraeg ac yn y Saesneg.
	<b>Cydymdeimlo</b>	Rwy'n gallu gweld pan mae rhywun yn drist neu'n hapus. Rwy'n gallu cynnig help i eraill pan maent angen y help.	Rwy'n dechrau adnabod ystod o emosiynau o fewn ymddygiadau eraill. Rwy'n gallu cynnig help i eraill pan maent angen y help.	Rwy'n dechrau mentro gweld sefyllfaoedd trwy lygaid eraill. Rwy'n gallu adnabod ystod o emosiynau o fewn ymddygiadau eraill (e.e. dicter, tristwch, ofn, hapurwydd, syrpreis, parch, cenfigen). Rwy'n gallu cynnig help i eraill pan maent angen y help.	Rwy'n gallu cydymdeimlo gydag emosiynau eraill yn gynyddol. Rwy'n dechrau gofyn cwestiynau er mwyn deall eu emosiynau a barnau yn well. Rwy'n mentro gweld sefyllfaoedd trwy lygaid eraill. Rwy'n gallu cefnogi eraill a'u hawliau. Rwy'n dechrau cydymdeimlo a dangos empathi, lle'n briodol, hyd yn oed os nag ydw i'n cytuno'n llawn gyda barn yr unigolyn.	Rwy'n gallu cydymdeimlo gydag emosiynau eraill yn hyderus. Rwy'n gofyn cwestiynau er mwyn deall eu emosiynau a barnau yn well. Rwy'n mentro gweld sefyllfaoedd trwy lygaid eraill. Rwy'n gallu cefnogi eraill a'u hawliau yn hyderus. Rwy'n gallu cydymdeimlo a dangos empathi, lle'n briodol, hyd yn oed os nag ydw i'n cytuno'n llawn gyda barn yr unigolyn.
	<b>Cynnwys Eraill</b>	Rwy'n gallu cydnabod eraill wrth chwarae.	Rwy'n cynnwys eraill wrth chwarae ac o fewn tasgau. Rwy'n dechrau gweld gwerth cydweithio gydag eraill. Rwy'n dechrau adnabod gwahaniaethau o fewn eraill i gymharu a fi.	Rwy'n dechrau sefyll fyny dros hawliau a chynhwysiad eraill yn yr ysgol. Rwy'n dechrau deall bod gwerth gan bob unigolyn ac bod hi'n bwysig gwranddo ar farnau eraill a'u chynnwys o fewn gwneud penderfyniadau. Rwy'n adnabod gwahaniaethau o fewn eraill i gymharu a fi. Rwy'n gweld gwerth cydweithio gydag eraill.	Rwy'n sefyll fyny dros hawliau a chynhwysiad eraill yn yr ysgol a thu hwnt. Rwy'n dechrau deall bod gwerth gan bob unigolyn ac bod hi'n bwysig gwranddo ar farnau eraill a'u chynnwys o fewn gwneud penderfyniadau. Rwy'n deall bod unigolion yn wahanol, yn dod o gefndiroedd gwahanol ac bod hyn yn rywbeth i ddatlhu.	Rwy'n sefyll fyny dros hawliau a chynhwysiad eraill yn yr ysgol a thu hwnt yn hyderus ac yn aeddfed. Rwy'n deall bod gwerth gan bob unigolyn ac bod hi'n bwysig gwranddo ar farnau eraill a'u chynnwys o fewn gwneud penderfyniadau. Rwy'n deall bod unigolion yn wahanol, yn dod o gefndiroedd gwahanol ac bod hyn yn rywbeth i ddatlhu.
<b>Chwilfrydedd</b>	<b>Ymholgar</b>	Rwy'n gallu gofyn cwestiynau ar ysgogiad.	Rwy'n gallu gofyn cwestiynau am y byd o'n cwmpas yn dilyn ysgogiad.	Rwy'n gallu gofyn cwestiynau i ddarganfod mwy am y byd o'n cwmpas. Rwy'n dangos brwdfrydedd wrth ymholi ac yn cynnig arsylwadau ar yr ymholiadau yma.	Rwy'n gallu cwestiynu sut mae pethau yn gweithio ac yn dechrau darganfod ac archwilio ar hyn yn ymarferol. Mi fydd yr ymholiadau yma'n sbarduno fy newisiadau a fy nghwaith.	Rwy'n gallu dod o hyd i ddarganfyddiadau i fy ymholiadau trwy arsylwi, ycmhwilio a chwestiynu. Bydd y darganfyddiadau yma yn bwydo fy nealltwriaeth ac yn fy annog i barhau i fod yn aelod ymholgar o'r gymuned dysgu.

Nodwedd Annibyniaeth		Tanio'r Injan	Anelu i'r Awyr	Torri trwy'r Cymylau	Gwibio i'r Gofod	Saethu i'r Sêr
	<b>Meddwl</b>	Rwy'n gallu meddwl a thrafod pethau rwy'n hoffi a ddim yn hoffi.	Rwy'n gallu meddwl a thrafod pethau rwy'n hoffi a ddim yn hoffi yn hyderus gan ddechrau cynnig rhesymau.	Rwy'n gallu meddwl a thrafod pethau rwy'n hoffi a ddim yn hoffi yn hyderus gan cynnig rhesymau. Rwy'n dechrau deall bod gan pobl yr hawl i feddwl yn wahanol.	Rwy'n gallu meddwl yn annibynnol gan cynnig rhesymau dros fy syniadau. Rwy'n deall fod gan bawb yr hawl i feddwl yn wahanol ac rwy'n parchu hyn. Rwy'n dechrau meddwl yn critigol wrth feddwl am syniadau gwrthwynebol.	Rwy'n gallu meddwl yn annibynnol yn hyderus gan cynnig rhesymau dros fy syniadau. Rwy'n deall fod gan bawb yr hawl i feddwl yn wahanol ac rwy'n parchu hyn. Rwy'n gallu meddwl yn critigol wrth feddwl am syniadau gwrthwynebol.
	<b>Gwneud Cysylltiadau</b>	Rwy'n dechrau gallu didoli a chategoreiddio gwrthrychau. Dosbarthaf yn ôl siâp, maint, lliw a math. Maent yn gwneud hyn trwy chwarae gemau a chylfawni tasgau. Rwy'n gwneud cysylltiadau rhwng pethau sydd o fewn fy mhrofiad (e.e. mae hi'n oer felly mae angen gwisgo cot).	Rwy'n gallu didoli a chategoreiddio gwrthrychau. Dosbarthaf yn ôl siâp, maint, lliw a math yn annibynnol. Rwy'n gallu dosbarthu gwrthrychau yn meddwl am ddeall sut maen nhw'n wahanol, yn gymaint â deall sut maen nhw yr un peth. Er enghraifft, deall bod pengwiniad ac estrys yn adar, ond yn wahanol i adar eraill nid ydynt yn hedfan. Rwy'n gwneud cysylltiadau yn hyderus rhwng pethau sydd o fewn fy mhrofiad.	Rwy'n gallu casglu ffeithiau at ei gilydd o wahanol llefydd. Rwy'n gallu dosbarthu gwrthrychau yn hyderus yn meddwl am ddeall sut maen nhw'n wahanol, yn gymaint â deall sut maen nhw yr un peth. Rwy'n dechrau gwneud cysylltiadau rhwng gwahanol bynciau a ffeithiau er mwyn gweld sut maent yn plethu. Rwy'n dechrau gwneud cysylltiadau rhwng cysyniadau haniaethol a chysyniadau concrit.	Rwy'n dechrau tynnu gwybodaeth o wahanol ffynonellau, ystyried sut i'w defnyddio'n effeithiol yna ei defnyddio. Rwy'n gwneud cysylltiadau rhwng syniadau ac yn tynnu gwybodaeth at ei gilydd er mwyn ddiben pwrpasol. Rwy'n dechrau gwneud hyn wrth ystyried tebygolrwyddau a gwahaniaethau mewn barn a gwybodaeth. Rwy'n gwneud cysylltiadau rhwng gwahanol bynciau a ffeithiau er mwyn gweld cysylltiadau. Rwy'n gwneud cysylltiadau rhwng cysyniadau haniaethol a chysyniadau concrit.	Rwy'n gallu tynnu gwybodaeth o wahanol ffynonellau, ystyried sut i'w defnyddio'n effeithiol yna ei defnyddio. Rwy'n gallu meddwl am ddbynadwyedd a thuedd o fewn testunau. Rwy'n gwneud cysylltiadau rhwng syniadau ac yn tynnu gwybodaeth at ei gilydd er mwyn ddiben pwrpasol. Rwy'n gwneud hyn wrth ystyried tebygolrwyddau a gwahaniaethau mewn barn a gwybodaeth. Rwy'n gwneud cysylltiadau yn hyderus rhwng gwahanol bynciau a ffeithiau er mwyn gweld cysylltiadau. Rwy'n dechrau deall sut gall ffeithiau, ar adegau, yn cael ei roi mewn i cysyniadau o gynllwyniau (conspiracy theories) ac efallai nad yw dehongliad ffeithiau pob tro yn dasg hawdd.
<b>Dyfeisgar</b>	<b>Archwilio</b>	Rwy'n gallu archwilio ac arbrofi gydag adnoddau gwahanol sydd yn fy ysgogi.	Rwy'n gallu archwilio ac arbrofi yn hyderus gydag adnoddau gwahanol a dangos chwilfrydedd.	Rwy'n gallu archwilio mewn cyd-destunau gwahanol yn hyderus a defnyddio adnoddau gwahanol.	Rwy'n gallu archwilio mewn cyd-destunau gwahanol yn hyderus. Rwy'n gallu defnyddio offer amrywiol yn gywir. Rwy'n gallu rheoli risg i archwilio yn llwyddiannus.	Rwy'n gallu archwilio yn hyderus mewn cyd-destunau gwahanol. Rwy'n gallu defnyddio offer amrywiol yn hyderus ac yn gywir. Rwy'n gallu rheoli risg i archwilio yn llwyddiannus.
	<b>Cynllunio</b>	Rwy'n gallu meddwl am beth sydd angen gwneud i gyflawni tasg gyda chymorth.	Rwy'n dechrau meddwl am camau sydd angen cymryd a pham er mwyn bod yn llwyddiannus mewn tasg.	Rwy'n gallu meddwl am camau sydd angen cymryd a pham er mwyn bod yn llwyddiannus mewn tasg. Rwy'n gallu cynllunio hyn yn strategol gyda chymorth. Weithiau mae hyn yn cael ei gyflawni fel grŵp.	Rwy'n dechrau cynllunio'n hyderus ar gyfer tasgau gan feddwl am y fath o adnoddau a chymorth fydd angen. Rwy'n gallu gwneud hyn yn annibynnol neu fel cyfranogiad i waith grŵp. Rwy'n dechrau meddwl yn ofalus am y camau sydd angen cymryd a gosod meini prawf llwyddiant i'r camau hyn.	Rwy'n gallu cynllunio'n hyderus ar gyfer tasgau gan feddwl am y fath o adnoddau a chymorth fydd angen. Rwy'n gallu gwneud hyn yn annibynnol neu fel cyfranogiad i waith grŵp. Rwy'n gallu meddwl yn ofalus am y camau sydd angen cymryd a gosod meini prawf llwyddiant i'r camau hyn. Rwy'n gallu defnyddio fy nghynlluniau er mwyn gwerthuso cynnydd a newid cynlluniau wrth weithredu gan roi rhesymeg.

Nodwedd Annibyniaeth		Tanio'r Injan	Anelu i'r Awyr	Torri trwy'r Cymylau	Gwibio i'r Gofod	Saethu i'r Sêr
	<b>Rhesymu</b>	Rwy'n dechrau dod i gasgliadau a dylunio dull gweithredu i ddatrys problemau syml. Rwy'n dechrau defnyddio gwybodaeth flaenorol wrth ddewis dull gweithredu o opsiynau sydd wedi rhoi o fy mlaen.	Rwy'n dechrau nodi a chymhwysio strategaethau rhesymu a meddwl priodol ar gyfer tasgau. Rwy'n dechrau dod i gasgliadau a dylunio dull gweithredu i ddatrys problem. Rwy'n dechrau defnyddio gwybodaeth flaenorol ac yn defnyddio tystiolaeth wrth ddewis dull gweithredu neu ddod i gasgliad. Rwy'n dechrau werthuso gweithdrefnau a chanlyniadau ac egluro a chyfiawnhau syniadau yn syml.	Rwy'n gallu nodi a chymhwysio strategaethau rhesymu a meddwl priodol ar gyfer tasgau yn fwyfwy hyderus. Rwy'n gallu dod i gasgliadau a dylunio dull gweithredu i ddatrys problem. Rwy'n defnyddio gwybodaeth flaenorol ac yn defnyddio tystiolaeth wrth ddewis dull gweithredu neu ddod i gasgliad. Rwy'n gallu werthuso gweithdrefnau a chanlyniadau ac egluro a chyfiawnhau syniadau yn syml.	Rwy'n dechrau defnyddio rhesymeg i asesu a oes digon o dystiolaeth i gyfiawnhau honiad, casgliad neu ganlyniad. Rwy'n gallu ddod i gasgliadau a dylunio llwybr gweithredu, craffu ar syniadau neu gysyniadau, profi casgliadau ac addasu gweithredoedd wrth dylunio dull gweithredu. Rwy'n dechrau werthuso effeithiolrwydd syniadau, cynhyrchion, perfformiadau, dulliau a dulliau gweithredu yn erbyn meini prawf penodol.	Rwy'n gallu defnyddio rhesymeg i asesu a oes digon o dystiolaeth i gyfiawnhau honiad, casgliad neu ganlyniad. Rwy'n gallu ddod i gasgliadau a dylunio llwybr gweithredu, craffu ar syniadau neu gysyniadau, profi casgliadau ac addasu gweithredoedd wrth dylunio dull gweithredu. Rwy'n gallu esbonio bwriadau a chyfiawnhau syniadau, dulliau a chamau gweithredu, ac esbonio canlyniadau disgwyliedig ac annisgwyl yn erbyn meini prawf a nodwyd.
	<b>Gwerthuso</b>	Rwy'n gallu trafod beth oedd wedi mynd yn dda gyda thasg neu fy chwarae.	Rwy'n gallu trafod beth oedd wedi mynd yn dda gyda thasg neu fy chwarae yn hyderus. Rwy'n gallu trafod pethau gallaf wella neu bethau a aeth yn anghywir.	Rwy'n gallu trafod cryfderau a meysydd gwella gyda fy ngwaith a fy chwarae. Rwy'n rhoi rhesymau ac yn gallu esbonio pam bod rhywbeth yn llwyddiannus a pham bod rhywbeth heb weithio yn hyderus.	Rwy'n dechrau trafod cryfderau/manteision gan phwysu a mesur gyda meysydd datblygu/anfanteision. Rwy'n dechrau cynllunio camau nesaf sydd angen i mi gymryd er mwyn gwella fy ngwaith neu fy sgiliau. Rwy'n dechrau defnyddio gwerthusiadau critigol ac adeiladol eraill er mwyn llunio darlun am gwelliannau.	Rwy'n gallu trafod cryfderau/manteision gan phwysu a mesur gyda meysydd datblygu/anfanteision. Rwy'n gallu cynllunio camau nesaf sydd angen i mi gymryd er mwyn gwella fy ngwaith neu fy sgiliau. Rwy'n gallu defnyddio gwerthusiadau critigol ac adeiladol eraill er mwyn llunio darlun am gwelliannau. Rwy wedyn yn gallu cynllunio a gweithredu ar gamau nesaf.
	<b>Rheoli Amser</b>	Rwy'n gallu dweud beth sydd yn dod nesaf ac yn dechrau dilyn trefn y dydd. Rwy'n dechrau deall pryd mae pethau yn digwydd.	Rwy'n gallu dilyn trefn y dydd a dechrau deall pryd mae pethau yn digwydd. Rwy'n gallu esbonio trefn penodol a pam mae hyn yn bwysig.	Rwy'n gallu dilyn trefn y dydd. Rwy'n gallu esbonio trefn penodol a pam mae hyn yn bwysig yn hyderus. Rwy'n dechrau deall sut i gyflawni tasg mewn amser penodol.	Rwy'n gallu cwblhau tasgau syml mewn modd amserol. Rwy'n dechrau deall sut i ffocysu ar y dasg sydd wrth law a sut i blaenoriaethu tasgau'n briodol.	Rwy'n gallu cwblhau tasgau yn annibynnol mewn modd amserol. Rwy'n gallu esbonio pam mae rhai pethau yn cymryd hyrach nag eraill a hefyd yn parchu pam mae tasgau yn cymryd yn hyrach i rhai pobl. Rwy'n deall sut i ffocysu ar y dasg sydd wrth law a sut i blaenoriaethu tasgau'n briodol.
<b>Ymdrech</b>	<b>Cyfranogiad</b>	Rwy'n gallu cyfrannu yn ystod gweithgareddau a thasgau a dangos ymrwymiad a mwynhad.	Rwy'n gallu cyfrannu ac ymrwymo yn ystod tasgau. Rwy'n dechrau rhannu syniadau a gwerthfawrogi syniadau eraill.	Rwy'n gallu cydweithio ag eraill wrth gyfrannu at dasgau. Yn hyderus. Rwy'n rhannu syniadau a gwerthfawrogi syniadau eraill yn fwy hyderus.	Rwy'n dechrau gwerthfawrogi mwynhad ac ymrwymiad eraill i dasgau gan cymryd mewn i hystyriaeth sgiliau ac anghenion fy nghyfoedion. Rwy'n gallu ymrwymo i amrywiaeth o ysgogiadau gan dangos parch tuag at bethau sydd ddim o rheidrwydd yn fy niddori. Rwy'n gallu gweithio fel rhan o dim yn effeithiol gan gwerthfawrogi a deall pwysigrwydd rolau gwahanol o fewn y tim.	Rwy'n gallu gwerthfawrogi mwynhad ac ymrwymiad eraill i dasgau gan cymryd mewn i hystyriaeth sgiliau ac anghenion fy nghyfoedion. Rwy'n gallu ymrwymo i amrywiaeth o ysgogiadau gan dangos parch tuag at bethau sydd ddim o rheidrwydd yn fy niddori. Rwy'n gallu gweithio fel rhan o dim yn hyderus ac yn effeithiol gan gwerthfawrogi a deall pwysigrwydd rolau gwahanol o fewn y tim.

Nodwedd Annibyniaeth		Tanio'r Injan	Anelu i'r Awyr	Torri trwy'r Cymylau	Gwibio i'r Gofod	Saethu i'r Sêr
	<b>Her a Chymhelliant</b>	Rwy'n dechrau ymgymryd gyda heriau sydd wedi darparu gan yr athro. Rwy'n dechrau bod yn frwdfrydig dros ddysgu pethau a sgiliau newydd.	Rwy'n ymgymryd gyda heriau sydd wedi darparu gan yr athro. Rwy'n dechrau dewis herio fy hunan gyda thasgau. Rwy'n frwdfrydig dros ddysgu pethau a sgiliau newydd.	Rwy'n dechrau deall bod heriau o fewn tasgau a bywyd yn bethau positif ac rwy'n dewis i herio fy hunan i fod yn ddysgwr annibynnol. Rwy'n frwdfrydig dros ddysgu pethau a sgiliau newydd.	Rwy'n deall bod heriau o fewn tasgau a bywyd yn bethau positif ac rwy'n dewis i herio fy hunan i fod yn ddysgwr annibynnol. Rwy'n dyfalbarhau ac yn cynnal cymhelliant ar gyfer tasgau ac ymestyn fy nysgu.	Rwy'n gwybod bod heriau o fewn tasgau a bywyd yn bethau positif ac rwy'n dewis i herio fy hunan i fod yn ddysgwr annibynnol gyda chymhelliant. Rwy'n gwneud hyn er weithiau bydd hyn yn golygu fy mod i'n mynd i fethu ar adegau. Rwy'n dyfalbarhau yn frwd ac yn cynnal cymhelliant ar gyfer tasgau ac ymestyn fy nysgu.
	<b>Cymryd Risgiau</b>	Rwy'n dechrau cymryd risgiau wrth gyflawni tasgau o fewn awyryglch y dosbarth ac o dan amodau cyfyng.	Rwy'n dechrau cymryd risgiau wrth gyflawni tasgau o fewn awyryglch y dosbarth. Rwy'n dechrau pwyso a mesur pan mae dewisiadau yn cael ei rhoi. Rwy'n dechrau peidio ofni gwneud camgymeriadau.	Rwy'n dechrau pwyso a mesur wrth ragfynegi effaith risgiau wrth gyflawni tasgau ymarferol. Rwy'n dechrau cymryd risgiau wedi'u mesur er mwyn mentro a dysgu pethau newydd. Rwy'n tyfu mewn hyder wrth beidio ofni gwneud camgymeriadau.	Rwy'n gallu pwyso a mesur wrth ragfynegi effaith risgiau wrth gyflawni tasgau ymarferol. Rwy'n dechrau deall bod arloesi a cymryd risgau yn gysylltiedig i'w gilydd. Rwy'n cymryd risgiau wedi'u mesur er mwyn mentro a dysgu pethau newydd. Dydw i ddim yn ofni gwneud camgymeriadau pan rwy wedi mesur y risgiau.	Rwy'n gallu pwyso a mesur wrth ragfynegi effaith risgiau wrth gyflawni tasgau ymarferol yn hyderus. Rwy'n deall bod arloesi a cymryd risgau yn gysylltiedig i'w gilydd. Rwy'n cymryd risgiau wedi'u mesur er mwyn mentro a dysgu pethau newydd. Dydw i ddim yn ofni gwneud camgymeriadau pan rwy wedi mesur y risgiau.
<b>Hunan-Ymwybyddiaeth</b>	<b>Adlewyrchu</b>	Rwy'n gallu ail-adrodd beth rwyf wedi gwneud yn syml.	Rwy'n gallu ail-adrodd beth rwyf wedi gwneud yn hyderus gan rhoi rhesymeg.	Rwy'n dechrau myfyrio ar fy nghwaith a phrofiadau blaenorol ac yn dechrau ymateb i'r arsylwadau yma. Rwy'n defnyddio'r adlewyrchiad yma i lunio ac ail-greu.	Rwy'n gallu myfyrio ar fy nghwaith a phrofiadau blaenorol ac yn ymateb yn addas i'r arsylwadau yma. Rwy'n gallu defnyddio'r myfyrdod yma i liwio barn yn ogystal a'i ddefnyddio i ail-greu. Rwy'n dechrau adlewyrchu'n bwrpasol gan cymryd mewn i ystyriaeth adlewyrchiadau pob gwahanol.	Rwy'n gallu myfyrio yn annibynnol ar fy nghwaith a phrofiadau blaenorol ac yn ymateb yn hyderus i'r arsylwadau yma. Rwy'n gallu defnyddio'r myfyrdod yma i liwio barn yn ogystal a'i ddefnyddio i ail-greu. Rwy'n gallu adlewyrchu'n bwrpasol a dangos parch tuag at eraill a'i adlewyrchiadau nhw.
	<b>Cymryd Cyfrifoldeb</b>	Rwy'n dechrau deall bod angen cymryd cyfrifoldeb dros fy ymddygiad ac bod chanlyniadau i weithredoedd.	Rwy'n deall bod angen cymryd cyfrifoldeb dros fy ymddygiad ac bod chanlyniadau i weithredoedd. Rwy'n dechrau deall bod cymryd cyfrifoldeb yn meddwl fod yn gonest, bod yn hunan-ymwybodol a gwerthuso.	Rwy'n deall bod cyfrifoldeb arnaf i ddysgu er mwyn gwella fy hun. Rwy'n dechrau deall bod cyfrifoldeb arnaf er mwyn dysgu o'r hyn sy'n mynd yn anghywir neu unrhyw methiadau. Rwy'n deall bod chanlyniadau i fy gweithredoedd ac yn dechrau esbonio y rhesymau pam. Rwy'n dechrau deall bod cyfrifoldebau unigol a chyfrifoldebau ar lefel gwaith grŵp. Rwy'n deall bod cymryd cyfrifoldeb yn meddwl fod yn gonest, bod yn hunan-ymwybodol a gwerthuso.	Rwy'n gallu cymryd cyfrifoldeb dros fy newisiadau pan mae'r canlyniadau yn positif neu'n negyddol. Rwy'n deall bod cyfrifoldeb arnaf er mwyn dysgu o'r hyn sy'n mynd yn anghywir neu unrhyw methiadau. Rwy'n dechrau deall bod cyfrifoldebau unigol a chyfrifoldebau ar lefel gwaith grŵp. Rwy'n deall yn hyderus bod cymryd cyfrifoldeb yn meddwl fod yn gonest, bod yn hunan-ymwybodol a gwerthuso. Rwy'n gallu deall bod chanlyniadau i fy gweithredoedd ac yn dechrau esbonio y rhesymau pam.	Rwy'n gallu cymryd cyfrifoldeb dros fy newisiadau pan mae'r canlyniadau yn positif neu'n negyddol. Rwy'n deall yn hyderus bod cyfrifoldeb arnaf er mwyn dysgu o'r hyn sy'n mynd yn anghywir neu unrhyw methiadau. Rwy'n deall bod cyfrifoldebau unigol a chyfrifoldebau ar lefel gwaith grŵp. Rwy'n deall yn hyderus bod cymryd cyfrifoldeb yn meddwl fod yn gonest, bod yn hunan-ymwybodol a gwerthuso.



Nodwedd Annibyniaeth		Tanio'r Injan	Anelu i'r Awyr	Torri trwy'r Cymylau	Gwibio i'r Gofod	Saethu i'r Sêr
	<p><b>Gosod Targedau a Nodau</b></p>	<p>Rwy'n ymgymryd gyda thasgau a thargedau sydd wedi gosod gan yr athro er mwyn gwella fy hunan.</p>	<p>Rwy'n ymgymryd gyda thasgau a thargedau sydd wedi gosod gan yr athro er mwyn gwella fy hunan ac rwy'n dechrau gweld bod angen i fi herio fy hunan er mwyn gwella.</p>	<p>Rwy'n dechrau gosod targedau i fy nhysgu yn dilyn adlewyrchu ar fy nghryfderau a meysydd datblygu. Rwy'n gallu gwirio fy nghynnydd yn aml a sicrhau fy mod i'n canolbwyntio er mwyn gwella fy hunan. Rwy'n dechrau deall bod angen herio fy hunan er mwyn cyflawni fy mhotensial.</p>	<p>Rwy'n gallu gosod targedau yn annibynnol i fy nhysgu yn dilyn adlewyrchu ar fy nghryfderau a meysydd datblygu. Rwy'n gallu gwirio fy nghynnydd yn aml a sicrhau fy mod i'n canolbwyntio er mwyn gwella fy hunan. Rwy'n deall bod angen herio fy hunan er mwyn cyflawni fy mhotensial.</p>	<p>Rwy'n gallu gosod targedau yn annibynnol i fy nhysgu yn dilyn adlewyrchu ar fy nghryfderau a meysydd datblygu. Rwy'n gallu gwirio fy nghynnydd yn aml a sicrhau fy mod i'n canolbwyntio er mwyn gwella fy hunan mewn modd hyderus. Rwy'n deall bod angen herio fy hunan er mwyn cyflawni fy mhotensial ac rwy wedi cymhell er mwyn cynllunio fy nghamau nesaf.</p>