

Polisi Addysg Rhyw a Pherthnasoedd
(Polisi Enghreifftiol Cynradd Ceredigion)

Enw'r Ysgol:	Ysgol Gynradd Penparc
Dyddiad y Polisi:	Hydref 2019
Dyddiad Adolygu:	Hydref 2020

1. Cyflwyniad

Mae'r polisi a'r cynllun gwaith yn ffurfio rhan o ymrwymiad yr ysgol i ABCh ac yn dangos ein hymrwymiad fel Ysgol Iach.

1.1. Y Broses

- Lluniwyd y polisi a'r cynllun gwaith yn unol â'r Ddeddf Addysg (1998), Cylchlythyr Canllaw Addysg Rhyw a Pherthnasoedd mewn Ysgolion Rhif 019/2010 (2010), Fframwaith ar gyfer Dysgu Plant 3 i 7 oed yng Nghymru (2008), Fframwaith Addysg Bersonol a Chymdeithasol ar gyfer Dysgwyr 7 i 19 oed yng Nghymru (2008), Cynllun Gweithredu Iechyd a Lles Rhywiol Cymru 2010-2015 a Strategaeth a Chynllun Gweithredu Iechyd Rhywiol Ceredigion (2007)
- Ymgynghorwyd â'r cydlynnydd ABCh/ARhPh, y nyrs ysgol, cydlynnydd ysgolion iach, y cyngor ysgol, athrawon a llywodraethwyr wrth lunio'r polisi cyfredol
- Cynhaliwyd archwiliad o farn disgyblion mewn perthynas â'r elfen perthnasoedd yn y cynllun gwaith presennol.
- Rhoddwyd ystyriaeth i'r safbwyntiau hyn wrth lunio'r cynllun diwygiedig ac fe'u ceisir yn rheolaidd.

1.2 Polisiâu eraill

Sicrheir bod pob un sy'n darparu ARhPh yn Ysgol Penparc yn ymwybodol o bolisiâu'r ysgol mewn perthynas ag:

- ABCh
- Cyfrinachedd
- Diogelu/amddiffyn plant

- Gwrth-fwlio (gan gynnwys gweithdrefnau i ymdrin â bwlio homoffobig)
- Camddefnyddio Sylweddu
- Cydraddoldeb ac amrywiaeth
- Addysg Grefyddol

2. Sail Resymegol

Mae gan bob disgybl yn Ysgol Penparc yr hawl i dderbyn cwricwlwm eang a chytbwys sydd:

1. yn rhoi cyfleoedd i bawb ddysgu a chyflawni;
2. yn hybu eu datblygiad ysbrydol, moesol, diwylliannol, meddyliol a chorfforol ac yn eu paratoi at y cyfleoedd, y cyfrifoldebau a'r profiadau a ddaw ym mywyd oedolion

Caiff ARhPh yn Ysgol Penparc ei haddysgu yng nghyd-destun y Cyfnod Sylfaen a Fframwaith ABCh Cymru a'r amcanion penodol yn yr ysgol fydd:

'cynorthwyo a chefnogi disgyblion drwy eu datblygiad corfforol, emosiynol a chymdeithasol' (Cylchlythyr LICC rhif 019/2010)

Cred llywodraethwyr a staff ein hysgol fod ARhPh yn hanfodol er mwyn i bobl ifanc allu gwneud penderfyniadau synhwyrol a chytbwys am eu bywydau ac rydym hefyd yn cadarnhau'r canlynol:

'Dylai ARhPh alluogi dysgwyr i ddeall pwysigrwydd amgylchedd sefydlog, cadarn a chariadus ar gyfer bywyd teuluol a natur priodas a'i phwysigrwydd i fywyd teuluol a magu plant' (Cylchlythyr LICC rhif 019/2010)

3. Nodau a chanlyniadau

3.1 Nodau

Mae llywodraethwyr a staff Ysgol Penparc yn gwbl ymrwymedig i amcanion ARhPh a amlinellir uchod. Dylai fod mai nodau cyffredinol ARhPh yw cefnogi disgyblion i:

- werthfawrogi eu hunain
- cydnabod a chyfathrebu eu teimladau
- ffurfio cyfeillgarwch a pherthnasoedd

a deall:

- y rhesymau dros y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod oed aeddfedrwydd, gan gynnwys cenhedlu, beichiogrwydd a genedigaeth
- amrediad eu teimladau a'u emosiynau eu hunain a phobl eraill
- pwysigrwydd diogelwch personol a beth i'w wneud neu at bwy i droi os nad ydynt yn teimlo'n ddiogel

3.2 Canlyniadau

Y canlyniadau a ddisgwylir i ddisgyblion yn Ysgol Penparc, o fod wedi derbyn ARhPh, yw:

1. wrth ddatblygu yn rhywiol, bydd plant a phobl ifanc yn deall newidiadau i'r corff, yn rheoli teimladau rhywiol ac yn mwynhau perthnasoedd personol diogel, iach a hapus
2. gall plant a phobl ifanc archwilio eu teimladau, a datblygu hunan ymwybyddiaeth a hunan-barch.

4. Rheoli a Threfnu ARhPh

4.1 Rôl y corff llywodraethu

Rôl corff llywodraethu Ysgol Penparc yw:

- pennu polisi ARhPh
- sicrhau bod gan yr ysgol bolisi ARhPh ysgrifenedig cyfredol a gaiff ei adolygu yn rheolaidd (bob tair blynedd)
- ymgynghori â rhieni/gofalwyr a'r gymuned ehangach

4.2 Rôl y pennaeth ac uwch-arweinwyr

Rôl y pennaeth ac uwch-arweinwyr yw:

- cydlynu'r gwaith o lunio polisi ARhPh yr ysgol drwy gynnwys yr holl randdeiliaid perthnasol
- hysbysu pob aelod o staff ac oedolyn sy'n ymwneud â chyflenwi ARhPh yn yr ysgol o gynnwys y polisi a'i oblygiadau iddynt hwy fel darparwyr
- asesu anghenion Datblygiad Proffesiynol Parhaus staff yr ysgol sy'n ymwneud â'r rhaglen a cheisio ymateb i'r anghenion hyn
- adolygu'r polisi a gwneud newidiadau ac addasiadau priodol o leiaf bob tair blynedd

4.3 Rôl y cydlynnydd ARhPh/ABCh

Bydd y cydlynnydd ARhPh/ABCh yn gyfrifol am:

- lunio rhaglen astudio a thrafod gyda chydweithwyr i sicrhau darpariaeth ar draws yr ysgol gyfan
- cael paramedrau clir ar beth ddylid addysgu i'r dysgwyr cyn iddynt symud ymlaen i ysgol uwchradd
- cyfathrebu gydag ysgolion uwchradd cysylltiedig i sicrhau cysondeb o ran dulliau a dilyniant priodol mewn ARhPh rhwng ysgolion
- monitro a gwerthuso'r cynllun gwaith ac addasrwydd yr adnoddau
- trafod gydag asiantaethau allanol a chydlynu eu rhan hwy yn y rhaglen ARhPh
- ymgynghori â'r dysgwyr ynglŷn â'r ddarpariaeth

4.4 Rôl darparwyr allanol / gweithio gyda'r gymuned ehangach

Nid cyfrifoldeb yr ysgol yn unig yw cyflenwi ARhPh. Mae'r ysgol, felly, yn cydnabod gwerth cynnwys asiantaethau allanol priodol a siaradwyr gwadd yn rhan o'r rhaglen ARhPh. Ceisir mewnbwn [gan asiantaethau allanol] i ategu yn hytrach na disodli neu ddod yn lle gwaith yr ysgol wrth gyflenwi ARhPh.

Bydd athrawon yn hysbysu ac yn paratoi'r disgyblion at ymweliad gan asiantaeth allanol / siaradwr gwadd ac yn rhoi amser iddynt baratoi cwestiynau ymlaen llaw. Hefyd, bydd athrawon yn aros yn yr ystafell ddosbarth drwy gydol yr amser, gan mai hwy sy'n gyfrifol am y disgyblion ac am reoli'r disgyblion.

Pe byddai asiantaethau neu unigolion allanol anghyfarwydd yn cysylltu, ceisir cyngor ar eu haddasrwydd.

5. Cyflenwi'r rhaglen ARhPh

Darperir ar gyfer y plant yn y Cyfnod Sylfaen trwy ddilyn y Saith Maes Dysgu a manteisio ar gyfleoedd sydd yn codi'n naturiol yng ngwaith y dosbarthiadau.

Yng Nghyfnod Allweddol Dau cyfunir ARhPh gydag ABCh. Fe fydd nyrs yr ysgol yn ymweld â phlant Bl. 6 yn ystod y tymor cyn iddynt drosglwyddo i'r

Uwchradd er mwyn darparu addysg manylach ar y glasoed a dosbarthu llyfryn gwybodaeth penodol.

Llythyrir y rieni ynglŷn â'r ymweliad hyn gan roi'r dewis iddynt eithrio'u plant o'r sesiwn os dymunir.

Ceir datganiad byr yn y Llawlyfr Ysgol yn amlinellu ein hamcanion.

6. Cynnwys y rhaglen ARhPh

6.1

Mae'r tablau canlynol yn rhoi dadansoddiad o'r hyn y dylai disgyblion gael cyfleoedd i'w ddeall a'i ddysgu yn ystod y Cyfnod Sylfaen a Chyfnod Allweddol 2 mewn perthynas ag ARhPh.

Cyfnod Sylfaen:

Datblygiad Personol a Chymdeithasol, Lles ac Amrywiaeth Diwylliannol

Datblygiad personol	Datblygiad Cymdeithasol
Dod yn annibynnol yn eu hanghenion hylendid personol a bod yn fwy ymwybodol o ddiogelwch personol	Bod yn ymwybodol o anghenion pobl eraill a'u parchu. Cymryd cyfrifoldeb dros eu gweithredoedd eu hunain. Ystyried canlyniadau yr hyn a ddwedir ac a wneir ganddynt iddynt hwy ac i eraill. Datblygu dealltwriaeth o'r hyn sy'n deg a'r hyn sy'n annheg a bod yn barod i gyfaddawdu. Ffurfio perthnasoedd a theimlo'n hyderus i chwarae a gweithio yn gydweithredol.
Mynegi a chyfathrebu gwahanol deimladau ac emosiynau - eu rhai eu hunain a rhai pobl eraill	Gwerthfawrogi ffrindiau a theuluoedd a dangos gofal ac ystyriaeth.
Dechrau meddwl a dysgu yn annibynnol	Gwerthfawrogi'r hyn sy'n gwneud ffrind da. Datblygu hunanddelwedd gadarnhaol a synnwyr o berthyn fel rhan o wahanol gymunedau a bod â

	<p>dealltwriaeth o'u hunaniaeth Gymreig eu hunain.</p> <p>Datblygu ymwybyddiaeth o wahanol ddiwylliannau a gwahanol anghenion, barn a chredoau pobl eraill yn eu diwylliant eu hunain a diwylliannau pobl eraill.</p> <p>Trin pobl o bob cefndir diwylliannol â pharch ac yn oddefgar</p> <p>Datblygu dealltwriaeth o'r amryw rolau y mae pobl yn eu chwarae mewn gwahanol grwpiau a chymunedau.</p> <p>Dechrau cwestiynu yr arfer o ystrydebu.</p>
Datblygiad moesol ac ysbrydol	Lles
Cyfathrebu ynglŷn â'r hyn sy'n dda a'r hyn sy'n ddrwg, yn iawn ac yn anghywir, yn deg ac yn annheg, yn ofalgar ac yn anystyriol	Bod yn ymwybodol o'u teimladau eu hunain a datblygu'r gallu i'w mynegi mewn ffordd briodol
Siarad am y dewisiadau sydd ar gael i unigolion a thrafod a yw'r dewisiadau sydd ar gael yn gwneud penderfynu yn haws neu'n fwy cymhleth. Gofyn cwestiynau am beth sy'n bwysig mewn bywyd o safbwynt personol ac o safbwynt pobl eraill.	Deall y berthynas rhwng teimladau a gweithrediadau a bod gan bobl eraill deimladau. Dangos gofal, parch ac anwylded at blant eraill, oedolion a'u hamgylchedd. Deall ac adnabod y newidiadau sy'n digwydd i'w corff wrth iddynt ymarfer a disgrifio'r newidiadau yn eu hanadlu, cyflymder curiad y galon, gwedd a theimladau. Datblygu dealltwriaeth bod ymarfer corff, hylendid a'r mathau iawn o fwyd a diod yn bwysig er mwyn cael corff iach.

Gwybodaeth a Dealltwriaeth o'r Byd

Fi fy hun a phethau byw eraill

Mynegi eu barn a'u teimladau eu

<p>hunain, a gwneud penderfyniadau tra'n ystyried safbwyntiau pobl eraill</p> <p>Dysgu enwau a defnydd prif rannau allanol y corff a phlanhigion</p>
<p>Adnabod tebygrwydd a gwahaniaethau rhyngddynt eu hunain a phlant eraill</p>

Cyfnod allweddol 2:

ARhPh yn Fframwaith ABCh	ARhPh mewn Gwyddoniaeth
Y rhesymau dros y newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn oed aeddfedu, gan gynnwys cenhedlu, beichiogrwydd a genedigaeth	Enwau, safleoedd, swyddogaethau a meintiau cymharol prif organau bodau dynol.
Amrediad eu teimladau a'u hemosiynau eu hunain a rhai pobl eraill	
Sut i wahaniaethu rhwng cyffwrdd sy'n briodol a chyffwrdd sy'n amhriodol	
Pwysigrwydd diogelwch personol	
Beth i'w wneud neu at bwy i droi os nad ydynt yn teimlo'n ddiogel	

6.2 Adnoddau

Mae'r adnoddau a ddefnyddir yn Ysgol Penparc yn cynnwys:

- Dwi'n bod, dwi'n gwybod, dwi'n gallu
- CD rhyngweithiol SENSE: Tyfu i fyny a chadw'n ddiogel i Gyfnod Allweddol 2
- Taflenni FPA

Caiff unrhyw adnoddau newydd eraill eu hadolygu'n ofalus gan y cydlynnydd ARhPh/ABCh a'r uwch dîm rheoli cyn iddynt gael eu defnyddio gan y disgyblion.

7. Materion penodol yn ymwneud ag iechyd rhywiol

Yn Ysgol Penparc ni bydd credoau a safbwyntiau personol yr athrawon yn dylanwadu ar y modd y caiff ARhPh ei haddysgu.

7.1 Yr iaith a ddefnyddir

Anelwn at sicrhau y defnyddir iaith briodol a chyson gan yr athrawon a'r gweithwyr iechyd proffesiynol sy'n cyfrannu at y rhaglen ARhPh ac y caiff y dysgwyr eu hannog i ddefnyddio'r un termau yn ystod y gwersi.

7.2 Ymdrin â chwestiynau

Pan fydd athrawon yn ymdrin â chwestiynau ynglŷn â rhyw a pherthnasoedd (a allai fod o natur sensitif) byddant yn defnyddio eu barn broffesiynol wrth roi atebion sydd yn briodol i oed ac aeddfedrwydd y disgybl neu'r disgyblion eraill a allai fod yn gwranddo. Gallai fod adegau pan fydd athrawon yn teimlo y dylid cynghori'r disgyblion i ofyn i oedolyn arall, rhiant/gofalwr mwy na thebyg, ac os bydd hyn yn digwydd, bydd yr athrawon yn ceisio hysbysu'r rhieni/gofalwyr os yw'r plentyn yn fodlon, neu'n gwirio gyda hwy yr ymdriniwyd â'r mater.

7.3 Pynciau penodol

Ymdrinnir â'r materion canlynol:

- **Enwau rhannau'r corff**

Gan fod disgwyl i ddysgwyr oed cynradd ddysgu enwau a defnydd prif rannau'r corff dynol, mae'n ddefnyddiol cael eglurhad ar yr iaith briodol a ddefnyddir wrth gyflwyno'r rhaglen ARhPh. Anogir defnyddio termau biolegol; ni ddefnyddir enwau teuluol, er mwyn osgoi dryswch.

- **Cyffwrdd sy'n briodol/amhriodol**

Agwedd bwysig ar ARhPh yw dysgu am ba ymddygiad sy'n dderbyniol mewn gwahanol sefyllfaoedd. Mae fframwaith ARhPh yn awgrymu y dylid rhoi

cyfleoedd i ddysgwyr yng Nghyfnod Allweddol 2 ddeall sut i wahaniaethu rhwng cyffwrdd sy'n briodol a chyffwrdd sy'n amhriodol. Y rhesymau dros hyn yw lleihau y graddau y mae plant yn agored i gael eu cam-drin a sicrhau nad ydynt hwy eu hunain yn gweithredu mewn modd sy'n cam-drin. Dylai ysgolion sicrhau:

- bod disgyblion yn gwybod y dylent siarad gydag oedolyn y maent yn ymddiried yn ddo/yn ddi ynglŷn ag unrhyw deimladau sy'n peri pryder iddynt
- bod gan ddisgyblion fynediad at rifau ffôn llinellau cymorth, gwefannau a sefydliadau perthnasol

• **Diogelwch ar-lein**

Wrth i gyfleoedd rhwydweithio cymdeithasol gynyddu, mae angen i blant a phobl ifanc wybod sut i ddefnyddio'r we a thechnoleg ffonau symudol yn ddiogel a chyfrifol. Yn benodol, mae angen i ddisgyblion fod yn ymwybodol o'r canlynol:

- Peryglon posibl yr amgylchedd ar-lein
- Beth i'w wneud ac at bwy i droi os nad ydynt yn teimlo'n ddiogel

• **Oed aeddfedrwydd**

Mae angen i fechgyn a merched fod yn barod at oed aeddfedrwydd fel bod ganddynt y wybodaeth a'r hyder i reoli'r newidiadau corfforol ac emosiynol. Mae angen i bob plentyn wybod am oed aeddfedrwydd cyn iddynt ddechrau profi'r newidiadau corfforol ac emosiynol.

• **Mislif**

Dylai bechgyn a merched ddysgu am fislif, gan sicrhau bod trefniadau digonol a sensitif ar gael i helpu merched gyda'u mislif (cynnyrch glanweithiol a chyfleusterau gwaredu addas).

8. Cyfrinachedd ac Amddiffyn Plant

Hysbysir yr athrawon a'r disgyblion na all rhai mathau o wybodaeth gael eu cadw yn gyfrinachol a dyma'r achos bob amser lle y gallai cadw rhywbeth yn gyfrinachol beri niwed i'r disgybl neu i berson arall. Os bydd disgybl yn datgelu unrhyw beth a allai gyfeirio at gam-drin o natur rywiol neu ryw natur arall, rhaid fydd dilyn gweithdrefn Amddiffyn Plant yr ysgol. Bydd

hyn o anghenraid yn golygu dweud wrth oedolion eraill. Bydd angen i athrawon egluro hyn wrth y disgyblion mewn ffordd sensitif. Y rheol yn syml yw: peidiwch byth ag addo cyfrinachedd.

Os nad yw'r mater yn ymwneud ag amddiffyn plant ond bod angen rhoi'r wybodaeth i rywun arall er lles y plentyn, bydd yr athro dan sylw yn trafod gyda'r disgybl yn gyntaf wrth bwy i ddweud a beth allai ddigwydd o ganlyniad i hynny. Lle bynnag y bo'n bosibl, caiff disgyblion eu hannog i geisio cymorth eu rhieni yn gyntaf.

Dylid atgoffa pob athro bod ganddynt ddyletswydd i ddilyn Gweithdrefnau Amddiffyn Plant Cymru Gyfan / protocol AALI Ceredigion os oes amheuaeth bod plentyn neu berson ifanc wedi dioddef o niwed sylweddol neu mewn perygl o ddioddef felly.

9. Cydweithio â rhieni/gwarchodwyr/gofalwyr

Mae gan rieni ddylanwad pwysig a rôl bwysig i'w chwarae o ran cyflwyno negeseuon am ryw a pherthnasoedd. Rhieni yw'r bobl allweddol o ran addysgu eu plant am ryw a pherthnasoedd a chynnal diwylliant ac ethos y teulu. O ganlyniad, mae'r ysgol yn ystyried bod ARhPh yn gyfrifoldeb ar y cyd a cheisia sicrhau bod rhieni yn gwybod am y polisi, y rhaglen astudio a'r adnoddau. Mae'r ysgol yn croesawu unrhyw sylwadau gan rieni sy'n ceisio gwella darpariaeth yr ysgol yn y maes hwn.

9.1 Hawl rhiant i dynnu'r plentyn o wersi

Mae gan rieni/gofalwyr yr hawl i dynnu eu plant o wersi ARhPh. Rhaid i'r rhieni hysbysu'r ysgol yn ysgrifenedig os ydynt yn dymuno arfer yr hawl hon.

Noder: bydd agweddau ar ARhPh yn ymddangos yn y Cwricwlwm Cenedlaethol yng Nghymru. Ni all rhieni dynnu eu plant o'r meysydd cwricwlwm hyn.

10. Monitro a Gwerthuso

10.1 Polisi

Caiff gweithrediad y polisi hwn ei fonitro gan y Pennaeth ac aelodau'r corff llywodraethu a dylid ei adolygu a'i ddiweddarau yn rheolaidd (o leiaf bob tair blynedd). Pan y caiff y polisi ei adolygu, ymgynghorir â disgyblion,

rhieni, staff, llywodraethwyr, gweithwyr iechyd proffesiynol ac asiantaethau allanol eraill.