

# 

Polisi Addysg Cydberthynas a Rhywedd

(o fis Medi 2023)

| **Dyddiad Mabwysiadu** | **Medi 2023** |
| --- | --- |
| **Llofnod y Pennaeth** |  |
| **Llofnod cadeirydd y Llywodraethwyr** |  |
| **Dyddiad Adolygu** | **Medi 2024** |

**Cynnwys**

[1. Nodau 3](#_heading=h.2et92p0)

[2. Gofynion Statudol 3](#_heading=h.3dy6vkm)

[3. Datblygu Polisi 3](#_heading=h.1t3h5sf)

[4. Diffiniad 4](#_heading=h.4d34og8)

[5. Cwricwlwm 4](#_heading=h.2s8eyo1)

[6. Cyflenwi ACRh 4](#_heading=h.tpnnbrqx8in0)

[7. Rolau a Chyfrifoldebau 5](#_heading=h.vsj9smqmr53s)

[8. Hawl Rhieni i Eithrio 6](#_heading=h.26in1rg)

[9. Trefniadau Monitro 6](#_heading=h.lnxbz9)

[10. Hyfforddiant Staff 7](#_heading=)

[Atodiad 1: Map Cwricwlwm Ysgol Calon Cymru 8](#_heading=h.35nkun2)

[Atodiad 2: Cydberthnasau ac Addysg Rhyw 9](#_heading=h.5mzo6c8bzs25)

# Nodau

Nodau Addysg Cydberthnasau a Rhywedd (ACRh) yn Ysgol Calon Cymru yw:

* darparu fframwaith er mwyn cael trafodaethau sensitif, ac archwilio materion a gwerthoedd
* Helpu disgyblion i ddatblygu teimladau o hunanbarch, hyder ac empathi
* Creu diwylliant cadarnhaol o gwmpas materion cydberthynas a rhywedd
* Addysgu’r disgyblion yr eirfa gywir i ddisgrifio eu hunain a’u cyrff
* Paratoi ndisgyblion ar gyfer glasoed, a rhoi iddynt ddealltwriaeth am ddatblygiad rhywiol a phwysigrwydd iechyd a glanweithdra
* Datblygu plant yn emosiynol, yn gymdeithasol ac yn ddiwylliannol
* Dysgu am gydberthnasau, iechyd rhywiol, dulliau byw iach, amrywiaeth a hunaniaeth personol

**Nid yw ACRh yn hyrwyddo gweitharwch rhywiol.**

# Gofynion Statudol

Mae addysg cydberthynas a **rhywedd**(ACRh) yn chwarae rhan hanfodol i fwyhau lles a diogelwch y dysgwyr ac fe fydd yn orfodol.

# Datblygu Polisi

Datblygwyd y polisi hwn mewn ymgynghoriad â staff a rhieni. Roedd yr ymgynghoriad a datblygu’r polisi’n cynnwys y camau canlynol:

1. Adolygu – roedd aelod o staff wedi gweithio gydag aelodau staff eraill yn Ysgol Calon Cymru, yr Awdurdod Lleol a darparwyr ACRh allanol i ddwyn ynghyd yr holl wybodaeth berthnasol yn cynnwys canllaw cenedlaethol a lleol perthnasol.
2. Ymgynghoriad Staff – rhoddwyd cyfle i’r staff ysgol i gyd i edrych ar y polisi a chynnig argymhellion.

1. Ymgymghoriad y rieni/ rhandeiliaid – gwahoddwyd rhieni ac unrhyw un â diddordeb i ddarllen y polisi ac edrych ar gyflwyniad byr oedd yn amlinellu gofynion y llywodraeth a dull yr ysgol ynglŷn â’r cwricwlwm. Gwnaethpwyd hyn trwy arolwg a’n gwefan. Gallai rhieni ddewis hefyd i gynmryd rhan mewn grŵp ffocws mewn person. Caiff y sylwadau i gyd eu casglu a’u hystyried.
2. Ymgynghoriad y disgyblion trwy lais y disgybl a Gweithgorau Disgyblion.
3. Cadarnhad – wedi gwneud y diwydiadau, rhannwyd y polisi gyda’r llywodraethwyr a’i gadarnhau.

# Diffiniad

Yn Ysgol Calon Cymru mae ACRh yn ymwneud â datblygiad emosiynol, cymdeithasol a diwylliannol disgyblion, ac mae’n ymwneud â dysgu am gydberthnasau, iechyd rhywiol, rhywedd, dulliau byw iach, amrywiaeth a hunaniaeth personol. Mae ACRh yn ymwneud â chyfuno rhannu gwybodaeth, ac archwilio materion a gwerthoedd.

# Cwricwlwm

Er mwyn sicrhau dilyniant a dull ysgol gyfan, rydym yn defnyddio ‘Jigsaw’ fel ein rhaglen addysgu a dysgu dewisol ac yn ei deilwra i anghenion ein plant.

Mae ein cwricwlwm wedi ei osod fel ag y mae yn Atodiad 1 ond efallai bydd rhaid i ni ei addasu yn ôl y gofyn a phan y bydd angen hyn.

Rydym wedi datblygu’r cwricwlwm mewn ymgynghoriad gyda rhieni a staff, gan ystyried oed, anghenion a theimladau’r disgyclion. Os bydd y disgyblion yn gofyn cwestiynau y tu allan i rychwant y polisi hwn, bydd yr athrawon yn ymateb mewn modd priodol, er mwyn iddynt fod yn gwbl wybodus ac yn llai tebyg o droi at gael atebion ar-lein.

# 

# 6. Cyflenwi ACRh

Addysgir ACRh fel dull ysgol gyfan drwy gysylltiadau trawsgysylltiol drwy’r cwricwlwm. Er enghraifft, addysgir llawer o agweddau biolegol ac iechyd ACRh oddi fewn i’r cwricwlwm gwyddoniaeth, a chynhwysir agweddau eraill yn addysg grefyddol (Add Gref). Wrth astudio cydberthnasau iach ar-lein, bydd y plant yn astudio hyn o fewn i’n cwricwlwm cyfrifiadura. Bydd pob disgybl hefyd yn mynychu bore ACRh unwaith bob hanner tymor.

Mae addysg cydberthnasau’n canolbwyntio ar addysgu’r conglfeini sylfaenol a nodweddion cydberthnasau cadarnhaol yn cynnwys:

**6a Cydberthnasau a hunaniaeth**

Mae’r llinyn hwn yn canolbwyntio ar:

* yr amrywiaeth o gydberthnasau y mae pobl yn eu datblygu drwy gydol eu bywydau
* sut y gall ein cydberthnasau a'n rhywioldeb lywio ein hunaniaeth
* pwysigrwydd hawliau dynol wrth sicrhau cydberthnasau iach, diogel a boddhaus mewn cymdeithas gynhwysol.

**6b Iechyd rhyw a lles**

Mae’r llinyn hwn yn canolbwyntio ar:

* dysgu am y ffordd y mae pethau byw yn tyfu, yn atgenhedlu ac yn mynd drwy gylchred bywyd
* datblygu dealltwriaeth o'r corff dynol, gan gynnwys teimladau pobl am eu cyrff a'r ffordd y gall y teimladau hyn gael eu cynrychioli
* y materion iechyd sy'n gysylltiedig â chydberthnasau a rhywioldeb
* dealltwriaeth o'r ffordd y mae rhywioldeb ac iechyd rhywiol yn effeithio ar ein lles.

**6c Grymuso, diogelu a pharch**

Mae’r llinyn hwn yn canolbwyntio ar:

* hawliau dysgwyr i ddiogelwch ac amddiffyniad a rhyddid rhag niwed a gwahaniaethu
* sut a ble i gael gwybodaeth, help a chymorth
* sut i gefnogi ac eirioli dros hawliau, triniaeth deg a pharch i bawb.

Caiff y llinynnau hyn eu hatgyfnerthu a’u mwyhau mewn sawl ffordd: Gwasanaethau, Dydd Mercher Llesiant ac Addoli ar y Cyd, e’i cydnabyddir yn ein system gwobrwyo (seren yr wythnos), trwy gydberthynas plentyn i blentyn, oedolyn i blentyn ac oedolyn i oedolyn ar draws yr ysgol. Ein nod yw ‘byw’ yr hyn a ddysgir a’i gymhwyso i sefyllfaoedd bob dydd yng nghymuned yr ysgol.

I gael mwy o wybodaeth am ein cwricwlwm ACRh, gweler Atodiadau 1 a 2.

Addysgir y meysydd dysgu hyn oddi fewn i gyd-destun bywyd y teulu, gan ofalu sicrhau nad oes yna unrhyw ddifenwi plant ar sail amgylchiadau eu cartref (gall teuluoedd gynnwys teuluoedd un rhiant, rhieni LGBT, teuluoedd gyda thad-cu a mam-gu’n ben, rhieni mabwysiedig, rhieni/gofalwyr maeth ymysg strwythurau eraill) yn ogystal ag adfyfyrio’n sensitif y gall fod gan rai plant strwythur cefenogaeth gwanaol o’u cwmpas (er enghraifft: plant sy’n derbyn gofal neu ofalwyr ifanc).

Rhaid bod Addysg Cydberthnasau, ACRh ac Addysg iechyd yn gyrchadwy i’r disgyblion i gyd. Mae hyn yn hynod bwysig wrth gynllunio addysgu ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig ac anableddau. Y man cychwyn er mwyn sicrhau hygyrchedd fydd addysgu o ansawdd uchel sydd wedi ei wahaniaethu a’i bersonoli. Mae rhai disgyblion yn fwy agored i ecsbloetiaeth, bwlio a materion eraill oherwydd natur eu SEND. Gall Addysg Cydberthnasau ac ACRh fod yn hynod bwysig i rai disgyblion hefyd; er enghraifft, y rheiny sydd ag anghenion Cymdeithasol, Emosiynol ac Iechyd Meddwl neu anableddau dysgu. Ystyrir ffactorau fel hyn wrth ddylunio ac addysgu’r pynciau hyn.

# 7. Rolau a Chyfrifoldebau

**7.1 Y Corff Llywodraethu**

**Bydd y corff llywodraethu’n cymeradwyo’r polisi ACRh ac yn dal y pennaeth yn atbeol am ei weithredu.**

**7.2 Y Pennaeth ac Arweinydd ACRh**

**Y pennaeth sy’n gyfrifol am sicrhau yr addysgir ACRh yn gyson ar draws yr ysgol, ac am reoli ceisiadau i** eithrio disgyblion o gydrannau anstatudol/anwyddonol ACRh (gweler adran 8).

**7.3 Staff**

Y staff sy’n gyfrifol am:

* Gyflwyno ACRh mewn modd sensitif yn unol â gweledigaeth a gwerthoedd yr ysgol
* Modelu agweddau cadarnhaol tuag at ACRh
* Monitro cynnydd
* Ymateb i anghenion disgyblion unigol
* Ymateb yn addas i ddisgyblion y mae eu rhieni am iddynt gael eu heithrio o gydrannau anstatudol / anwyddonol ACRh

Nid oes gan y staff yr hawl i eithrio o addysgu ACRh. Anogir staff sy’n pryderu am addysgu ACRh i drafod hyn gyda’r pennaeth.

**7.4 Disgyblion**

Disgwylir disgyblion i ymrwymo’n llwyr i ACRh ac, wrth drafod materion sy’n ymwneud ag ACRh, trin eraill gyda pharch a sensitifrwydd. Rhaid bod Addysg Cydberthnasau, ACRh ac Addysg iechyd yn gyrchadwy i’r disgyblion i gyd. Mae hyn yn hynod bwysig wrth gynllunio addysgu i ddisgyblion sydd ag anghenion addysgol arbennig ac anableddau sy’n cynrychioli lleiafrif mawr o ddisgyblion. Y man cychwyn i sicrhau hygyrchedd fydd addysgu o ansawdd uchel sydd wedi ei wahaniaethu a’i bersonoli. Hefyd, dylai ysgolion fod yn ymwybodol o baratoi ar gyfer deilliannau oedolaeth, 12 fel y’u gosodwyd yng nghod ymarfer SEND, wrth addysgu’r pynciau hyn i’r rheiny â SEND. Dylai ysgolion fod yn ymwybodol bod rhai disgyblion yn agored i ecsbloetiaeth, bwlio a materion eraill oherwydd natur eu SEND. Gall Addysg Cydberthnasau ac ACRh gof yn bynciau pwysig iawn hefyd i rai disgyblion; er enghraifft, y rheiny sydd ag anghenion Cymdeithasol, Emosiynol ac Iechyd Meddwl neu anableddau dysgu. Dylid ystyried ffactorau fel hyn wrth gynllunio ac addysgu’r pynciau hyn.

# 8. Hawl Rhieni i Eithrio

Nid oes gan rieni’r hawl i eithrio eu plant o addysg cydberthnasau. Mae gan rieni’r hawl i eithrio eu plant o gydrannau anstatudol / anwyddonol addysg rhyw o fewn i ACRh. Ar hyn o bryd, nid yw Ysgol Calon Cymru yn addysgu unrhyw gydrannau anstatudol neu anwyddonol o addysg rhyw. Rydym yn annod pob rhiant i ddod i drafod hyn yn gyntaf gyda Phennaeth y Campws a’r Pennaeth ac yna ffurfioli hyn drwy gyflwyno cais ysgrifenedig os ydynt yn dal i deimlo eu bod am eithrio eu plentyn.

Rhoddir gwaith amgen i ddisgyblion sydd wedi eu heithrio o addysg rhyw.

# 9. Trefniadau Monitro

Yr arweinydd ACRh fydd yn monitro cyflwyniad ACRh:

* Teithiau dysgu
* Arsylliadau ac arsylliadau anweledig
* Edrych ar lyfrau
* Trafodaethau gyda disgyblion – llais y disgybl ac adborth y disgyblion
* Craffu ar gynllunio

Athrawon dosbarth fydd yn monitro datblygiad y disgyblion mewn ACRh fel rhan o’n systemau asesu mewnol.

# 10. Hyfforddiant Staff

Hyfforddir staff i gyflwyno Addysg Cydberthnasau ac Agweddau Biolegol Gwyddoniaeth fel rhan o’u sefydlu, ac fe’i cynhwysir yn ein calendr datblygiad proffesiynol parhaus. Bydd yr ysgol hefyd yn gwahodd ymwelwyr o du allan i’r ysgol, fel nyrsus ysgol neu weithwyr proffesiynol iechyd rhywiol, i roi cymorth ac hyfforddiant i staff sy’n addysgu ACRh.

# Atodiad 1: Map Cwricwlwm Ysgol Calon Cymru

Mae Rhaglen Jigsaw wedi alinio i Raglenni AstudioPSHE y Gymdeithas PSHE.

**Beth ydyn ni’n ei addysgu pryd a phwy sy’n eiaddysgu? Dull ysgol gyfan**

Mae Jigsaw’n ymdrin â phob maes o ACRh ar gyfer y Disgyblion Uwchradd i gyd. Mae’r tabl isod yn rhoi thema dysgu pob un o’r chwe Pos (uned) a chaif fy rhain eu haddysgu ar draws yr ysgol; mae’r dysgu’n dyfnhau ac ymledu bob blwyddyn.

* **Trosolwg Cynnwys ACRh Jigsaw**



# Atodiad 2: Cydberthnasau ac Addysg Rhyw

Dylai’r ffocws yn yr ysgol gynradd a’r uwchradd fod ar addysgu tri llinyn ACRh

Dywed y canllaw, erbyn diwedd yr ysgol gynradd:

|  | **dylai disgyblion wybod…** | **Sut mae Jigsaw’n rhoi ateb** |
| --- | --- | --- |
|  | * bod teuluoedd yn bwysig i blant sy’n tyfu am eu bod yn gallu rhoi cariad, diogelwch a sefydlogrwydd. * nodweddion bywyd teuluol iach, ymrwymiad i’w gilydd, yn cynnwys mewn cyfnodau anodd, amddiffyn a gofalu am blant ac aelodau eraill y teulu, pwysigrwydd treulio amser gyda’i gilydd a rhannu bywydau ei gilydd. * bod teuluoedd eraill, naill ai yn yr ysgol neu yn y byd ehangachweithiau’n edrych yn wahanol i’w teulu hwy, ond dylent hefyd barchu’r gwahaniaethau hynny a gwybod bod cariad a gofal yn nodweddion teuluoedd plant eraill hefyd. * bod cydberthnasau sefydlog, gofalgar, a all fod o wahanol fathau, wrth graidd teuluoedd hapus, a’u bod yn bwysig i ddiogelwch plant wrth iddynt dyfu. * Bod priodas yn cynrychioli ymrwymiad ffurfiol a chyfreithiol cydnabyddedig o ddau berson i’w gilydd sydd i fod i bar gydol eu bywydau (mae priodas yn Lloegr a Chymru ar gael i barau o ryw gwahnaol ac i barau o’r un rhyw. Mae Deddf Priodas (Cyplau o’r Un Rhyw) 2013 wedi ymestyn priodas i gyplau o’r un rhyw yn Lloegr a Chymru. Gall seremoni priodi pâr fod yn un sifil neu grefyddol). * sut i adnabod os yw cydberthnasau teuluol yn gwneud iddynt deimlo’n anhapus neu’n anniogel, a sut i gael help neu gyngor gan eraill os oes angen. * am wahanol fathau o fwlio (yn cynnwys seibrfwlio), effaith bwlio, cyfrifoldebau gwyliedyddion (yn bennaf adrodd am fwlio i oedolyn) a sut i gael help. * beth yw stereoteip, a sut y gall stereoteipiau fod yn annheg, negyddol neu’n ddinistriol. * pwysigrwydd gofyn am ganiatâd ac ildio mewn cydberthnasau gyda ffrindiau, cyfoedion ac oedolion. | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Cydberthnasau * Newid Fi * Dathlu Gwahaniaeth * Bod yn Fi yn Fy Myd |
|  | * bod pobl weithiau’n ymddwyn yn wnahanol ar-lein, yn cynnwys trwy esgus bod yn rhywun nad ydynt. * bod yr un egwyddorion yn berthnasol i gydberthnasau ar-lein ag i gydberthnasau wyneb yn wyneb, yn cynnwys pwysigrwydd parch i eraill ar-lein yn cynnwys yr adegau y maent yn anhysbys. * rheolau ac egwyddorion cadw’n ddiogel ar-lein, sut i adnabod risgiau, cynnwys a chyswllt niweidiol, a sut i adrodd amdanynt. * sut i ystyried yn feirniadol eu cyfeillgarwch ar-lein a’u ffynonellau gwybodaeth yn cynnwys ymwybyddiaeth o’r risgiau sy’n gysylltiedig â phobl nad ydynt wedi eu cyfarfod erioed. | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Cydberthnasau * Newid Fi * Dathlu Gwahaniaeth |

|  | * sut y caiff gwybodaeth a data ei rannu a’i ddefnyddio ar-lein |  |
| --- | --- | --- |
|  | * pa fathau o ffiniau sy’n briodol mewn cyfeillgarwch gyda chyfoedion ac eraill (yn cynnwys mewn cyd-destun digidol). * am y cysyniad o breifatrwydd a’r goblygiadau ar gyfer plant ac oedolion; yn cynnwys nad yw bob amser yn gywir i gadw cyfrinachau os ydynt yn ymwneud â bod yn anniogel. * bod corff pob person yn eiddo iddynt hwy, a’r gwahaniaethau rhwng cyswllt corfforol, ac arall, addas ac anaddas neu anniogel * sut i ymateb yn ddiogel ac addas i oedolion y gallant eu cyfarfod (ymhob cyd-destun, yn cynnwys ar-lein) nad oeddent yn eu hadnabod. * sut i adnabod ac adrodd am deimladau o fod yn anniogel neu deimlo’n wael am unrhyw oedolyn. * sut i ofyn an gyngor neu help i’w hunain neu eraill, a dal ati nes eu bod yn cael gwrandawiad, * sut i adrodd am bryderon neu gamdriniaeth, a’r eirfa a’r hyder sydd ei angen i wneud hynny. * ble i gael cyngor e.e. teulu, ysgol a/neu ffynonellau eraill. | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Cydberthnasau * Newid Fi * Dathlu Gwahaniaeth |

|  | * ble a sut i adrodd am bryderon a chael cefnogaeth gyda materion ar-lein. |  |
| --- | --- | --- |
| **Iechyd a ffitrwydd corfforol** | * nodweddion a buddion meddyliol a chorfforol dull o fyw actif. * pwysigrwydd adeiladu ymarfer rheolaidd i drefn dyddiol ac wythnosol a sut i gyflawni hyn; er enghraifft, cerdded neu seiclo i’r ysgol, milltir actif yn ddyddiol neu fathau eraill o ymarfer egnïol, rheolaidd. * y risgiau sy’n gysylltiedig â dull o fyw anfactif (yn cynnwys gordewdra). * sut a phryd i ofyn am gymorth y cynnwys pa oedolion i siarad â hwy yn yr ysgol os ydynt yn pryderu am eu hiechyd. | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Fi Iach |
| **Bwyta’n iach** | * beth sy’n gwneud deiet iach (yn cynnwys deall calorïau a chynnwys maethol arall). * egwyddorioon cynllunio a pharatopi ystod o brydau bwyd iach. * nodweddion deiet gwael a’r risgiau sy’n gysylltiedg â bwyta aniach (yn cynnwys, er enghraifft, gordewdra a phydredd dannedd) ac ymddygiadau eraill (e.e. effaith alcohol ar ddeiet neu iechyd). | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Fi Iach |
| **Cyffuriau, alcohol a thybaco** | * sut i adnabod arwyddion cynnar o salwch corfforol, fel colli pwysau, neu newidiadau anesboniadwy i’r corff. * ynglŷn ag amlygiad diogel ac anniogel i’r haul, a sut i leihau risg difrod haul, yn cynnwys cancr y croen. * pwysigrwydd digon o gwsg o ansawdd da ar gyfer iechyd da a bod diffyg cwsg yn gallu effeithio ar bwysau, hwyl, a’r gallu i ddysgu. * dysgu am iechyd deintyddol a buddion hylendid ceg da ac edau dannedd, yn cynnwys archwiliad rheolaidd gyda’r deintydd. * dysgu am hylendid personol a germau yn cynnwys bacteria, firysau, sut y maent yn cael eu lledaenu a’u trin, a phwysigrwydd golchi dwylo. * y ffeithiau a’r wyddoniaeth sy’n ymwneud ag imiwneiddio a brechu | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Fi Iach |
| **Cymorth cyntaf sylfaenol** | * sut i wneud galwad clir ac effeithiol i’r gwasanaethau argyfwng os oes angen. * cysyniadau cymorth cyntaf sylfaenol, er enghraifft, ymdrin ag anafiadau cyffredin, yn cynnwys anafiadau i’r pen. | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Fi Iach |
| **Newidiadau i gorff y glasoed** | * ffeithiau aallweddol am lasoed a’r newid i gorff y glasoed, yn arbennig o 9 i 11 mlwydd oed, yn cynnwys newidiadau corfforol ac emosiynol. * dysgu am les y mislif yn cynnwys y ffeithiau allweddol am y gylchred fislifol. | Mae pob un o’r agweddau hyn wedi eu cynnwys yn y gwersi o fewn i’r Posau   * Newid Fi * Fi Iach |