

MAE'N IAWN I FOD YN WAHANOL

NODAU:

- Nodi tebygrwydd a gwahaniaethau mewn pobl.
- Meithrin rhyw fath o ddealltwriaeth o beth yw awtistiaeth.

GWEITHGAREDD CYFLWYNIADOL:

Cyflwynwch y sesiwn hon gan ddefnyddio sleid un ar y PowerPoint.

Gofynnwch i'r plant feddwl am beth y maen nhw'n dysgu amdano. Rhannwch y meini prawf llwyddiant ar gyfer y sesiwn.

Symudwch ymlaen i'r cwestiynau ar sleid dau.

Rhannwch y cyfarwyddiadau ar gyfer y gweithgaredd: mae gan y plant bum munud i siarad â'u partner am eu tebygrwydd a'u gwahaniaethau. Ysgrifennwch eu syniadau ar nodiadau 'post-it'.

Ar ôl pum munud, dangoswch sleid tri i'r plant.

Darllenwch drwy'r dyfyniadau a thrafodwch pam ei bod hi'n iawn i fod yn wahanol i rywun arall, ac mai dyma beth sy'n ein gwneud ni'n unigolion.

Rhowch gyfleoedd i'r plant rannu eu meddyliau.

Symudwch ymlaen i sleid pedwar.

Yma, bydd y plant yn cael y cyfle i rannu eu tebygrwydd a'u gwahaniaethau.

Gofynnwch i'r plant lynu eu nodiadau 'post-it' i'r bwrdd, un ar y tro.

Amrywiad: chwyddwch yr amlinelliad o'r corff (adnodd 1) a gofynnwch i'r plant sticio eu syniadau arno, neu tynnwch linell o amgylch plentyn ar ddarn mawr o bapur a defnyddiwch hwnnw fel yr amlinelliad o'r corff.

ADNODDAU:

CYFLWYNIAD
POWERPOINT
ADNODD 1:
AMLINELLIAD O'R CORFF

PRIF WEITHGAREDDAU:

Symudwch ymlaen i sleid pump a chyflwynwch y gair 'awtistiaeth'.

Defnyddiwch sleid chwech i gael y plant i ddechrau meddwl am awtistiaeth ac i gyflwyno'r dasg nesaf - creu cawod syniadau i ddangos beth yw awtistiaeth/beth mae'n ei feddwl iddyn nhw.

Gofynnwch i'r plant gofnodi eu syniadau ar y daflen cawod syniadau (adnodd 2). Gall hon cael ei chwyddo i A3 i'w defnyddio gan grwpiau bach. Rhowch ychydig o amser i'r plant gwblhau'r dasg. Gofynnwch i'r plant gyflwyno adborth a chofnodi eu syniadau gyda'i gilydd gan ddefnyddio sleid saith.

Defnyddiwch y fideo a'r wybodaeth yn www.autism.org.uk/autism a'r dudalen wybodaeth am awtistiaeth yn www.bit.ly/kids-health-about-autism i ddysgu mwy am awtistiaeth.

ADNODDAU:

ADNODD 2:
CAWOD SYNIADAU

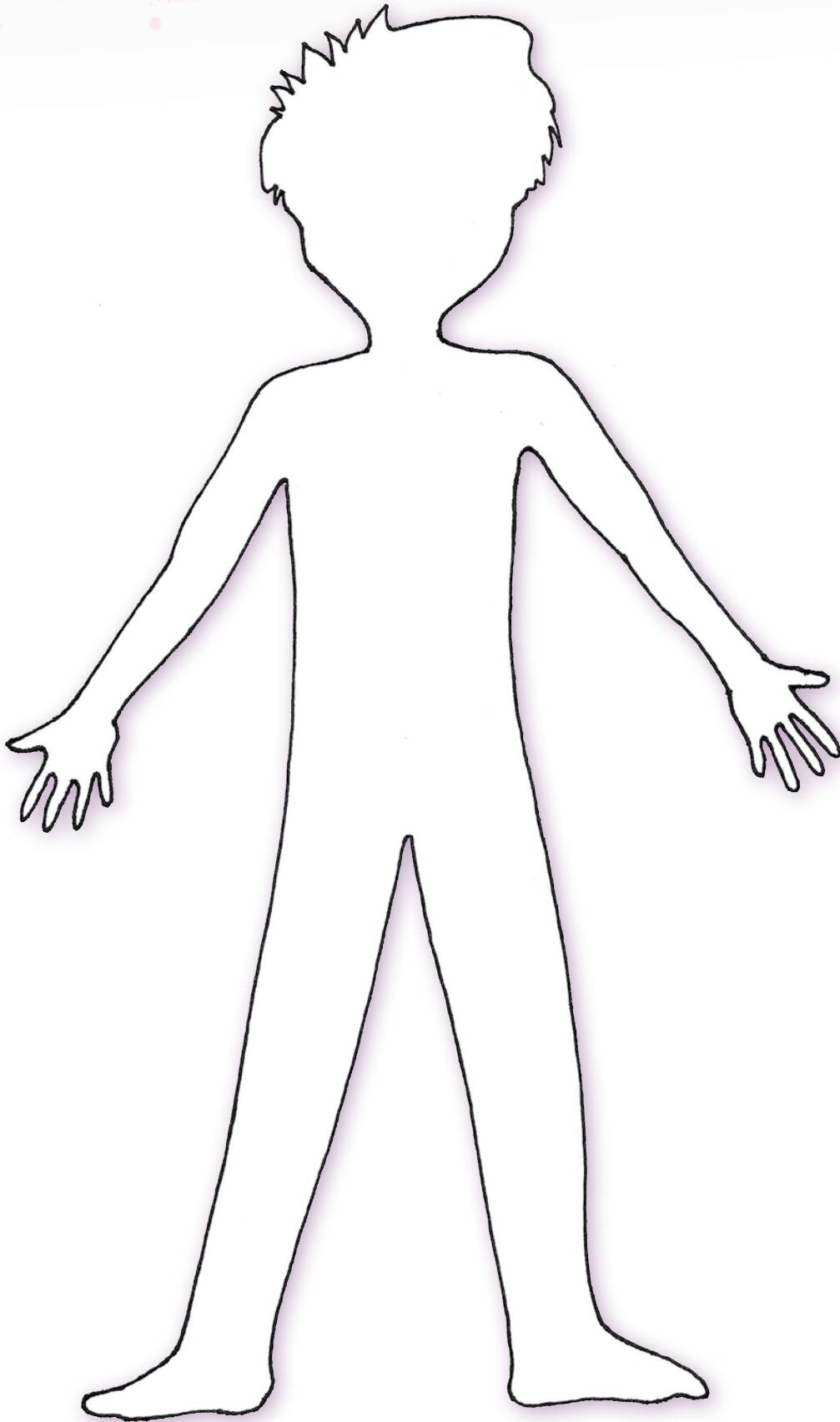
GWEITHGAREDD I GLOI:

I gloi'r sesiwn dangoswch y lluniau ar sleid wyth i'r plant a gofynnwch iddyn nhw ystyried y ffaith nad yw awtistiaeth (gan gynnwys syndrom Asperger) yn eich atal rhag cyflawni.

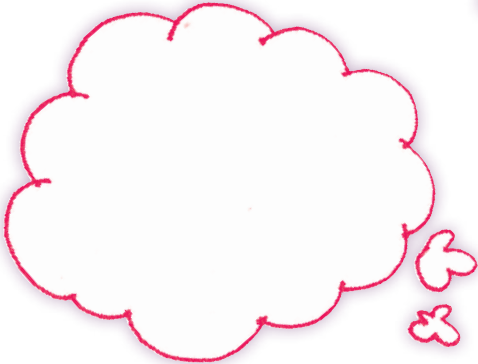
Dylech ganolbwyntio ar sut y gall diddordeb arbennig eich helpu i gyflawni. Er enghraifft, roedd Temple Grandin yn dwlu ar anifeiliaid felly daeth yn arbenigwr ar ddylunio ffermydd a helpodd i wella bywydau'r anifeiliaid a oedd yn byw yno.

GWEITHGAREDDAU YCHWANEGOL:

- Gall plant gynllunio eu cwis codi arian eu hunain (plant yn erbyn athrawon) i gynnwys popeth y maen nhw wedi'i ddysgu am awtistiaeth.



AMLINELLIAD O'R CORFF



AWTISTIAETH



CAWOD SYNIADAU

GWELD Y BYD YN WAHANOL

NODAU:

- Deall bod pobl awtistig yn gweld y byd yn wahanol.
- Deall bod pobl awtistig yn canolbwyntio'n ddwys ar bethau penodol weithiau ond ddim yn talu unrhyw sylw i bethau eraill.

GWEITHGAREDD CYFLWYNIADOL:

Cyflwynwch y sesiwn gan ddefnyddio sleid naw a rhannwch y meini prawf llwyddiant.
Rhowch gyfle i'r plant feddwl am sut maen nhw'n gweld y byd.

ADNODDAU:

CYFLWYNIAD
POWERPOINT

PRIF WEITHGAREDDAU:

Dangoswch y llun ar sleid deg i'r plant. Gofynnwch i'r plant siarad â'u partner am yr hyn y maen nhw'n gallu ei weld yn y llun.

Dangoswch y llun mawr i'r plant (adnodd 1) ac esboniwch fod angen iddyn nhw ysgrifennu beth maen nhw'n gallu ei weld yn y llun ac yna tynnu llun ohono yn y blwch. Gall hwn fod yn weithgaredd sy'n seiliedig ar drafodaeth os yw hynny'n fwy addas i lefel eich disgyblion. Rhowch tua 15 munud i'r plant gyflawni'r dasg.

Symudwch i sleid 11. Trafodwch sut y gwnaethant weld y llun a sut y gallai rhywun ag awtistiaeth ei weld yn wahanol.

ADNODDAU:

ADNODD 1:
LLUN MAWR

GWEITHGAREDD I GLOI:

I gloi'r sesiwn rhowch gyfle i'r plant feddwl am adeg pan roedd ganddyn nhw gymaint o ddi-ddordeb mewn rhywbeth nes iddyn nhw fethu â thalu sylw i'r hyn oedd yn digwydd o'u hamgylch.

GWEITHGAREDDAU YCHWANEGOL:

- Rhowch wybod i'r plant ble y gallant gael rhagor o wybodaeth am awtistiaeth (gweler y rhestr lyfrau). Beth arall y gallan nhw ei ddysgu ar-lein?
- Gallai plant roi adborth i'r dosbarth ar ddiwedd y wers/dydd.

ADNODDAU:

RHESTR LYFRAU

**Beth ydych chi'n ei weld yn y llun?
Ysgrifennwch yr hyn rydych chi'n ei weld.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

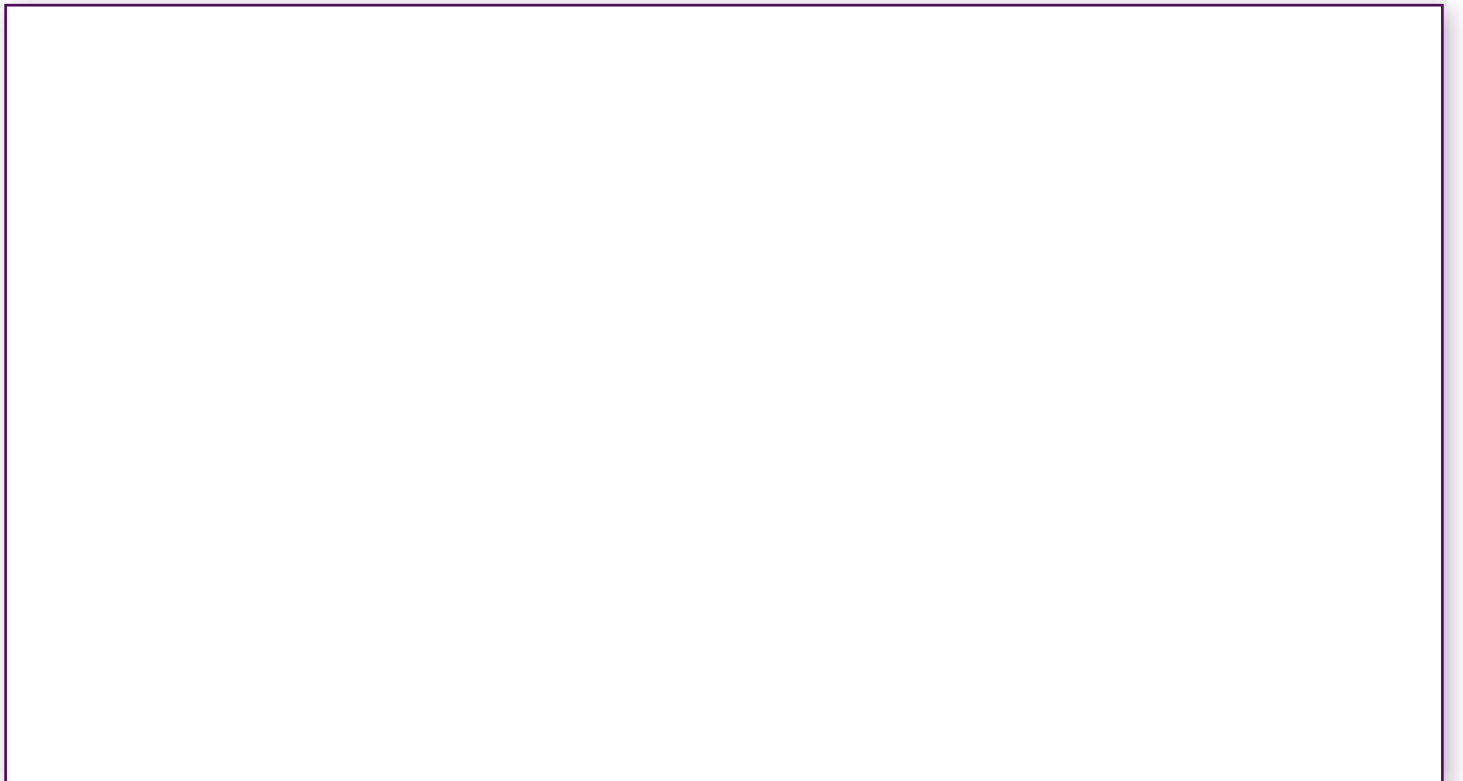
.....

.....

.....

.....

Tynnwch lun o'r hyn rydych chi'n ei weld yn y llun.



DEALL PROBLEMAU SYNHWYRAIDD YN YR YSGOL

NODAU:

- Dysgu am y problemau synhwyrdd a all effeithio ar bobl awtistig yn yr ysgol.
- Bod yn ymwybodol o sut y gallai hyn deimlo.

GWEITHGAREDD CYFLWYNIADOL:

Dywedwch wrth y plant fod pobl ar y sbectrwm awtistig yn teimlo bod eu synhwyrddau'n cael eu 'troi i fyny' neu eu 'troi i lawr'. Defnyddiwch y syniad o reoli lefel sain teledu neu radio, a sut y gall y rhain fod yn rhy swnllyd neu'n rhy dawel.

PRIF WEITHGAREDDAU:

Rhannwch y plant i mewn i saith grŵp.

Rhowch synnwyr i bob un ohonynt (golwg, arogl, blas, cyffyrddiad, sŵn, cydbwysedd, ymwybyddiaeth o'r corff)

Gofynnwch iddyn nhw weithio gyda'i gilydd i feddwl am sut y gallai'r synnwyr hwn effeithio ar rywun awtistig yn y dosbarth/ysgol.

Gallai hyn fod drwy sesiwn taflu syniadau gyda darnau mawr o bapur a phennau, ond gallai fod elfennau rhyngweithiol ar y byrddau hefyd. Er enghraifft, gallech gael 'bocs annifyr' yn cynnwys eitemau garw, rhywbeth sy'n arogl'n gryf a rhywbeth sy'n gwneud sŵn, uchel neu annifyr, fel recordiadau o grafu bwrdd du, balŵns yn gwichian neu symbalau'n cael eu taro'n galed.

Siaradwch gyda'ch gilydd am sut y gwnaeth y profiadau synhwyrdd hyn i bawb deimlo.

Esboniwch mai dyma sut y gall pobl awtistig brofi pethau bob dydd.

Er enghraifft:

- gallai dillad deimlo fel yr eitemau garw yn y bocs
- gallai brechdan arogl'n gryf iawn
- gallai'r ystafell ddosbarth swnio'n uchel neu annifyr.

ADNODAU:

DETHOLIAD O EITEMAU
SYNHWYRAIDD A FYDD
YN ACHOSI YMATEBION
GRYF

GWEITHGAREDD I GLOI:

Gofynnwch i'r grwpiau gyflwyno'r hyn y maent wedi'i ddysgu, ei drafod a'i brofi i'r dosbarth ar ddiwedd y wers.

BETH Y MAE ANGEN I CHI EI WYBOD

Pan fyddwch chi'n cynllunio eich gweithgareddau ymwybyddiaeth awtistiaeth, cofiwch ddilyn y canllawiau hyn. Cofiwch ystyried sensitifrwydd posib unrhyw rai o'r myfyrwr yn y dosbarth sydd ar y sbectrwm awtistiaeth.

1. GWNEWCH YN SIŴR BOD ANGHENION YN CAEL EU BODLONI

Efallai y bydd myfyriwr sydd ar y sbectrwm awtistiaeth yn teimlo'n fwy pryderus ac o dan straen yn ystod yr wythnos. Mae'n bwysig gofalu bod eu hanghenion yn cael eu bodloni. Efallai y gallech chi wneud yn siŵr fod ganddyn nhw rywle i ddianc, i'w helpu i ymdopi ag unrhyw broblemau synhwyaidd neu sefyllfaoedd sy'n peri straen. Efallai y bydd angen clustffonau canslo sŵn ar rai myfyrwr neu 'degan symbylu' i'w helpu i ymdopi â'r amgylchedd. Siaradwch â nhw, a'u rhieni/gofalwyr, am eu hanghenion.

2. BYDDWCH YN SENSITIF I'R UNIGOLYN

Pobl yw pobl awtistig yn y pen draw! Gwnewch yn siŵr eich bod yn meddwl am anghenion yr unigolyn wrth ei baratoi ar gyfer yr wythnos neu unrhyw weithgareddau. Ceisiwch beidio gwneud tybiaethau am sut bydd yn gweld rhywbeth.

3. PEIDIWCH Â THYNNU GORMOD O SYLW AT UNIGOLION

Bydd siarad am awtistiaeth yn tynnu sylw at unrhyw fyfyrwr y mae myfyrwr eraill yn ymwybodol ei fod yn awtistig. Gwnewch yn siŵr nad ydi'r disgybl yn teimlo bod gormod o sylw'n cael ei roi iddo. Gallai'r ffocws ychwanegol arwain at fwlio, felly cofiwch roi camau ar waith i atal hyn.

Mae rhai o'r strategaethau yn cynnwys:

- cael mwy o staff gyda'r myfyriwr drwy gydol yr wythnos (heb i hynny fod yn rhy amlwg)
- sicrhau bod staff yn monitro unrhyw lefydd cuddiedig yn y lle chwarae
- rhoi system cyfaill ar waith
- siarad â'r myfyriwr yn ystod yr wythnos i weld sut mae'n ymdopi - os yw lleferydd yn broblem, mae defnyddio matiau siarad (matiau lle mae modd rhoi lluniau arnyn nhw a'u haildrefnu yn ôl yr angen) yn ffordd dda o ddarganfod pryd mae myfyriwr yn teimlo'n hapus neu'n drist yn ystod diwrnod ysgol.

4. RHOWCH GYNGOR YMLAEN LLAW

Rydyn ni'n argymhell eich bod yn siarad â rhieni neu ofalwyr eich myfyrwr awtistig am yr hyn a fydd yn cael ei drafod cyn i'r gweithgareddau ddechrau. Bydd hyn yn rhoi cyfle iddyn nhw drafod unrhyw bryderon a gofidiau sydd gan y disgybl. Rydym ni hefyd yn argymhell fod yr athro'n cael sgwrs ag unrhyw fyfyrwr awtistig cyn y gwersi er mwyn eu paratoi.

5. HELPWCH EICH MYFYRWYR AWTISTIG I DEIMLO BOD GANDDYN NHW REOLAETH

Mae'n bwysig bod myfyrwr awtistig yn teimlo bod ganddyn nhw reolaeth o'r sefyllfa cymaint ag y bo modd. Gall hyn olygu gweithio gyda chi i greu strategaethau ymdopi ar gyfer sefyllfaoedd a all eu llethu a chwarae rôl weithredol yn y gwaith o gynllunio'r gweithgareddau gyda chi.

AWGRYMIADAU I HELPU MYFYRWYR AWTISTIG I DDYSGU

➤ **Ceisiwch ddenu sylw'r myfyriwr cyn dechrau rhoi cyfarwyddiadau.**

Gallwch alw eu henw neu fynd yn nes atynt, ond dylech hefyd fod yn ymwybodol o unrhyw broblemau sydd ganddynt wrth fod yn agos iawn at bobl eraill

➤ **Defnyddiwch iaith eglur a chyson.**

Rhowch gynnig ar ddefnyddio cliwiau neu symbolau gweledol ochr yn ochr â geiriau gan y gall hyn ei gwneud yn haws i ddilyn eich cyfarwyddiadau. Yn aml bydd gwybodaeth weledol yn ddefnyddiol dros ben i bobl ar y sbectrwm awtistiaeth.

➤ **Rhowch amser i'r plentyn i brosesu gwybodaeth.**

Ceisiwch ddefnyddio'r rheol chwe eiliad: Cyfrwch i chwech yn eich pen ar ôl rhoi cyfarwyddyd.

➤ **Gwnewch yn siŵr eich bod yn dweud yr hyn rydych yn ei olygu.**

Ceisiwch osgoi iaith anlythrennol fel trosiad, coegni neu idiom heb roi eglurhad clir o'ch ystyr hefyd. Gallech dreulio rhywfaint o amser yn dysgu rhai idiomaau a throsiadau cyffredinol i fyfyriwr, gan eu hegluro mewn ffordd lythrennol. Efallai yr hoffent lunio rhestr o dermau cyffredin maent yn cael trafferth â hwy.

➤ **Ceisiwch gynnwys arddangosiadau, gweithgareddau a lluniau yn eich gwersi.**

Mae pobl ar y sbectrwm awtistiaeth yn dysgu'n well pan fyddant yn gallu gweld pethau. Defnyddiwch luniau realistig gan na fyddant efallai'n gallu uniaethu â rhai nad ydynt yn realistig. Mae cymorth gweledol yn ddefnyddiol iawn i baratoi ar gyfer newidiadau ac i egluro gwybodaeth.

➤ **Gwnewch y wers yn fwy diamwys drwy ei chysylltu â phrofiad y plentyn.**

Neu ceisiwch roi profiad o'r fath i'r plentyn – wedi'r cyfan mae'n haws deall hapusrydd pan fyddwch yn teimlo'n hapus. Y rheol euraidd yw dechrau gyda'r diriaethol (rhywbeth mae gan y plentyn brofiad ohono) a symud ymlaen i'r haniaethol (yr hyn rydych yn gofyn iddo'i ddychmygu).

➤ **Ceisiwch ddysgu pwnc newydd mewn cymaint o sefyllfaoedd â phosibl.**

Gall plant ar y sbectrwm awtistiaeth ei chael yn anodd 'cyffredinoli' sgil maent wedi'i ddysgu neu ddefnyddio sgil mewn ffordd newydd pan fyddant mewn cyd-destunau amrywiol. Er enghraifft, os ydych chi'n dysgu adio, dysgwch y plentyn i adio drwy ddefnyddio gwrthrychau, rhifau a bysedd i gyfrif. Peidiwch â disgwyl i fyfyriwr awtistig ddysgu'r pethau hyn eu hunain, neu ddeall yn reddfol bod adio llorweddol a fertigol yn ddwy ffordd o gyflawni'r un dasg.

➤ **Cadwch bethau'n dawel a syml. Bydd plant awtistig yn elwa ar fan dysgu tawel, heb ddim i dynnu eu sylw.**

Oherwydd eu gwahaniaethau canfyddiadol hefyd, gall gormod o s n, symud, lliwiau llachar a lluniau fod yn anodd i'r rhan fwyaf o blant awtistig i ymdopi â hwy. Yn yr un modd, os ydych chi'n defnyddio lluniau i ddysgu, ceisiwch osgoi lluniau cymhleth neu luniau gyda gormod o wybodaeth ynddynt.

➤ **Dylech gael rheolau ac arferion cyson yn yr ystafell ddosbarth. Mae'n bwysig bod eich disgyblion awtistig yn gwybod beth rydych yn ei ddisgwyl ganddynt.**

Gwnewch yn si r bod rheolau'n cael eu hegluro'n glir gan ddefnyddio cymorth gweledol a bod y rheolau a osodir yn cael eu dilyn gan staff hefyd (nid oes dim sy'n fwy niweidiol i ymddiriedaeth a pherthynas dda na phan na fydd staff yn dilyn y rheolau maent yn eu gosod i bobl eraill!)

➤ **Gwnewch yn si r bod gennych ganlyniadau clir ar gyfer adegau pan fydd rheolau'n cael eu torri.**

Dylai'r rhain effeithio ar y dosbarth cyfan (a'r staff – gweler uchod).

➤ **Defnyddiwch seibiannau**

Gall cael seibiant o'r dosbarth helpu myfyriwr i ddod ato'i hun ar ôl profiad a oedd wedi achosi straen iddo. Dylid edrych ar seibiannau fel rhywbeth sy'n ateb galw, ac nid fel gwobr am gydymffurfio neu fel cosb.

➤ **Defnyddiwch amserlenni gweledol.**

Mae'r rhain yn helpu i roi strwythur ac maent felly'n lleihau ansicrwydd a phryder, gan helpu'r myfyriwr i ganolbwyntio ar ei ddysgu.

Os hoffech gael mwy o ganllawiau am ddim i athrawon ar awtistiaeth yn syth i'ch blwch e-bost, cofrestrwch gyda **MyWorld** yn www.autism.org.uk/myworld.