POLISI ADDYSG CYDBERTHYNAS A RHYWIOLDEB YSGOL GYFUN GŴYR

Mae'r ddarpariaeth Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn sicrhau bod ein plant a phobl ifanc yn cael cyfleoedd o ansawdd uchel i ddatblygu eu dealltwriaeth o gydberthynas a rhywioldeb er mwyn eu grymuso â'r ddealltwriaeth a'r sgiliau mae arnyn nhw eu hangen i wneud dewisiadau cadarnhaol, iach, diogel a gwybodus am eu ffordd o fyw. Bydd unrhyw gwestiynau sy'n cael eu gofyn gan ein dysgwyr yn cael eu trafod yn sensitif ac yn agored pan yn addas gyda'r cyd-destunau gwahanol, y sefyllfa, yr oedran ac aeddfedrwydd y dysgwr. Bydd yr agweddau hyn hefyd yn cael eu trin pan fyddant yn digwydd o fewn themâu gwahanol.

Mae hefyd yn sicrhau bod ein plant a phobl ifanc yn profi eu hawliau o dan CCUHP.

Mae'r hawliau hyn yn cynnwys:

- yr hawl i beidio ag wynebu camwahaniaethu (**Erthygl 2**)
- yr hawl i gael eu clywed, i fynegi barn, ac i fod yn rhan o benderfyniadau (**Erthygl 12**);
- yr hawl i gael mynediad at wybodaeth fydd yn caniatáu i blant wneud penderfyniadau am iechyd (**Erthygl 17**)
- yr hawl i brofi'r lefel uchaf sy'n bosibl o iechyd, mynediad at gyfleusterau iechyd, gofal iechyd ataliol, ac addysg a gwasanaethau cynllunio teulu (**Erthygl 24**)
- yr hawl i gael addysg sy'n cefnogi pob plentyn i ddatblygu a chyrraedd eu potensial llawn, a pharatoi plant i feithrin dealltwriaeth a goddefgarwch at bobl eraill (**Erthygl 29**)
- yr hawl i amddiffyniad gan y llywodraeth rhag cam-drin ac ecsbloetio rhywiol (**Erthygl 34**).

Rhagarweiniad

Ceir Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb ei chynllunio a'i hintegreiddio fel rhan o'r cwricwlwm cyfan, gyda chydlynu effeithiol i sicrhau dilyniant a chynnydd mewn dysgu ar draws y cyfnodau allweddol. Ystyrir hefyd fel rhan o'r rhaglen fugeiliol lawn sy'n cyfrannu at ethos ysgol gyfan, un sy'n gosod ffocws ar ddatblygiad personol cyflawn drwy osod cynnydd yng ngwybodaeth a dealltwriaeth yr unigolyn o faterion cydberthnasau a rhywioldeb, datblygiad sgiliau a'i hunan-les yn flaenllaw. Mae addysg cydberthynas a rhywioldeb yn cyfrannu at hyrwyddo datblygiad ysbrydol, moesol, diwylliannol, meddyliol a chorfforol ein dysgwyr er mwyn eu paratoi am gyfleoedd, cyfrifoldebau a phrofiadau bywyd oedolyn. Ystyrir bod cydberthnasau iach yn elfen hanfodol o sefydlu a chynnal iechyd corfforol, deallusol, cymdeithasol, meddwl ac emosiynol da. Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn archwilio'r ffyrdd rhyng-gysylltiedig y mae amrediad eang ac amrywiol o ddylanwadau yn effeithio ar y gallu i ffurfio a chynnal cydberthnasau cadarnhaol. Mae deall sut mae cydberthnasau yn cael eu ffurfio, yn datblygu ac yn cael eu cynnal yn ein galluogi i ddatblygu'r sgiliau a'r agweddau sy'n ein caniatáu i greu ein cydberthnasau iach ein hunain. Mae'n cefnogi pobl ifanc i ddatblygu'r wybodaeth a'r sgiliau angenrheidiol i lywio yn effeithiol y dylanwadau hyn sy'n newid yn gyflym a sefydlu cydberthnasau parchus a diogel drwy gydol eu bywydau.

Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb, er ei bod yn meithrin agweddau ac ymddygiadau cadarnhaol, hefyd yn rhoi gofod i ddysgwyr archwilio nodweddion cydberthnasau nad ydynt yn rhai iach a chadarnhaol. Megis datblygu perthnasoedd iachus, trais yn erbyn menywod, y gyfraith o ran rhannu delweddau, cydsyniad, dulliau atal cenhedlu, amddiffyn yn erbyn henitiau rhywiol a cham-drin domestig.

Mae ACRh yn ofyniad gorfodol ar gyfer pob dysgwr o 3 i 16 oed yn y Cwricwlwm i Gymru ("y Ddeddf"). Mae hyn yn golygu bod rhaid i bob dysgwr dderbyn yr addysg hon. Nid oes hawl tynnu'n ôl o ACRh o fewn y Cwricwlwm i Gymru.

Ysrifennwyd y polisi hwn yn unol â Deddf Cwricwlwm ac Asesu (Cymru) 2021; dolen yma.

Mae'r polisi ACRh yn adlewyrchu egwyddorion polisïau eraill yr ysgol megis:
Polisi Diogelu/Amddiffyn Plant,
Polisi Dysgu Byw
Polisi Atal bwlio
Polisi Cydraddoldeb
Polisis Amrywiaeth a Chyfrinachedd
Polisi Iechyd a Llesiant
Polisi Diogelwch Ar-lein

Anogir teuluoedd i chwarae rôl yn addysg eu plentyn wrth gefnogi nhw i ddeall cydberthynas a rhywioldeb. Ni fydd addysg yn yr ysgol yn disodli'r dysgu hwn, yn hytrach, bydd yn bodoli ochr wrth ochr ag ef i sicrhau bod pob plentyn a pherson ifanc yn datblygu eu dealltwriaeth o gydberthynas iach, cydraddoldeb, diogelwch, llesiant a'u hawliau.

Dull gweithredu Ysgol Gyfan ACRh

Defnyddir ymagwedd ysgol gyfan i ddarparu ACRh er mwyn creu cysylltiadau clir ac effeithiol rhwng holl elfennau cwricwlwm, polisi a'r gymuned Ysgol. Mae hyn yn annog cyfathrebu ac atgyfnerthu ethos cadarnhaol a chyfannol ar gyfer ein dysgwyr.

Addysgu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn chwarae rhan bwysig yn y gwaith o gyflawni dyheadau'r cwricwlwm. Mae'n elfen drawsbynciol yn y gwahanol feysydd dysgu a phrofiad ac adrannau gwahanol. Dysgir hefyd yn y gwersi Lles CA3 ac yn y gwersi ABCh.

- **Yn y gwersi ABCh**
- **Yn y Gwersi Lles CA3**
- **Yn drawsgwricwlaidd**

Drwy wersi Iechyd a Lles a boreau ABCh yr ysgol gan y tîm Iechyd, sef grŵp o athrawon sydd wedi dewis arbenigo yn y gwaith o addysgu'r thema hon i ddisgyblion yr ysgol. Atgyfnerthir yr addysgu yn achlysurol gan sesiynau a gynhelir gan asiantaethau allanol ac arbenigwyr iechyd. Fel arfer addysgir Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb i ddosbarthiadau gallu cymysg o fechgyn a merched, ond yn achlysurol, yn ôl yr angen, oherwydd natur sensitif y deunydd a grwpiau o ddisgyblion, addysgir testun e.e. archwilio'r corff i ganfod haint rhywiol, i fechgyn a merched ar wahân. Addysgir Addysg Rhyw mewn modd sensitif gan gadw'n flaenllaw'r egwyddor o ryw ddiogel yng nghyd-destun perthynas gariadus a'r pwysigrwydd o ymagwedd ddiragfarn tuag at ymddygiad rhywiol cyfrifol a chyfreithiol. Yn ogystal, mae ymrwymiad yr ysgol i'r Cynllun Ysgolion Iach hefyd yn fodd i addysgu'r disgyblion ynghylch agweddau o Addysg rhywioldeb a pherthnasoedd iach.

Cefnogi'r Disgybl

Oherwydd natur sensitif cynnwys y rhaglen Addysg Cydbertynas a Rhywioldeb, y mae'n bosib y bydd disgybl, yn fwriadol neu'n anfwriadol, yn rhannu gwybodaeth ag athrawon a allai fod yn achos o ofid o ran materion Diogelwch Plant. Yn y fath amgylchiadau, y mae'n hanfodol fod athrawon yn dilyn y canllawiau a gynhwysir ym Mholisi Amddiffyn Plant Cyngor a Sir Abertawe a'r Weithdrefn Ysgol ynghylch Achosion o Gam-drin. O ganlyniad, efallai fydd angen cefnogaeth ar y disgybl drwy fodd cwnselydd yr ysgol neu gan asiantaeth lles allanol e.e. Gwasanaethau Cymdeithasol. Drwy'r holl broses, ymdrechir i ennyn ymddiriedaeth a dealltwriaeth y disgybl ynghylch y camau, mewn cydweithrediad â rhieni/gofalwyr, ac eithrio os fydd hynny yn gosod y disgybl mewn mwy o berygl.

<u>Rheoli Addysg Rhyw</u>

Fe reolir rhaglen Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yr ysgol ynghyd â'i safonau dysgu ac addysgu, gan Mr Emyr Myers, Cydlynydd ACRh. Nodi'r anghenion y staff o ran datblygu proffesiynol a bodloni'r eu anghenion wrth annog a threfnu Datblygiad proffesiynol parhaus ar agweddau o Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb. Rhennir arferion effeithiol yn rheolaidd ymhlith y tîm o athrawon.

<u>Arwyddbost</u>

Mae ein dull gweithredu ysgol gyfan ac effeithiol i Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn sicrhau bod ein dysgwyr yn gwybod i ble i droi am wybodaeth berthnasol, hawdd cael gafael arni, am wasanaethau sy'n diwallu eu hanghenion, gan gynnwys llinellau cymorth, gwefannau, a gwasanaethau cyngor lleol ac iechyd rhywiol. Anogir ein dysgwyr i siarad ag oedolyn maent yn ymddiried ynddo ynglŷn ag unrhyw deimladau sy'n peri trafferth iddynt a bod ganddynt fynediad i rifau llinellau cymorth, gwefannau a sefydliadau perthnasol.

Mae 3 cydran wahanol i Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb:

1. **Cydberthynasau a Hunaniaeth**
2. **Iechyd Rhywiol a lles**
3. **Grymuso, diogelwch a pharch**

Cyfrinachedd
Rhoddir gymorth i athrawon a staff er mwyn darparu cyngor, cwnsela a thriniaethau amrywiol i ddysgwyr mewn sesiynau HMS, Cyfarfodydd boreol a sgrysiau proffesiynol. Darperir gefnogaeth hefyd i staff wedi ymdrin â datgeliadau personol.

Gweithio gyda rhieni/gofalwyr a'r gymuned ehangach
Cydweithir yn effeithiol gyda rhieni a gofalwyr, er mwyn sicrhau bod ein darpariaeth Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn gwireddu dyheadau a chwrdd ag anghenion ein dysgwyr. Ni fydd bob amser yn bosibl ystyried dymuniadau ein holl rieni/gofalwyr ond ymgynghorir gyda rhieni/gofalwyr drwy system Parnetmail.Wedi penderfyniad Llywodraeth Cymru, nid oes hawl gan rhieni a gofalwyr bellach yr hawl i dynnu eu plant allan o wersi Cydberthnasau a rhywioldeb.
Trefnwyd bod y polisi ACRh ar gael i rieni/gofalwyr, e.e. yn llawlfyr yr ysgol ac mewn deunyddiau eraill am y cwricwlwm yr ysgol.

Gweithio gydag ymwelwyr ac asiantaethau allanol
Pan fydd ymwelwyr ac asiantaethau allanol yn darparu cyfleoedd dysgu sesiynol i ddysgwyr, bydd yr ysgol yn sicrhau:
- Bod yr ysgol a'r darparwr allanol wedi cytuno ar y nodau, y cynnwys a'r ymagwedd i'w mabwysiadu.
- Bod yr awdurdod lleol (adran addysg) yn gwybod am yr asiantaeth ac wedi'i chymeradwyo fel darparwr cefnogaeth ACRh mewn ysgolion.
- Bod yr ysgol wedi hysbysu'r darparwr am unrhyw bolisïau perthnasol yn yr ysgol.
- Bod yr ysgol wedi hysbysu a pharatoi disgyblion cyn yr ymweliad ac wedi rhoi amser iddynt baratoi cwestiynau.
- Bydd ysgolion sy'n comisiynu asiantaethau allanol yn cymhwyso ac yn dilyn gweithdrefnau recriwtio a chomisiynu diogel yr awdurdod lleol.
- Bod yr ysgol wedi cynllunio i'r darparwr gael ei gefnogi'n weithredol gan athro drwy gydol yr ymweliad.

Gall rhai o'r asiantaethau yma cael ei darganfod tuag at ddiwedd y dogfen.

ACRh sy'n ddatblygiadol briodol

Mae'r Ddeddf yn ei gwneud hi'n ofynnol i'r ACRh a ddarperir fod yn ddatblygiadol briodol i ddysgwyr. Felly, mae'n rhaid i ysgolion a lleoliadau ystyried amrywiaeth o ffactorau megis oedran, gwybodaeth ac aeddfedrwydd y dysgwyr ac unrhyw anghenion dysgu ychwanegol. Bydd ACRh yn Ysgol Gyfun Gŵyr yn ddatblygiadol briodol i bob dysgwr. Dylai oedran y dysgwyr fod yn un o'r meini prawf a ddefnyddir gan ymarferwyr i benderfynu ar briodoldeb cynnwys; fodd bynnag, bydd ffactorau eraill y bydd angen iddynt eu hystyried wrth gynllunio darpariaeth. Dylid hefyd ystyried ffactorau fel datblygiad corfforol a meddyliol ac emosiynol dysgwyr. Mae hyn yn hanfodol er mwyn sicrhau bod dysgwyr yn cael eu cadw'n ddiogel rhag gwybodaeth nad ydynt yn ddigon aeddfed i'w phrosesu. Fodd bynnag, ni ddylai hyn fod yn rheswm dros beidio â rhoi'r wybodaeth hanfodol sydd ei hangen ar blant a phobl ifanc wrth iddynt ddatblygu'n gorfforol, yn feddyliol ac yn emosiynol; er mwyn cyflwyno ACRh sy'n ddatblygiadol briodol, mae angen rhoi sylw i bynciau sy'n rhan annatod o ddatblygiad dysgwyr. Er enghraifft, dylid trafod materion a all effeithio ar rhai ddysgwyr iau, megis y glasoed a'r mislif, mewn modd sensitif a chyn iddynt dechrau profi newidiadau Corfforol Byddwn hefyd yn ystyried sut y darperir cefnogaeth briodol drwy ymagwedd ysgol gyfan megis, yn achos y glasoed, sicrhau bod deunyddiau mislif ar gael i ddysgwyr.

Dyma Egwyddorion ein Haddysg Cydebrthynas a Rhywioldeb:

Egwyddorion Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb Ysgol Gyfun Gŵyr		
Grymuso a thrawsffurfio Wrth ddefnyddio dull gweithredu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb sy'n grymuso a thrawsffurfio ceir ymagwedd gadarnhaol i ddysgu. Defnyddir dulliau gweithredu cadarnhaol tuag at Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb er mwyn galluogi plant a phobl ifanc i ddatblygu'r wybodaeth, y sgiliau a'r ddealltwriaeth i wneud dewisiadau gwybodus sy'n cefnogi profiadau bywyd cadarnhaol, gan gynnwys llesiant rhywiol a chydberthnasau iach.	**Amddiffynnol ac ataliol** Ymagwedd ataliol ac amddiffynnol nid yn unig ymagwedd sydd yn canolbwyntio ar strategaethau sy'n lleihau risg bersonol yn unig. Defnyddio addysgeg ryngweithiol sy'n annog cydweithio o fewn yr ysgol a chyda rhieni a'r gymuned ehangach. Cefnogi plant a phobl ifanc i feithrin y gwydnwch, tosturi a llythrennedd emosiynol a chymdeithasol angenrheidiol i ymgysylltu'n gadarnhaol â newid (e.e. mewn perthynas â'u hunaniaeth, eu corff, mewn cydberthnasau, mewn teuluoedd ac yn y gymdeithas). Cefnogi wrth feithrin hyder plant a phobl ifanc i gyfathrebu'n effeithiol a gwybod ble a sut i geisio cyngor a chymorth,	**Perthnasol, deniadol ac wedi ei gyd-gynhyrchu-** Yn briodol i ddatblygiad, yn seiliedig ar hawliau a chydraddoldeb. Yn addas i'r oedran. Rhoi mynediad cyfartal i ddysgwyr. Clywed llais ein dysgwyr a chasglu eu safbwyntiau er mwyn deall eu profiadau yn well ac ail adddasu yn barhaol ddyluniad ein darpariaeth Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb. Ymgysylltu â rhieni a gofalwyr er mwyn siapio darpariaeth sy'n ystyried eu dymuniadau a'u pryderon ac sy'n briodol i oedran ac amgylchiadau ein dysgwyr.
Cynhwysol Cydnabod pwysigrwydd amrywiaeth a gwahaniaeth ar draws amrediad o hunaniaethau sy'n gysylltiedig â chydberthnasau, rhyw, rhywedd a rhywioldeb a bod yr amrywiaeth honno yn ffynhonnell cryfder ac yn greiddiol i gymdeithas gydlynol, deg a chyfiawn. Yn diwallu anghenion ein holl ddysgwyr.	**Creadigol** Mae dulliau creadigol yn datblygu gallu dysgwyr i edrych ar wahanol safbwyntiau a mynd ati i ddatblygu empathi ac ystyried persbectif a phrofiad pobl eraill. Defnyddir addysgeg greadigol ar gyfer datblygu dulliau dysgu diogel a deniadol.	**Cyfannol** Defnyddir ymagwedd gyfannol wrth archwilio'r ffyrdd rhyng-gysylltiedig y mae rhyw, rhywedd, rhywioldeb a chydberthnasau yn siapio bywydau pobl ar draws y byd. Defnyddir dull ysgol Gyfan er mwyn addysgu testunau Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb Rhoddir cyfle i ddysgwyr ailymweld â chysyniadau allweddol drwy gydol eu haddysg ac adeiladu arnynt wrth iddynt dyfu o ran oedran a dealltwriaeth.

<u>Nodau a Deilliannau</u>

Addysgir Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb o fewn fframwaith o werthoedd ac egwyddorion moesol a thrwy hynny

- rhoi cyfle i ddisgyblion gael gwybodaeth ffeithiol am eu cyrff a'r prosesau sy'n gysylltiedig â thyfu i fyny a rhyw - fel glaslencyndod, atalcenhedlu a heintiau rhywiol

gan gynnig cyfle iddynt drafod materion sydd o bwys ar adegau penodol wrth iddynt aeddfedu.

- meithrin ym mhob unigolyn yr hyder, yr hunan barch a'r hunan ddibyniaeth i ddatblygu cod moesol personol a fydd yn ei alluogi i wrthsefyll unrhyw bwysau annheg i fod yn rhywiol weithredol
- datblygu sensitifrwydd a pharch at werthoedd a theimladau eraill o ran hil, rhyw a chrefydd
- trafod Addysg Rhyw o fewn cyd-destun perthynas gariadus a gofalgar o gyfrifoldeb personol, o hunan-barch a pharch at eraill gan drafod yr angen am gariad, ymddiriedaeth ac ymrwymiad mewn perthynas rywiol
- meithrin yr ymwybyddiaeth bod gan bawb yr hawl i gael eu parchu
- gyfnewid rhagfarn am wybodaeth ffeithiol gywir sy'n sicrhau diogelwch yr unigolyn
- dysgu bod gan bob unigolyn yr hawl i wneud dewisiadau drostynt eu hunain ac i beidio â bod yn rhywiol weithredol
- bwysleisio bod gan bob plentyn yr hawl i gael ei eisiau a bod trafod y cyfrifoldebau ynghlwm â dechrau a magu teulu a phwysigrwydd atalcenhedlu yn rhan hanfodol o ddechrau perthynas rywiol
- rhoi gwybodaeth am ddulliau atalcenhedlu ynghyd a goblygiadau'r amrywiol ddewisiadau
- codi'r ymwybyddiaeth bod rhyw anniogel yn golygu cenhedlu plentyn yn anfwriadol, dal heintiau rhywiol, a salwch hir dymor eraill megis HIV/AIDS.
- addysgu i bob unigolyn fod gan bobl hawliau dros eu cyrff a'r hyn sy'n digwydd iddynt gan godi ymwybyddiaeth unigolyn fod rhai gweithredoedd rhywiol yn gyfystyr â cham-drin a thrwy hynny gynyddu'r hyder i geisio cymorth i ddodi terfyn ar sefyllfa y teimlant yn anhapus ynglŷn ag e
- datblygu mewn unigolion cyfres o sgiliau Hanfodol ac Allweddol fel y gallant weithredu'n fwyfwy llwyddiannus fel dysgwyr a dinasyddion

UNESCO #CSEandMe.

Defnyddir elfennau 'r ymgyrch fel sail i ACRh sydd yn cynnwys wyth maes thematig:

1. Cydberthnasau;
2. Gwerthoedd, hawliau, diwylliant a rhywioldeb;
3. Deall rhywedd;
4. Trais a diogelwch;
5. Sgiliau iechyd a llesiant;
6. Y corff dynol a'i ddatblygiad;
7. Rhywioldeb ac ymddygiad rhywiol;
8. Iechyd rhywiol ac atgenhedlol.

Bwlio

Mae Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn creu amgylchedd lle mae'r dysgwyr yn gallu meithrin parch at eraill. Rydym yn delio gydag â bwlio ac aflonyddwch o bob math, gan gynnwys unrhyw beth sy'n gysylltiedig â chyfeiriadedd rhywiol a pherthnasau rhywiol.

Nodir y gwahanol fathau o fwlio yn ein system ymddygiad SIMS er mwyn bod yn benodol wrth ddelio gyda digwyddiadau o fathau gwahanol o fwlio

<u>Gweithgareddau sydd yn datblygu cydberthnasau a pharch at rywioldeb</u>

Mae ein dysgwyr yn elwa o fod yn rhan o bwyllgorau megis Hawliau merched i hyrwyddo cydraddoldeb rhywiol a pherthnasoedd iach a'r pwyllgor LGBTQ+ er mwyn datblygu medrau cymdeithasol wrth fynd i'r afael ag agweddau homoffobig. Y nod yw codi ymwybyddiaeth am faterion rhywedd a wynebir gan ddysgwyr ac i geisio newid agweddau dysgwyr.

<u>Cynnwys Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb a phryd y'i cyflwynir yn rhan o raglen foreau ABCh yr ysgol a gwersi Lles</u>

<u>Cyfnod</u>	<u>Testun</u>	<u>Cynnwys</u>	<u>Adnoddau</u>
Blwyddyn 7	Gwe Bywyd/Taith Bywyd/ Gwers "GorauByw - cyd fyw" Newidiadau'r Corff Perthnasau positif Empathi Y glasoed Pwysau Cyfoedion	Trafod ac adnabod pwy sydd yn bwysig yn eu bywydau. Cyflwynir y disgyblion i laslencyndod, gan gynnwys y mislif Gallu gwneud dewisiadau positif o safbwynt y perthnasau mae disgyblion yn ffurfio gydag eraill Deall y term 'empathi', ystyried sut gall empathi wella cydberthnasau, i ddeall eraill yn well wrth ddefnyddio sgiliau empathi. Deall Glasoed, y gwahaniaethau rhwng bechgyn a merched a deall effaith hormonau gwahanol ar y corff a'r meddwl a'r emosiynau. Deall sut mae dylanwadau cymdeithasol yn effeithio ar ein gwerthoedd, agweddau a gweithredoedd, addasu ymddygiad er mwyn rhoi hyder yn eu hunaniaeth a gwerthoedd a chodi ymwybyddiaeth o sut mae rhai ymddygiadau yn ymsefydlu mewn grwpiau a thu i'w hosgoi neu herio	Taflenni gwybodaeth, yn cynnwys tasgau a baratowyd gan Arweinydd MDaPh Iechyd a Lles yr ysgol. Pecyn gwybodaeth a chyfres o dasgau unigol a dosbarth. Defnydd o Teams Iechyd A Lles Defnydd o ddelweddau. Fideos er mwyn tanio a symbylu diddordeb
	Addysg Rhyw Secstio Perthnasoedd Cadarnhaol	Trafodir rhyw fel un o brofiadau bywyd a'r pwysigrwydd o feithrin ymagwedd aeddfed a chyfrifol tuag ato, heb bwysau allanol na chwaith rhagfarn Beth yw "secstio" a pham ddylai plant fod yn ymwybodol amdano? Trafodir sut gellir cynnal Perthnasoedd Cadarnhaol a diogel er mwyn gallu diogelu eu hunain ac eraill. Ymestyn ar uned waith blwyddyn 7 ar y thema-Sut mae modd cynnal	Taflenni gwybodaeth, yn cynnwys tasgau, a baratowyd gan dîm Iechyd yr ysgol. Pecyn o dasgau tanio, clipiau gweledol, ymchwil i'r cyfryngau

Blwyddyn 8	Empathi Newidiadau gyda'r Glasoed	perthynasai positif a diogel? Datblygir ar y wybodaeth o flwyddyn 7 wrth ddatblygu sgiliau empathi er mwyn gwella perthnasau gydag eraill Deall effaith newidiadau corfforol ac emosiynol sy'n digwydd yn ystod glasoed gan gynnwys iechyd atgenhedlol a'r ystod o brofiadau a all ddigwydd i bobl ifanc. Nodi anatomi organau cenhedlu gan gynnwys termau gwyddonol a bratiaith (slang) a ddefnyddir yn gyffredin.	cymdeithasol i adnabod y problemau yn codi o "secstio" Ymwelwyr allanol megis PC Cerian Hughes. Adnoddau gan dîm Iechyd yr ysgol Uned waith gyda thasgau unigol, awgrymiadau a syniadau
Blwyddyn 9	Gwers 'Niwed cudd' Hunanymwyb yddiaeth Deall emosiynau a'i heffaith ynghyd a newidiadau corfforol/ atal cenhedlu/ cydsynio Cam-fanteisio rhywiol a chydsynio Ecsbloetio rhywiol/ Normau cymdeithasol yn gysylltiedig â	Deall nodweddion cydberthynasau iach megis parch, teimlo'n ddiogelo, gofal a gonestrwydd. Ystyried bod yn hunanymwybodol, adnabod emosiynau gwahanol, rheoli emosiynau a gwneud penderfyniadau ystyriol a gwybodus, er mwyn goresgyn heriau. Cyfathrach rywiol a'r dulliau gwahanol o atgenhedlu e.e. condom, Pilsen, gan eu defnyddio mewn gweithred lle mae pobl yn cydsynio i'w gyflawni Sut gellir stopio beichiogi a sut i ddefnyddio dulliau atal cenhedlu'n effeithiol Deall beth yw cam-fanteisio rhywiol a'i fod yn gamdriniol ac anghyfreithlon. Ymwybyddiaeth o fasnachu pobl a cham-fanteisio'n rhywiol ar blant. Ystyried pwysigrwydd eu diogelwch eu hunain a sut i leihau risg Deall stereoteipio ar sail rhywedd, astudio normau cymdeithasol yn gysylltiedig â rhywedd, deall rhywedd amrywiol a thraws rywioldeb	Taflenni gwybodaeth a baratowyd gan dîm Iechyd yr ysgol/Asiantaet h allanol Senarios, Astudio ymgyrchoedd codi ymwybyddiaeth , tasgau megis 'yn y gadair boeth' a defnydd o 'Stori Whitney' Deunydd'Caug ht in Traffick.' Cynlluniau gwersi a chyfres o adnoddau, materion i'w hystyried a phynciau trafod Panel Addysg Rhyw.e. Meddyg Teulu, Nyrs Iechyd Rhywiol

	rhywedd		

CA4	Heintiau Rhywiol Peryglon secstio Pronograffi Manteision Byw'n Iach/atal cenhedlu Deall rhywedd athrawsrywedd Gwerth Perthnasoedd Cynllun llesiant Cydysynio	I adnabod yr STIs mwyaf cyffredin a'r ffordd orau i'w hosgoi/I ddisgrifio symptomau'r STIs mwyaf cyffredin a sut allwn ni amddiffyn ein hunain rhag cael ein heintio/ I adnabod peryglon secstio a chanlyniadau secstio a goblygiadau cyfreithiol i bobl sy'n torri'r gyfraith/I esbonio canlyniadau tymor hir a thymor byr secstio a dadansoddi pam fod oed cydsynio rhywiol yn wahanol i gydsynio ar gyfer secstio. Pam fod pronograffi mor beryglus Ail ymweld â thestunau'n ymwneud ag iechyd rhywiol gan gyflwyno gwybodaeth fanylach a newydd ar heintiau rhywiol e.e. HIV/AIDS, ac ailbwysleisio dulliau atalgenhedlu Trafod cwestiynau moesol o bosib e.e. erthyliad, gwrywgydiaeth, deurywiaeth Ystyried termau fel Seibr-fwli, Paedoffil, Trais domestig, aflonyddu rhywiol. Ystyriedffyrdd o osgoi perthynasau peryglus a sut ddylem gynnal perthynasau positif. sut mae pobl peryglus yn chwilio am bobl bregus a sut i osgoi eu triciau/ Dadansoddi sut ellir gwneud ywe yn fwy diogel a sut allai perthynasau penodol droi'n sefyllfaoedd negyddol os nad yn ofalus. Adnodd i helpu'r disgyblion gadw'n iach ac i gymryd camau priodol pan nad yw pethau'n mynd cystal Deall ble mae cydsynio wedi cael ei rhoi neu beidio	Taflenni gwybodaeth a thasgau a baratowyd gan dîm Iechyd yr ysgol Asiantaethau allanol e.e. Nyrs Iechyd Rhywiol Taflenni gwybodaeth a thasgau a baratowyd gan dîm Iechyd yr ysgol

CA5	Gwerth Datblygu Ymagwedd Gyfrifol at Rywioldeb/ Iechyd Rhywiol a chyfrifoldebau rhywiol Trais yn y cartref/ Camdrin a'r mathau gwahanol.	Trafod cwestiynau moesol yn ymwneud â rhyw e.e. trosglwyddo HIV mewn modd bwriadol, byw gyda HIV, homoffobia, LHDT Cyflwyniadau ar beryglon heintiau rhywiol gan edrych yn gignoeth ond sensitif ar yr effeithiau Deall difirfoldeb, arwyddbostio am gefnogaeth, effaith camdriniaeth	Taflenni gwybodaeth a thasgau a baratowyd gan dîm ABCh BI 12/13 DVD e.e. rhaglen deledu Stephen Fry ar HIV Asiantaeth allanol e.e. Arbenigwr ar heintiau rhywiol

Mapio trawsgwricwlaidd

Gan ddefnyddio system Forms casglwyd gwybodaeth o adrannau a meysydd dysgu a phrofiad am y cyfleoedd sydd ganddynt i ddysgu am yr elfennau addysg Cydberthynas a rhywioldeb. Roedd y mapio yma yn ddefnyddiol o safbwynt amlygu bylchau mewn yn ogystal â chydnabod ein bod eisoes yn darparu profiadau dysgu mewn llawer o'r themâu.

Cynnwys y dysgwyr

Er mwyn cael barn y dysgwyr o sut mae'r ACRh yn bodloni eu hanghenion gwneir gweithgareddau llais y disgybl ACRh. Yn ychwanegol i hyn, defnyddir data'r arolwg iechyd a lles disgyblion gan y Rhwydwaith YMCHWIL Iechyd mewn ysgolion fel modd ychwanegol o wrando ar lais ein dysgwyr i fwydo'r cwricwlwm. Wrth gynnwys ein dysgwyr a gwrando arnynt yn y broses o gynllunio a gwerthuso'r rhaglen Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb gallwn ddarparu Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb llwyddiannus.

Mapio trawsgwricwlaidd.

Wrth ymlwybro i waith y Cwricwlwm a'r Côd ACRh newydd, gwnaethom fapio profiadau ein dysgwyr. Defnyddiwyd y darganfyddiadau er mwyn nodi blychau ac anghenion y cwricwlwm wrth i ni cyd-gynhyrchu, myfyrio a mireinio rhaglen Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb sy'n berthnasol, yn ddiddorol ac yn diwallu anghenion pob un o'n dysgwyr.

Monitro, Gwerthuso ac Adolygu'r Polisi

Fe werthusir ac adolygir y Polisi Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb yn unol â gweithdrefnau ysgol gyfan ynghylch unrhyw bolisi ysgol. Yn ganolog i'r prosesau yma yw llais y disgybl, sydd efallai'n fwyfwy pwysig yng nghyswllt Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb oherwydd sensitifrwydd y maes i rai disgyblion. O ganlyniad, drwy fodd gweithdrefnau'r Cyngor Ysgol, Y Cynghorau Dosbarth a Blwyddyn a Chyngor y Chweched Dosbarth, bydd modd i ddisgyblion leisio'u barn ar y ddarpariaeth gan gyfrannu'n felly yn gadarnhaol i weithdrefn flynyddol yr ysgol o hunanwerthuso.

Er mwyn gwrando ar ein plant a phobl ifanc a'u cynnwys yn y broses o gynllunio a gwerthuso'r rhaglen Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb bydd gweithgareddau Llais y

disgybl yn digwydd ar ddiwedd bob blwyddyn Addysgol. Y TARh ac yn benodol SAT sydd yn gyfrifol am fonitro safonau dysgu ac addysgu mewn ACRh ac mae'r canfyddiadau yn cyfrannu at broses hunanwerthuso'r ysgol.

Er bod ACRh yn gyfrifoldeb ysgol gyfan, bydd ACRh yn cael ei fonitro, ei hadolygu a'i gwerthuso gan y rheini sy'n gyfrifol am ACRh, yn unol â pholisi cwricwlwm yr ysgol. Mae hyn yn cynnwys:

a) Y cynrychiolydd o'r corff llywodraethu sy'n gyfrifol am ACRh

(b) Y Pennaeth a'r Uwch Dîm Arweinyddiaeth

(c) Yr arweinydd ACRh

(d) Disgyblion

Caiff y polisi ACRh hwn ei adolygu bob blwyddyn a bydd y broses hon yn cynnwys pob un o'r uchod, ochr yn ochr ag aelodau eraill o gymuned ein hysgol (rhieni/gofalwyr, y corff llywodraethu a disgyblion) i sicrhau bod ein darpariaeth a'n cwricwlwm ACRh yn effeithiol o ran bodloni'n gofynion statudol.

(**Adolygwyd: Gorffennaf 2025**)

Atodiad

• Map o'r cwricwlwm (côd)

Mae'r côd ar gael yma. Dyma'r tri llinyn:

(a) Perthnasoedd a hunaniaeth

(b) Iechyd a lles rhywiol

(c) Grymuso, diogelwch a pharch

Mae ein cynllun cwricwlwm yn ystyried y tri chyfnod dysgu, yn ogystal ag anghenion ein disgyblion sy'n ddatblygiadol briodol ac mae ar gael i'w rannu ar gais.

Y tri cham dysgu yw:

Cam 1 – o 3 oed

Cam 2 – o 7 oed

Cam 3 – o 11 oed

Adnoddau a Gwasanaethau i Gefnogi ACRh

- Gwasanaeth Nyrsys Iechyd mewn Ysgolion Bae Abertawe - SBU.SchoolNursing@wales.nhs.uk

- Themâu trawsbynciol ar gyfer cynllunio'ch cwricwlwm – Côd a Chanllawiau ACRh Llywodraeth Cymru.

- Brook Learn - Amrywiaeth o gyrsiau hunangyfeiriedig o safon sydd am ddim yn bennaf, i'ch grymuso, eich cefnogi a'ch annog i ddarparu addysg cydberthynas a rhywioldeb effeithiol.

- Spectrum - Addysgu ysgolion, disgyblion a rhieni yng Nghymru am berthnasoedd iach drwy fabwysiadu ymagwedd ysgol gyfan at fynd i'r afael â cham-drin domestig.

- Adnodd Tyfu i Fyny – Yn cefnogi sut i gyflwyno ACRh. Ar gael drwy HWB yn unig.

- Adnodd Rhyngweithiol SENSE – Yn cefnogi'r gwaith o gyflwyno ACRh. Mae pob ysgol wedi cael copi.

- SchoolBeat - Darparu gwybodaeth ac adnoddau ar gyfer disgyblion, athrawon, rhieni a phartneriaid i atgyfnerthu'r negeseuon allweddol a gyflwynir gan ein Swyddogion Cymuned Ysgol yr Heddlu mewn ysgolion cynradd ac uwchradd yn ogystal â lleoliadau addysgol amgen.

- Cymru Chwareus – Gwefan Iechyd Rhywiol GIG Cymru.

- NSPCC Learning - Hyfforddiant ac adnoddau i'ch helpu i amddiffyn plant rhag esgeulustod a cham-drin.

- Adnodd PANTS - Adnoddau am ddim i ysgolion ac athrawon gan gynnwys cynllun gwers, cyflwyniad sleidiau, cysylltiadau cwricwlwm, gweithgareddau ystafell ddosbarth a mwy.

- Y Rheol Dillad Isaf (Underwear Rule) - Sgwrs syml i helpu rhieni i gadw'u plentyn yn ddiogel rhag camdriniaeth rywiol.

- Stonewall Cymru - Cefnogi ysgolion i fod yn fwy cynhwysol o ran LHDTC+.

- Pecyn Cymorth ThinkuKnow - Gwybodaeth ac arweiniad sy'n briodol ac yn berthnasol i brofiadau pobl ifanc 11-18 oed. Mae'r pecyn cymorth yn cynnwys gweithgareddau y gellir eu cyflwyno fel gwersi untro neu eu defnyddio fel rhan o addysg perthnasoedd ac addysg rhyw pobl ifanc.

- Kooth - Mae Kooth yn wasanaeth lles ar-lein diogel a dienw am ddim i blant a phobl ifanc.

- Meic – Llinell gymorth 24 awr am ddim i blant a phobl ifanc yng Nghymru. Mae MEIC yn darparu cyngor a chefnogaeth ar gyfer amrywiaeth o faterion gan gynnwys bwlio a sefyll arholiadau.

- Agenda - Adnodd y gellir ei lawrlwytho ar gyfer ymarferwyr addysgol sydd am gefnogi plant a phobl ifanc (7 – 18 oed) i ddeall bod perthnasoedd cadarnhaol yn bwysig yn eu hysgol a'u cymuned.

- Crush - Mae CRUSH yn adnodd y gellir ei lawrlwytho am ddim sydd wedi'i gynllunio i baratoi athrawon ar gyfer y Côd a'r Canllawiau ACRh newydd.

- Terrence Ymddiriedolaeth Higgins – Gwybodaeth am HIV, heintiau eraill a drosglwyddir yn rhywiol a sut i gynnal iechyd rhywiol da.

- CAFOD - Adnoddau addysg ar gyfer ysgolion cynradd ac uwchradd.

- Amnesty International UK – Pobl gyffredin o bob cwr o'r byd yn sefyll dros ddynoliaeth a hawliau dynol.

- Mentally Healthy Schools - Learn without fear: pecyn ysgol am hawliau merched.

- Ymddiriedolaeth Kaleidoscope – Rhyddid, diogelwch a chydraddoldeb i bobl LHDTC+.

- Barnardo's - Adnoddau i helpu i nodi ac ennyn diddordeb pobl ifanc sydd mewn perygl o gael eu cam-drin a'u hecsbloetio'n rhywiol.

- Let's Talk About It – Cefnogaeth ar gyfer addysg perthnasoedd a rhyw.

- Adnoddau - Hwb (llyw.cymru)

- Comisiynydd Plant Cymru – Adnoddau ar gyfer ysgolion.

- Sefydliad Addysg a Hyfforddiant - Adnoddau defnyddiol – 'Prevent' ar gyfer Addysg Bellach a Hyfforddiant

- Pecyn Addysgu ACRh Bae Abertawe – Gwersi o'r Dosbarth Derbyn i Flwyddyn 6, yn cynnwys gwersi Nyrsys Ysgol ar olchi dwylo (Derbyn) a'r glasoed (Blwyddyn 5). Dim ond ar gael drwy HWB.