Teuluoedd chwaraegar

Cyflwyniad

Yn aml, yr oedolion ym mywyd plentyn fydd yn penderfynu pryd a sut y bydd plentyn yn rhyngweithio â byd natur. Sut y gallwn annog mwy o ymgysylltu, a beth y gallai fod angen i ni ei ystyried?



Beth yr ydym yn ei olygu wrth fyd natur?

Mae canfyddiad pobl o'r term 'byd natur' yn wahanol iawn, yn dibynnu ar eu pro iadau personol ohono a'u rhyngweithio personol ag ef. Bydd rhai pobl yn dychmygu anialwch, risg ac antur, a bydd eraill yn meddwl am bro iadau mwy dof yn ystod eu plentyndod o chwarae mewn pyllau mwdlyd a chasglu penbyliaid. Mae astudiaethau (Groves a McNeish, 2008) yn dangos bod hynny, i rai rhieni, yn arwain at orbryder am y "baw" a'r "perygl" sy'n perthyn i chwarae yn yr awyr agored.

Mae angen i ni fod yn barod i fynd i'r afael â chamsyniadau am y tywydd, risg a'r hyn sy'n briodol i blant o ran datblygiad, os ydym am argyhoeddi teuluoedd y bydd amser a dreulir mewn amgylcheddau naturiol o fudd iddyn nhw a'u plant, y bydd yn cryfhau cydberthnasau (Torkos, 2025) ac y bydd yn darparu cyfleoedd synhwyraidd mewn cyd-destunau go iawn. Gall byd natur fod yn ffordd bwerus o leihau straen bywyd, a gall cael mynediad iddo drwy chwarae ochr yn ochr â rhieni a gofalwyr fod yn ffordd wych o hyrwyddo hynny.

Ymlyniad sicr yn yr awyr agored

Yn aml, gall gweithgareddau awyr agored feithrin cydberthnasau agosach rhwng rhieni a phlant wrth i deuluoedd rannu heriau a llwyddiannau mewn cyd-destun naturiol (Beames et al., 2012). Gall teuluoedd ei chael yn anodd dod o hyd i gyfleoedd yn eu bywydau prysur i dreulio amser da yng nghwmni ei gilydd. Drwy greu sesiynau galw heibio neu ddigwyddiadau a gynlluniwyd, gallwn gynorthwyo teuluoedd i neilltuo amser i chwarae ym myd natur, a dangos y manteision iddyn nhw a'u plant.

Rhianta cadarnhaol

Caiff rhianta cadarnhaol, a nodweddir gan ryngweithio cefnogol, meithringar ac ymatebol, ei atgyfnerthu hefyd drwy addysg awyr agored. Mae profiadau awyr agored yn cryfhau cydberthnasau teuluol a dulliau o ddatrys problemau ar y cyd, sy'n atgyfnerthu'r berthynas rhwng rhiant a phlentyn (Smith a Barker, 2019). Mae astudiaethau wedi dangos bod rhieni sy'n cymryd rhan yn weithredol mewn gweithgareddau awyr agored gyda'u plant yn sôn am lefelau uwch o fodlonrwydd a chysylltiad emosiynol cryfach (Wilson a Garland, 2018). Ceir canfyddiad o ryddid mewn amgylchedd awyr agored, naturiol a llai ffurfiol, sy'n gwella cydberthnasau.

Rhwystrau posibl

Er gwaetha'r manteision hyn a brofwyd, mae dulliau o roi addysg awyr agored ar waith yn ymarferol yn gallu bod yn anghyson (Waite, 2017). Un rheswm dros y bwlch hwn, fel y cafodd ei nodi gan Gill (2014), yw'r canfyddiad o ddiffyg deilliannau strwythuredig neu gyflawniadau academaidd, sy'n golygu bod addysg o'r fath yn llai deniadol i lunwyr polisi ym maes addysg. Mae'n bosibl y bydd teuluoedd yn credu mai rôl meithrinfa yw 'addysgu' eu plentyn yn ffurfiol, heb ddeall yn iawn beth sy'n briodol o ran datblygiad.





Ffactorau cymdeithasol

At hynny, gall ffactorau economaidd-gymdeithasol gyfyngu ar fynediad i raglenni awyr agored, yn enwedig mewn ardaloedd trefol (Evans et al., 2019) lle mae'n bosibl y bydd gan deuluoedd fynediad cyfyngedig i fannau naturiol. Unwaith eto, mae hynny'n golygu ei bod yn bwysicach fyth i feithrinfeydd gynorthwyo teuluoedd i gael mynediad i gyfleoedd awyr agored.

Teuluoedd chwaraegar

Gosod y sylfeini

Rhieni a gofalwyr yw'r prif ddylanwadwyr ym mywyd cynnar plentyn. Gall y feithrinfa eu cynorthwyo a'u grymuso i gael mynediad i fanteision chwarae ym myd natur, drwy ymyriadau syml a chyson.



Beth y byddwn efallai'n ei weld yn ein lleoliad?

Mae'n bwysig egluro eich diwylliant o ran chwarae a dysgu yn yr awyr agored o'ch rhyngweithio cyntaf â theuluoedd. Pan fyddant yn ymweld am y tro cyntaf neu'n cael cyfnodau ymgartrefu, sicrhewch fod y plant yn gallu cael mynediad i'r awyr agored, a bod teuluoedd yn deall bod mynd allan i fyd natur yn rhan normal a buddiol dros ben o'r pro iad a gynigir gan y feithrinfa. Byddwch yn barod i ateb cwestiynau am y tywydd, dillad, a 'r mathau o gyfleoedd y bydd y plant yn eu cael yn eich mannau awyr agored.

Os oes gennych lythyr gwybodaeth neu sesiwn ragarweiniol i rieni, co iwch gynnwys gwybodaeth am eich ardaloedd awyr agored. Drwy wneud hynny, byddwch yn pennu disgwyliadau clir o'r dechrau am sut a phryd y bydd plant yn cael mynediad i'r awyr agored, ac yn egluro'r rhesymau pam y mae chwarae ym myd natur yn rhan mor werthfawr o'ch cwricwlwm. Bydd y camau gweithredu syml hyn yn dechrau newid y diwylliant yn eich lleoliad.

Negeseuon cudd

- Ystyriwch eich presenoldeb ar-lein. A yw eich gwefan a'ch sianelau ar gyfryngau cymdeithasol yn hyrwyddo diwylliant cadarnhaol o ran chwarae yn yr awyr agored ym myd natur, drwy'r lluniau a'r straeon yr ydych yn eu rhannu?
- A yw'r ardal awyr agored ar gau pan fydd plant yn cael eu gollwng a'u casglu? Mae rhai lleoliadau wedi datblygu systemau lle gellir gollwng plant yn yr ardaloedd awyr agored fel bod teuluoedd yn gallu gweld y chwarae sy'n digwydd yn y mannau hynny.

Y tywydd

Bydd llawer o deuluoedd yn poeni am y tywydd ac am sut y bydd eu plentyn yn ymdopi â rhai amodau. Mae plant yn wydn iawn a byddant yn aml yn ddigon bodlon mewn amryw fathau o dywydd, ond gallwn dawelu ofnau rhieni drwy sicrhau ein bod yn cyfathrebu'n glir am ein polisïau. Gall fod yn ddefnyddiol rhagdybio y bydd plant yn gallu cael mynediad i'r awyr agored yn rheolaidd, a gofyn yn hytrach pryd NA fyddwn yn mynd allan. Bydd hynny'n helpu staff, plant a theuluoedd i ddeall yr elfen 'pam' wrth asesu risg yn ddeinamig a gwneud penderfyniadau. Er enghraifft, 'Gallwn fynd allan ONI BAI bod yna wyntoedd cryf iawn.'

Dillad

Bydd llawer o feithrinfeydd yn gofyn i deuluoedd ddarparu dillad glaw neu welingtons ar gyfer mynd allan i'r awyr agored. Gall hynny greu ei heriau ei hun, gan fod eu hansawdd a'u hargaeledd yn gallu amrywio. Weithiau, bydd plentyn yn anghofio ei ddillad ar gyfer mynd allan i'r awyr agored. Mewn achosion eraill, ni fydd dillad o'r fath yn cael eu darparu oherwydd anghofusrwydd neu ddiffyg arian i brynu'r math hwn o ddillad, neu'n fwriadol mewn rhai achosion er mwyn ceisio rheoli a fydd y plentyn yn mynd allan neu beidio. Mae'n llwybr y mae angen ei droedio'n ofalus.





Ystyriwch a allwch greu blwch benthyca sy'n cynnwys amryw feintiau a steiliau fel bod y dillad cywir ar gael pan fo'u hangen. Mae hynny'n hybu tegwch ac yn rhoi mwy o reolaeth i'r feithrinfa ar ansawdd yr eitemau ac ar urddas y plant. At hynny, mae blwch benthyca sy'n cynnwys dillad ac esgidiau i oedolion yn dileu rhwystr a allai fod yn atal staff ac oedolion sy'n ymweld â'r feithrinfa rhag chwarae ym myd natur.

Teuluoedd chwaraegar

Myfyrio am brofiadau

Ffordd hyfryd o helpu teuluoedd i ddeall yn well beth yw gwerth chwarae ym myd natur yw eu gwahodd i ymuno â sesiwn yn y feithrinfa. Mae hynny'n eu galluogi i weld y manteision i'w plentyn mewn cyd-destun ac mewn amser real.



Sesiwn 'aros a chwarae'

Mae cael sesiwn 'aros a chwarae' yng ngardd eich meithrinfa neu'ch man gwyrdd lleol yn galluogi teuluoedd i weld drostynt eu hunain sut y mae eu plentyn yn ymateb i fyd natur ac yn dysgu ohono. Efallai y byddwch am anfon eich gwahoddiadau at grwpiau penodol neu at gyfnodau penodol i ddechrau, er mwyn sicrhau na fydd y staff yn cael eu llethu neu dan bwysau os bydd llawer o bobl yn manteisio ar y cyfle. Gall cael gweithgaredd byr sy'n seiliedig ar fyd natur i gymryd rhan ynddo helpu teuluoedd i deimlo'n gyffyrddus.

Dylai unrhyw weithgareddau annog rhyngweithio rhwng y plant, yr aelod o'u teulu, byd natur a deunyddiau naturiol. Gall y staff fod wrth law i gefnogi a thywys, ond dylid canolbwyntio ar yr amser y byddant yn ei dreulio gyda'i gilydd fel grŵp teuluol. Osgowch unrhyw ddisgrifiadau ysgrifenedig hir a allai darfu ar y profiad i aelodau o'r teulu sydd â lefelau llythrennedd is neu aelodau o'r teulu y mae Cymraeg neu Saesneg yn iaith ychwanegol iddynt. Dylai gweithgareddau ennyn ymateb ac annog chwarae.

Ambell gyngor

Byddwch yn hyblyg – bydd patrymau gweithio rhieni a gofalwyr yn amrywio, felly ceisiwch gynnig amrywiaeth o sesiynau galw heibio bob mis neu bob chwarter sy'n addas i'w hanghenion.

Byddwch yn ymwybodol o ymlyniad – pan fydd hoff oedolyn plentyn yn aros i chwarae yn y feithrinfa, fe welwch yn aml y bydd y plentyn hwnnw'n ymlynu wrth yr oedolyn neu'n cynhyrfu. Mae'n ymateb hollol normal, a dylech ganiatáu amser a lle i'r plentyn addasu heb ruthro i unrhyw weithgareddau neu brofiadau.

Ymgysylltu â theuluoedd

Defnyddiwch eich sianelau cyfathrebu presennol, dyddiaduron ar-lein a sgyrsiau pan fydd plant yn cael eu gollwng a'u casglu. Mae technolegau syml megis codau QR yn ddefnyddiol, oherwydd gellir eu gosod ar hysbysfyrddau neu'u hanfon mewn negeseuon ebost a gadael i'r teuluoedd ymateb i'ch cwestiynau yn eu hamser eu hunain. Gall gwahoddiad personol ar lafar fod yn bwerus iawn, yn enwedig i deuluoedd a allai fod yn teimlo'n fwy nerfus am alw heibio. Bydd gan rai teuluoedd atgofion cas am amgylcheddau addysgol. Yn aml, bydd eu gwahodd i fan awyr agored yn arwain at fwy o ymgysylltu, oherwydd bod gan y man hwnnw reolau gwahanol.

Rhannu sylw

Bydd rhai rhieni a gofalwyr yn teimlo'n orbryderus am gael eu harsylwi yn amgylchedd y feithrinfa. Efallai y bydd eraill yn ymdrechu'n rhy galed i ymddangos yn hyderus ac yn dechrau cymryd drosodd. Mae rhoi tawelwch meddwl ac ailgyfeirio yn allweddol mewn sefyllfaoedd o'r fath. Canolbwyntiwch ar y plentyn a modelwch ryngweithio chwaraegar er mwyn gosod y naws ar gyfer sut y dylen nhw ymddwyn hefyd. Cyfyngwch ar hyd y sesiynau 'aros a chwarae', fel na fydd pobl yn teimlo dan bwysau i aros yn rhy hir ond y byddant hefyd yn deall pryd y disgwylir iddynt adael.

.





Teulu estynedig a ffrindiau

Yn aml, bydd rhieni a gofalwyr sy'n gweithio yn teimlo'n euog am fethu â mynychu'r mathau hyn o sesiynau yn ystod diwrnod y feithrinfa. Gall fod yn braf hwyluso cyfleoedd i aelodau eraill o'r teulu fynychu, er mwyn cynnig mwy o hyblygrwydd. Sicrhewch fod unrhyw bobl ychwanegol yn cael eu cymeradwyo'n unol â'ch gweithdrefnau diogelu.

Teuluoedd chwaraegar

Meddwl a darllen ymhellach

Gall cynnwys rhieni, gofalwyr a'r teulu ehangach wrth i chi chwarae ym myd natur feithrin hyder yn y math hwn o addysgeg chwarae yn eich lleoliad a'ch cymuned, a meithrin cefnogaeth iddo.



Dod o hyd i fannau gwyrdd lleol

Os yw eich man chi'n fwy cyfyngedig o ran cyfleoedd i chwarae ym myd natur, efallai y byddwch am ystyried mynd oddi ar y safle ac allan i'ch cymuned leol gyda'ch plant. Mae yna lawer o ffyrdd o wneud hynny, ond gall mynd am dro bach gyda theuluoedd fod yn ffordd wych o sicrhau'r cymarebau cywir a'ch galluogi i gael mynediad i fannau sy'n cynnig profiadau mwy cyfoethog. Nid oes angen i chi gael anialwch ar stepen eich drws er mwyn i blant ifanc gael cyfleoedd ardderchog i archwilio. Efallai fod gennych barc lleol ag ymylon ychydig yn fwy gwyllt neu goed, neu rwydwaith o lwybrau drwy goedwig neu draeth. Bydd unrhyw fan naturiol sydd o fewn pellter cerdded i'ch lleoliad yn cynnig llawer o fanteision i ddysgu a chwarae. Bydd ymweliadau rheolaidd yn ei gwneud yn bosibl dysgu am newidiadau tymhorol. Bydd angen i chi ddarllen eich polisïau diogelu i gael arweiniad ynghylch pwy all weithio gyda'ch plant, ac mae'n bosibl y bydd angen i unrhyw wirfoddolwyr rheolaidd fod wedi cofrestru gyda chynlluniau cenedlaethol megis y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd neu 'Protecting Vulnerable Groups' yn yr Alban.

Pethau i'w hystyried wrth fynd oddi ar y safle:

- Gofynnwch am ganiatâd tirfeddianwyr ar gyfer ymweliadau rheolaidd, a diweddarwch eich polisïau
- Cwblhewch arfarniad safle ac asesiad risg:budd cyn cynnal ymweliad
- Rhowch bethau hanfodol mewn bag – cofiwch ffôn symudol ac unrhyw feddyginiaeth
- Ystyriwch yr angen am gysgod, cyfleusterau golchi dwylo, toiledau a byrbrydau
- Sgwrsiwch â'r rhieni, y staff a'r plant er mwyn rheoli disgwyliadau
- Aseswch risg yn ddeinamig ar y diwrnod ac yn ystod y sesiwn

Cyfleoedd cenedlaethol i chwarae

Diwrnod Ystafelloedd Dosbarth Awyr Agored

Dethlir Diwrnod Ystafelloedd Dosbarth Awyr Agored ym mis Mai a mis Hydref. Mae'n fudiad byd-eang sy'n dathlu dysgu a chwarae yn yr awyr agored, ac mae'n dod â dros 13 miliwn o blant ynghyd mewn dros 170 o wledydd.

Diwrnod Cuddfannau

Mae Diwrnod Cuddfannau yn ffordd wych o fod yn greadigol a threulio amser gyda theulu a ffrindiau. Mae adeiladu cuddfannau, yn enwedig yn yr awyr agored, yn hybu datblygu sawl sgìl allweddol ac yn ffordd o gael llawer o hwyl hefyd. Mae'r ymgyrch swyddogol, a gychwynnwyd gan Achub y Plant, yn digwydd ym mis Mehefin bob blwyddyn ond gall unrhyw ddiwrnod fod yn ddiwrnod cuddfannau!

Diwrnod Cenedlaethol Chwarae

Mae'r Diwrnod Cenedlaethol Chwarae, a elwir hefyd yn Playday, yn ddigwyddiad blynyddol a gynhelir ar ddydd Mercher cyntaf mis Awst i ddathlu gwerth chwarae i blant o bob oed. Mae'n pwysleisio rôl chwarae o safbwynt meithrin creadigrwydd, y dychymyg, sgiliau cymdeithasol a datblygiad corfforol. Cydnabyddir bod chwarae'n hanfodol i les cyffredinol plant, a'i fod yn eu helpu i archwilio eu hamgylchedd, datblygu sgiliau datrys problemau, a meithrin cydberthnasau â'u cyfoedion.





Bagiau i deuluoedd

Mae creu bag syml o adnoddau i hybu chwarae yn yr awyr agored ym myd natur yn gallu ei gwneud yn haws i deuluoedd gael profiad o fyd natur. Ychwanegwch darpolin i eistedd arno, llyfr sy'n seiliedig ar fyd natur, binocwlars i wylio adar, a phot trychfilod i archwilio bwystfilod bach. Gadewch i deuluoedd gael ei fenthyg er mwyn ymestyn eu chwarae ym myd natur.

Teuluoedd chwaraegar

Y camau nesaf

Bydd cymuned y feithrinfa bob amser yn esblygu wrth i staff fynd a dod, wrth i blant newydd ymgartrefu ac wrth i blant a theuluoedd cyfarwydd symud ymlaen i'r cyfnod nesaf.



Creu diwylliant awyr agored

Mae meithrin cefnogaeth teuluoedd i chwarae ym myd natur yn hollbwysig i'w lwyddiant parhaus yn eich lleoliad. Bydd rhieni a gofalwyr sy'n deall chwarae ym myd natur a'r modd y mae'n diwallu anghenion eu plant yn dod yn hyrwyddwyr iddo, ac yn brwydro drosto y tu allan i'r feithrinfa ac yn ei ymgorffori yn eu ffordd eu hunain o fyw. Pan fydd staff neu deuluoedd a fu'n hyrwyddo chwarae ym myd natur yn gadael, gall effeithio ar ddiwylliant y feithrinfa weithiau. Un ffordd o atal hynny yw meddwl am waddol. A fyddai hyn yn parhau pe baech chi'n gadael? Pa systemau y gellid eu cyflwyno i'w gwneud yn bosibl i br fiadau chwarae ym myd natur ar gyfer teuluoedd barhau yn y tymor hwy? Sut y gallem hyfforddi staff fel bod pawb yn teimlo'n gyffyrddus i ryw raddau wrth hwyluso'r math pwysig hwn o sesiwn i deuluoedd? Bydd cynnwys chwarae yn yr awyr agored ym myd natur yn rhan o bolisïau eich lleoliad, eich pecyn croeso, a'ch presenoldeb ar-lein yn sicrhau bod y neges yn parhau ac yn cael ei throsglwyddo i bobl newydd.

Brodyr a chwiorydd

Un rhwystr cyffredin sy'n atal teuluoedd rhag mynychu sesiynau galw heibio yw'r angen iddynt ofalu am frodyr a chwiorydd iau. Ystyriwch a allwch wahodd brodyr a chwiorydd iau i fynychu gyda'u rhiant neu'u gofalwr. Gall hynny fod yn gam pontio pwysig rhwng y cartref a'r feithrinfa, sy'n meithrin adnabyddiaeth ar gyfer y dyfodol, ond bydd hefyd yn galluogi teuluoedd i fynychu na fyddent yn gallu bod yn bresennol fel arall efallai. Cofiwch addasu'r nifer sy'n cael eu gwahodd gennych, os yw pawb yn dod â phlentyn iau gyda nhw.

Rhyngweithio â byd natur

Yn wahanol i chwarae rhydd a arweinir gan blant, mae chwarae ym myd natur gyda theuluoedd yn canolbwyntio mwy ar y cyfle i aelodau'r teulu ryngweithio ac uniaethu â'i gilydd. Mae hynny'n arwain at ganlyniadau pellgyrhaeddol o ran iaith a lleferydd ac o ran ymlyniad. Mae hefyd yn arwain at fanteision i iechyd a lles meddyliol a chorfforol yr oedolyn a'r plentyn. Mae llawer o rieni a gofalwyr yn sôn eu bod yn mwynhau'r rhyddid a'r llawenydd sy'n gysylltiedig â chwarae, a'r modd y mae neilltuo amser i wneud hynny gyda'u plentyn ym myd natur yn eu hatgoffa am y gobaith a'r pleser sy'n gysylltiedig â magu plant, yn hytrach na'r gwaith caled a'r tasgau dyddiol a gaiff eu portreadu'n aml yn y cyfryngau.

Cyfleoedd rheolaidd yn allweddol

Mae ymweliad unwaith yn unig ag amgylchedd naturiol, er enghraifft y parc lleol, yn atgof gwych i'w greu gyda theuluoedd ond bydd y manteision yn fwy amlwg o lawer ac yn dechrau cyfuno â'i gilydd os byddwch yn cael mynediad i'r mathau hyn o weithgarwch yn rheolaidd. Ceisiwch drefnu sesiwn 'aros a chwarae' reolaidd yn yr awyr agored, neu ewch i ymweld â man gwyrdd lleol. Mae'n bosibl y byddwch yn dechrau gyda rhywbeth bob tymor, ond byddai unwaith y mis yn well fyth. Bydd thema neu gyfres yn annog mwy o bobl i ymuno.





Rhad ac effeithiol

Yn aml, bydd teuluoedd yn cael trafferth dod o hyd i gyfleoedd ar gyfer eu plant, nad ydynt yn costio arian. Mae rhannu manteision chwarae ym myd natur â nhw, a meithrin eu hyder i geisio gwneud hynny gyda'u plant, yn golygu y bydd ganddynt lawer o ddiwrnodau allan sydd naill ai am ddim neu'n rhad ac y bydd ganddynt lawer o ffyrdd syml o hybu chwarae a dysgu.