

2.1.1 (a) (b) (c) Datblygiad Dynol Drwy Gydol Cylchred Bywyd



Yn yr arholiad, bydd angen ichi wybod a deall sut mae unigolion yn tyfu ac yn datblygu drwy gydol cylchred bywyd.

Camau bywyd ar draws y gylchred bywyd

Prif gyfnodau bywyd:

- Babandod 0–2 oed
- Plentyndod 3–12 oed
- Llencyndod 13–19 oed
- Oedolaeth 20–64 oed
- Oedolaeth ddiweddarach 65+ oed

Cofiwch– Mae amryw o newidiadau corfforol, deallusol, emosiynol a chymdeithasol yn gysylltiedig â phob un o'r cyfnodau hyn mewn bywyd.

Twf a Datblygiad

Twf = yn cyfeirio at gynnydd mewn maint corfforol (màs a thaldra).
Mae modd mesur twf.

Datblygiad = ymddangosiad a chynnydd yn soffistigeiddrwydd sgiliau, galluedd ac emosiynau. e.e. mae gwneud ffrindiau newydd yn ddatblygiad cymdeithasol, mae sefydlu cwlwm agosrwydd yn ddatblygiad emosiynol.

I fesur twf mewn babandod, defnyddir 3 mesuriad:

- Pwysau
- Hyd
- Cylchedd y pen

Cerrig milltir disgwyledig twf a datblygiad

Mae rhai newidiadau yn fwy arwyddocaol na rhai eraill. Gelwir y rhain yn gerrig milltir.

Gellir galw **cerrig milltir** weithiau'n 'normau' a gallan nhw helpu i ddangos beth mae'r rhan fwyaf o blant yn gallu'i wneud ar wahanol oedrannau.

*Fodd bynnag, bydd pob unigolyn yn datblygu yn ei ffordd unigryw ei hun, a bydd llawer o wahaniaethau.

Symudiadau yw **sgiliau echddygol bras** sy'n defnyddio grwpiau mawr o gyhyrau fel y rheini yn y pen a'r torso. Er enghraifft, rhedeg a neidio.

Symudiadau trachywir a soffistigedig yw **sgiliau echddygol manwl** sy'n galw am gydsymud grwpiau bach o gyhyrau fel y rheini yn y bysedd, wrth afael mewn gwrthrych, er enghraifft.

