

Arweiniad i Athrawon ac Addysgwyr: Sut i Ddefnyddio Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf - Cynradd



Croeso i'ch canllaw ar gyflwyno sesiynau dysgu cymorth cyntaf diddorol gan ddefnyddio'r adnodd addysgu ar-lein, Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf.

Yn y canllawiau hyn, fe welwch wybodaeth am sut mae'r adnodd wedi'i strwythuro i'ch galluogi i ddewis a dethol cynnwys sy'n addas ar gyfer eich grwpiau a'ch dosbarthiadau. Byddwch yn dod o hyd i syniadau ar sut i ddefnyddio'r wefan i gefnogi plant i ddysgu'n annibynnol, a syniadau ar ddefnyddio'r adnodd mewn lleoliadau dosbarth a grŵp. Ceir hefyd ddolenni defnyddiol at ddogfennau sy'n esbonio sut mae'r adnodd yn mapio i'r cwricwlwm ledled y DU a sut i gysylltu â ni os oes gennych unrhyw gwestiynau neu adborth.

Gobeithio y byddwch chi a'r plant rydych chi'n gweithio gyda nhw yn mwynhau defnyddio'r adnodd hwn ac yn datblygu sgiliau gwerthfawr i helpu a chefnogi eraill gyda chymorth cyntaf a charedigrwydd.

Dull addysgu cymorth cyntaf y Groes Goch Brydeinig

Mae cymorth cyntaf, gan y Groes Goch Brydeinig, yn seiliedig ar y syniadau craidd hyn:

- Mae cymorth cyntaf yn gyfres o weithredoedd syml y dylai pawb wybod amdanynt;
- Gall cymorth cyntaf a roddir mewn argyfwng gynyddu'r tebygolrwydd o oroesi a helpu pan fydd rhywun mewn trallod;
- Dylai pawb gael yr help sydd ei angen arnynt mewn argyfwng.

I gefnogi'r dull hwn, mae'r Groes Goch wedi datblygu dull sy'n defnyddio'r cyngor cymorth cyntaf diweddaraf gyda chamau gweithredu sy'n hawdd eu dilyn, sy'n hawdd eu dysgu ac sy'n hawdd eu cofio.

Profiad addysgu cymorth cyntaf

Nid oes angen unrhyw hyfforddiant cymorth cyntaf blaenorol, na phrofiad, i addysgu cymorth cyntaf. Mae'r adnodd wedi'i gynllunio i'ch cefnogi i ddarparu addysg cymorth cyntaf a fydd yn helpu plant i ddatblygu'r wybodaeth a'r hyder i weithredu mewn argyfwng cymorth cyntaf.

Offer cymorth cyntaf

Nid oes angen blwch cymorth cyntaf arnoch i ddarparu unrhyw sesiynau. Mae'r adnodd yn rhoi enghreifftiau o sut gellir defnyddio eitemau bob dydd mewn argyfwng. Er enghraifft, gellir defnyddio crys-T i roi pwysau ar glwyf sy'n gwaedu neu ddefnyddio dŵr i oeri llosgiadau. Mae defnyddio eitemau bob dydd yn dysgu sgiliau byrfyfyrion i blant ar gyfer bywyd go iawn. Mae argyfyngau yn aml yn digwydd mewn manau lle nad oes unrhyw offer cymorth



cyntaf. Fodd bynnag, os ydych chi eisiau i'ch dysgwyr ymarfer ergydio'r cefn neu gywasgu'r frest (er mai dim ond yn yr ysgol uwchradd y mae'r olaf yn cael ei addysgu fel arfer), dylid gwneud hyn gan ddefnyddio manicin yn unig.

Dull dysgu Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf

Amcanion dysgu

Mae'r amcanion dysgu wedi cael eu hysgrifennu ar gyfer plant, gan ystyried y ffordd orau o ddysgu cymorth cyntaf a sgiliau ehangach, fel diogelwch, a gwerthoedd fel caredigrwydd. Maent hefyd yn cysylltu â'r cwricwlwm i'ch helpu i gynllunio sesiynau a rhaglenni astudio neu gynlluniau gwaith.

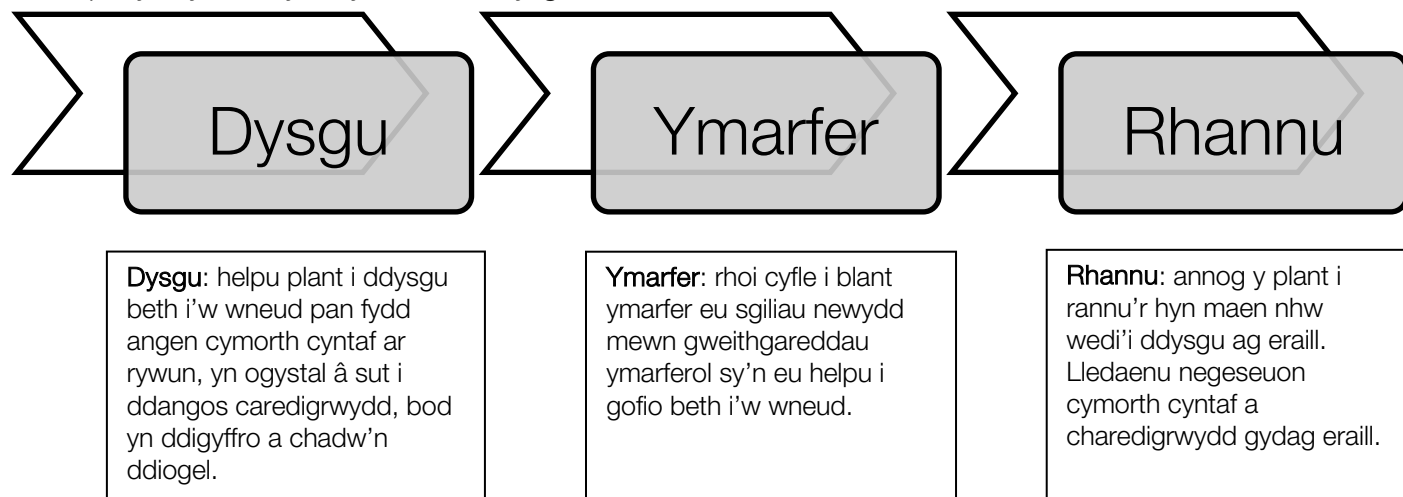
Bydd plant sy'n ymgysylltu â Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf yn:

- Deall beth yw cymorth cyntaf
- Dysgu ac ymarfer sgiliau cymorth cyntaf
- Dysgu sut i gael help yn ddiogel mewn argyfwng, gan gynnwys ffonio 999
- Teimlo'n hyderus eu bod yn gallu helpu rhywun sydd angen cymorth cyntaf
- Dysgu am fod yn garedig a helpu pobl eraill
- Dysgu am sgiliau ymdopi a'u hymarfer
- Dysgu sut i ofalu amdanynt eu hunain ac eraill
- Dysgu ac ymarfer sut i gadw eu hunain ac eraill yn ddiogel
- Rhoi sgiliau ar waith
- Dysgu am y Groes Goch

Egwyddorion dysgu

Mae'r adnodd Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf wedi cael ei ddylunio fel pecyn cymorth o adnoddau, er mwyn i chi allu dewis a dethol gweithgareddau ar gyfer y plant rydych chi'n eu haddysgu. Mae'r gweithgareddau yn y pecyn cymorth yn ategu'r cwricwlwm ledled y DU – gweler y ddogfen cysylltiadau â'r cwricwlwm ar y dudalen [Arweiniad a Chymorth](#) i gael rhagor o wybodaeth.

Mae'r pecyn cymorth yn dilyn tri cham dysgu:



Strwythur yr adnodd

Mae pob gweithgaredd yn yr adnodd yn cynnwys maint y grŵp; yr amseru a awgrymir; a'r dull a ddefnyddir, e.e. ffilmiau, dysgu gweithredol, trafodaeth neu ysgrifennu. Mae'r gweithgareddau wedi'u nodi mewn templed hawdd ei ddilyn.

Mae'r pecyn cymorth Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf yn cynnwys pum adran a thri phrif fodiwl



Mae'r tri phrif fodiwl – sgiliau cymorth cyntaf, caredigrwydd ac ymdopi, a diogelwch – yn dilyn fformat dysgu ac ymarfer, gyda gweithgareddau y gellir eu lawrlwytho ar bob tudalen we a chynnwys rhyngweithiol i blant ymgysylltu ag ef. Mae dysgwyr yn dilyn chwe chymeriad cyfarwydd ac yn archwilio straeon cymorth cyntaf sy'n berthnasol i'w bywydau bob dydd.

Mae gan bob gweithgaredd 'dysgu' ei dudalen we a'i lawrlwythiadau ei hun, ac mae hefyd yn cynnwys lawrlwythiadau gweithgareddau ymarfer. Yn dibynnu ar y gweithgaredd, bydd amrywiaeth o asedau dysgu priodol i oedran, fel ffilmiau, delweddau, taflenni gwaith, cyflwyniadau PowerPoint, cwisiau a sgrïptiau chwarae rôl a awgrymir.

Mae tudalennau gwe wedi cael eu hysgrifennu mewn arddull sy'n siarad yn uniongyrchol â'r plentyn, er mwyn hwyluso dysgu'n annibynnol. Gall plant ddysgu drwy weithgareddau a ddarperir gan athrawon ac addysgwyr, yn annibynnol yn y cartref neu mewn grwpiau, i wella eu hyder i helpu eraill, bod yn garedig a chadw'n ddiogel.

Mae'r pecyn cymorth wedi'i drefnu fel cyfres o weithgareddau 'blociau adeiladu', sy'n eich galluogi i benderfynu ar siâp a strwythur y sesiynau rydych chi'n eu cyflwyno. Gellir defnyddio gweithgareddau ochr yn ochr â'i gilydd

mewn gwahanol gyfuniadau, yn dibynnu ar beth mae'r plant yn ei ddysgu. Gallech ddewis canolbwyntio un sesiwn yn gyfan gwbl ar ddysgu sgiliau cymorth cyntaf a'r nesaf ar eu hymarfer, ac yna sesiwn ar garedigrwydd a diogelwch. Neu gallech gymysgu pob sesiwn, gan archwilio caredigrwydd, yna dysgu ac ymarfer sgil cymorth cyntaf, a gorffen gyda gweithgaredd diogelwch; yna ailadrodd hyn dros sawl sesiwn i ddefnyddio amrywiaeth o weithgareddau. Chi sydd i ddewis sut rydych chi am strwythuro'r sesiynau. Gweler y syniadau ar strwythuro sesiynau yn y tabl isod.

Yn ogystal â bod ar gael ar ffurf gweithgareddau strwythuredig a awgrymir, mae'r holl asedau dysgu fel ffilmiau, delweddau a thafenni gwaith yn cael eu grwpio gyda'i gilydd fel rhan o 'lyfrgell adnoddau' pwrpasol er mwyn i chi allu cael mynediad atynt i gyd mewn un lle.

Sut i ddefnyddio'r pecyn addysgu Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf

Mae'r pecyn wedi'i gynllunio i fod yn hyblyg, felly gallwch benderfynu ar faint o amser sydd ar gael i'w dreulio yn cyflwyno'r pynciau hyn. I fanteisio i'r eithaf ar Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf, dylech gynnwys y camau a awgrymir isod yn y blychau llwyd wrth gynllunio eich sesiynau.

Cofrestrwch ar gyfer Ev Ngrwpiau i olrhain cynnydd dysgu cymorth cyntaf plant	Modiwl: Cyflwyniad								
	Cyflwyno'r Groes Goch a'r cymeriadau y bydd y plant yn cwrdd â nhw drwy gydol yr adnodd drwy gyflwyno'r ddau weithgaredd hyn								
	Gweithgareddau cyflwyno	Cyflwyniad i'r Groes Goch				Cwrdd â'r cymeriadau			
	Modiwl: Cymorth cyntaf								
	Cyflwynwch y cysyniad o gymorth cyntaf i'r plant gydag un o'r gweithgareddau cyflwyno hyn								
	Gweithgareddau cyflwyno	Pam mae cymorth cyntaf yn bwysig?				Rhoi cymorth cyntaf			
	Addysgu o leiaf dau sgil dysgu ac ymarfer cymorth cyntaf								
	Gweithgareddau dysgu	Pwl o asthma	Gwaedu	Asgwrn wedi torri	Llosgiadau	Tagu	Anaf i'r pen	Diymateb ond yn anadlu	Diymateb a ddim yn anadlu
	Gweithgareddau ymarfer	Pwl o asthma	Gwaedu	Asgwrn wedi torri	Llosgiadau	Tagu	Anaf i'r pen	Diymateb ond yn anadlu	Diymateb a ddim yn anadlu
		Ar ôl dysgu sawl sgil cymorth cyntaf, dylech eu hymarfer gan ddefnyddio'r syniadau am weithgareddau Ymarfer sgiliau cymorth cyntaf . Gall plant hefyd ganfod beth maen nhw'n ei wybod am gymorth cyntaf yn yr adran cwis .							
	Modiwl: Caredigrwydd ac ymdopi								
	Cyflwynwch y cysyniad o garedigrwydd ac ymdopi i'r plant								
	Gweithgaredd cyflwyno	Beth mae caredigrwydd ac ymdopi yn ei olygu?							
	Addysgwch o leiaf un gweithgaredd dysgu ac ymarfer caredigrwydd ac ymdopi								
	Gweithgareddau dysgu	Meddwl am helpu	Emosiynau a chysuro eraill			Peidio â chynhyrfu		Sgiliau ymdopi	
	Gweithgareddau ymarfer	Gwneud penderfyniadau	Geiriau o garedigrwydd a chysur			Creu cynllun peidio â chynhyrfu a bod yn garedig		Sgiliau ymdopi	
	Modiwl: Diogelwch								
	Archwilio o leiaf un gweithgaredd diogelwch dysgu ac ymarfer								
	Gweithgareddau dysgu	Sylwi ar y perygl			Ffonio 999			Straeon diogelwch	
	Gweithgareddau ymarfer	Sylwi ar y perygl			Ffonio 999			Straeon diogelwch	
Modiwl: Rhannu									
Rhannu	Dewis syniadau i blant rannu eu dysgu ag eraill.								
Rhoi tystysgrifau i blant am gymryd rhan yn Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf									

Rhannu eich straeon

Rhannwch sut rydych chi wedi defnyddio'r adnodd, yn ogystal â sut mae plant wedi bod yn garedig neu wedi defnyddio eu sgiliau cymorth cyntaf gyda'r Groes Goch Brydeinig yn Fy Straeon a dysgwch o straeon pobl eraill. Rhannwch eich straeon drwy anfon neges e-bost at: yourstory@redcross.org.uk.

Syniadau cynllunio sesiwn

Gellir defnyddio'r adnodd Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf fel rhan o bynciau cwricwlwm dros ddwy wers neu fwy, neu fel rhan o raglen astudio neu gynllun gwaith. Neu fel rhan o ddysgu anffurfiol fel amser tiwtor neu ar gyfer diwrnodau oddi ar yr amserlen lle mae grŵp blwyddyn neu ysgol yn canolbwyntio ar un neu fwy o bynciau.

Cefnogi plant yn ystod dysgu cymorth cyntaf

Mae'r adnodd hwn yn edrych ar y cyflyrau neu'r anafiadau sy'n gysylltiedig â rhoi cymorth cyntaf. Felly, mae potensial i blant deimlo'n ofidus, yn enwedig os oes ganddynt brofiad o sefyllfaoedd tebyg.

Gallwch ddefnyddio: Creu amgylchedd dysgu diogel, cynhwysol a chefnogol: canllaw i gefnogi plant wrth iddynt ymgysylltu â'r cynnwys hwn, sydd ar gael yn adran [Arweiniad a chymorth](#) y wefan.

Gwybodaeth am y Groes Goch

Mae'r Groes Goch Brydeinig yn helpu pobl mewn argyfwng, pwy bynnag ydyn nhw a ble bynnag y maen nhw. Rydym yn rhan o rwydwaith gwirfoddol byd-eang, sy'n ymateb i wrthdaro, trychinebau naturiol ac argyfyngau unigol. Rydym ni'n galluogi pobl agored i niwed yn y DU a thramor i baratoi ar gyfer argyfyngau yn eu cymunedau eu hunain a, phan fydd yr argyfwng wedi dod i ben, rydym ni'n eu helpu i adfer a symud ymlaen gyda'u bywydau.

Rhagor o wybodaeth am [yr hyn rydym ni'n ei wneud](#) a'r [hyn rydym ni'n sefyll drosto](#).

Mae'r Groes Goch Brydeinig yn arbenigo mewn cymorth cyntaf ac [addysg ddyngarol](#), a hi yw'r sefydliad safonol ar gyfer addysg cymorth cyntaf yn fyd-eang. Mae gan y Groes Goch Brydeinig hefyd amrywiaeth o adnoddau ar bynciau eraill fel ffoaduriaid a mudo, trychinebau ac argyfyngau a gwrthdaro. I gael rhagor o wybodaeth am yr adnoddau addysgu hyn, ewch i <https://www.redcross.org.uk/get-involved/teaching-resources> neu edrychwch ar y [canllaw hwn neu'r posteri](#).

Diolch yn fawr

Diolch am ddewis defnyddio adnodd Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf y Groes Goch Brydeinig i ddarparu sgiliau gydol oes hanfodol i blant.

Mae'r adnodd hwn yn defnyddio cyfuniad unigryw o ddysgu ar sail sgiliau a gwerthoedd i helpu plant i roi'r hyn y maent wedi'i ddysgu ar waith. Mae'r dull hwn yn cefnogi plant i ddysgu'n gyfannol am gymorth cyntaf a'i effaith gadarnhaol ehangach.

Gall addysgu cymorth cyntaf fod yn werth chweil tu hwnt, ac mae plant wrth eu bodd yn ei ddysgu fel eu bod yn teimlo'n barod i helpu eraill. Gobeithio y byddwch yn mwynhau defnyddio'r adnodd.

Cysylltu

Os oes gennych unrhyw ymholiadau am Hyrwyddwyr Cymorth Cyntaf neu'r canllaw addysgu hwn, cysylltwch â ni yn: YouthEducation@redcross.org.uk.

Cydnabyddiaeth

Awdur arweiniol: Lucy Tutton, gyda chefnogaeth Christine Boase a Katy Parker

Ffilmiau a delweddau: CCTV

Canllawiau gweledol: Not on Sunday

Cymorth digidol: Mando

Diolch i bawb yn y Groes Goch Brydeinig am eu cefnogaeth a'u hymroddiad i gynhyrchu'r adnodd hwn.