Hybu iechyd a llesiant plant, pobl ifanc a theuluoedd

Trosolwg

Mae'r safon hon yn nodi'r gofynion wrth hybu iechyd a llesiant plant, pobl ifanc a theuluoedd. Mae'n pwysleisio dull holistaidd sy'n canolbwyntio ar y plentyn. Mae'n gofyn i chi ganolbwyntio ar weithio mewn partneriaeth â theuluoedd ac eraill yn y sectorau iechyd, addysg, gwirfoddol a chymunedol er mwyn meithrin dewisiadau cadarnhaol am eu ffordd o fyw, annog cyfranogiad gweithredol, a chefnogi llesiant gydol oes plant.

Meini prawf perfformiad

Rhaid i chi allu:

1. gweithio mewn partneriaeth â theuluoedd i'w helpu i adnabod goblygiadau eu dewisiadau am eu ffordd o fyw yn y tymor byr a'r tymor hir
2. darparu gwybodaeth hygyrch am iechyd, llesiant a maeth sydd wedi'i theilwra i gamau datblygiadol plant neu bobl ifanc
3. cynllunio a defnyddio dulliau sy'n seiliedig ar chwarae a phrofiadau bywyd go iawn i annog plant neu bobl ifanc i gymryd diddordeb mewn iechyd a llesiant
4. annog teuluoedd i wneud penderfyniadau gwybodus am eu ffordd o fyw a'u llesiant, gan ystyried eu hamgylchiadau unigol
5. cydnabod y dylanwadau diwylliannol a chymdeithasol ar iechyd a chefnogi teuluoedd i wneud newidiadau realistig a chynaliadwy
6. hybu a thrafod manteision maeth cytbwys, hydradu, gweithgarwch corfforol, a gorffwys ar ffyrdd iach o fyw
7. defnyddio amser bwyd, gweithgareddau corfforol ac adegau rhoi gofal fel cyfleoedd i atgyfnerthu dewisiadau iechyd a llesiant
8. cefnogi annibyniaeth plant neu bobl ifanc i wneud dewisiadau sy'n ymwybodol o iechyd
9. gweithio â phlant neu bobl ifanc a theuluoedd i osod nodau iechyd a llesiant y gellir eu cyflawni
10. adnabod a dathlu'r cynnydd sy'n cael ei wneud gan blant neu bobl ifanc a theuluoedd o ran mabwysiadau ffyrdd mwy iach o fyw
11. gweithio ag eraill ym maes iechyd, addysg a'r gymuned i hybu a chynnal iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc
12. adnabod a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd sy'n effeithio ar blant neu bobl ifanc a theuluoedd
13. creu amgylcheddau cynhwysol lle mae teuluoedd yn teimlo'u bod yn cael eu cefnogi i drafod eu hanghenion iechyd a llesiant
14. sicrhau bod teuluoedd yn gwybod sut mae cael gafael ar wasanaethau cymorth ychwanegol
15. myfyrio ar safbwyntiau plant neu bobl ifanc a theuluoedd wrth drafod dewisiadau iechyd a llesiant
16. cwblhau'r cofnodion a'r adroddiadau sydd eu hangen ar gyfer hybu iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
17. myfyrio ar sut y gwnaethoch chi gyflawni eich rolau a'ch cyfrifoldebau i hybu

iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd

Gwybodaeth a dealltwriaeth

Mae angen i chi wybod a deall:

1. sut mae cael gafael ar ymchwil sy'n seiliedig ar dystiolaeth ynghylch hybu iechyd, gan gynnwys diet, gweithgarwch corfforol a llesiant, a sut mae adolygu'r ymchwil hwnnw
2. rôl hydradu a maeth cytbwys o ran twf, datblygiad ac iechyd plant neu bobl ifanc yn y tymor hir
3. arwyddion diffyg maeth a dadhydradu mewn plant neu bobl ifanc
4. sut mae dewisiadau am ffordd o fyw yn effeithio ar gyflyrau iechyd a rôl ymyrryd yn gynnar
5. pwysigrwydd datblygiadol gweithgarwch corfforol a chwarae yn yr awyr agored
6. sut mae dulliau holistaidd o fyw'n iach yn cynnwys iechyd meddwl, rheoleiddio emosiynol a llesiant emosiynol
7. sut mae defnyddio egwyddorion sy'n ystyriol o drawma i hybu iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
8. sut mae cyfathrebu am iechyd a llesiant mewn ffyrdd sy'n annog ac yn grymuso plant neu bobl ifanc a theuluoedd
9. sut mae addasu cyngor a chymorth i gyd-fynd â chefndiroedd teuluol, diwylliannau a ffactorau economaidd-gymdeithasol amrywiol
10. pwysigrwydd gwrando a gwerthfawrogi safbwyntiau teuluoedd wrth hybu byw'n iach
11. pwysigrwydd urddas, caredigrwydd a thosturi wrth gefnogi iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
12. yr heriau y gall teuluoedd eu hwynebu wrth wneud newidiadau i'w ffordd o fyw a sut mae darparu cymorth ymarferol heb feirniadu
13. sut mae cymell ac annog teuluoedd i wneud newidiadau cynaliadwy cadarnhaol i'w hiechyd a llesiant
14. sut mae defnyddio dyfeisiau ac adnoddau digidol i gefnogi iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
15. dylanwad niwrowahaniaeth ac anghenion ychwanegol ar iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
16. pwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth ag eraill i gefnogi iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
17. ffynonellau cymorth lleol a chenedlaethol, gan gynnwys gwasanaethau ar gyfer maeth, iechyd corfforol, iechyd meddwl, a llesiant

18. y cofnodion a’r adroddiadau sydd eu hangen ar gyfer hybu iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
19. theorïau sy’n berthnasol i iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
20. y gofynion cyfreithiol, y safonau ymarfer, y fframweithiau a’r canllawiau perthnasol ar gyfer hybu iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
21. gofynion y gweithle mewn perthynas â chydraddoldeb, amrywiaeth, cynhwysiant a hawliau wrth hybu iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd
22. sut y gall eich profiadau personol a’ch rhagfarn ddiarwybod effeithio wrth hybu iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd, a sut i fynd i'r afael â hyn
23. rôl goruchwyliaeth, ymarfer myfyriol, a dysgu a datblygu mewn perthynas ag iechyd a llesiant plant neu bobl ifanc a theuluoedd

Geirfa

Mae'r eirfa ar gyfer y Safon Alwedigaethol Genedlaethol hon ar gael ar wefan Sgiliau Gofal a Datblygu.

Hybu iechyd a llesiant plant, pobl ifanc a theuluoedd

Datblygwyd gan	Skills for Care & Development
Fersiwn rhif	1
Dyddiad cymeradwyo	31 Ion 2026
Dyddiad Adolygu Dangosol	31 Ion 2031
Dilysrwydd	Ar hyn o bryd
Statws	Gwreiddiol
Sefydliad cychwynnol	Skills for Care and Development
RCU gwreiddiol	HSCCLD351
Galwedigaethau perthnasol	Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant
Cyfres/Set	Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu
Geiriau Allweddol	Llesiant, Iechyd a Gofal Cymdeithasol a Gofal Plant, Dysgu a Datblygu