

Uned 005 – Iechyd a Diogelwch mewn Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant

Trosolwg o Uned 005

Yn Uned 005, gwnaethom ymdrin â **gofynion iechyd a diogelwch** allweddol mewn amgylcheddau gofal plant. Gwnaethom edrych ar sut mae **deddfwriaeth iechyd a diogelwch** yn dylanwadu ar ein tasgau beunyddiol ac yn deall ein **rolau a chyfrifoldebau cyflogwyr**. Edrychodd yr uned ar **ddamweiniau, argyfyngau a pheryglon** gwahanol yn y gweithle, a phwysigrwydd cynnal **asesiadau risg** i sicrhau diogelwch. Roedd yr uned hefyd yn ein tywys drwy weithdrefnau ar gyfer **cofnodi a rhoi gwybod** am bryderon iechyd a diogelwch. Gwnaethom archwilio deddfwriaeth yn ymwneud â **diogelwch tân, trin â llaw, rheoli heintiau, diogelwch bwyd, gwaredu gwastraff, a diogelwch**, ynghyd â chamau ymarferol ar gyfer **arferion diogel**. Yn ogystal, buom yn trafod adnabod **arwyddion straen** a'i achosion a strategaethau ar gyfer rheoli straen yn effeithiol.

DD1: Gwybod sut i fodloni gofynion deddfwriaethol ar gyfer iechyd a diogelwch yn y gweithle.

- Ydw i'n deall y **deddfwriaeth** allweddol sy'n ymwneud ag **iechyd a diogelwch** yn y gweithle a'r hyn y mae'n ei olygu yn ymarferol?
- A allaf restru **cyfrifoldebau cyflogwyr, gweithwyr** ac **eraill** dros **iechyd a diogelwch yn y gwaith**?
- Ydw i'n cydnabod pwysigrwydd gweithio **o fewn terfynau fy rôl** a'm **cyfrifoldebau** fy hun?
- Ydw i'n gwybod pa mor bwysig yw **codi pryderon** am **arferion** neu **amodau gwaith annïogel**?

DD2: Gwybod sut mae asesiadau risg yn cael eu defnyddio i gefnogi iechyd a diogelwch yn y lleoliad gwaith.

- A allaf egluro beth yw ystyr '**asesiad risg**' mewn perthynas ag iechyd a diogelwch?
- Ydw i'n deall y **deddfwriaeth** allweddol sy'n ymwneud â **damweiniau, digwyddiadau** ac **argyfyngau**?
- Ydw i'n gallu adnabod y mathau o **ddamweiniau, digwyddiadau, argyfyngau, a pheryglon iechyd a diogelwch** a allai ddigwydd yn y gweithle?
- Ydw i'n cydnabod pwysigrwydd **cynnal, cofnodi** a dilyn **asesiadau risg**, a'r gwahaniaeth rhwng **asesiadau risg ffurfiol a gwiriadau diogelwch arferol**?

DD3: Gwybod sut i hyrwyddo diogelwch tân mewn lleoliadau gwaith.

- Ydw i'n deall y **deddfwriaeth** allweddol sy'n ymwneud â **diogelwch tân** a chyfrifoldebau **cyflogwyr, gweithwyr** ac **eraill** am ei gynnal?
- Ydw i'n gallu adnabod **arferion sy'n atal tanau** rhag dechrau a lledaenu yn y gweithle?
- Ydw i'n cydnabod pwysigrwydd gwybod am **weithdrefnau gwacáu os oes tân**?
- Ydw i'n deall pam ei bod hi'n hanfodol cynnal **allanfeydd clir** drwy'r amser?



Uned 005 – Iechyd a Diogelwch mewn Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant

Trosolwg o Uned 005

Yn Uned 005, gwnaethom ymdrin â **gofynion iechyd a diogelwch** allweddol mewn amgylcheddau gofal plant. Gwnaethom edrych ar sut mae **deddfwriaeth iechyd a diogelwch** yn dylanwadu ar ein tasgau beunyddiol ac yn deall ein **rolau a chyfrifoldebau cyflogwyr**. Edrychodd yr uned ar **ddamweiniau, argyfyngau a pheryglon** gwahanol yn y gweithle, a phwysigrwydd cynnal **asesiadau risg** i sicrhau diogelwch. Roedd yr uned hefyd yn ein tywys drwy weithdrefnau ar gyfer **cofnodi a rhoi gwybod** am bryderon iechyd a diogelwch. Gwnaethom archwilio deddfwriaeth yn ymwneud â **diogelwch tân, trin â llaw, rheoli heintiau, diogelwch bwyd, gwaredu gwastraff, a diogelwch**, ynghyd â chamau ymarferol ar gyfer **arferion diogel**. Yn ogystal, buom yn trafod adnabod **arwyddion straen** a'i achosion a strategaethau ar gyfer rheoli straen yn effeithiol.

DD4: Gwybod egwyddorion 'symud a chario' a 'symud a lleoli'.

- Ydw i'n deall ystyr y termau 'symud a chario' a 'symud a lleoli' yn ei olygu?
- A allaf esbonio'r **deddfwriaeth allweddol** sy'n ymwneud â symud a chario a beth mae'n ei olygu yn **ymarferol**?
- Ydw i'n cydnabod **egwyddorion** a **thechnegau** symud a chario ac yn deall **goblygiadau arferion gwael**?

DD5: Gwybod y prif lwybrau at haint a sut i atal heintiau rhag lledaenu yn y gweithle / lleoliad.

- A allaf adnabod **arwyddion salwch** mewn plentyndod, deall sut mae **heintiau** yn cael eu trosglwyddo, ac adnabod **arferion gwael** sy'n arwain at **ledaeniad** yr haint?
- Ydw i'n deall y ffactorau sy'n **cynyddu risgiau heintio**, ac yn gwybod y **deddfwriaeth allweddol** a **rolau** wrth atal haint?
- A allaf egluro sut i gynnal **amgylchedd glân**, pwysigrwydd **hylendid personol**, a'r defnydd o **offer amddiffynnol** i atal haint rhag lledaenu?
- Ydw i'n gwybod y **gweithdrefnau** ar gyfer **cofnodi a rhoi gwybod** am heintiau?

DD6: Gwybod sut i weithredu mesurau diogelwch bwyd.

- Ydw i'n deall y **deddfwriaeth allweddol** ar gyfer diogelwch bwyd a **chyfrifoldebau cyflogwyr** a gweithwyr yn y maes hwn?
- Ydw i'n gallu egluro pwysigrwydd **mesurau diogelwch bwyd**, nodi **peryglon**, a gwybod pam mae **arwynebau** ac **offer glân** yn hanfodol?
- Ydw i'n gwybod pryd i ddefnyddio **cyfarpar diogelu personol** a deall **storio, paratoi, defnyddio bwyd** a **gwaredu gwastraff** yn ddiogel?



Uned 005 – Iechyd a Diogelwch mewn Gofal, Chwarae, Dysgu a Datblygiad Plant

Trosolwg o Uned 005

Yn Uned 005, gwnaethom ymdrin â **gofynion iechyd a diogelwch** allweddol mewn amgylcheddau gofal plant. Gwnaethom edrych ar sut mae **deddfwriaeth iechyd a diogelwch** yn dylanwadu ar ein tasgau beunyddiol ac yn deall ein **rolau** a **chyfrifoldebau cyflogwyr**. Edrychodd yr uned ar **ddamweiniau, argyfyngau a pheryglon** gwahanol yn y gweithle, a phwysigrwydd cynnal **asesiadau risg** i sicrhau diogelwch. Roedd yr uned hefyd yn ein tywys drwy weithdrefnau ar gyfer **cofnodi a rhoi gwybod** am bryderon iechyd a diogelwch. Gwnaethom archwilio deddfwriaeth yn ymwneud â **diogelwch tân, trin â llaw, rheoli heintiau, diogelwch bwyd, gwaredu gwastraff, a diogelwch**, ynghyd â chamau ymarferol ar gyfer **arferion diogel**. Yn ogystal, buom yn trafod adnabod **arwyddion straen** a'i achosion a strategaethau ar gyfer rheoli straen yn effeithiol.

DD7: Gwybod sut i storio, defnyddio a gwaredu sylweddau peryglus yn ddiogel.

- Ydw i'n deall beth mae 'sylweddau peryglus' yn ei olygu?
- A allaf restru'r **mathau** o **sylweddau peryglus** y maen bosib dod ar eu traws yn fy ngweithle?
- Ydw i'n gwybod yr **arferion diogel** ar gyfer **storio, defnyddio** a **gwaredu** sylweddau peryglus?
- A allaf egluro beth yw ystyr '**Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd**' (**COSHH**) a sut i'w weithredu?



DD8: Gwybod sut i gadw'r lleoliad gweithle yn ddiogel.

- Ydw i'n adnabod **risgiau posibl** i **ddiogelwch** yn fy ngweithle?
- A allaf ddisgrifio **arferion diogel** i sicrhau diogelwch, gan gynnwys **rheoli gweithio unigol** a **rheoli mynediad**?
- Ydw i'n deall sut i sicrhau bod plant yn cael eu **rhyddhau i unigolion** y **cytunwyd arnynt** ymlaen llaw **yn unig**?

DD9: Gwybod sut i reoli straen.

- Ydw i'n gallu adnabod **arwyddion cyffredin straen** ac **amgylchiadau posibl** a all ei sbarduno?
- Ydw i'n cydnabod pwysigrwydd **cydnabod straen** a chymryd **camau** i'w leihau?
- Ydw i'n gwybod **ffyrdd** effeithiol o **reoli straen** a ble i ddod o hyd i **gymorth ychwanegol** os oes angen?

