

Symudiad Creadigol yn y Blynyddoedd Cynnar

Ysgrifennwyd gan: David Goodger, Prif Swyddog Gweithredol, Blynyddoedd Cynnar Cymru

Gall helpu plant i fwynhau'r ystod o gyfleoedd y mae symudiad creadigol yn eu cynnig fod yn un o'r profiadau mwyaf gorfoleddus a rennir o weithio gyda phlant yn y blynyddoedd cynnar. Mae'r erthygl hon yn archwilio beth yw symudiad creadigol, a sut i greu gwahoddiadau i symud yn greadigol yn eich lleoliad. Bydd hefyd yn dangos sut mae symudiad creadigol yn helpu datblygiad plant.

Mae symudiad creadigol yn fwy na dawnio. Er y gall dawnio fod yn rhan o ddewislen symud greadigol, mae symudiad creadigol yn ymateb gyda dychmyg i ysgogiad neu wahoddiad i symud.

O ddyddiau cyntaf ein bywyd, rydyn ni'n cyfathrebu trwy gyfres o symudiadau rhytmig. Y symudiadau yw'r math cyntaf o gyfathrebu tan ddwy oed. Rydyn ni'n defnyddio ein cyrff i fynegi, dysgu, deall, i greu.¹



Fel bodau dynol, rydyn ni wedi'n cynllunio i symud bob dydd. Mae ein symudiadau yn ein galluogi i archwilio ein hamgylchedd a rhyngweithio â'n hamgylchedd. Mae symud yn helpu plant i ddatblygu'r systemau synhwyraidd sy'n cefnogi eu dysgu a'u datblygiad. Mae symudiad creadigol hefyd yn caniatáu i blant archwilio a mynegi eu hemosiynau, mae'n cefnogi datblygiad iaith lafar a chyfathrebiad di-eiriau; Gall plant ddefnyddio'r cyfleoedd i ddangos eu teimladau a'u meddyliau heb y rhwystrau o ddod o hyd i'r geiriau cywir.

Mae'n bwysig dweud nad yw symudiad creadigol yr un fath â dawnio ffrifol (fel dawnio werin) lle mae patrwm penodol o symudiadau. Mae dawnio gwerin yn cyfrannu'n aruthrol at rythm, clapio, a dilyn patrymau, sydd i gyd yn sgiliau sy'n fuddiol iawn i blant yn y blynyddoedd cynnar. Mae mudiad creadigol yn caniatáu i blant feddwl am sut maen nhw'n dehongli'r gwahoddiad symud. Beth mae 'symud fel lindysyn' yn ei olygu i blentyn, a sut maen nhw'n dangos hyn drwy eu symudiad? Meddwl, gwneud, a phrofi o'r enghraifft fer hon yw hanfod y syniad y tu ôl i symudiad creadigol. Nid oes 'ateb cywir', a bydd plant yn ymateb gyda symudiadau bysedd, reslo braich, neu symudiadau corff cyfan. Bydd gan bob plentyn ei syniad ei hun, ond gall y rhai sy'n ei chael hi'n anodd copïo ac efelychu symudiadau gan blant neu ymarferwyr nes y gallant ddod yn fwy hyderus wrth greu syniadau.



Sut gallech chi gyflwyno symudiad creadigol?

O fewn eich lleoliad, ac yn yr amgylchedd o'ch cwmpas, mae cymaint o gyfleoedd i greu gwahoddiadau i symud. Os nad ydych wedi defnyddio symudiad creadigol yn rheolaidd, dyma rai enghreifftiau i'ch cychwyn chi. Gyda'ch dychmyg, gellir defnyddio unrhyw beth fel gwahoddiad i symud; llun, sain, y tywydd, anifail, stori, swigod, rhubanau, barcutiaid; Mae'r rhestr yn ddiwedd.

Dŵr a thywydd

Profiad arall sy'n hawdd ei gyrraedd a'i rannu yw defnyddio dŵr a thywydd. Er ein bod fel oedolion weithiau yn anghofio awch a chyffro'r tywydd. Gwylwch lawenydd plant ar ddiwrnod hydrefol aneglur pan fydd y dail yn fflachlyd o'u cwmpas a sut maen nhw'n ymateb i hyn. Mae llawer o ffyrdd y gallwn ysbrydoli plant i symud mewn ymateb i'r tywydd o'u cwmpas. Sut gallai plant ddangos diwrnod stormus i ni, neu sut allen nhw sblasio a stompio o amgylch pyllau glo go iawn neu ddychmygu? Pa botensial symud gwahanol fyddai'n cael ei greu drwy siglo yn yr awel fel coed neu laswellt, neu droelli a throï fel dŵr yn rhedeg i lawr llethr?

Emosiynau

Fel oedolion, rydym yn gwybod bod emosiynau yn gyrru ymddygiad. Mae symudiad creadigol yn caniatáu rhannu teimladau pobl eraill (neu'r symudiad creadigol ei hun). Gyda phlant, gallwn ddefnyddio symudiad creadigol i wneud cysylltiadau emosiynol. Gallwn symud fel yr ydym mewn partion, neu fel ein bod yn cael eu dal yn y glaw. Gallwn annog symudiad gan ddefnyddio cerddoriaeth i ysgogi ymatebion emosiynol; araf a melodig, neu guriad i fynnu a golau. Gallwn ddefnyddio swigod i ysgogi symudiadau ysgafn ac ar hap, neu gewr neu ddeinosoriaid chwedlonol i greu symudiadau cryf, pwrpasol a grymus.

Wrth i ni ddefnyddio ein dychmyg i ysgogi symudiad plant, rydym yn eu helpu i ddeall a labelu emosiynau ac yn ystyried safbwyntiau y tu allan i'w rhai nhw, hanfod empathi.

Proses ar gyfer cynllunio symudiad creadigol

Trwy symud yn greadigol rydym yn helpu plant i ddefnyddio eu dychmyg a chyfleu eu hymatebion eu hunain i'n gwahoddiadau i symud. Wrth i ni wneud hyn, rydym yn darparu profiadau sy'n cefnogi datblygiad plant. Mae'r cyfuniad o symud, profiadau synhwyraidd, cysylltiadau emosiynol, cyfleoedd cydweithredol cymdeithasol, a chyfieithu iaith i symudiad yn ymatebion niwrolegol pwysig sy'n helpu i ddatblygu ymennydd plant ifanc.

Anifeiliaid

O oedran cynnar, mae plant yn cael eu swyno gan anifeiliaid a'r cymeriadau anifeiliaid a welant yn eu llyfrau, eu straeon a'u rhaglenni teledu. Gellir gweld symudiadau anifeiliaid yn hawdd. O'r pryfed, y pryfed cop a'r adar sy'n ymweld â'ch mannau awyr agored, i'r llyfrau, yr adnoddau a'r ymweliadau y mae plant yn eu gwneud i weld anifeiliaid mwy, mae ein profiadau a rennir yn ein galluogi i wahodd plant i symud fel anifeiliaid. Mae symud ar ddwylo a thraed, gwingo, newid cyflymder, uchder a chyfeiriad i gyd yn caniatáu i blant ddefnyddio symudiadau sy'n cyfrannu'n gadarnhaol at eu datblygiad corfforol, integreiddio synhwyraidd, a pherfformio gweithredoedd sy'n adeiladu geirfa eu symud.

Storiâu

Mae llyfrau lluniau a straeon plant yn ffynhonnell gyfoethog o ysbrydoliaeth ar gyfer symud. Mae ein partneriaid yn BookTrust Cymru yn rhannu rhai enghreifftiau o lyfrau y gellir eu defnyddio i hyrwyddo llythrennedd corfforol a chael plant ifanc i symud ar dudalen 30.





Yn ogystal, gellir ychwanegu dewis dethol o gerddoriaeth i ymestyn y profiadau synhwyrdd i'r plant. Gellir gweld rhestr chwarae enghreifftiol yn yr adran cyfeiriadau isod.² Mae corff eang o dystiolaeth yn dangos sut mae symudiad, cerddoriaeth a'r profiadau synhwyrdd yn cyfrannu at blant iach hapus. Am fwy o syniadau am chwarae symudiadau gyda cherddoriaeth, gweler erthygl Helen Batteley ar dudalen 26 a thudalen 28 am gynnig unigryw gan ein partneriaid diweddaraf, Boogie Mites.

- Rhannau o'r corff (pennau, breichiau ac ati), siapiau (syth, cymesur ac ati) a pherthnasoedd (rhannau'r corff i rannau o'r corff neu rannau'r corff i wrthrychau ac ati).
- Gofod (gofod eich hun neu ofod cyffredinol), maint (mawr, canol, bach), lefel (uchel, canol, isel), cyfeiriad (ymlaen, yn ôl, dde, chwith, i fyny, i lawr ac ati).
- Rythm a chyflymder (araf, canolig, cyflym).
- Nerth (egni a llif).
- Cydbwysedd (ar neu oddi ar y cydbwysedd).
- 2-3 munud i archwilio'r cysyniad neu'r ysgogiad neu wahoddiad i symud.
- Rhowch gyfle ac amser i'r plant archwilio, datblygu a mireinio eu symudiadau (bydd llawer o gopïo ac efelychu ac arloesi yn digwydd ac mae hyn oll yn wych ar gyfer datblygiad meddwl creadigol a symudiad y plentyn). Rhowch amser i blant ymarfer symud ac archwilio posibiliadau.
- Annog plant i greu ymatebion i symudiadau. Gadewch i'r plant fod yn rhydd i fynegi eu hymatebion creadigol.
- Gweithgaredd tawel.

Trwy symud yn greadigol gallwn helpu plant gyda datblygiad sgematig, helpu i ddatblygu systemau synhwyrdd gan gynnwys systemau priodderbyniaeth a festibwlar.



"Yn ystod archwilio symudiadau creadigol mae digonedd o symud o gwmpas, ac mae gwastad un plentyn yn gwneud rhywbeth nad ydw i erioed wedi gweld plentyn arall yn ei wneud o'r blaen... Drwy gynnig gwahoddiadau i blant symud yn greadigol gyda'i gilydd, rydym yn eu cefnogi i ffurfio perthnasau â chyfoedion a staff a hyrwyddo cyfleoedd i blant ddatblygu eu hymdeimlad o berthyn, gan wella eu lles".

- Dr Angharad Harrop, Symudiad Creadigol yn y Blynyddoedd Cynnar, *smalltalk*, (Hydref 2023), tud 22 - 25



Credyd Llun: Symudiad Creadigol yn y Blynyddoedd Cynnar, *smalltalk*, (Hydref 2023), tud 22 - 25



Yn yr erthygl hon, rydym wedi cyflwyno sut y gall symudiad creadigol helpu a chefnogi datblygiad plant. Os ydych chi eisiau rhagor o wybodaeth, neu hyfforddiant a chefnogaeth, cysylltwch â training@earlyyears.wales



Cyfeirnodau:

¹ Eleni Tsompanaki, 2019. "The Effect of Creative Movement-Dance on the Development of Basic Motor Skills of Pre-School Children," Review of European Studies, Canadian Center of Science and Education, vol. 11(2), pages 1-29, December: <https://ideas.repec.org/a/ibn/resjnl/v11y2019i2p29.html>

² Music for Creative Dance: <https://open.spotify.com/album/3VsKWqAtD4pUlgWBQ4CG24>

Sylwch, nid yw Blynyddoedd Cynnar Cymru yn berchen ar y gerddoriaeth nac yn monitro'r gerddoriaeth ar y rhestr chwarae hon. Cyngorir ymarferwyr i wirio unrhyw ddolen allanol ar gyfer addasrwydd gyda'u plant.

³ Symudiad Creadigol yn y blynyddoedd cynnar, *smalltalk*, (Hydref 2023), tud 22 - 25: https://bit.ly/SymudiadCreadigolynblynyddoeddcynnar_smalltalk_October2023_CYM

Efallai y bydd gennych ddiddordeb hefyd yn:

Dewch i gael stori! Cefnogi hyder a sgiliau adrodd straeon myfyrwyr blynyddoedd cynnar, *smalltalk*, (Mai 2023), tud 27-29