

The importance of singing songs and rhymes

Singing songs and rhymes to babies can help develop their language and communication skills from an early age, but it can also help develop your baby's physical development as it is a great opportunity for babies to get moving and discover body awareness.

So why is singing nursery rhymes and songs important:

- It helps your baby learn new words
- It develops their non-verbal communications skills
- Helps them to understand how words are formed by watching your facial movements
- Encourages your baby to move by copying your actions
- They develop both gross and fine motor skills
- It helps to develop body awareness
- It uses both side of the brain and crosses the mid-line
- Your baby will learn about different beats and rhythms
- It provides the opportunity for your baby to value language and become a confident learner
- It introduces cultural awareness and story telling
- It is a fun activity to bond you and your baby/child
- But best of all... its **FREE!**



Did you know?

Not only is singing good for your mental health and mood, but research has shown that singing can actually help build your immune system. Did you know that singing is also an aerobic activity? It forces us to breathe deeply, which draws more oxygen into our bodies. This then travels all around our bloodstreams and even oxygenates our brains.

For a great way to learn new songs and rhymes, visit BBC's Tiny Happy People below:

www.bbc.co.uk/tiny-happy-people/nursery-rhymes-and-songs-collection

Pwysigrwydd canu caneuon a rhigymau

Gall canu caneuon a rhigymau i fabanod, nid yn unig eu helpu i ddatblygu eu sgiliau iaith a chyfathrebu o oedran ifanc, ond gall hefyd hybu datblygiad corfforol eich babi gan ei fod yn darparu cyfle gwych i fabanod symud, a datblygu ymwybyddiaeth gorfforol.

Felly pam mae canu caneuon a hwiangerddi yn bwysig:

- Mae'n helpu'ch babi i ddysgu geiriau newydd
- Mae'n datblygu sgiliau cyfathrebu di-eiriau
- Mae'n ei helpu i ddeall sut mae geiriau'n cael eu ffurfio trwy wyllo symudiadau eich wyneb
- Mae'n annog eich babi i symud wrth eich dynwared chi
- Mae'n hybu datblygiad sgiliau echddygol manwl a bras
- Mae'n hybu ymwybyddiaeth gorfforol
- Mae'n defnyddio dwy ochr yr ymennydd ac yn croesi'r llinell ganol
- Bydd eich babi yn dysgu am wahanol guriadau a rhythmau
- Mae'n rhoi cyfle i'ch babi werthfawrogi iaith a dod yn ddysgwr hyderus
- Mae'n cyflwyno ymwybyddiaeth ddiwylliannol ac adrodd straeon
- Mae'n weithgaredd hwyliog sy'n cryfhau'r berthynas rhyngddoch chi a'ch babi
- Ond, gorau oll... mae **AM DDIM!**



Oeddech chi'n gwybod?

Nid yn unig y mae canu yn dda i'ch iechyd meddwl a'ch hwyliau, ond mae ymchwil yn dangos y gall canu helpu i gryfhau eich system imiwnedd. Oeddech chi'n gwybod bod canu hefyd yn weithgaredd aerobig? Mae'n ein gorfodi i anadlu'n ddwfn, sy'n tynnu mwy o ocsigen i mewn i'n cyrff. Mae'r ocsigen yma yn teithio o amgylch ein ffrydiau gwaed a hyd yn oed yn ocsigenu ein hymennydd.

Am gymorth i ddysgu caneuon a rhigymau newydd yn Gymraeg, ewch i wefan CYW:

<https://cyw.cymru/caru-canu/>