



Polisi ysgol i hybu mesurau ac arferion a fydd yn arwain at ddefnydd diogel a lleihau arferion cyfyngol yn Ysgol y Llys 2025-26

Pennaeth: Mr. Rhys Griffith

Dyddiad Derbyn Corff Llywodraethol	Tachwedd 2025
Dyddiad Adolygu Nesaf	Tachwedd 2026
Llofnod y Pennaeth	<i>Rhys Griffith</i>
Llofnod Cadeirydd y Corff	

Mae'r polisi hwn wedi'i greu gan weithwyr addysg proffesiynol ar draws y rhanbarth. Fe'i datblygwyd o Ddogfen Llywodraeth Cymru 'Fframwaith ar gyfer Lleihau Arferion Cyfyngol' Ebrill 2022 <https://www.llyw.cymru/sites/default/files/pdf-versions/2022/10/3/1665561013/fframwaith-ar-gyfer-lleihau-arferion-cyfyngol.pdf>

Dyddiad polisi: Tachwedd 2025



Cynnwys

Geirfa

Cyflwyniad

Pwrpas

Egwyddorion

Arweinyddiaeth

Eiriolaeth

Manteision Arferion sy'n Canolbwyntio ar y Person

Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006

Arferion cyfyngol

Cynllunio, adolygu ac adrodd

Dogfennaeth ar gyfer cynllunio, cofnodi ac adrodd

Neilltuaeth

Ystyriaethau ymarfer cyfyngol

Dyletswydd gofal

Adolygiad a chefnogaeth ar ôl digwyddiad

Plant sy'n Derbyn Gofal

Datblygu Staff

Cofnodi'r defnydd o arferion cyfyngol a defnyddio data i wella arfer

Diogelu

Adolygu i leihau arferion cyfyngol

Gwybodaeth i rieni

Gweithredu

Deddfwriaeth a pholisi

Cyfeiriadau deddfwriaethol

Atodiadau:

Cyflwyniad

Mae'r polisi hwn wedi'i ddatblygu i gyd-fynd â pholisi'r ALI ar gyfer ysgolion a lleoliadau addysg. Polisi rhanbarthol i hybu mesurau ac arferion a fydd yn arwain at ddefnydd diogel a lleihau arferion cyfyngol mewn ysgolion a lleoliadau Addysg' 2022

Mae'n amlinellu amodau ar gyfer defnyddio arferion cyfyngol. Mae'r polisi hwn wedi'i gytuno gan Uwch Arweinwyr, Corff Llywodraethu ac mae'n adlewyrchu'r gofynion statudol cyfredol a osodwyd ar ysgolion drwy ddeddfwriaeth a chanllawiau.

Mae'r polisi hwn

- yn cyfeirio at hawliau dynol a pholisi cyfreithiol sy'n berthnasol i'r sector a'r lleoliad;
- yn sicrhau bod diffiniadau o arferion cyfyngol ar gael yn hawdd ac wedi'u hymgorffori drwy; fcanweithiau datblygu'r gweithlu, negeseuon sefydliadol a pholisi;
- yn meddu ar brotocolau a chanllawiau llywodraethu clir ar gyfer defnyddio arferion cyfyngol fel y dewis olaf y gellir ei gyfiawnhau, ac ar gyfer monitro pobl yn ystod ac ar ôl eu defnyddio, gan gynnwys y gofynion ar gyfer gwiriadau meddygol;
- yn ei gwneud yn glir nad yw byth yn dderbyniol defnyddio gorfodaeth a mathau eraill o gyfyngu cymdeithasol a seicolegol;
- yn cynnwys canllawiau ar asesiadau risg, y mae'n rhaid eu cynnal cyn defnyddio unrhyw arfer cyfyngol. Dylid ystyried y risgiau i'r unigolyn ymlaen llaw, ac ni ddylid defnyddio unrhyw arfer cyfyngol, sy'n cynyddu'r risg i'r unigolyn. Dylid cynnal asesiad risg o amgylchedd yr unigolyn i sicrhau nad oes unrhyw beth ynddo a fyddai'n achosi risg yn ystod y defnydd o arferion cyfyngol;
- darparu canllawiau clir ar gyfer cofnodi gwybodaeth yn dilyn defnyddio unrhyw arfer cyfyngol mewn perthynas â'r hyn sydd i'w gofnodi pryd, gan bwy, a diben y cofnodiad;
- ei gwneud yn glir y dylid cofnodi unrhyw ddefnydd o arfer cyfyngol hyd yn oed os yw ei ddefnydd wedi'i ragnodi mewn cynllun personol;
- amlinellu'r broses ar gyfer casglu'r data hwn o'u holl wasanaethau. Dylai fod ar gael i sefydliadau allanol ar gais;
- darparu canllawiau ar gyfer ceisio caniatâd i ddefnyddio arferion cyfyngol fel cam olaf y gellir ei gyfiawnhau i atal niwed i unigolyn neu eraill.

Pwrrpas

Sefydlu gofynion a chyfrifoldebau cyfreithiol yr ysgol ac egluro ein hymagwedd at y defnydd o rym rhesymol ac ymyriad corfforol cyfyngol ar gyfer holl staff, disgyblion, llywodraethwyr, rhieni/gofalwyr, asiantaethau allanol a'r gymuned ehangach.

Galluogi staff i reoli digwyddiadau gyda hyder a chysondeb, sicrhau bod eu hymateb yn ategu'r dull cyffredinol ar gyfer gwerthoedd ac ethos yr ysgol, tra'n sicrhau lles gorau pawb sy'n cyfrannu.

Atgyfnerthu a diogelu iechyd a diogelwch y gymuned ysgol gyfan ac eraill sy'n defnyddio'r ysgol.

Bwriad y polisi hwn yw hybu mesurau ac arferion diogel a fydd yn arwain at leihau arferion cyfyngol.

Mae'r polisi'n ceisio sicrhau, lle defnyddir arferion cyfyngol, fel dewis olaf y gellir ei gyfiawnhau, i atal niwed i'r unigolyn neu eraill, bod hyn yn cael ei lywio gan gynllunio sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, yng nghyd-destun y lleoliad ac mewn ffordd sy'n diogelu'r unigolion, y rhai y maent yn rhyngweithio â nhw, a'r rhai sy'n darparu cymorth iddynt.

Er mwyn cyflawni nodau'r polisi hwn, mae Ysgol y Llys yn canolbwyntio ar:

Hyrwyddo hawliau dynol

Atal yr angen am ymarfer cyfyngol trwy ddatblygu strategaethau lleihau.

Gweithio gydag unigolion trwy **gynllunio sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn** i ddiwallu anghenion unigol, mewn ffordd sy'n lleihau'r tebygolrwydd o sefyllfaoedd lle mae arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio fel y cam olaf y gellir ei gyfiawnhau.

Bod â mesurau mewn lle, felly os fydd sefyllfa yn codi lle defnyddir ymarfer cyfyngol fel dewis olaf, i atal niwed i'r unigolyn neu eraill, mae cynllunio a hyfforddiant mewn lle i ddiogelu diogelwch pawb ynghlwm.

Egwyddorion

Wrth ddefnyddio arferion cyfyngol, mae pob aelod o gymuned ein hysgol yn rhannu egwyddorion a disgwyliadau cyffredin wedi'u llywio gan ddull gweithredu sy'n hyrwyddo hawliau dynol yn weithredol fel y nodir yng Nghonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn (CCUHP); a Chonfensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau Pobl ag Anableddau.(UNCRPD)

Dylai'r defnydd o arferion cyfyngol fod yn unol â'r egwyddorion a ddisgrifir yn y *Polisi Hawliau Dynol ar Ataliaeth* a gynhyrchwyd gan y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol.

'Hawliau dynol ydi'r hawliau a'r rhyddid sylfaenol sy'n perthyn i bawb yn y byd. Maent yn seiliedig ar egwyddorion craidd megis urddas, tegwch, cydraddoldeb, parch ac ymreolaeth. Mae hawliau dynol yn berthnasol i fywyd o ddydd i ddydd. Maent yn amddiffyn rhyddid pobl i reoli eu bywyd eu hunain, i gymryd rhan yn effeithiol mewn penderfyniadau a wneir amdanynt sy'n effeithio ar eu hawliau, ac i dderbyn gwasanaethau teg a chyfartal'.

Dylai'r defnydd o'r holl arferion cyfyngol gan gynnwys ataliaeth fod yn unol â

chyhoeddiad y EHRC *‘Polisi Hawliau Dynol ar gyfer ataliaeth: egwyddorion defnyddio ymyriadau ataliol corfforol, cemegol, mecanyddol a chymhellol yn gyfreithlon’* (2019). Mae hwn yn cynnwys gwybodaeth bwysig am wahanol fathau o ataliaeth a’u defnydd cyfreithlon fel cam olaf y gellir ei gyfiawnhau yn unol ag arfer a lywir gan ymagwedd hawliau dynol.

Rydym yn cydnabod y gall arferion cyfyngol gael effaith ar lesiant y bobl hynny sy’n ddarostyngedig i’r arferion hyn, yn ogystal â’r rhai sy’n eu gweithredu ac yn dyst iddynt. Gall hyn gynnwys niwed corfforol, trawma neu ail-adrodd trawma.

Mae gan bob aelod o staff bŵer cyfreithiol i ddefnyddio grym rhesymol i atal disgyblion rhag cyflawni trosedd, anafu eu hunain neu eraill, gwneud difrod i eiddo; ac i gynnal trefn a disgyblaeth dda ymysg y disgyblion.

Dylai’r ffocws fod ar atal, gymaint â phosibl yr angen i ddefnyddio grym rhesymol ar ddisgyblion, drwy greu awyrgylch tawel, trefnus a chefnogol mewn ysgol sy’n lleihau’r risg a’r bygythiad o drais o unrhyw fath. Dylid ond defnyddio grym pan fydd popeth arall yn methu ac y gellir ei gyfiawnhau a dylai ysgolion leihau’r posibilrwydd o fod angen defnyddio grym. Fodd bynnag, efallai na fydd hyn bob amser yn bosibl ac mewn amgylchiadau o’r fath mae staff angen bod yn ymwybodol o’r sensitifrwydd sy’n gysylltiedig ag unrhyw ffurf o gyswllt corfforol gyda disgyblion.

Ni ddylai ysgolion geisio atal gallu staff i ddefnyddio grym rhesymol drwy fabwysiadu polisi ‘dim cyswllt’. Mae’r pŵer i ddefnyddio grym rhesymol yn helpu i sicrhau diogelwch disgyblion, staff a’r ysgol a’r risg gyda pholisi dim cyswllt yw y gall aelod o staff dorri eu dyletswydd gofal tuag at ddisgybl, neu eu hatal rhag cymryd camau angenrheidiol i atal disgybl sy’n achosi niwed i eraill.

Ni ddylid cadw unrhyw unigolyn mewn sefyllfa’n wynebu i lawr mewn unrhyw amgylchiadau. Ym mhob sefyllfa, dylai ymddygiad a chamau fod yn rhesymol ac yn gymesur o ran camau, grym a pharhad. Hefyd dylai amddiffyn a diogelu unigolion naill ai oddi wrth eu hunain neu eraill.

Arweinyddiaeth

Dim ond trwy ddull sefydliadol cyfan, wedi’i gefnogi gan arweinyddiaeth gref, y gellir gweithredu a chynnal y broses o leihau arferion cyfyngol yn briodol. Dylai negeseuon am leihau fod yn glir ar bob lefel, ym mhob system a pholisi sefydliadol a rhaglen datblygu staff.

Rhaid i arweinwyr ar bob lefel ddarparu cyfleoedd i staff a phlant a phobl ifanc fyfyr, asesu a nodi unrhyw anghenion dysgu a/neu gymorth.

Bydd UDA yr ysgol yn wylidwrus o arwyddion o ddiwylliannau cyfyngol yn datblygu. Byddwn yn hwyluso trafodaeth reolaidd am arferion cyfyngol ac yn creu amgylchedd di-fai lle gellir trafod a chwestiynu ymarfer.

Mae gan arweinyddiaeth yr ysgol a’r corff llywodraethu ddyletswydd gofal tuag at ac mae’n cydnabod y gall straen yn y gweithle gael effaith andwyol ar ansawdd ymarfer. Mae mesurau priodol ar waith i gefnogi lles staff trwy Bolisi Lles yr ysgol.

Eiriolaeth

Mae'r polisi hwn yn ceisio hyrwyddo ymagwedd seiliedig ar hawliau at ymarfer gyda phlant a phobl ifanc. Mae hyn yn golygu cynnwys pobl mewn penderfyniadau am y cymorth a'r gwasanaethau y maent yn eu derbyn a'r canlyniadau y maent am eu cyflawni. Mae hefyd yn golygu cynllunio i ddiwallu anghenion mewn ffordd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn ac sy'n hyrwyddo lles a'r cyfleoedd i blant a phobl ifanc wireddu eu hawliau.

Un o oblygiadau hyn ar gyfer arfer da yw'r angen i gynllunio gyda, ac ar gyfer plant a phobl ifanc, fel bod mesurau yn eu lle i leihau'r defnydd o arferion cyfyngol. Dylai'r dull o gynnwys y bobl arwyddocaol yn eu bywydau wrth gynllunio fod yn ystyrlon ac yn briodol i'w hoedran, eu gallu a'u hanghenion cyfathrebu.

Mae hyn yn golygu darparu cymorth ychwanegol i rai plant a phobl ifanc trwy eiriolwr i sicrhau bod eu barn yn cael ei chlywed.

Mae Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 yn rhoi'r hawl i blant a phobl ifanc gael cynnig gweithredol o eiriolaeth gan Eiriolwr Proffesiynol Annibynnol (IPA) statudol. Mae'r hawl hon yn berthnasol pan fyddant yn dod yn blant sy'n derbyn gofal neu'n dod yn destun ymholiadau amddiffyn plant sy'n arwain at Gynhadledd Amddiffyn Plant Gychwynnol. Gwneir y 'cynnig rhagweithiol' yn uniongyrchol i'r plentyn gan y Gwasanaeth Eiriolaeth.

Fel lleoliad yn Sir Ddinbych darperir hwn drwy SNAPCymru

Manteision Arferion sy'n Canolbwyntio ar yr Unigolyn

- *gwella ansawdd bywyd fel bod gan blant a phobl ifanc lai o angen i ddefnyddio ymddygiadau heriol.*
- *defnyddio offer i ddeall beth mae ymddygiad yr unigolyn yn ei olygu.*
- Defnyddio ymyriadau sy'n parchu urddas yr unigolyn ac sy'n cefnogi lleihau arferion cyfyngol.
- Dylai fod gan unrhyw un sydd mewn perygl o arferion cyfyngol ganllawiau sy'n cynnwys ystod o strategaethau rhagweithiol fel bod ganddynt fynediad at y math o gymorth sydd ei angen arnynt; a hefyd strategaethau adweithiol, wedi'u cynllunio i ymdrin ag ymddygiadau sy'n herio pan fyddant yn digwydd, gan gynnwys lleihau risg.
 - Mae **strategaethau rhagweithiol** yn cynnwys newidiadau amgylcheddol, i wneud yr amgylchedd yn fwy addas ar gyfer yr unigolyn, ac addysgu sgiliau neu ymddygiadau newydd, fel bod ymddygiadau heriol yn dod yn llai tebygol.
 - Mae **strategaethau adweithiol** yn cynnwys dewisiadau sy'n benodol i'r person yn lle'r defnydd o gyfyngiadau, er enghraifft, tynnu sylw, dad-ddwysáu, gwrando gweithredol, neu dynnu'n ôl. Mae'r strategaethau hyn yn rhan



i) staff cefnogi sydd fel arfer yn gyfrifol am oruchwyllo disgyblion fel cymorthyddion addysgu, cymorthyddion cefnogi dysgu, mentoriaid dysgu a goruchwylwyr amser ginio.

ii) nid yw'n cynnwys prif ddisgyblion.

Mae'n rhaid i'r sawl sy'n ymarfer pŵer i ddefnyddio grym hefyd gymryd i ystyriaeth unrhyw Anghenion Dysgu Ychwanegol (ADY) ac/neu anabledd sydd gan ddisgybl. O dan y Ddeddf Cydraddoldeb 2010 mae gan ysgolion ddyletswyddau allweddol:

- i beidio trin disgybl anabl yn llai ffafriol, oherwydd ei a/hanabledd, na disgybl heb anabledd;
- i beidio trin disgybl anabl yn anffafriol am reswm sy'n ymwneud â'u hanabledd, heb gyfiawnhad;
- peidio â chymhwyso darpariaeth, maen prawf neu arfer sy'n rhoi neu a fyddai'n rhoi disgybl anabl o dan anfantais benodol o'i gymharu â disgybl nad yw'n anabl, heb gyfiawnhad; a chymryd camau rhesymol i osgoi rhoi disgybl anabl dan anfantais sylweddol o'i gymharu â disgybl nad yw'n anabl (a elwir yn ddyletswydd addasiadau rhesymol).

Arferion cyfyngol

Gall y term arferion cyfyngol fod yn berthnasol i nifer o wahanol weithredoedd. Nid yw arfer cyfyngol o reidrwydd yn gofyn am ddefnyddio grym, gall hefyd gynnwys gweithredoedd o ymyrraeth, er enghraifft gosod bwrdd yn erbyn drws.

Y ffordd orau i osgoi arferion cyfyngol yw gweithio'n ataliol a chwrdd ag anghenion cyn i argyfwng godi. Fodd bynnag, gall fod adegau prin pan fydd angen defnyddio arferion cyfyngol i atal niwed i unigolyn neu eraill.

Mae gan unrhyw ddefnydd o arfer cyfyngol y potensial i ymyrryd â hawliau dynol sylfaenol person ac mae gan bawb ymrwymiad i barchu hawliau dynol. Yn Ysgol y Llys rydym yn sicrhau bod arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio fel dewis olaf y gellir ei gyfiawnhau, o fewn y polisi hwn i gefnogi hawliau dynol.

Dim ond o fewn y polisiâu cyfreithiol priodol y defnyddir arferion cyfyngol, a thrwy hyfforddiant rydym yn sicrhau ein bod yn ymwybodol o baramedrau'r ddeddfwriaeth a'r canllawiau sy'n berthnasol i'n dysgwyr ac yn gweithredu oddi mewn iddynt. Rhaid i bob gweithred o arfer cyfyngol fod yn gyfreithlon, yn gymesur a'r opsiwn lleiaf cyfyngol sydd ar gael.

Nid yw byth yn gyfreithlon defnyddio ataliaeth i fychanu, diraddio neu gosbi pobl.

Mae amgylchiadau rhai plant a phobl ifanc yn eu gwneud yn arbennig o agored i droseddau yn erbyn eu hawliau dynol. Gall hyn fod o ganlyniad i'w hoedran, gallu neu oherwydd gwahaniaethu yn ymwneud â'u nodweddion gwarchodedig fel y'u diffinnir gan Ddeddf Cydraddoldeb 2010.

Mae plant yn agored i niwed oherwydd eu hoedran, maent yn datblygu'n gorfforol ac yn seicolegol, sy'n eu gwneud yn arbennig o agored i drawma a niwed, o ganlyniad i arferion cyfyngol.

Gall pobl sydd wedi dioddef trawma yn y gorffennol, sy'n profi rhwystrau cyfathrebu, neu sydd â gwahaniaethau eraill, gael rhai arferion cyfyngol yn arbennig o drallodus a gallant weld rhai sefyllfaoedd yn arbennig o heriol a niweidiol.

Cynllunio, adolygu ac adrodd

Rhaid i arferion cyfyngol fod yn rhan o ddull gweithredu cyffredinol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn, wedi'i deilwra'n benodol i'r unigolyn y mae'n cael ei ddefnyddio ar ei gyfer, yn enwedig ar gyfer unigolion sy'n wynebu mwy o risg oherwydd oedran, eiddilwch, problemau iechyd, hanes trawma neu ffactorau risg eraill.

Dylai unrhyw ddefnydd a fwriedir o arferion cyfyngol fel dewis olaf y gellir ei gyfiawnhau fod yng nghanllawiau cymorth ymddygiad yr unigolyn yn ei gynllun unigol a bydd yn cael ei adolygu'n rheolaidd. Dylai fod yn glir o fewn y canllawiau cymorth ymddygiad pam mai'r ymyriad hwnnw sydd fwyaf priodol ar eu cyfer

Bydd unrhyw ddefnydd o arfer cyfyngol nad yw yng nghynllun personol yr unigolyn yn sbarduno adolygiad ar unwaith.

Mae canllawiau yng nghynllun personol yr unigolyn ar sut y bydd y defnydd o arferion cyfyngol yn cael ei leihau yn y dyfodol.

Dylai penderfyniadau ynghylch defnyddio arferion cyfyngol ystyried unrhyw ffactorau diwylliannol neu grefyddol ar gyfer unigolion.

Dylid defnyddio arferion cyfyngol yng nghyd-destun perthynas therapiwtig gyffredinol ac ni ddylid byth eu defnyddio fel cosb.

Mae plant a phobl ifanc mewn perygl arbennig yn gorfforol ac yn seicolegol a dylid dilyn yr egwyddorion ar gyfer cynnal hawliau plant.

Ni ddylid byth defnyddio arferion cyfyngol i wneud iawn am brinder staff neu anawsterau adnoddau eraill.

Yn dilyn unrhyw achosion o arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio, dylid hysbysu'r bobl/cyrff perthnasol, yn unol â'r cynllun personol. Dylid hysbysu aelodau'r teulu/gofalwyr di-dâl oni bai bod y cynllun personol yn nodi fel arall.

Dogfennaeth ar gyfer cynllunio, cofnodi ac adrodd

Mae'r dogfennau a ddefnyddir gan Ysgol y Lllys i'w gweld yn atodiadau'r polisi.

Neilltuaeth

Bydd adegau pan fydd angen i'n disgyblion gael mynediad i ardaloedd i ffwrdd o sŵn neu bobl eraill. Mae'n bwysig bod staff yn ymgyswrtu â'r mannau tawelach a ddarperir, a allai gynnwys mannau awyr agored.

Weithiau mae arferion y cyfeirir atynt fel amser allan, ymlacio neu ynysu, gan gynnwys defnyddio pebyll synhwyraidd, yn bodloni'r diffiniad o neilltuaeth os yw'r plentyn neu berson ifanc yn cael ei roi mewn ystafell ac yn methu â gadael o'i wirfodd.

Gall y defnydd o 'Amser Allan' fod yn strategaeth israddio effeithiol ar gyfer rheoli ymddygiad yn gadarnhaol. Gall hyn gynnwys strategaeth wedi'i chynllunio neu heb ei chynllunio a gall ddigwydd mewn nifer o amrywiol amgylcheddau ee. garddio, llyfrgell, cae chware, ystafell amser allan.

Os bydd disgybl yn mynd gydag aelod o staff i ystafell dawel i ffwrdd o'r digwyddiad, dylai'r aelod o staff aros gyda'r disgybl yn yr ystafell neu ardal dawel nes bydd y disgybl yn dawel ac yn drefnus. Yn dibynnu ar yr amgylchiadau, gall fod yn fwy buddiol i ddisgyblion fod gydag aelod o staff maent yn ei adnabod yn dda. Unwaith y bydd y disgybl yn dawel ac yn ddiogel, gall yr aelod o staff adael y disgybl ei hun, er nid heb ei fonitro, yn yr ystafell, ond ni ddylid cloi'r drws.

Pan ddewisir 'Amser Allan' fel strategaeth, mae angen ystyried y pwyntiau canlynol:

- i. Yr amgylchedd 'Amser Allan' – dylai oedolyn sy'n goruchwyllo wybod lle mae'r plentyn bob amser, er y gellir goruchwyllo o bell, yn dibynnu ar amgylchiadau disgybl unigol a barn broffesiynol.
- ii. mae'n rhaid ystyried parhad 'Amser Allan' yn ofalus a'i fonitro i sicrhau nad yw'r plentyn yn gofidio yn ormodol
- iii. rhaid monitro ei ddefnydd cyffredinol yn ofalus.

Dylai pob ystafell neu ardal dawel gael digon o olau dydd, pwyntiau mynediad a gadael ac nid o fewn gofod cyfyng a all achosi i'r disgybl deimlo wedi'i rwystro neu'n ofnus ac felly cynyddu unrhyw bryder, ymosodedd neu drais a oedd o bosibl yn amlwg yn y digwyddiad gwreiddiol.

Dylai'r defnydd o ystafelloedd tawel hefyd fod yn gyson gyda pholisïau'r ysgol ar ddiogelu ac iechyd a diogelwch. Dylid cadw cofnodion priodol ar y defnydd o ystafelloedd o'r fath ac unrhyw fath o gyfyngiad corfforol a ddefnyddiwyd.

Ni ddylid rhoi plentyn mewn ystafell dan glo mewn unrhyw amgylchiadau ar gyfer ymyriad 'Amser Allan'.

'Gall y llysoedd ei ystyried yn drosedd/torri hawliau dynol plentyn i gloi plentyn mewn ystafell heblaw mewn argyfwng pan, er enghraifft, mae'r defnydd o ystafell dan glo yn fesur dros dro tra'n chwilio am gymorth. Mewn amgylchiadau o'r fath, dylai'r plentyn bob amser gael ei oruchwyllo gan oedolyn. Ni ddylid rhoi plentyn mewn ystafell na all adael drwy ei ewyllys ei hun fel cosb mewn unrhyw amgylchiadau. '(0097/2013)

Ystyriaethau ymarfer cyfyngol

Defnyddio Barn Broffesiynol

Mae barn broffesiynol yn allweddol i benderfynu ar y camau gweithredu mwyaf priodol i sicrhau'r canlyniadau mwy diogel i unigolion ac eraill mewn sefyllfaoedd sy'n risg o niwed difrifol. Ble mae'r potensial yn bodoli i ddefnyddio ymyriad corfforol gyfyngol, mae'n rhaid cydbwysu nifer o ffactorau pwysig. Mae'r ffactorau hyn yn cynnwys:

- gwybodaeth am yr unigolyn a'i hanes

- gwybodaeth am yr effaith ac effeithiau technegau a dulliau ymyriad corfforol cyfyngol
- sicrhau lles a diogelwch pawb dan sylw
- sicrhau tryloywder ac atebolrwydd proffesiynol
- sicrhau bod holl gamau yn briodol ac yn dderbyniol o fewn arferion proffesiynol cydnabyddedig, cyfraith sifil a chyfraith trosedd.

Amgylchiadau pan fydd ymyriad corfforol yn briodol?

Rhai enghreifftiau o sefyllfaoedd lle defnyddir ymyriad corfforol yw:

- Atal disgybl rhag ymosod ar aelod o staff, neu ddisgybl arall,
- Atal disgybl rhag achosi difrod difrifol, bwriadol i eiddo;
- Atal disgybl rhag achosi difrod drwy ddamwain, chwarae'n gas, neu drwy gamddefnyddio deunydd neu wrthrychau peryglus;
- Sicrhau bod disgybl yn gadael ystafell ddosbarth lle mae'r disgybl yn gwrthod dilyn cyfarwyddyd i wneud hynny'n gyson;
- Atal disgybl rhag ymddwyn mewn modd sy'n amharu'n ddifrifol ar wers; neu
- Atal disgybl sy'n ymddwyn mewn ffordd sy'n amharu'n ddifrifol ar ddigwyddiad chwaraeon ysgol neu ymweliad ysgol.

Dylai'r ffocws fod ar atal, gymaint â phosibl yr angen i ddefnyddio grym rhesymol ar ddisgyblion, drwy greu awyrgylch tawel, trefnus a chefnogol mewn ysgol sy'n lleihau'r risg a'r bygythiad o drais o unrhyw fath. Dylid ond defnyddio grym pan fydd popeth arall yn methu ac y gellir ei gyfiawnhau a dylai ysgolion leihau'r posibilrwydd o fod angen defnyddio grym. Fodd bynnag, efallai na fydd hyn bob amser yn bosibl ac mewn amgylchiadau o'r fath mae staff angen bod yn ymwybodol o'r sensitifrwydd sy'n gysylltiedig ag unrhyw ffurf o gyswllt corfforol gyda disgyblion.

Strategaethau heblaw grym i'w hystyried:

Enghreifftiau

- Y defnydd o amrywiaeth o strategaethau is-raddio, yn arbennig y rhai a nodwyd yn effeithiol drwy Strategaeth Adweithiol Unigol disgybl (lle mae un yn bodoli)
- Darparu dewis o leoliadau i'r disgybl sy'n tarfu fynd yno
- Rhoi cyfarwyddiadau clir
- Newid wyneb – cysylltu ag aelod o staff y gwyddir sydd â pherthynas gadarnhaol gyda'r disgybl
- Caniatáu amser hawlio felly'r cyfle i 'arbed wyneb'
- Symud y gynulleidfa e.e. gofyn i ddisgyblion eraill adael yr ystafell

Dim ond o fewn egwyddorion y dewis lleiaf cyfyngol a'r dewis olaf y gellir ei gyfiawnhau y dylid defnyddio ataliaeth. Dyna'r dull lleiaf cyfyngol gyda'r lleiaf o rym (sy'n gymesur â'r risg) am y lleiafswm o amser. Dim ond os yw'n gwbl angenrheidiol y dylid eu defnyddio (os oes cred wirioneddol bod niwed yn debygol o ddigwydd i'r unigolyn neu eraill os na chaiff ei ddefnyddio, ac os rhoddwyd cynnig ar ddulliau eraill llai cyfyngol a'u bod wedi methu). Ni ddylid byth defnyddio ataliadau sy'n achosi poen yn fwriadol.

Mae'r un mor debygol y bydd gweithwyr sy'n gweithio mewn gwasanaethau heriol yn gweld rhai agweddau o'u gwaith yn straen mawr a byddant yn profi arferion cyfyngol yn dramatig.

Mae angen ymagwedd unigol yn y ddau achos, gan y bydd ffactorau personol a sefydliadol yn dylanwadu ar lefel y trallod y mae pobl yn ei brofi.

Mae darparu'r cymorth cywir ar ôl digwyddiad yn debygol o gael dylanwad cadarnhaol ar fentrau lleihau ymarfer cyfyngol trwy ei rôl yn atgyweirio perthnasoedd o ymddiriedaeth ac ailsefydlu teimladau o ddiogelwch. Fodd bynnag, mae angen ei roi ar waith yn dda ac ochr yn ochr â strategaethau eraill fel rhan o ymagwedd sefydliad cyfan at leihau:

Cymorth ar ôl digwyddiad: sylw i les corfforol ac emosiynol yr unigolion dan sylw

Adolygu ar ôl digwyddiad: i ddysgu o'r digwyddiad a myfyrio ar arfer.

Plant sy'n Derbyn Gofal

Dylai unrhyw Blant sy'n Derbyn Gofal gael y wybodaeth berthnasol ynglŷn â'r defnydd rhesymol o rym rhesymol neu ymyriad corfforol cyfyngol sydd ar gael iddynt, a'u gofawyr, yn ogystal â gwybodaeth am y system gwynion a'r gefnogaeth sydd ar gael gan eiriolydd.

Os bydd grym rhesymol neu ymyriad corfforol cyfyngol wedi'i ddefnyddio, dylid ei drafod yn ystod unrhyw broses adolygu statudol wrth ystyried os yw lleoliad yn gallu diwallu anghenion plentyn a dylid adlewyrchu'r drafodaeth hon yng nghynllun gofal y plentyn. Dylai bod yna gofnod ysgrifenedig clir o'r digwyddiadau hyn yn y ffeil gwaith cymdeithasol yn unol â gweithdrefnau cofnodi'r awdurdod.

Datblygu staff

Mae'r ysgol yn cael mynediad at hyfforddiant seiliedig ar werth a chymorth parhaus i ddatblygu medrau i weithio o fewn y polisi hwn. Yn <ENW'R YSGOL> mae staff yn ymgymryd â'r hyfforddiant a ddarperir trwy <ENW'R ALI>. Yn Sir Ddinbych mae ysgolion yn gallu cael mynediad i Hyfforddiant Timian drwy hyfforddwyr Timian ALI.

Mae'r hyfforddiant yn cynnwys:

- archwilio agweddau a phriodoliadau i ymddygiadau a ddisgrifir fel rhai heriol.
- Deall ystyr ymddygiadau a ddisgrifir fel ymddygiad 'heriol' a myfyrio ar yr agweddau a'r rhagdybiaethau sy'n effeithio ar y ffordd y mae ymarferwyr yn deall ymddygiadau;
- hawliau dynol a sut maent yn berthnasol i'r defnydd o arferion cyfyngol;
- Arferion sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a hawliau unigol sy'n allweddol i gynllunio sut rydym yn cefnogi ein dysgwyr
- dealltwriaeth o drawma a gofal wedi'i lywio gan drawma;
- Codi ymwybyddiaeth o'r trawma y gall pobl sy'n destun arferion cyfyngol a'r rhai sy'n cyflawni arferion cyfyngol ei brofi.
- Y sefyllfa gyfreithiol
- ymyriadau rhagweithiol sy'n gwella lles ac yn atal y defnydd o arferion cyfyngol;

- Technegau ymyrraeth gyfyngol

Mae cynnwys yr hyfforddiant hefyd yn cyfeirio at y polisïau diogelu a rhannu pryderon fel bod pobl yn deall sut i ymateb os ydynt yn credu bod hawliau rhywun yn cael eu torri a'u bod yn cael eu rhoi mewn perygl.

Mae'r hyfforddiant y mae staff yr ysgol yn ei wneud yn sicrhau plant a phobl ifanc o ymateb cyson i gymorth ymddygiad a'r defnydd o arferion cyfyngol.

Cofnodi'r defnydd o arferion cyfyngol a defnyddio data i wella arfer

Mae gan uwch arweinyddion wybodaeth am ystod a hyd arferion cyfyngol a ddefnyddir o fewn yr ysgol drwy gofnodi ac adolygu data seiliedig ar achosion o ymarferion.

Mae arfer casglu data da yn elfen hanfodol mewn unrhyw gynllun i leihau arferion cyfyngol ac yn cefnogi tryloywder.

Yn **<enw'r ysgol>** cesglir data o'r log ymyriad cyfyngol a ffurflenni digwyddiadau arwyddocaol

Mae'r data a gasglwyd yn cynnwys:

- Nifer y digwyddiadau
- Amllder a hyd mesurau cyfyngol unigol
- Adolygir y data hwn i chwilio am batrymau gan gynnwys, ond nid yn gyfyngedig i:
 - Rhyw
 - Oed
 - Nodweddion gwarchodedig
- Dylai unrhyw ddata a gesglir fod â phwrrpas clir a dylid ei wneud yn unol â Rheoliadau Diogelu Data Cyffredinol y DU.
- Fel rhan o'n cynllun i leihau arfer cyfyngol **<enw'r ysgol>** mae'r wybodaeth rydym yn ei chofnodi yn cynnwys:
 - a. Y math o arfer cyfyngol a ddefnyddir;
 - b. Y rheswm/rhesymau dros ddefnyddio arfer cyfyngol;
 - c. Ble a phryd y defnyddiwyd yr arfer cyfyngol;
 - d. Hyd yr arfer cyfyngol;
 - e. Yr effaith hysbys ar yr unigolyn, gan gynnwys unrhyw anafiadau, ac unrhyw risgiau i'w les corfforol neu feddyliol;

- f. Nodweddion gwarchodedig yr unigolyn (gan gynnwys oedran, rhyw, rhyw, anabledd, wedi'u dadansoddi yn ôl math o nam, a hil);
- g. Canlyniad unrhyw adolygiad o ddigwyddiad, gan gynnwys unrhyw fesurau a gymerir i osgoi neu leihau arferion cyfyngol a'r risg o niwed yn y dyfodol;
- h. Cyfranogiad yr unigolion yn yr adolygiad;
- i. Cofnod i gadarnhau bod yr aelodau teulu a gofalwyr perthnasol wedi cael gwybod a phryd y digwyddodd hyn.

Diogelu

- Mae staff yr ysgol yn deall eu cyfrifoldebau diogelu ac yn gyfarwydd â pholisi a gweithdrefnau diogelu'r sefydliad.
- Rhaid adrodd am faterion diogelu i'r gwasanaethau cymdeithasol neu'r heddlu yn unol â gofynion a nodir yng *Ngweithdrefnau Diogelu Cymru a chanllawiau perthnasol*:
- *Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 1: Cyflwyniad a Throsolwg* <https://llyw.cymru/cyflwyniad-diogelu-pobl>
- *Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 5: Ymdrin ag Achosion Unigol i Amddiffyn Plant Mewn Perygl* <https://llyw.cymru/diogelu-plant-cam-drin-risg-neu-esgeuluso>

Os oes unrhyw arwydd bod arferion cyfyngol yn cael eu defnyddio'n amhriodol, rhaid rhoi gwybod am hyn fel pryder diogelu.

Mae staff yr ysgol hefyd yn cael gwybod am bolisi rhannu rhannu pryderon y sefydliad.

Adolygu i leihau arferion cyfyngol

Bydd <enw'r ysgol> yn adolygu ein harfer presennol yn rheolaidd, gall hyn gynnwys:

- Dadansoddi data ar nifer yr arferion cyfyngol
- Adnabod patrymau
- Mynd i'r afael â phatrymau
- Adolygu cynlluniau unigol
- Adolygu Asesiadau Risg

Gwybodaeth i rieni

Mae datganiad ar y defnydd o rym rhesymol ac ymyriad corfforol cyfyngol, ynghyd â'r defnydd o 'Amser Allan' fel strategaethau, ar gael ym Mhrosiectws yr Ysgol.

Gweithredu

Bydd yr ysgol yn ystyried y disgwyliadau a nodir yn y Polisi hwn wrth weithredu, monitro ac adolygu

Deddfwriaeth a pholisi

- Cod Ymarfer Anghenion Addysgol Arbennig Cymru (Llywodraeth Cymru, 2004)
- Deddf Anghenion Dysgu Ychwanegol a'r Tribiwnlys Addysg (Cymru) 2018
- Adran 93 Deddf Addysg ac Arolygiadau 2006
- Y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith
- Deddf Galluedd Meddyliol 2005
- Deddf Cydraddoldeb 2010.
- Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus, Deddf Cydraddoldeb 2010 a149
- Law yn Llaw at Iechyd Meddwl (Llywodraeth Cymru, 2012)
- Dulliau ymarferol o reoli ymddygiad yn yr ystafell ddosbarth: Llawlyfr i athrawon dosbarth mewn ysgolion cynradd (Llywodraeth Cymru, 2012)
- Ymyriadau diogel ac effeithiol - Defnyddio Grym Rhesymol a Chwilio am Arfau (Canllawiau Llywodraeth Cymru, 2013)
<https://gov.wales/sites/default/files/publications/2018-03/safe-and-effective-intervention-use-of-reasonable-force-and-searching-for-weapons.pdf>
- Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014
- Rhan 4 Cod Ymarfer (Diwallu Anghenion) Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014 (Llywodraeth Cymru 2015)
- Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 1: Cyflwyniad a Throsolwg (Llywodraeth Cymru, 2016)
- Deddf Iechyd Meddwl 1983: Cod Ymarfer Cymru (Llywodraeth Cymru, 2016)
- Anabledd Dysgu – Rhaglen Gwellu Bywydau (Llywodraeth Cymru, 2018a)
- Gweithio Gyda'n Gilydd i Ddiogelu Pobl Cyfrol 5: Ymdrin ag Achosion Unigol i Amddiffyn Plant Mewn Perygl (Llywodraeth Cymru, 2018)

- Canllawiau Statudol i ddarparwyr gwasanaeth ac unigolion cyfrifol

Cyfeiriadau deddfwriaethol

Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus, Deddf Cydraddoldeb 2010 a149

Mae rhai awdurdodau cyhoeddus yn ddarostyngedig i ddyletswyddau penodol o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010. Crëwyd Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus (PSED) o dan y Ddeddf Cydraddoldeb, a ddaeth i rym ar 5 Ebrill 2011. Mae'r Ddyletswydd Cydraddoldeb i Bobl Anabl wedi disodli'r dyletswyddau cydraddoldeb hil, anabledd a rhyw. Mae'n berthnasol yn Lloegr, yr Alban ac yng Nghymru. Mae'r ddyletswydd cydraddoldeb gyffredinol wedi'i nodi yn adran 149 o [Ddeddf Cydraddoldeb 2010](#).

Mae adran 153 o'r Ddeddf yn galluogi Gweinidogion Cymru i osod dyletswyddau penodol ar rai cyrff cyhoeddus Cymreig drwy is-ddeddfwriaeth. Ar gyfer cyrff cyhoeddus Cymreig a thrawsffiniol yng Nghymru, mae dyletswyddau penodol wedi'u cwblhau gan Lywodraeth Cymru a daethant i rym ar 6 Ebrill 2011.

[Rheoliadau Deddf Cydraddoldeb 2010 \(Dyletswyddau Statudol\) \(Cymru\) 2011](#)

Rhaid i'r awdurdodau cyhoeddus hynny sy'n destun y ddyletswydd cydraddoldeb gyffredinol roi sylw dyledus i'r angen i:

- ddileu gwahaniaethu, aflonyddu, erledigaeth anghyfreithlon, ac unrhyw ymddygiad arall a waherddir gan neu dan y Ddeddf hon;
- cynyddu cyfle cyfartal rhwng pobl sy'n rhannu nodwedd warchodedig a phobl nad ydynt yn ei rhannu;
- meithrin cysylltiadau da rhwng pobl sy'n rhannu nodwedd warchodedig a phobl nad ydynt yn ei rhannu.

[Confensiwn ar Hawliau Pobl ag Anableddau \(CRPD\) Yn](#)

enwedig erthyglau:

- 12 (cydnabyddiaeth gyfartal gerbron y gyfraith),
- 14 (rhyddid a diogelwch y person),
- 15 (rhyddid rhag artaith, triniaeth neu gosb greulon, annynol neu ddiraddiol)
- 17 (diogelu uniondeb y person).

[Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r](#)

[Plentyn](#) Yn arbennig erthyglau:

- 3 (lles gorau'r plentyn),
- 12 (hawl i gael eich clywed),
- 16 (hawl i breifatrwydd a theulu),
- 19 (amddiffyn rhag trais a cham-drin corfforol neu feddyliol),
- 23 (plant anabl),
- 28 (disgyblaeth ysgol)
- 37 (rhyddid rhag artaith, triniaeth neu gosb greulon, annynol neu ddiraddiol).

Cyngor Gofal Cymru (2016) *Dulliau Cadarnhaol: Lleihau Arferion Cyfyngol mewn Gofal Cymdeithasol*. Ar gael yn: https://gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/gweithwyr-gofal-cymdeithasol/dulliau-cadarnhaol_-lleihau-arferion-cyfyngol-mewn-gofal-cymdeithasol

Coleg Brenhinol y Seiciatryddion, Cymdeithas Seicolegol Prydain a Choleg Brenhinol Therapyddion Lleferydd ac Iaith (2007) Ymddygiad heriol: ymagwedd unedig Canllawiau clinigol a gwasanaeth ar gyfer cefnogi pobl ag anableddau dysgu sydd mewn perygl o gael arferion camdriniol neu gyfyngol, Adroddiad y Coleg CR144 college-report-cr144.pdf (rcpsych.ac.uk)

<https://www.equalityhumanrights.com/en/publication-download/human-rights-policy-restraint>

<https://www.equalityhumanrights.com/en/equality-act/protected-characteristics> Rheoliadau Deddf Cydraddoldeb 2010 (Dyletswyddau Statudol) (Cymru) 2011

<https://www.equalityhumanrights.com/en/publication-download/human-rights-policy-restraint>

[Restraint Reduction Network Training Standards - materials to download - Restraint Reduction Network](#)

Hollins, L. (2019) Use of restraint and force: steps towards greater transparency and accountability. Comment, *Mental Health Practice*. Ar gael yn: <https://rcni.com/mental-health-practice/opinion/comment/use-of-restraint-and-force-steps-towards-greater-transparency-and-accountability-143936> (27 Ebrill 2019)

Mae gan Sefydliad Prydeinig Anableddau Dysgu (BILD) daflen ffeithiau ddefnyddiol sy'n egluro'r gwahaniaeth rhwng 'amser allan' ac 'ynysu' <http://www.bild.org.uk/information/factsheets/>



COFNOD DIGWYDDIAD ARWYDDOCAOL

**Gweithredu – Ffeilio a
Chofnodi yn y cofnod ysgol
Ffeilio a Chofnodi gyda CSDd
Digwyddiad bwlio - Cofnodi ar
SIMS**

Enw'r disgybl:	Blwyddyn:	
Cofnod wedi'i gwblhau gan:	Rhoi gwybod am y digwyddiad i:	
Lleoliad y digwyddiad:	Staff sy'n gysylltiedig:	
Parhad y digwyddiad:	Dyddiad:	Amser:

Ymddygiad (ticiwch)

Gwrthod cydymffurfio yn gyson		Yn ymosodol yn eiriol		Amharu ar wersi	
Difrod i eiddo		Gwthio		Cicio	
Taro		Poeri		Taro pen	
Brathu		Hunan-niweidio		Arall	
Bwlio:	- Homoffobig ADY/Anabledd Seibrfwlio Hil/Crefydd				
Cylchwch	- Rhywiol/rhywiol Emosiynol				

Arall: (manylion isod)

Hanes blaenorol (disgrifiwch yn union beth ddigwyddodd cyn y digwyddiad /defnyddio DP)

Strategaethau ymyrraeth a ddefnyddiwyd (ticiwch os gwelwch yn dda)

Dim	Gwrando gweithredol	Annog/arwyddo	20
-----	---------------------	---------------	----



Atgoffa am gryfderau'r gorffennol	Anwybyddu wedi'i gynllunio	Atgoffa am reolau/ffiniau	
Gwriad	'Amser allan' Dewisol	Cael gwared â chynulleidfa	
Llywio drwy'r fraich	Amser allan drwy gyfarwyddyd	Llaw gwastad ar y cefn	
Cymryd gafael a cherdded	Cymryd gafael a sefyll	Cymryd gafael a cherdded	

Rheswm dros ymyrryd (ticiwch)

Perygl uniongyrchol i:	Disgybl	Disgyblion eraill	Staff
Osgoi difrod i eiddo		Atal neu amharu ar weithred droseddol	
Ymddygiad sy'n niweidiol i drefn dda		Mewn ymateb i sbardun	
Arall (rhowch fanylion):			
Cyfanswm hyd pob un			
Effeithiolrwydd pob un			

Enwau/Llofnod staff sy'n ymwneud ag ymyrraeth:	Enwau/Llofnod tystion.
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.

Disgrifiad o'r digwyddiad:



Disgyblion:

Gweithiwr Cymdeithasol Addysg		Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a Phobl Ifanc (CAMHS)		Gwasanaethau Plant		PDG	
Yr Heddlu		Iechyd a Diogelwch CSDd		GCI		Arall	
Arall (nodwch os gwelwch yn dda):							



Ffurflenni ychwanegol wedi eu cwblhau:

Cofnod Ymyrraeth Corfforol Rhwystrol: OES / NAC OES

Adroddiad Anaf/Digwyddiad CSDd: OES / NAC OES

Datganiadau Tyst OES / NAC OES

Rhif Cyfeirnod Electronig

Cofnod Gweithred ôl-ddigwyddiad (Dewisol)

Enw'r plentyn:	Blwyddyn:
Dyddiad y digwyddiad:	Amser y digwyddiad:
Rhif cyfeirnod electronig (os yn berthnasol)	

Camau a gymerwyd gan y Pennaeth / Rheolwr:				
	Dyddiad:	Dull	Gan bwy	
Rhiant wedi cael gwybod				
Ôl-drafodaeth gyda'r plentyn				
Gwybodaeth i Staff:				
Enw:	Ôl-drafodaeth gan	Dull	Dyddiad:	Amser

Gofynnwyd am ddatganiadau tystion		
Pwy	Swydd	Dyddiad derbyn



YSGOL
GLAN
CLWYD



--	--	--

Camau Eraill		
Dyddiad	Cam Gweithredu	Gan bwy

[illegible]



Cofnod dyddiol o amser allan

Dyddiad	Amser dechrau a gorffen	Disgybl	Atgyfeiriwyd gan	Pwrpas	Goruchwylio

Dyddiad ac amser: cynnwys amser dechrau a gorffen

Atgyfeiriwyd gan: Blaenlythrennau'r athro wnaeth y penderfyniad i anfon y disgybl i amser allan

Rheswm: Oeri, cadw eraill yn ddiogel, ar wahân oddi wrth eraill, o ganlyniad ac ati. Cynnwys hunan-atgyfeiriad i oeri.

Goruchwylio: Blaenlythrennau aelod o staff sy'n goruchwylio'r disgybl