Ysgol Gynradd Gymraeg Bryniago
Stryd Iago Isaf,
Pontarddulais, Abertawe, SA4 8JA
www.ysgolbryniago.co.uk
yggbryniago@bryniago.swansea.sch.uk
(01792) 882012
Pennaeth: Miss Nia Jones

02.03.2022

Annwyl Riant/ Ofalwr,

Mae e-ddiogelwch yn rhan allweddol bwyisg o sut i gadw plant yn ddiogel ar-lein. Mae mesurau cadarn mewn lle yn YGG Bryniago er mwyn amddiffyn y plant rhag unrhyw beryglon tra yn yr ysgol. Rydyn ni'n dysgu plant o bob oed am sut i gadw'n ddiogel ar-lein. Buom yn dathlu Diwrnod Defnyddio'r Rhyngrwyd yn fwy diogel unwaith yn rhagor eleni. Rydyn ni hefyd wedi trefnu amryw o weithdai ar gyfer ein dysgwyr hŷn o dan arweinyddiaeth PC Hughes.

Mae cydweithio agos rhwng yr ysgol a'r cartref yn allweddol bwysig er mwyn i'r neges am bwysigrwydd cadw'n ddiogel ar-lein gael ei wreiddio'n llawn yn meddwl eich plentyn. Gofynnwn yn garedig i chi siarad gyda'ch plentyn am y testun hwn yn ogystal a siarad am sut y dylent ymddwyn ar-lein.

Mae'r rhyngrwyd yn llond dop o bob math o bethau y dyddiau yma. Er bod y rhyngrwyd yn beth defnyddiol iawn mae hefyd yn medru achosi pryder i'r plant. Cofiwch, mae gan nifer fawr o wasanaethau ar-lein ofyniad oedran:

13 mlwydd oed neu fwy:

- Snapchat
- TikTok
- Instagram

- Facebook
- Twitter
- YouTube
- Kik

16 mlwydd oed newu fwy:

- Whatsapp

Mae cwmniau yn gosod gofynniad oedran am resymau da. Os ydych chi'n penderfynu caniatau i'ch plentyn gael mynediad i'r cyfrifon hyn yna awgrymwn i chi osod ffiniau clir ar gyfer eich plentyn.

Bydd eich plentyn yn siwr o ddod ar draws cynnyws/ negeseuon/ sylwadau sydd ddim yn addas ar ei ch/gyfer ond mae yna gamau y gallwch chi eu cymryd er mwyn lleihau'r risg.

<u>Beth all rhieni/ ofalwyr ei wneud?</u>

1. **Gosodwch reolau:**
   - Trafodwch fel teulu sut bydd y rhyngrwyd yn cael ei ddefnyddio yn eich tŷ chi. Trafodwch beth ddylid ei gadw'n breifat (gwybodaeth bersonol, ffotograffau ayb). Gwnewch yn siwr eich bod yn ymwybodol o beth mae eich plentyn yn ei wneud ar-lein.
   - Byddwch yn glir gyda'ch plentyn o ran beth y gall/ ni all wneud ar-lein. Dewch i gytuneb am faint o amser y gall ef/hi dreulio ar-lein, pa safleoedd gall ddefnyddio a pha wybodaeth y gall rannu ag eraill. Trafodwch pryd y gall eich plentyn ddefnyddio ei ffôn/ dabled.
   - Monitrwch yr hyn mae eich plentyn yn ei wneud ar-lein. Darllenwch y negeseuon yn rheolaidd er mwyn sicrhau bod eich plentyn yn hapus. Gwiriwch eu bod yn siarad yn barchus gydag eraill a bod eu cyfoedion yn barchus tuag atynt hwy hefyd. Dysgwch eich plentyn sut i fod yn ffrind parchus a chyfeillgar ar-lein.
     https://www.youtube.com/watch?v=shKnvCm0_lQ&t=29s
     Dysgwch eich plentyn i ystyried sut gall eu gweithredoedd a'u geiriau wneud i eraill i chwerthin, i wenu yn hytrach na rhoi dolur, ypsetio neu eu gwneud i deimlo'n grac.
2. **Diogelwch ar-lein:**
   - Sicrhewch bod gennych chi feddalwedd gwrth-feirws addas ar eich dyfeisiau. Gwiriwch bod y rheolaeth rieni mewn lle ar eich cyfrifiaduron, ffonau symudol, consol gemau a thabledi fel na all eich plentyn gael mynediad at gynnwys sydd ddim yn addas i'w oed.
   - Sicrhewch bod y gemau mae eich plentyn yn ei chwarae yn addas i'w oed.
   - Cofiwch, mae hefyd yn bwysig eich bod yn monitro beth mae eich plentyn yn ei weld ar-lein gan nad yw'n bosibl sicrhau bod popeth mae eich plentyn yn dod ar ei draws yn addas ar ei g/chyfer.
3. **Lleoliad:**
   - Mae'n syniad da i osod eich cyfrifiadur mewn lleoliad cymdeithasol yn eich tŷ. Mae hyn yn eich cynorthwyo i oruchwylio defnydd eich plentyn o gamerau/ siarad byw ar-lein. Efallai gall eich plentyn ddefnyddio ei ffôn/ consol gemau mewn lleoliad cymdeithasol a nid yn yr ystafell wely.
4. **Siaradwch gyda'ch plentyn:**

- Y ffordd orau i ddysgu beth mae eich plentyn yn ei wneud ar-lein yw drwy siarad gyda'ch plentyn. Os yw'n hapus, efallai y gall ef/hi ddangos y safleoedd maent yn defnyddio. Siaradwch am bwysigrwydd bod yn ffrind da ar-lein.
- Gwnewch yn siwr bod eich plentyn yn gwybod sut i flocio neu roi gwybod i rywun os ydynt yn derbyn neges sydd ddim yn addas/ yn garedig neu os ydynt yn dod ar draws cynnwys sydd ddim yn briodol. Gwnewch yn siwr bod eich plentyn yn gwybod na ddylid ymateb i fath sylwadau.
- Mae'n bwysig bod eich plentyn yn rhannu unrhyw gonsyrn gydag oedolyn. Ni ddylai eich plentyn deimlo'n ofnus am ddim byd. Ni ddylai eich plentyn bryderi am ddim chwaith.
- Mae hefyd yn syniad da i chi siarad gyda brawd/ chwaer hŷn am beth mae nhw'n gwneud ar-lein rhag ofn bod y plant sy'n iau yn cael eu hannog i wneud yr un peth.

5. **Siaradwch!**
    - Mae nifer o oedolion cyfrifol ym mywyd eich plentyn. Maent oll yna i gefnogi ef/hi fel bod yr amser mae eich plentyn yn treulio ar-lein yn hwyl ac yn bleserus. Dywedwch wrth eich plentyn i siarad gydag unrhyw un o'r oedeolion cyfrifol sydd yn ei b/fywyd os ydyn nhw'n teimlo'n bryderus, ofnus amdanyn nhw neu am eu ffrind.

Gwybodaeth pellach i'ch plentyn:

https://saferinternet.org.uk/guide-and-resource/young-people/resources-for-3-11s

Gwybodaeth pellach i rieni/ gofalwyr:

https://saferinternet.org.uk/safer-internet-day/safer-internet-day-2022/advice-for-parents-and-carers

https://saferinternet.org.uk/guide-and-resource/parents-and-carers

Cofion/ Regards,

Miss Nia Jones

Pennaeth/ Head teacher