Golwg a Dysgu

O fabandod, mae pobl yn dysgu am y byd drwy gasglu gwybodaeth gan y synhwyrau. Gweld yw'r prif synnwyr gan fod **87% o'r holl bethau a ddysgwn yn seiliedig ar weld.**

Mae Golwg yn broses sy'n cael ei dysgu, a drwy hynny ceir dealltwriaeth o'r hyn a welir, lle mae o, a sut i adweithio iddo. Dyma'r nodwedd amlwg o ymddygiad dynol a gellir ei ddatblygu a'i newid er mwyn dysgu'n effeithiol.

Rhan o'r broses yn unig yw golwg. Nid yw diagnosis **o olwg 20/20 yn golygu na chewch chi ddiffyg gyda'r golwg!**

Mae'r plant angen eich cymorth chi!

Gall unrhyw fyfyriwr sydd ag anawsterau iaith ysgrifenedig neu sy'n arddangos gwahaniaeth arwyddocaol yn lefel eu gallu mewn amrywiol bynciau fod yn addas ar gyfer prawf gweld arbenigol.

Yn aml, y ffordd hawsaf i ddod o hyd i'r ffactorau hyn yw yn yr ystafell ddosbarth, yn enwedig os yw'r plentyn yn amharod i gwblhau tasgau gweithio'n agos. Byddwch yn ymwybodol o symptomau posib o ddiffyg gyda'r golwg. Rhestrir llawer o symptomau yn y Rhestr Wirio Ymddygiad Optometreg ar gyfer athrawon a rhieni. Mae nodi a thrin diffyg gyda'r golwg yn cynyddu siawns y plentyn o lwyddo yn yr ysgol. Yr anawsterau a ganlyn gyda'r golwg yw'r rhai mwyaf tebygol o effeithio ar ddysgu, a gellir eu trin gydag opsiynau fel lensys a/neu ymarferion ar gyfer y llygaid.

Ymgymhwysiad yw gallu'r llygaid i ffocysu. **Cydgyfeiriant** yw symudiad y llygaid tuag at i mewn i weld gwrthrych fel bod y ddwy lygaid yn ei weld fel un. **Ni all yr un ddigwydd yn effeithiol heb y llall**.

Mae dysgu yn effeithiol yn golygu bod rhaid i'r llygaid ymgymhwyso a chydgyfeirio a bod 6 cyhyr y llygaid yn gytbwys ac yn gweithio'n dda gyda'i gilydd

Ysmiciadau yw naid o un targed i'r llall, e.e. gair i air. **Trywyddion** yw sefydlogiad ar darged symudol, ac fe'u defnyddir i gadw lle ar linell o destun. **Sefydlogiadau** yw symudiadau llonydd y llygaid a ddefnyddir i edrych ar dargedau llonydd.

Am sgrinio drwy'r Gymraeg neu'r Saesneg, cysylltwch â Judith Downs yn Ysbyty Tywysoges Cymru, Pen-y-bont ar Ogwr, e-bost Judith.Downs@bromor-tr.wales.nhs.uk neu Dyslecsia Cymru ar 0808 1800 110

Dylai unrhyw blentyn sydd mewn risg o ddioddef problemau gyda'u golwg gael archwiliadau llygaid cyson. Mae ffactorau risg yn cynnwys hanes o afiechyd y llygaid neu ddiffyg yn y teulu.