



# Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb

## Elements of the Relationships and Sexuality Education



O fis Medi 2022, mae Addysg, Cydberthnasoedd a Rhywioldeb (ACRh) yn elfen statudol o'r Cwricwlwm i Gymru ar gyfer pob dysgwr 3–16 oed. Mae hyn yn golygu bod yn rhaid i bob ysgol gynradd yng Nghymru addysgu ACRh mewn ffordd sy'n addas i oedran, anghenion a datblygiad y plant.

### Beth yw ACRh?

Mae ACRh yn helpu plant i ddatblygu: Perthnasoedd iach a pharchus, dealltwriaeth briodol o'u cyrff, teimladau a ffiniau personol, sgiliau i gadw'n ddiogel a gwybodaeth am eu hawliau a hawliau eraill.

Mae Cod ACRh Llywodraeth Cymru yn nodi'r dysgu gorfodol y mae'n rhaid i ysgolion ei gwmpasu, felly beth mae plant yn ei ddysgu yn yr ysgol?

Mae'r dysgu'n cael ei drefnu o fewn tair prif thema:

**Perthnasoedd ac Hunaniaeth** – deall cyfeillgarwch, perthnasoedd teuluol, teimladau a pharchu eraill.

**Iechyd Rhywiol a Lles** – dysgu gwybodaeth syml, ffeithiol am y corff, twf a chadw'n iach.

**Grymuso, Diogelwch a Parch** – gwybod sut i gadw'n ddiogel, adnabod oedolion y gellir ymddiried ynddynt a deall ffiniau personol.

Caiff yr addysgu ei gyflwyno'n raddol, o oedran 3 ymlaen, ac fe'i dilyniir mewn ffordd ofalus fel ei fod yn ddatblygiadol briodol ac yn cyd-fynd â phrofiadau bywyd y plant.

Mae ACRh yng Nghymru yn seiliedig ar hawliau plant, gan gynnwys:

Yr hawl i fod yn ddiogel

Yr hawl i wybodaeth

Yr hawl i gael eu trin yn deg ac gyda pharch

Rhaid i addysgu hefyd fod yn gynhwysol, gan helpu plant i ddeall bod pobl a theuluoedd yn amrywiol a bod pawb yn haeddu parch. Mae Llywodraeth Cymru'n pwysleisio'r angen i gynrychioli ystod o hunaniaethau, diwylliannau a chefnidiroedd.

### Sut mae ACRh yn cael ei addysgu

Rhaid i ysgolion:

Ddilyn Cod ACRh statudol

Ymgorffori ACRh ar draws y cwricwlwm cyfan

Mabwysiadu dull ysgol gyfan.

Gwelir gwybodaeth ynghlwm ar sut yr ydym wedi ei ymgorffori yma yn Ysgol Carreg Emlyn.

From September 2022, Relationships and Sexuality Education (RSE) is a statutory part of the Curriculum for Wales for all learners aged 3–16. This means every primary school in Wales must teach RSE in a way that is appropriate to children's age, needs and development.

### What is RSE?

RSE helps children develop: Healthy and respectful relationships, an age-appropriate understanding of their bodies, feelings and boundaries, skills to keep themselves safe, and the knowledge of their rights and the rights of others.

The Welsh Government's RSE Code sets out the mandatory learning schools must cover. So, what do children learn in primary school?

Learning is organised into three broad strands:

**Relationships and Identity** – understanding friendships, family relationships, feelings, and respecting others.

**Sexual Health and Well-being** – learning simple, factual information about bodies, growth and keeping healthy.

**Empowerment, Safety and Respect** – knowing how to stay safe, recognise trusted adults, and understand personal boundaries.

All learning is taught gradually, beginning from age 3, and carefully sequenced so it is developmentally appropriate and matched to children's lived experiences.

RSE in Wales is rooted in children's rights, including:

The right to be safe

The right to information

The right to be treated fairly and with respect

Teaching must also be inclusive, helping children understand that people and families are diverse and that everyone deserves respect. The Welsh Government highlights the importance of representing a range of identities, cultures and backgrounds.

### How RSE is taught

Schools must:

Follow the statutory RSE Code

Embed RSE across the curriculum as a whole

Take a whole-school approach

Please see attached information of how we have incorporated this in Ysgol Carreg Emlyn.

# MEITHRIN A DERBYN

Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb  
Elements of the Relationships and Sexuality Education



**Caredigrwydd**

Kindness

Hawliau

Our rights

**Diogelwch ar lein**

Online safety

Gwneud ffrindiau

Making friends

**Parchu Ein Gilydd**

Respecting Each Other

Labelu'r Corff

Label our Bodies

**Beth yw ffrind da?**

What makes a good friend?

Pob math o deulu.

Every kind of family

**Teuluoedd o Amgylch y Byd**

Family Life Around the World

Pobl sy'n Helpu

People who help us



**Corff pawb yn unigryw ac yn arbennig**

Our bodies are special and unique

Hylendid Personol

Personal Hygiene

**Trafod Teimladau**

Our feelings

Mae pawb yn wahanol

Everyone's different

# BLWYDDYN 1 A DERBYN

Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb  
Elements of the Relationships and Sexuality Education



Beth yw ffrind da?

What makes a good friend?

Pob math o deulu.

Every kind of family

Cylchred Bywyd Anifeiliaid a Phobl  
Life Cycle of Animals and People

Teuluoedd o Amgylch y Byd  
Family Life Around the World  
Pobl sy'n Helpu  
People who help us



Diogelwch ar lein

Online safety

Gwneud ffrindiau

Making friends

Parchu Ein Gilydd

Respecting Each Other

Labelu'r Corff

Label our Bodies

Corff pawb yn unigryw ac yn arbennig

Our bodies are special and unique

Hylendid Personol

Personal Hygiene

Caredigrwydd

Kindness

Hawliau

Our rights

Trafod Teimladau

Our feelings

Mae pawb yn wahanol

Everyone's different

# BLWYDDYN 2 A 3



Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb  
Elements of the Relationships and Sexuality Education

Beth yw ffrind da?

What makes a good friend?

Pob math o deulu.

Every kind of family

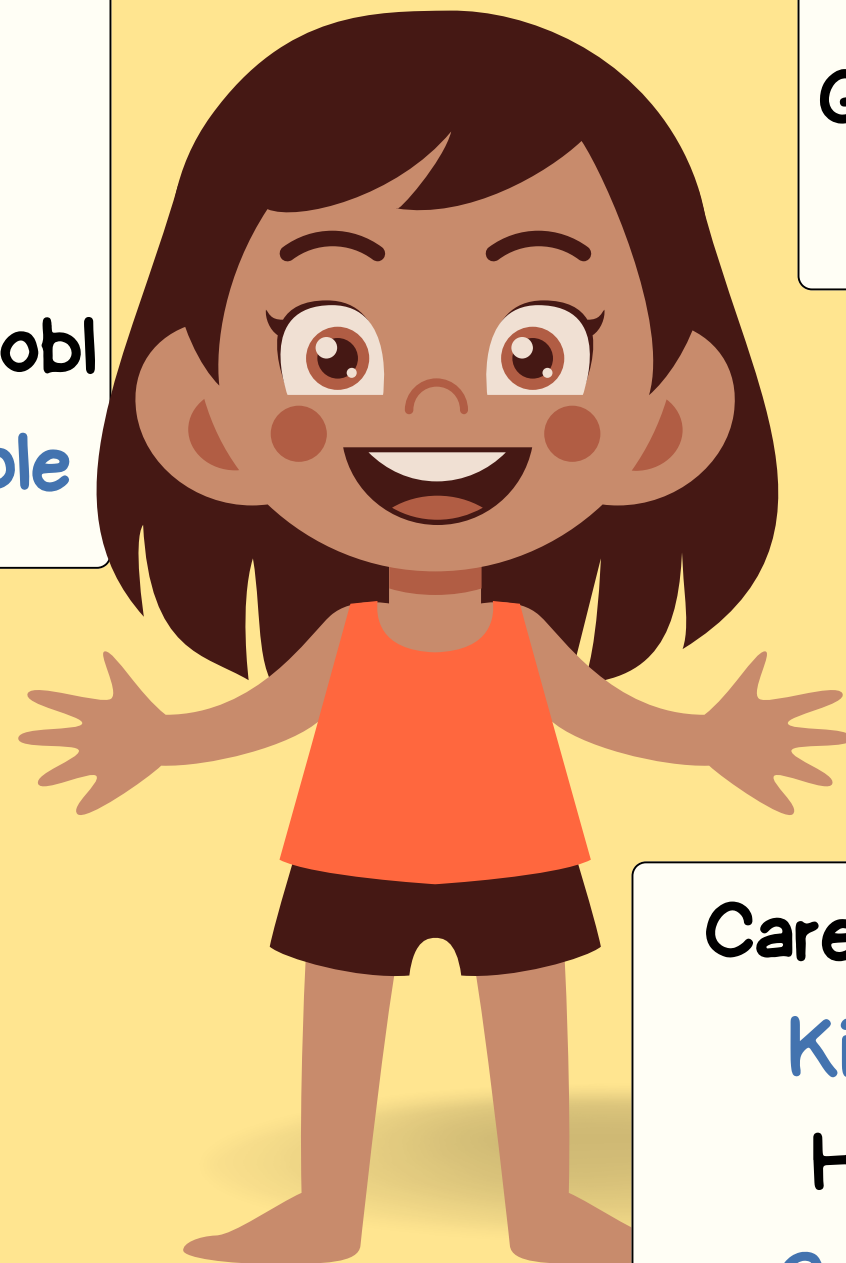
Cylchred Bywyd Anifeiliaid a Phobl  
Life Cycle of Animals and People

Teuluoedd o Amgylch y Byd

Family Life Around the World

Pobl sy'n Helpu

People who help us



Diogelwch ar lein

Online safety

Gwneud ffrindiau

Making friends

Parchu Ein Gilydd

Respecting Each Other

Labelu'r Corff

Label our Bodies

Corff pawb yn unigryw ac yn arbennig

Our bodies are special and unique

Hylendid Personol

Personal Hygiene

Caredigrwydd

Kindness

Hawliau

Our rights

Trafod Teimladau

Our feelings

Mae pawb yn wahanol

Everyone's different

# BLWYDDYN 2 A 3

Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb  
Elements of the Relationships and Sexuality Education



**Parchu Eraill**  
**Respecting Others**

**Hawliau Eraill**  
**Others' Rights**

**Teuluoedd Amrywiol**  
**Different Families**



**Herio stereoteipiau**  
**Challenge stereotypes**

**Pobl sy'n Helpu**  
**People who help us**

**Ein Hawliau**  
**Our Rights**

# BLWYDDYN 4,5 A 6

Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb  
Elements of the Relationships and Sexuality Education



**Parchu Eraill**  
**Respecting Others**  
**Hawliau Eraill**  
**Others' Rights**  
**Teuluoedd Amrywiol**  
**Different Families**

**Newidiadau Corfforol**  
**Changing Bodies**  
  
**Hyder Corfforol**  
**Body Confidence**



**Herio stereoteipiau**  
**Challenge stereotypes**

**Pobl sy'n Helpu**  
**People who help us**

**Ein Hawliau**  
**Our Rights**

# BLWYDDYN 5 A 6

Elfennau Rhaglen Dysgu Addysg Cydberthnasau a Rhywioldeb  
Elements of the Relationships and Sexuality Education



**Perthynas Gariadus**  
**Loving Relationship**

**Diogelu Ar lein**  
**Online Safety**

**Newidiadau Corfforol**  
**Changing Bodies**

**Hyder Corfforol**  
**Body Confidence**



**Beichiogrwydd a**  
**Genedigaeth**  
**Pregnancy and Birth**

**Ffiniau Personol**  
**Personal Boundaries**

**Hawliau Plant**  
**Children's Rights**