Chwaraeon RhCT

Clio a Nisa

Ysgol Gynradd Gymuned Hendreforgan

Roedd Clio a Nisa eisiau gwella lles disgyblion yr ysgol a chynyddu nifer y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn ymarfer corff yn eu hysgol. Fe sefydlon nhw glwb ar ôl ysgol o'r enw 'Fit 4 Kids' ar gyfer plant ym mlynyddoedd 1-4. Maen nhw'n paratoi gemau i’w chwarae ar iard yr ysgol ar ddydd Llun, dydd Mercher a dydd Gwener fel bod modd i bawb eu mwynhau. Maen nhw'n dewis plant o flynyddoedd 1-6 i gymryd rhan mewn sesiynau ymarfer corff ychwanegol i wella'u ffitrwydd. Rhyngddyn nhw, maen nhw wedi cwblhau dros 150 o oriau eleni.

Rydyn ni wedi cael effaith gadarnhaol ar y disgyblion gan eu hannog nhw i fod yn fwy heini ac yn frwdfrydig tuag at ymarfer corff. Hefyd, rydyn ni wedi sicrhau cyllid er mwyn prynu offer chwaraeon newydd. Mae ein gwaith wedi helpu disgyblion i fod yn fwy hyderus ac wedi rhoi llwyfan iddyn nhw i ddangos eu doniau. Mae'r athrawon wedi bod yn cymryd rhan mewn gweithgareddau amser chwarae, ac roedd y rhieni wedi derbyn gwahoddiad i ddod i weld sgiliau newydd eu plant. Rydyn ni wedi annog rhagor o ddisgyblion i ymuno â chlybiau ar ôl ysgol, gan eu helpu nhw i fagu hyder. Mae nifer o ddisgyblion wedi cael y cyfle i arddangos eu sgiliau, gyda rhai yn cael y cyfle i gynrychioli'r ysgol mewn cystadlaethau."

Mae bod yn Llysgennad Ifainc wedi fy helpu i wrando ar blant ieuengaf yr ysgol. Ers bod yn Llysgennad Ifainc, rydw i'n mwynhau chwaraeon hyd yn oed yn fwy. Rydw i'n fwy hyderus wrth siarad o flaen pobl eraill. Mae'r cyfle wedi fy helpu i ddeall pwysigrwydd cynhesu'r corff cyn gwneud ymarfer corff, ac rydw i wedi dysgu sut mae cadw pawb yn ddiogel yn ystod sesiynau ymarfer corff."

LLYSGENNAD IFANC Y MIS - MEDI 2025

Chwaraeon RhCT Sport RCT

sportwales chwaraeoncymru

YOUTH SPORT TRUST

RHONDDA CYNON TAF