@chwaraeonrhct

www.chwaraeonrhct.co.uk | www.sportrct.co.uk

Chwaraeon RhCT

# Astudiaeth Achos

## Prosiect Lleoliad Gwaith Myfyrwyr yn Ysgol Gynradd Caegarw

Bob blwyddyn, rydyn ni'n cynnig lleoliadau gwaith mewn ysgolion i fyfyrwyr Prifysgol De Cymru yn rhan o un o fodiwlau eu cwrs. Yn ystod blwyddyn academaidd 2022 i 2023, gweithion ni gyda 22 o fyfyrwyr a gwblhaodd 1,470 awr mewn 10 ysgol gynradd wahanol, gan ymgysylltu â thros 550 o ddisgyblion.

Cafodd 3 myfyriwr eu lleoli yn Ysgol Gynradd Caegarw i gwblhau prosiect chwaraeon a gweithgaredd corfforol. Fe wnaethon nhw ddatblygu prosiect mewn partneriaeth â'r ysgol, a oedd â dau nod: cyflwyno'r disgyblion i fadminton a chefnogi'r plant i ddysgu neu ddatblygu sgiliau hanfodol megis sgiliau cyfathrebu, llythrennedd corfforol a symudedd sylfaenol. Penderfynon nhw ganolbwyntio ar fadminton gan ei bod yn gamp na fyddai'r ysgol yn ei chynnig yn arferol.

Fe wnaethon nhw gynnig sesiynau i 44 o ddisgyblion ym mlynyddoedd 4 a 5. I ddechrau, canolbwyntiodd y disgyblion ar sgiliau symudedd sylfaenol taflu a dal gan ddefnyddio peli meintiau gwahanol a bagiau ffa. Yna, fe wnaethon nhw gyflwyno'r raced a chanolbwyntio ar daro pêl. Wrth i'r sesiynau fynd rhagddynt, fe wnaethon nhw gyflwyno sgiliau newydd a oedd yn gysylltiedig â badminton ac ymgyfarwyddo'r disgyblion ag offer badminton. Roedd pob sesiwn yn gynhwysol ac yn defnyddio gemau hwyl i ddysgu sgiliau, megis cydsymud llaw a llygad a rheoli pêl. Yna, cafodd y disgyblion eu cyflwyno i reolau badminton ac fe wnaethon nhw ddechrau chwarae gemau. Mwynhaodd pob disgybl y sesiynau ac fe wnaeth eu hyder wella bob wythnos. Y gobaith yw y bydd y plant â'r sgiliau a'r hyder i chwarae badminton eto, unai yn yr ysgol neu yn eu cymuned mewn clwb neu gyda'u teuluoedd.

Fe ddatblygon nhw eu sgiliau yn gyflym ac roedd y myfyrwyr wrth eu boddau yn gweld y disgyblion yn cefnogi ei gilydd, gan ddangos sgiliau arwain a gwaith tîm da. Dysgodd y myfyrwyr fod canolbwyntio ar sgiliau symudedd sylfaenol yn gyntaf yn hollbwysig, gan ei fod yn effeithio ar allu'r plant i ddysgu sgiliau a rheolau badminton. Dysgodd y myfyrwyr hefyd fod hyblygrwydd yn hanfodol wrth fod yn hyfforddwr. Wrth hyfforddi mewn ysgol, mae'n bosibl y bydd diffyg adnoddau a gofod, a bydd ystod eang o alluoedd o fewn y grŵp. Mae gallu addasu sesiynau ac amrywio ymarferion i herio pawb yn allweddol i weld cynnydd a gwelliant.

> *"Dywedodd disgyblion blwyddyn 5 eu bod wedi mwynhau'r sesiynau"*
>
> *"Rydw i'n mwynhau cymryd rhan gyda fy ffrindiau"*

**44** o bobl yn cymryd rhan

Mae **79%** bellach yn fwy heini, yn fwy aml

Mae **82%** am barhau i ymarfer corff

Mae **81%** yn teimlo'n iachach

Mae **79%** yn teimlo'n fwy hyderus

Mae **70%** yn teimlo'n hapusach

Mae **63%** wedi gwneud ffrindiau newydd

RHONDDA CYNON TAF