hamddenamoes
leisureforlife

Astudiaeth Achos

Annog plant i wneud rhagor o ymarfer corff - Gwersi Nofio Dwys i Blant Blwyddyn 7 (Ysgol Gymuned Glynrhedynog)

Bob blwyddyn, mae'r Cyngor yn darparu rhaglen nofio gynhwysfawr i ysgolion cynradd. Er gwaethaf hyn, yn anffodus, wedi diwedd gwersi nofio i blant Blwyddyn 6, mae sawl plentyn yn methu â chyrraedd y safon ofynnol. Mae gwersi nofio dwys i blant Blwyddyn 7 yn rhoi cyfle i'r plant yma barhau â'u gwersi gan weithio tuag at y safon ofynnol (a'i chyrraedd). Yn fwy na dim mae'n sicrhau eu bod nhw'n teimlo'n ddiogel yn y dŵr ac wrth ei ymyl.

Ym mis Medi 2023, ni chyflawnodd 59 o'r 139 o bobl ifainc oedd yn symud i Flwyddyn 7 yn Ysgol Gymuned Glynrhedynog y safon ofynnol o ran nofio (42.44%). Gwahoddwyd 14 o'r plant yma i gymryd rhan yn y prosiect dwys i blant Blwyddyn 7 ym mhwll nofio Glynrhedynog. Derbyniodd y grŵp 8 gwers nofio yn rhan o'r prosiect, yn ogystal â derbyn gwahoddiad i fynychu cwrs yn ystod gwyliau hanner tymor. Buodd yr hyfforddwyr yn gweithio'n galed i feithrin perthynas gadarn â phob plentyn, gan ganolbwyntio ar hwyl a hyder ym mhob gwers.

Roedd y staff ym Mhwll Nofio Glynrhedynog ac Ysgol Gymuned Glynrhedynog wedi ymrwymo'n llawn i'r prosiect ac maen nhw wedi gweithio'n galed i sicrhau ei lwyddiant. Daethon nhw i sylweddoli bod gwersi llawn hwyl yn fwy buddiol na gwersi wedi'u strwythuro. Roedd cael hwyl yn y dŵr yn cynyddu hyder y grŵp yn fawr iawn. "Wedi iddyn nhw feddu ar yr hyder, mae eu dysgu nhw i nofio llawer yn haws am eu bod nhw'n fwy parod i roi cynnig ar bethau". Erbyn diwedd y prosiect, cyrhaeddodd 8 o'r 14 o ddisgyblion safonau'r cwricwlwm cenedlaethol.

"Roedd yn bleser cael gweld yr holl bobl ifainc yn gwneud cynnydd ardderchog ers eu diwrnod cyntaf gyda ni. Mae pob plentyn wedi gwella, boed hynny o ran cyrraedd safonau'r cwricwlwm cenedlaethol, cyflawni eu bathodynnau neu wella eu hyder yn y dŵr." Rheolwr y Pwll Nofio

"Doedd un plentyn ddim yn gallu sefyll yn y pwll i ddechrau. Doedd e erioed wedi gweld pwll nofio o'r blaen! Ond ers mynychu'r gwersi, mae ei hyder wedi cynyddu'n sylweddol. Mae wedi derbyn ei fathodyn nofio 5 metr ac yn gweithio tuag ei fathodyn nofio 10 metr. Mae bellach yn hapus yn chwarae gyda'i ffrindiau yn y pwll. Dyw e ddim wedi cyrraedd y fframwaith cenedlaethol, ond mae'r cynnydd mae wedi'i wneud yn sylweddol." Athro Nofio

14 o gyfranogwyr

100% yn teimlo'n fwy hyderus

8 wedi cyrraedd y safonau gofynnol

100% yn fwy heini, yn amlach

100% wedi mwynhau'r gwersi nofio

100% yn bwriadu parhau i gymryd rhan

RHONDDA CYNON TAF

52729-15