Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Annog plant i wneud rhagor o ymarfer corff - Clwb Sboncen Llantrisant

Mewn cyfarfod rhwng Chwaraeon RhCT a Sboncen Cymru, cafodd ei gytuno bod angen cymorth pellach i ddatblygu camp sboncen ymysg plant yr ardal ac roedd Clwb Sboncen Llantrisant wedi mynegi diddordeb mewn ailddechrau ei adran iau. Trefnodd Sboncen Cymru gyfarfod i ni a'r clwb er mwyn trafod syniadau a datblygu cynllun. Defnyddion ni Gynllun Achredu Chwaraeon RhCT er mwyn gwirio bod gan y clwb bopeth yn ei le a'i gefnogi i wneud cais ar gyfer cyllid trwy Gronfa Cymru Actif Chwaraeon Cymru. Llwyddodd y clwb i dderbyn £922 er mwyn cefnogi lansiad adran iau newydd. Galluogodd y cyllid y clwb i brynu offer, cwblhau hyfforddiant, a thalu am gostau llogi cyfleusterau cychwynnol. Ar ôl ychydig o hyrwyddo ar y cyfryngau cymdeithasol, dechreuodd sesiynau ac aethon nhw o nerth i nerth o ran poblogrwydd.

Yn ogystal â sefydlu sesiynau wythnosol, mae'r clwb hefyd wedi cynnal gwersylloedd sboncen i blant iau yn ystod pob gwyliau ysgol. Mae'r gwersylloedd wedi croesawu plant newydd i roi cynnig ar y gamp ac wedi darparu oriau ymarfer ychwanegol i aelodau iau presennol. Cefnogon ni'r clwb gyda deunyddiau marchnata i hyrwyddo'r sesiynau wythnosol a gwersylloedd gwyliau'r ysgol. O ganlyniad i lwyddiant y gwersylloedd ac ymgyrchoedd marchnata, mae'r clwb wedi ychwanegu awr ychwanegol yr wythnos at yr amserlen er mwyn darparu hyfforddiant i hyd yn oed mwy o blant iau, gan gynnig hyfforddiant penodol i ddechreuwyr yn ogystal â chefnogi'r rhai sy'n datblygu ac yn symud ymlaen i'r lefel nesaf. Mae twf yn nifer yr aelodau iau wedi cael effaith gadarnhaol ar adran hŷn y clwb, gyda rhieni ac aelodau eraill o'r teulu yn cymryd rhan. Mae'r clwb wedi ymrwymo'n llwyr i ddatblygu'r adran iau, i gynnal cyfle i'w gymuned leol fwynhau sboncen, ac i sicrhau bod y clwb yn gynaliadwy am flynyddoedd lawer i ddod.

> *"Mae'r gefnogaeth gan Scott wedi bod yn hynod ddefnyddiol wrth hyrwyddo a sefydlu'r adran iau. Heb y cymorth ariannol fyddai'r llwyddiant ddim wedi bod yn bosibl, ac mae'r gefnogaeth a'r cyngor ychwanegol wedi bod yn wych ac yn fewnwelediad gwerthfawr."* Trysorydd y Clwb
>
> *"Mae'n wych gweld y plant yn datblygu. Rydw i'n hynod falch o'u cynnydd. Mae tri bachgen ifanc nawr yn rhan o garfan datblygu academi rhanbarthol."* Hyfforddwr y Clwb
>
> *"Doedd fy mab ddim yn hoff iawn o bêl-droed na rygbi, felly mae hyn wedi bod yn wych er mwyn ei gael yn chwarae gyda'r plant eraill. Mae wedi gwneud ffrindiau da ac yn mwynhau mynd bob wythnos."* Rhiant

25 o blant iau newydd

Mae **96%** bellach yn fwy heini, yn fwy aml

96% yn bwriadu parhau i wneud ymarfer corff

Mae **100%** yn teimlo'n iachach

Mae **88%** yn teimlo'n fwy hyderus

Mae **100%** yn teimlo'n hapusach

Mae **96%** wedi gwneud ffrindiau newydd

RHONDDA CYNON TAF

52728-15