Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Annog plant i wneud rhagor o ymarfer corff:

Prosiect Dartiau yn Ysgol Gynradd Maes-y-coed

Mae ein Cronfa Ysgolion yn cefnogi ysgolion i ddatblygu prosiectau a rhaglenni a fydd yn annog rhagor o bobl ifainc i wneud rhagor o ymarfer corff. Eleni fe wnaethon ni roi cyllid gwerth £4,293 i 11 o ysgolion er mwyn cychwyn prosiectau newydd â'r nod o fod o fudd i'w pobl ifainc.

Gan ddefnyddio £250 o'n cronfa ysgolion, aeth Ysgol Gynradd Maes-y-coed ati i sefydlu clwb dartiau cynhwysol ar ôl yr ysgol ar gyfer disgyblion ym Mlwyddyn 6. Roedd y cyllid wedi galluogi'r ysgol i gyflwyno cyfle chwaraeon anhraddodiadol, diogel, gyda'r bwriad o ymgysylltu â phlant na fydden nhw fel arfer yn cymryd rhan mewn chwaraeon prif ffrwd. Wedi'i ysbrydoli gan boblogrwydd dartiau proffesiynol a chwaraewyr megis Luke Littler, fe wnaeth y clwb ennyn diddordeb sylweddol ymhlith y disgyblion yn gyflym.

Mae'r prosiect yn cael ei gynnal yn wythnosol ar ôl yr ysgol, ac mae wedi llwyddo i gynyddu nifer y plant sy'n gwneud ymarfer corff a lefelau ymgysylltu ymhlith y plant hynny a oedd yn arfer gwneud llai o ymarfer corff. Trwy gynnig dewis amgen yn lle chwaraeon traddodiadol megis pêl-droed a rygbi, mae'r clwb wedi apelio'n benodol at ferched, gan helpu i greu amgylchedd mwy cytbwys a chynhwysol. Mae cyfranogiad gan ferched wedi'i gryfhau ymhellach trwy ddylanwad cadarnhaol merch sydd bellach yn mynychu academi dartiau ac yn gosod esiampl i'r disgyblion eraill.

Mae'r prosiect hefyd wedi cael effaith sylweddol ar blant ag Anghenion Dysgu Ychwanegol (ADY), sy'n ffurfio tua 30% o'r holl gyfranogwyr. Mae staff wedi nodi gwelliannau o ran hyder, integreiddio cymdeithasol, sgiliau mathemateg a lefelau ymgysylltu cyffredinol. Mae natur unigol dartiau yn creu maes chwarae cyfartal, gan alluogi plant nad ydyn nhw efallai yn rhagori mewn chwaraeon tîm traddodiadol i brofi llwyddiant a meithrin hunan-barch.

Enghraifft nodedig yw Lacey. Doedd hi erioed wedi mynychu clwb ar ôl yr ysgol cyn ymuno â'r clwb dartiau. Gyda chymorth gan staff, mae hi wedi datblygu ei sgiliau a'i hyder, ac yn mynychu yn rheolaidd.

> *"Mae dartiau yn gwneud i mi deimlo yn hyderus, ac ers i mi ddechrau cymryd rhan, dw i wedi bod yn hapus iawn bob dydd Mawrth"*

30 sesiwn

71% yn teimlo'n iachach

100% yn bwriadu parhau i gymryd rhan

30 cyfranogwr

71% yn teimlo'n fwy hyderus

85% bellach yn fwy heini, yn fwy aml

100% yn teimlo'n hapusach

85% wedi gwneud ffrindiau newydd

RHONDDA CYNON TAF

53965-15