



Chwaraeon RhCT Astudiaeth Achos

Annog plant ac oedolion i wneud rhagor o ymarfer corff – Hoci

Penderfynodd Clwb Hoci Menywod Cwm Rhondda a Chlwb Hoci Dynion Caerffili a Rhondda Cynon Taf gydweithio i fynd i'r afael â dirywiad yn y nifer o bobl sy'n chwarae hoci yn lleol. Eu nod ar y cyd oedd recriwtio aelodau iau rhwng 6 a 12 oed, tra hefyd yn gweithio tuag at gynyddu aelodaeth ar draws pob oedran.

Gofynnodd y clybiau am ein cymorth ni. Defnyddiodd y ddau glwb ein cronfa Chwaraeon Cymunedol a'u cefnogodd gydag offer, llogi cyfleusterau a deunyddiau marchnata ar gyfer sesiynau newydd i blant iau. Cafodd Clwb Hoci Caerffili a RhCT werth £3,705 o gyllid Cymru Actif gan Chwaraeon Cymru hefyd i helpu gyda chostau a oedd yn gysylltiedig â sefydlu'r adran iau. Cynhalion ni wersyll hoci i blant iau ym mis Awst 2024, yn rhan o'n rhaglen Haf o Hwyl, a mynychodd 10 o bobl. Ar ôl derbyn adborth cadarnhaol, fe drefnon ni 3 gwrsyll hoci arall yn ystod 2025, un yn ystod hanner tymor mis Chwefror a dau yn ystod yr haf. Mynychodd dros 80 o bobl ifainc dros y tridiau. Ym mhob gwrsyll rhoddwyd 'tocynnau aur' i'r rheiny a gymerodd ran a roddodd hawl iddyn nhw gael sesiwn hyfforddi am ddim gyda'r clybiau. Roedd trosglwyddo cyfranogwyr o'r gwrsylloedd i glybiau yn anodd oherwydd gwrthdaro ag ymrwymadau eraill, ond ymunodd tua 3-5 person â phob clwb. Mae'r

clybiau hefyd wedi bod yn gweithio'n galed i ddatblygu cysylltiadau ag ysgolion lleol, gan ddarparu sesiynau blasu am ddim ar ôl yr ysgol. Defnyddiodd Clwb Menywod Cwm Rhondda ein Cronfa Chwaraeon Cymunedol hefyd i ddechrau sesiwn Dychwelyd i Hoci. Mae'r sesiynau wedi bod yn cael eu cynnal ers dwy flynedd ac mae tua 12 o fenywod yn mynychu bob wythnos. Mae gan rai o'r menywod yma blant sy'n chwarae i'r adran iau, ac felly, drwy gael sesiwn 'Dychwelyd i Hoci' ar yr un noson, gallan nhw gadw'n heini ar yr un pryd â'u plentyn, sy'n gyfleus ac yn hygyrch.

“Diolch Chwaraeon RhCT. Mae Alisha wedi ein helpu i gael mynediad at grantiau a phrynu'r offer sydd ei angen i gyflwyno sesiynau hoci yn llwyddiannus a gwella'r adnoddau sydd gyda ni yn Ysgol Afon Wen.” Hyfforddwr y Clwb

“Does gan fy merch ddim llawer o hyder, mae hyn wedi gwneud iddi deimlo'n gyfforddus i allu ymuno â chwaraeon newydd a rhoi cynnig ar y sesiynau newydd.” Rhiant



177
cyfranogwr



Mae
100%
bellach yn fwy
heini, yn fwy aml



Mae
100%
am barhau i wneud
ymarfer corff



Mae
100%
yn teimlo'n iachach



Mae
92%
yn teimlo'n
fwy hyderus



Mae
100%
yn teimlo'n hapusach



Mae
84%
wedi gwneud
ffrindiau newydd



RHONDDA CYNON TAF