@chwaraeonrhct
www.chwaraeonrhct.co.uk I www.sportrct.co.uk

Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Annog plant i wneud rhagor o ymarfer corff – Darpariaeth Gwyliau'r Gwasanaeth Ymgysylltu a Chyfranogiad Ieuenctid (YEPS)

Rydyn ni wedi bod yn gweithio'n agos gyda'r gwasanaeth ieuenctid yn RhCT i feithrin ymddiriedaeth a chreu cyfleoedd ystyrlon sy'n adlewyrchu anghenion pobl ifainc lleol. Mewn partneriaeth ag YEPS, ein nod oedd darparu cyfleoedd diogel a chynhwysol gyda gweithgareddau o ansawdd uchel sy'n hyrwyddo datblygiad corfforol, cymdeithasol ac emosiynol. Eleni fe wnaethon ni gyflwyno twrnameintiau chwaraeon newydd, defnyddio cyfleusterau yn y gymuned, a chreu mannau diogel i bobl ifainc gael profiadau cadarnhaol. Canolbwyntiodd ein dull ar gael gwared ar rwystrau i gyfranogiad, cynnig sesiynau am ddim, a theilwra cyfleoedd i ddiwallu anghenion amrywiol pobl ifainc ledled yr ardal.

Fe wnaethon ni barhau i gynnig y sesiynau mynediad agored ar ein caeau 3G, gan adeiladu ar y cynnig o flynyddoedd blaenorol. Fe wnaethon ni hefyd drefnu twrnameintiau osgoi'r bêl i annog plant a phobl ifainc i herio eu hunain a dangos eu sgiliau. Fe wnaethon ni ymgysylltu â chlwb osgoi'r bêl lleol, a wellodd ansawdd y twrnameintiau a darparu llwybr clir i bobl ifainc a oedd am barhau i chwarae'n rheolaidd mewn clwb cymunedol. Drwy weithio mewn partneriaeth â'r adran Hamdden a'n clwb cymunedol, fe wnaethon ni sicrhau bod gweithgareddau'n gynhwysol, yn rhad ac am ddim, ac yn hygyrch. Aeth y twrnameintiau yn dda iawn, gan ychwanegu elfen gystadleuol gyffrous at y ddarpariaeth gwyliau tra hefyd yn annog gwaith tîm a datblygu sgiliau megis cyfathrebu ac arweinyddiaeth.

Gan adeiladu ar lwyddiant darpariaeth eleni, ein cynlluniau yw ehangu'r ystod o dwrnameintiau cystadleuol, cyflwyno llwybrau newydd i glybiau lleol, a chryfhau partneriaethau â chlybiau cymunedol i sicrhau cynaliadwyedd. Rydyn ni hefyd yn bwriadu datblygu rhaglenni arweinyddiaeth a gwirfoddoli i bobl ifainc, gan roi cyfle iddyn nhw ennill sgiliau a chymwysterau wrth gefnogi achlysuron.

> *"Mae'r sesiynau'n wych, mae'n dda gwneud rhywbeth yn ystod y gwyliau"* Cyfranogwr
>
> *"Achlysur gwych, rydyn ni'n falch ein bod ni wedi gallu cefnogi"* Clwb Osgoi'r Bêl
>
> *"Mae gweithio mewn partneriaeth yn rhoi cyfle i'r ddwy adran ategu ei gilydd, gan ddefnyddio cryfderau ei gilydd a chyflwyno achlysuron gwell. Mae cael clybiau cymunedol lleol i ymuno â ni i ddatblygu llwybr i bobl ifanc sydd â diddordeb barhau i gymryd rhan yn y gamp yn gwella ein cynnig ymhellach"* YEPS

197 cyfranogwr

Mae **81%** bellach yn fwy heini, yn fwy aml

Mae **89%** am barhau i wneud ymarfer corff

Mae **79%** yn teimlo'n iachach

Mae **69%** yn teimlo'n fwy hyderus

Mae **89%** yn teimlo'n hapusach

Mae **72%** wedi gwneud ffrindiau newydd

RHONDDA CYNON TAF

53434-15