@chwaraeonrhct
www.chwaraeonrhct.co.uk | www.sportrct.co.uk

Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Datblygu pobl: Llysgenhadon Ifainc 2025/26

Mae rhaglen y Llysgenhadon Ifainc yn fenter i feithrin arweinyddiaeth. Cafodd ei chreu gan yr Ymddiriedolaeth Chwaraeon Ieuenctid. Rydyn ni wedi bod yn cynnal y rhaglen mewn ysgolion ledled Rhondda Cynon Taf ers 2011, gan gefnogi pobl ifainc i ddatblygu sgiliau arweinyddiaeth a dod yn fodelau rôl cadarnhaol yn eu hysgolion a'u cymunedau. Mae'r rhaglen wedi'i hanelu at ddisgyblion o Flwyddyn 5 i fyny mewn ysgolion cynradd ac uwchradd. Mae'n darparu cyfleoedd i bobl ifainc ysbrydoli, dylanwadu, mentora ac arwain eraill trwy chwaraeon a gweithgarwch corfforol.

Rhan allweddol o'r rhaglen yn RhCT yw ein cronfa 'Dragon's Den', sy'n caniatáu i lysgenhadon wneud cais am gyllid i gyflawni prosiectau sydd â'r nod o gynyddu cyfranogiad mewn gweithgarwch corfforol yn eu hysgol neu'u cymuned leol. Eleni fe wnaethon ni ariannu 20 o brosiectau, gan fuddsoddi dros £4,900.

Bob blwyddyn rydyn ni'n cynnal diwrnod i lysgenhadon oed cynradd ddathlu eu cyflawniadau a chwrdd â chyfoedion o ysgolion eraill. Rydyn ni'n gwahodd llysgenhadon sy'n cwblhau dros 50 awr o waith gwirfoddoli i fynychu diwrnod o weithgareddau llawn hwyl. Mae'r diwrnod yn cydnabod ymdrechion y disgyblion ac yn cryfhau cysylltiadau rhwng ysgolion. I ddathlu ymhellach, rydyn ni wedi cyflwyno gwobr Llysgennad Ifanc y Mis. Mae'r wobr yn tynnu sylw at yr effaith gadarnhaol y mae'r llysgenhadon yn eu cael yn eu hysgolion, megis rhedeg clybiau, mentora disgyblion iau, a chreu cyfleoedd cynhwysol i eraill fod yn heini.

Yn ddiweddar, fe wnaethon ni gyflwyno cofnod gwirfoddoli fel bod modd i'r llysgenhadon gofnodi eu horiau. Mae'r cofnod yn annog iddyn nhw fyfyrio, gan ystyried yr hyn maen nhw wedi'i ddysgu a sut mae modd iddyn nhw wella. Mae adborth yn dangos bod llysgenhadon yn cydnabod bod gwerthoedd pwysig fel parch, caredigrwydd, arweinyddiaeth a chynhwysiant yn cael eu datblygu. Maen nhw hefyd yn nodi meysydd ar gyfer datblygiad personol megis gwella hyder wrth siarad o flaen eraill.

> *"Yn Ysgol Gynradd y Gelli, mae wedi hyrwyddo arweinyddiaeth disgyblion ac mae mwy o blant yn cymryd rhan mewn gweithgareddau chwaraeon. Mae'r Llysgenhadon Ifainc wedi cynnal clwb ar ôl ysgol ac wedi rhannu'r sgiliau maen nhw wedi'u dysgu gyda phlant eraill yn yr ysgol"* Athro - Ysgol Gynradd y Gelli
>
> *"Rydw i wedi dylanwadu ar fy ffrindiau drwy gynnal gwasanaethau yn fy ysgol ac annog eraill i gymryd rhan mewn chwaraeon"* Llysgennad Ifanc

183 o Lysgenhadon Ifainc yn 2025/26

98% bellach yn fwy heini, yn fwy aml

100% yn dymuno parhau i fod yn Llysgennad Ifanc

98% yn teimlo'n iachach

98% yn teimlo'n fwy hyderus

98% wedi mwynhau gwirfoddoli

100% yn fwy cymdeithasol

RHONDDA CYNON TAF

53434-15