



Chwaraeon Rhct Astudiaeth Achos

Ysgol Gynradd Tonysguboriau

Gweithiodd Llysgenhadon Ifainc Efydd Ysgol Gynradd Tonysguboriau gyda'u hathrawon i wneud cais i'n cronfa ysgolion. Roedden nhw eisiau £200 o gyllid i brynu offer a fyddai'n eu helpu nhw i sefydlu clwb Parkour. Byddai'r clwb yn canolbwyntio ar neidio a symud ac yn cynnig math o chwaraeon sy'n wahanol i'r chwaraeon tîm y mae'r ysgol fel arfer yn eu cynnig fel gweithgareddau allgyrsiol. Yn ystod y broses ymgeisio, fe wnaeth eu syniad newid ychydig i gynnwys mwy o gymnasteg, ac awgrymwyd bod aelod o staff yn mynd ar gwrs hyfforddi.

Gan fod cyfyngiadau COVID-19 dal ar waith yn yr ysgol, doedd ddim modd i'r ysgol ei gynnal fel gweithgaredd allgyrsiol. Felly, fe wnaeth y Llysgennad addasu eu cynlluniau a'u cynnwys mewn gwersi. Arweiniodd y Llysgenhadon gyfres o wersi ar gyfer disgyblion Blwyddyn 6 i ddechrau ac yna i grwpiau oedran iau gan ganolbwyntio ar neidio, glanio a symud ar draws offer mewn gwahanol ffordd.

Datblygodd y pedwar Llysgennad eu hyder wrth arwain sesiynau dosbarth, ennill dealltwriaeth o gynllunio gwersi, a datblygu ymdeimlad o gyfrifoldeb drwy ofalu am y disgyblion a'u hyfforddi. Fe wnaethon nhw gynnal sesiynau gyda chyfanswm o 90 o ddisgyblion ym mlynnyddoedd 3, 4 a 6.



 Mae **90** o ddisgyblion ran

 Mae **40%** bellach yn fwy heini, yn fwy aml

 Mae **100%** am barhau i ymarfer corff

 Mae **53%** yn teimlo'n iachach

 Mae **50%** yn teimlo'n fwy hyderus

 Mae **93%** yn teimlo'n hapusach

 Mae **20%** wedi gwneud ffrindiau newydd

