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

Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Prosiect Lleoliad Gwaith Myfyrwyr yn Ysgol Gynradd Gwaunfarren

Bob blwyddyn, rydyn ni'n cynnig lleoliadau gwaith mewn ysgolion i fyfyrwyr Prifysgol De Cymru yn rhan o un o fodiwlau eu cwrs. Yn ystod blwyddyn academaidd 2022 i 2023, gweithion ni gyda 22 o fyfyrwyr a gwblhaodd 1,470 awr mewn 10 ysgol gynradd wahanol, gan ymgysylltu â thros 550 o ddisgyblion.

Mewn partneriaeth â Heini Merthyr Tudful, fe wnaethon ni leoli 3 myfyriwr yn Ysgol Gynradd Gwaunfarren i gwblhau prosiect chwaraeon a gweithgaredd corfforol. Fe wnaethon nhw ddatblygu prosiect mewn partneriaeth â'r ysgol, a'r nod oedd cyflwyno sgiliau symudedd sylfaenol i ddisgyblion ym mlwyddyn 1. Er mwyn datblygu dealltwriaeth y disgyblion o sgiliau symudedd sylfaenol, eglurodd a dangosodd y myfyrwyr beth yw'r sgiliau allweddol a thynnu sylw at y technegau cywir. Fe wnaethon nhw gyflwyno sesiynau aml-chwaraeon gan ddefnyddio amrywiaeth o offer a gweithgareddau. Mwynhaodd y disgyblion y straeon a chawson nhw hwyl yn defnyddio eu dychymyg. Drwy gydol y prosiect, rhoddodd y myfyrwyr bwyslais ar y buddion iechyd sy'n gysylltiedig â chadw'n heini, ac roedden nhw'n gobeithio addysgu'r disgyblion a'u hannog i gadw'n heini yn rheolaidd.

Sylweddolodd y myfyrwyr fod rhai o'r disgyblion yn cael trafferth â rhai o'r sgiliau symudedd sylfaenol. Gallai hyn fod o ganlyniad i bandemig COVID-19 a'r cyfyngiadau symud. A hwythau yn gwybod pwysigrwydd sgiliau symudedd sylfaenol, roedd y myfyrwyr yn falch o weld yr effaith roedd eu sesiynau yn eu cael wrth ddatblygu'r sgiliau allweddol yma. Mae'r myfyrwyr yn bwriadu creu cardiau gweithgareddau aml-chwaraeon i staff yr ysgol a fydd yn caniatáu iddyn nhw barhau â'r sesiynau yn y tymor hir.

Darparodd y myfyrwyr hefyd glybiau allgyrsiol a oedd yn ymgysylltu â phlant o grwpiau blynyddoedd eraill. Roedd hyn yn galluogi'r myfyrwyr i gael profiad ychwanegol, gan hyfforddi plant o ystod o oedrannau a galluoedd. Fe wnaeth pob plentyn fwynhau'r sesiynau ac roedd yr ysgol yn hapus iawn gyda llwyddiant y lleoliad gwaith.

> *"Rydw i'n mwynhau dyddiau Iau oherwydd rydw i'n cael gwneud hyn"*

26 o bobl yn cymryd rhan

Mae **80%** bellach yn fwy heini, yn fwy aml

Mae **73%** yn teimlo'n iachach

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

Mae **100%** yn teimlo'n hapusach

RHONDDA CYNON TAF