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

Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Datblygu Pobl – Symud sy'n Bwysig Ysgol Gynradd Cwm-bach

Cysylltodd Ysgol Gynradd Gymunedol Cwmbach â ni yn gofyn am gymorth. Roedd yr ysgol am gynnig rhagor o gyfleoedd yn ymwneud â gweithgarwch corfforol i'w disgyblion cyfnod sylfaen. Roedd hefyd yn chwilio am rywfaint o hyfforddiant ysgol gyfan i athrawon er mwyn eu helpu i ddatblygu sgiliau symud sylfaenol. Roedd yr ysgol am gynnwys symud a gweithgarwch corfforol yn rhan o fywyd ysgol a'u defnyddio i ennyn diddordeb disgyblion mewn pynciau eraill. Fe wnaethon ni ddangos adnodd Symud sy'n Bwysig i'r ysgol yn ogystal â chynnig i wella sgiliau staff gan ddefnyddio'n rhaglen hyfforddi.

Fe wnaethon ni ddatblygu ein hadnodd Symud sy'n Bwysig yn 2019. Mae'r adnodd yn cynnwys 30 o gardiau gweithgareddau, yn seiliedig ar chwe thema. Mae pob cerdyn â gêm hwyl y mae modd ei defnyddio i helpu plant i ymarfer a gwella eu Sgiliau Symud Sylfaenol. Rydyn ni wedi rhannu'r adnodd â'n meithrinfeydd a'n hysgolion, yn ogystal â'r cyhoedd ehangach. Y llynedd, fe wnaethon ni ddatblygu rhaglen hyfforddi i roi'r offer, yr wybodaeth a'r hyder sydd eu hangen ar staff meithrinfeydd ac ysgolion i gyflwyno'r gemau i'w plant.

Aeth aelod o'n carfan i'r ysgol a chyflwyno sesiwn hyfforddi awr o hyd i 14 o athrawon. Fe wnaethon ni ddangos iddyn nhw sut i baratoi a chyflwyno'r gemau. Trafodon ni amryw o ffyrdd o wneud y gemau'n haws neu'n fwy anodd, ac esbonio sut mae modd eu haddasu ar gyfer oedrannau a galluoedd gwahanol. Roedd yr athrawon wedi archwilio sut mae modd defnyddio'r gemau i ddatblygu sgiliau llythrennedd a rhifedd, gan hefyd drafod sut bydd modd defnyddio'r gemau i annog ymgysylltiad a chyrhaeddiad yn yr ystafell ddosbarth.

Yn dilyn yr hyfforddiant, mae'r athrawon yn teimlo'n fwy hyderus i gynnal y gemau a datblygu sgiliau symud sylfaenol yn ystod gwersi ymarfer corff a'u cymhwyso yn ystod y diwrnod ysgol ehangach. Mae'r plant wir yn mwynhau chwarae'r gemau, ac yn gofyn yn gyson i'w chwarae nhw. Mae'r athrawon yn hoffi pa mor hawdd yw hi i gynnwys elfennau llythrennedd a rhifedd yn y gemau, gan gynnig dull dysgu sy'n ennill diddordeb y disgyblion.

> *"Rhoddodd yr hyfforddiant lawer o syniadau newydd i ni. Rydyn ni'n dibynnu ar yr un ymarferion cynhesu neu weithgareddau, a braf oedd gweld y gweithgareddau yn y pecyn adnoddau yn seiliedig ar themâu gwahanol y mae llawer o ddarpariaethau'r cyfnod sylfaen yn ymwneud â nhw. Roedd modd i staff ddilyn y cyfarwyddiadau heb unrhyw drafferth, ond hefyd gyflwyno'r adnodd mewn modd unigryw."* Pennaeth
>
> *"Fel arfer, mae dysgu tablau lluosi yn yr ysgol yn gallu bod yn ddiflas. Mae'r gemau'n gwneud y dysgu'n fwy diddorol, gan ychwanegu elfen gystadleuol hefyd. Hefyd, mae'r plant sy'n gweld cyfri'n anodd yn gallu ymuno â'r cyfri achos eu bod nhw'n gweithio ar y cyd, hyd yn oed os dydyn nhw ddim yn deall, mae modd iddyn nhw ailadrodd y geiriau. Felly, mae'n ddull effeithiol iawn."*
> Athro Blwyddyn 5

14 athro wedi'u hyfforddi

100% o'r farn bod y plant yn fwy heini

100% yn bwriadu parhau i gynnig sesiynau Symud sy'n Bwysig

100% yn hapusach

100% yn teimlo'n fwy hyderus i ddarparu sesiynau Symud sy'n Bwysig

100% yn fwy hyderus

100% yn teimlo eu bod nhw'n annog y plant i fyw bywyd iachach

RHONDDA CYNON TAF