@chwaraeonrhct

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

Chwaraeon RhCT

Astudiaeth Achos

Ysgol Uwchradd Sant Ioan Fedyddiwr yr Eglwys yng Nghymru – Clwb Pêl-rwyd

Daeth Llysgenhadon Aur Ifainc yr ysgol yn effro i'r galw sylweddol am glwb pêl-rwyd ar ôl ysgol. Roedden nhw'n gwybod na fyddai staff yr ysgol yn gallu dechrau clwb newydd oherwydd eu hymrwymiadau, felly fe benderfynon nhw ddechrau un eu hunain. Fe wnaethon nhw nodi'r angen am hyfforddiant ac felly cysyllton nhw â ni am gymorth. Roedden ni'n hapus i roi cymorth iddyn nhw gyda'u hyfforddiant, felly fe wnaethon ni ariannu cyrsiau 'Arweinwyr Pêl-rwyd' iddyn nhw.

Unwaith roedden nhw wedi'u hyfforddi, sefydlodd y Llysgenhadon glwb pêl-rwyd i ddisgyblion blynyddoedd 7, 8 a 9. Mae'r clwb ar ôl ysgol yn cael ei gynnal bob wythnos ac mae 29 o ddisgyblion Cyfnod Allweddol 3 yn mynychu'n rheolaidd. Mae'r rheiny sy'n cymryd rhan wir yn mwynhau'r clwb gan ei fod yn eu galluogi nhw i ddatblygu eu sgiliau, treulio amser gyda'u ffrindiau a chadw'n heini.

Mae cynnal y clwb wedi galluogi'r Llysgenhadon Aur Ifainc i ddatblygu sgiliau allweddol megis arweinyddiaeth, cyfathrebu, bod yn drefnus a rheoli ymddygiad. Bydd y profiad a'r cymhwyster y maen nhw wedi'i ennill yn eu cefnogi yn y dyfodol, gan ganiatáu iddyn nhw barhau â'u hyfforddiant y tu allan i'r ysgol.

Mae'r prosiect hefyd wedi ysbrydoli 8 o ddisgyblion iau i gofrestru yn Llysgenhadon Efydd ac Ifainc. A hwythau wedi'u cymell gan y Llysgenhadon Ifainc hŷn, fe wnaethon nhw gofrestru ac maen nhw bellach yn mynychu'r clwb pêl-rwyd i gysgodi'r Llysgenhadon Aur. Maen nhw'n gobeithio cwblhau'r hyfforddiant 'Arweinwyr Pêl-rwyd' eu hunain a chymryd yr awennau gyda chyflwyno sesiynau'r clwb o fis Medi ymlaen.

Yn ein hachlysur 'Dragon's Den' diweddar, fe wnaeth y Llysgenhadon Aur gais am offer gwerth £750 i ddarparu clwb pêl-rwyd 'goleuo yn y tywyllwch'. Mae defnyddio lampau fflwroleuol yn golygu bod y peli a'r bibiau'n goleuo yn y tywyllwch, gan ychwanegu ychydig bach o hwyl i bob sesiwn. Cafodd y cais am gyllid ei gymeradwyo, ac mae'r disgyblion yn gobeithio dechrau'r clwb newydd yn fuan.

> *"Mae arwain y clwb wir wedi fy helpu i ddatblygu fy sgiliau hyfforddi ac arwain"* - Hyfforddwr
>
> *"Ers ymuno â'r clŵb pêl-rwyd, rydw i'n fwy hyderus ac wedi ymuno â chlybiau eraill"* - Cyfranogwr

29 o bobl yn cymryd rhan

Mae **93%** bellach yn fwy heini, yn fwy aml

Mae **97%** am barhau i ymarfer corff

Mae **83%** yn teimlo'n iachach

Mae **62%** yn teimlo'n fwy hyderus

Mae **34%** yn teimlo'n hapusach

Mae **21%** wedi gwneud ffrindiau newydd

RHONDDA CYNON TAF