



Chwaraeon  
Colegau Cymru  
Colleges Wales  
Sport

# PROSIECT CHWARAEON A FFYRDD O FYW EGNÏOL

ADRODDIAD EFFAITH

2018/19



# CYFLWYNIAD

## GALLUOGI CHWARAEON A GWEITHGARWCH CORFFOROL

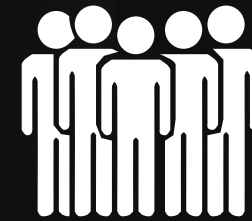
Ers 2014, mae Colegau Cymru wedi galluogi'r sector Addysg Bellach yng Nghymru i **gynyddu nifer y myfyrwyr sy'n egnïol**. Y nod yw mynd i'r afael ag anghydraddoldebau – yn enwedig o ran rhywedd, anabledd a grwpiau Pobl Dduon a Lleiafrifoedd Ethnig – a chymryd camau i ddatblygu gweithlu'r dyfodol. Yn ystod 2018/19, mae'r prosiect Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Egnïol wedi rhoi cyfleoedd i **6100 o ddysgwyr Addysg Bellach**, gan ddylanwadu ar golegau i gyflwyno newid ar lefel strategol.

Mae Chwaraeon Cymru wedi rhoi **£137k** o gyllid grant ar gyfer y prosiect, er mwyn helpu colegau i ddatblygu'r cyfleoedd newydd hyn, i reoli'r prosiect yn ehangach, ac i wneud gwaith datblygu strategol. Mae'r prosiect yn cynnwys yr **11 coleg** yng Nghymru sydd â dysgwyr amser llawn, gan gyrraedd **45,000 o bobl ifanc**.

Un o brif amcanion y prosiect dros y **12 mis** diwethaf fu bwrw ymlaen ag argymhellion **adolygiad BlwBo\*** a dysgu o waith blaenorol wrth gyflawni'r prosiect. Yn ystod y cyfnod hwn hefyd, datblygwyd y berthynas â Chwaraeon Cymru, gyda'r ddau sefydliad yn awyddus i gydweithio yn y dyfodol mewn meysydd sydd o ddiddordeb cyffredin iddynt.

Roedd angen newid ar lefel strategol er mwyn helpu i sicrhau **twf** wrth gyflawni'r prosiect, a chreu model **cynaliadwy** ar gyfer datblygu yn y dyfodol. Yn ôl arolwg Addysg Bellach Chwaraeon Cymru 2018, er bod **35%** o fyfyrwyr 'wedi gwirioni ar chwaraeon', nid yw **40%** o bobl ifanc mewn colegau Addysg Bellach yn dal yn egnïol yn rheolaidd.

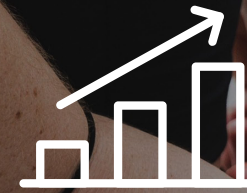
Mewn rhai meysydd galwedigaethol, ac yn enwedig ymhlith dysgwyr benywaidd, mae'r ffigur yn agosach at **50%**. Mae'r data hwn yn dangos bod tua **16,000** o fyfyrwyr yn gwneud digon o weithgarwch sy'n llesol i'w hiechyd, ond nad yw hyn efallai'n wir am **18,000** ohonynt. Mae rhwng tua **10,000** a **12,000** o ddysgwyr benywaidd yn y grŵp hwn.



Mae'r gwaith o gyflawni'r prosiect wedi cyrraedd **24,000** o bobl ifanc ers 2014



Mae **50%+** o'r cyfranogwyr wedi bod yn fenywaidd



Mae lefel y cyfranogi wedi cyrraedd ei uchaf, sef **6100** o gyfranogwyr, yn 2018/19



Mae **100%** o'r prosiectau mewn colegau'n gynhwysol wrth weithio gyda grwpiau sydd wedi'u tangynrychioli

\*Adolygiad annibynnol gan BlwBo o brosiectau a gyllidwyd gan Chwaraeon Cymru rhwng 2014 a 2017



# RHOI ARGYMHELLION ADOLYGIAD BLWBO AR WAITH

Bydd **strategaeth** newydd gan ColegauCymru ar gyfer Chwaraeon, Gweithgarwch Corfforol a Lles yn cael ei lansio ym mis Hydref 2019, a honno'n hyrwyddo **manteision chwaraeon a gweithgarwch corfforol** wrth hybu lles a **gwella deilliannau addysgol**.

Un o flaenoriaethau ColegauCymru yn 2018/19 oedd rhoi argymhellion adolygiad **BlwBo** ar waith. Mae ColegauCymru wedi newid ei strwythur llywodraethu drwy greu **grŵp newydd ar lefel strategol** ar gyfer Chwaraeon, Gweithgarwch Corfforol a Lles, gan annog colegau i ddatblygu ffyrdd

newydd o weithio ar lefel strategol a lefel cyflawni.

Gwnaed newidiadau er mwyn cael mwy o gefnogaeth ar lefel uwch reolwyr a hyrwyddo gwaith datblygu strategol. Mae'r colegau hynny sydd wedi sefydlu strategaethau ac sydd â rheolwyr a staff cyflawni pwrpasol yn cael canlyniadau tipyn gwell drwy'r prosiect ac yn buddsoddi mwy yn fewnol. Mae'r rheini

sydd wedi datblygu'n fwy diweddar bellach yn gwneud cynnydd da.

Mae ColegauCymru wedi cyflwyno meini prawf newydd ar gyfer rheoli prosiectau, a hynny ym mhob maes cynllunio, gan arwain at y gwelliannau hyn:



Digwyddiad bord gron yn y Senedd i ddangos y cysylltiadau rhwng canlyniadau'r prosiect a gwaith y sector Addysg Bellach, Llywodraeth Cymru a rhanddeiliaid yn y diwydiant

## 100%

o brosiectau colegau bellach wedi'u cysylltu'n ganolog ag adrannau gwasanaethau dysgwyr; 45% oedd y ffigur cyn adolygiad BlwBo



5 coleg wedi cyflogi staff newydd fel swyddogion prosiect yn 2018/19



7 coleg yn defnyddio interniaethau a phrentisiaethau i wneud gwaith ymgysylltu o dan y prosiect



# COLEGAU'N CROESAWU'R WELEDIGAETH AR GYFER CHWARAEON YNG NGHYMURU

Strategaeth gan Lywodraeth Cymru yw'r Weledigaeth ar gyfer Chwaraeon yng Nghymru. Ei nod yw Creu Cenedl Egnïol, lle bydd cynifer o bobl â phosibl yn cael eu hysbrydoli drwy chwaraeon.

Mae Colegau Cymru wedi gweithio'n agos â Chwaraeon Cymru a Llywodraeth Cymru i ddangos y gwaith sy'n cael ei wneud mewn colegau Addysg Bellach i gefnogi'r weledigaeth a'i hamcanion ar gyfer datblygu yn y dyfodol. Mae colegau wedi buddsoddi mewn cyfleusterau arloesol newydd ar gyfer chwaraeon, ffitrwydd, lles a gweithgarwch sy'n hybu iechyd. Mae'r cyfleusterau hyn ar agor i gymunedau lleol ac ysgolion, ac yn creu gwaith ac yn rhoi gofodau dysgu o ansawdd da i fyfyrwyr.



## COLEG SIR GAR

Ym mis Hydref 2019, bu'r Dirprwy Weinidog Diwylliant, Chwaraeon a Thwristiaeth, yr Arglwydd Elis-Thomas, yn ymweld â Choleg Sir Gar i weld cyfleusterau yr Hwb Cymunedol a Chanolfan Berfformiad yr Efail. Cafodd y Dirprwy Weinidog gyfle i weld y gwaith cymunedol sy'n cael ei wneud yn y coleg gydag ysgolion cynradd ac uwchradd, a thrwy brosiect sy'n ceisio hyrwyddo lles dysgwyr drwy eu hannog i fod yn egnïol.

“Mae helpu Cymru i ddod yn genedl iach a mwy egnïol yn flaenoriaeth i Lywodraeth Cymru, ac rwy'n ddiolchgar iawn i Colegau Cymru am yr holl waith maen nhw a'r colegau Addysg Bellach yng Nghymru yn ei wneud i ddatblygu ystod o gyfleoedd newydd a chyffrous i annog pobl ifanc i ddechrau cymryd rhan mewn chwaraeon neu fath o weithgarwch corfforol sy'n cyd-fynd â'u hastudiaethau. Mae'r prosiectau yng Ngholeg Sir Gâr yn enghraifft wych o'r hyn y gellir ei gyflawni drwy weithio mewn partneriaeth â'r gymuned, clybiau chwaraeon a phartneriaid eraill.”





# DYMA ENGHREIFFTIAU O EFFEITHIAU AR LEFEL STRATEGOL MEWN COLEGAU

© GANLYNIAD I FUDDSODDI

DRWY'R PROSIECT:



## GRWP LLANDRILLO MENAI

Mae'r gwersi a ddysgwyd drwy ddefnyddio'r cyllid hwn gan ColegauCymru wedi arwain at Fframwaith Lles ac Adduned Lles GLLM, a fydd yn cael ei lansio gyda dysgwyr yn ystod blwyddyn academiaidd 2019/2020.



## COLEG CAMBRIA

Mae cydlynnydd Cambria Heini wedi bod yn gweithio'n agos gyda rheolwyr adnoddau dynol, y swyddog cydraddoldeb, rheolwr y parth dysgu, gwasanaethau myfyrwyr a'r swyddog datblygu sefydliadol er mwyn datblygu strategaeth iechyd a lles newydd i staff a myfyrwyr rhwng 2019 a 2022. Bydd Cambria Heini yn cefnogi'r elfen yn y strategaeth hon sy'n ymwneud â gweithgarwch corfforol a ffyrdd o fyw, a hynny'n adlewyrchu gwaith y pum mlynedd ddiwethaf o dan strategaeth Cambria Heini.

# COLEGAU'N DATBLYGU FFYRDD NEWYDD O WEITHIO

## DRWY FUDDSODDI YN NYFODOL CHWARAEON YNG NGHYMRU

Mae buddsoddiad Chwaraeon Cymru wedi bod yn ysgogiad gwych i golegau ddatblygu ffyrdd newydd o weithio, gan greu dull mwy cynaliadwy o gyflawni yn y dyfodol. Mae'r buddsoddiad hwn yn cael ei ddefnyddio i ddarparu gweithgarwch newydd ac i ddatblygu meysydd ymgysylltu newydd, ac mae wedi arwain at newid ar lefel strategol ym mhob coleg.



### COLEG MERTHYR

Yn strategol, mae'r coleg wedi newid ei ddull o weithio yn y flwyddyn academaidd nesaf ym maes chwaraeon a chyfoethogi bywydau. Crëwyd swydd newydd, sef Cydlynnydd Chwaraeon a Chyfoethogi'r Academi, gan ddangos bod cefnogaeth hirdymor i'r gwaith sy'n cael ei wneud.

Mae colegau hefyd yn buddsoddi amser ac adnoddau yn gwella cyfleoedd chwaraeon, iechyd a lles, cyflogadwyedd a sgiliau myfyrwyr. Maent hefyd yn buddsoddi mewn swyddi newydd, yn gwneud gwaith adeiladu, ac yn prynu offer gyda ffynonellau cyllid eraill.

- **Cyflogi swyddogion prosiect a staff cyflawni newydd**
- **Datblygu cyfleusterau chwaraeon newydd mewn colegau ac i gymunedau**
- **Hyfforddi a datblygu myfyrwyr yn y coleg a'r gymuned**
- **Gwirfoddolwyr mewn colegau'n gwneud gwaith ymgysylltu a chyflawni cynaliadwy**

Sut y mae'r math hwn o ddatblygu'n effeithio ar waith i gyflawni'r prosiect, gan wella cynaliadwyedd?



Rheolwr Profiad Myfyrwyr – swydd newydd sy'n creu llinyn cyswllt rhwng gwaith ymgysylltu'r prosiect a gwaith cynllunio tiwtorialau, gwaith cyfoethogi a chynlluniau newydd, gan wella canlyniadau'r prosiect

Mae myfyrwyr sy'n gweithio fel Arweinwyr wedi cael eu defnyddio i ddarparu dros 200+ o sesiynau i'w cyfoedion, a hynny fel rhan o Brosiect Cambria Heini



Yn Cross Keys, mae tîm rheoli myfyrwyr o 17 myfyriwr yn arwain y gweithgarwch a'r gwaith ymgysylltu. Mae rhai o gyn-aelodau'r tîm bellach yn cael eu cyflogi i helpu gyda gwaith ymgysylltu'r prosiect a hyfforddiant ar gampysau eraill, gan olygu bod sgil-ffeithiau buddsoddiad blaenorol i'w gweld

Mewn partneriaeth â Gwasanaeth Gweithgarwch Corfforol a Chwaraeon Castell-nedd Port Talbot, drwy'r rhaglen Llysgenhadon Ifanc, mae'r tîm rheoli myfyrwyr wedi arwain ymgynghoriadau grŵp mewn 29 sesiwn tiwtorial



Yn ôl Arolwg Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Egniol 2018, o'r **22%** o ddysgwyr sy'n gwirfoddoli mewn chwaraeon, mae **20%** bellach yn rhan o ddarpariaeth mewn colegau a **67%** yn cyfrannu at glybiau chwaraeon a darpariaeth yn y gymuned.



# SICRHAU BOD DULL SY'N CANOLBWYNTIO AR Y PERSON YN GANOLOG I DDARPARIAETH

Er mwyn ymgysylltu o dan y prosiect, mae colegau wedi dechrau defnyddio rhaglenni tiwtorial fel y dull arferol o gysylltu â **phobl ifanc rhwng 16 a 24 oed** mewn Addysg Bellach. Yn y rhan fwyaf o'r achosion, mae'r cynnig yn unigryw i'r myfyrwyr ac yn cyd-fynd â'u hastudiaethau galwedigaethol, yr amser sydd ar gael, a'r gweithgaredd o'u dewis. Mae **80%** o weithgarwch y prosiect yn cael ei dagio ar Upshot fel "**gweithgarwch corfforol neu chwaraeon hamdden**", yn hytrach nag fel chwaraeon cystadleuol mwy traddodiadol.

Dangosodd Arolwg Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Egniol 2018 fod **72%** o ddysgwyr yn teimlo bod pobl yn **gwrando ar** eu barn am chwaraeon a gweithgarwch corfforol, ond bod **amser, y gost** a'r **ysgogiad** i gyd yn ffactorau o bwys. I lawer sy'n

byw mewn ardaloedd gwledig, wrth ychwanegu amser at weithgareddau hamdden niferus (8-10 yn achos dros 40% o'r ymatebion), astudiaethau coleg, ac amser teithio, mae'r rhwystrau i gymryd rhan y tu allan i'r coleg yn sylweddol.

Mae cymunedau colegau'n gallu cynnig gweithgarwch i bobl ifanc sydd wedi'i drefnu o amgylch eu hamser rhydd, sy'n cyd-fynd â'u rhaglen diwtorial, sy'n cael ei ddarparu gan ystod

eang o gyfoedion a hyfforddwyr, ac sydd am ddim drwy gyllid y coleg a chyllid allanol. Mewn nifer o achosion, dim ond yn y coleg lle maent yn astudio y mae'r ystod o weithgareddau a'r cyfle i gymryd rhan gyda grwpiau o gyfoedion ar gael.



# BETH YDYM NI'N EI DDYSGU WRTH GYFLAWNI'R PROSIECT?

Drwy weithio gyda'r sector Addysg Bellach, rydym yn cyflawni'r prosiect mewn nifer o ffyrdd, ac yn cael gwybodaeth am ganlyniadau'r prosiect ar lefel strategol. Mae colegau'n ceisio gwella'r naill elfen a'r llall, gan wella canlyniadau, gyda chyfoethogi yn faes blaenoriaeth.

Mae'r prosiect bellach yn gallu dysgu gwersi a chael gwybodaeth o ystod o ffynonellau, ac efallai'n bwysicach na dim mae colegau bellach yn dechrau creu cysylltiadau rhwng data o'r prosiectau a data eraill colegau ar rywedd, ethnigrwydd, anabledd ac amddifadedd. Dyma rai enghreifftiau o'r ystod o ddata sydd ar gael:

- **Arolwg Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw'n Egnïol, bob dwy flynedd (nifer yr ymatebion)**
- **Data prosiect o fonitro ar-lein UPSHOT (4,500 – 6,000 o fynychwyr unigryw)**
- **Arolygon ac ymgynghoriadau drwy golegau cyfan, drwy diwtorialau a sesiynau lles**
- **Data colegau sy'n gysylltiedig â rhywedd, amddifadedd, anabledd ac ethnigrwydd**
- **Ymchwil ac arolygon sy'n cael eu harwain gan fyfyrwyr**
- **Gwybodaeth am y prosiect drwy Erasmus +**
- **Prosiectau ColegauCymru - Iechyd Meddwl, Anghenion Addysgol Ychwanegol, Atebion Creadigol, Datblygu'r Cwricwlwm**

Drwy sampl o **323** o gyfranogwyr y prosiect yng Ngholeg y Cymoedd, dangoswyd dalgylch y coleg yng nghyd-destun **ardaloedd o amddifadedd**, heb ganolbwyntio'n benodol ar hyn fel canlyniad.

## YN ÔL ARDALOEDD UWCH-ALLBWN LEFEL IS

### SAFLE

1 - 191



10% YR AMDDIFADEDD MWYAF

192 - 382



10-20% YR AMDDIFADEDD MWYAF

383 - 573



20-30% YR AMDDIFADEDD MWYAF

574 - 955



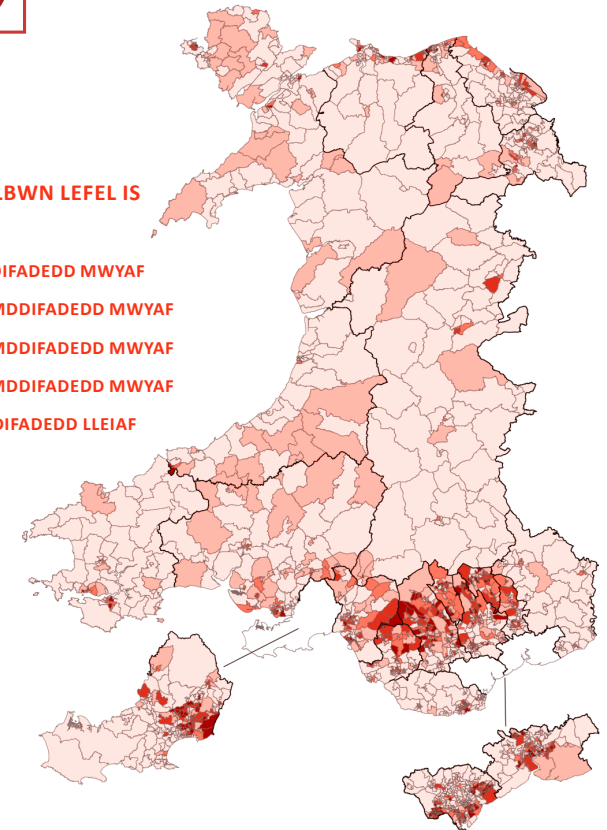
30-50% YR AMDDIFADEDD MWYAF

956 - 1909



50% YR AMDDIFADEDD LLEIAF

### LEFEL YR AMDDIFADEDD



Lefel yr Amddifadedd	Safle	Nifer y Dysgwyr
Yr Amddifadedd Mwyaf	1- 191	65
	192- 382	53
	383 – 573	58
	574 – 955	80
Yr Amddifadedd Lleiaf	956- 1909	67
		323

“Mae'r tabl hwn yn dangos ein bod yn gweithio gyda llawer iawn o ddysgwyr sy'n byw yn yr ardaloedd o amddifadedd mwyaf yng Nghymru.”

- Coleg Y Cymoedd

Map:

[www.wales.gov.uk/wimd](http://www.wales.gov.uk/wimd)





## GRWP NPTC

Mae Mike Grange, myfyriwr Perfformiad a Rhagoriaeth Lefel 3, yn Llysgennad Ifanc Aur. Dros y 12 mis diwethaf, mae wedi gwirfoddoli i fod yn rhan o'r rhaglen Byddwch yn Heini. Mae Mike wedi arwain sesiynau i'n myfyrwyr sydd ag anghenion ychwanegol, ac wedi datblygu ei sgiliau cyfathrebu, ei hyder, a'i sgiliau arwain.

Cynhaliodd Mike brosiect ymchwil fel rhan o'r Fagloriaeth Gymreig, o'r enw: 'I ba raddau y mae'r rhaglen Byddwch yn Heini wedi effeithio ar ei gyfranogwyr yng Ngrŵp NPTC?' Dangosodd y canfyddiadau fod y rhaglen wedi bod o fudd i'r cyfranogwyr a'r gwirfoddolwyr; gwelodd y tiwtoriaid newidiadau cadarnhaol yn agwedd dysgwyr, yn eu gallu i ganolbwyntio, ac yn eu hymddygiad, a chafodd y rhaglen effaith gadarnhaol yn gymdeithasol ac yn feddyliol hefyd. Dangosodd canlyniadau'r arolwg bod y rhaglen Byddwch yn Heini yn annog myfyrwyr nad oedd yn astudio chwaraeon i wneud gweithgareddau na fyddent wedi dod ar eu traws fel arall.

**MAE COLEGAU HEFYD YN DYSGU O YMCHWIL  
A GWYBODAETH SY'N CAEL EU  
HARWAIN GAN FYFYRWYR**

# SICRHAU BOD DULL SY’N CANOLBWYNTIO

## AR Y PERSON YN GANOLOG I DDARPARIAETH



### COLEG SIR BENFRO

Ymhlith y grwpiau newydd a dargedwyd, roedd yr holl fyfyrwyr Safon Uwch blwyddyn 1; myfyrwyr gwyddoniaeth gymhwysol, y celfyddydau perfformio, celf a dylunio; grwpiau ymgysylltu eraill; ynghyd â grwpiau presennol a dargedwyd yn ystod y blynyddoedd blaenorol, e.e. myfyrwyr trin gwallt, iechyd a gofal cymdeithasol. Yn aml byddai cysylltiad rhwng y gweithgareddau a’r sesiynau tiwtorial, a byddai’r dysgwyr yn gweithio gyda’r hyfforddwyr i benderfynu ym mha weithgareddau y byddent yn cymryd rhan. Yn aml, nid gweithgareddau traddodiadol yw’r rhain, ac mae’r pwyslais ar y manteision i les pobl. Darparwyd:

99 sesiwn gyda 209 o ddysgwyr yn cymryd rhan, a’r sesiynau’n amrywio. Yn eu plith roedd dawnsio stryd, rownderi cerdded, pêl-fasged cadeiriau olwyn, tenis mini, pilates, ioga, rocrobics, sgiliau syrcau, a thenis ar ben bwrdd.

Hefyd, gyda datblygiad neuadd chwaraeon ac ystafell ffitrwydd newydd Campws 6, cynigiwyd sesiynau blasu 4-wythnos i grwpiau yn yr ystafell ffitrwydd gyda hyfforddwr. Roedd hyn yn llwyddiannus iawn, a chynhaliwyd 176 o sesiynau gyda 125 o ddysgwyr. Cynyddodd nifer y myfyrwyr sy’n aelodau o 49 yn 17/18 i 154 yn 18/19.



### COLEG PENYBONT

Mae arloesi’n amlwg wrth arwain darpariaeth newydd yng Ngholeg Penybont, sy’n annog y defnydd o adnoddau ffitrwydd ar-lein fel YouTube, gan ddarparu cyfarpar syml a chefnogaeth ar gyfer hyn.

Cyflwynwyd rôl Arweinydd Ymgysylltu â Myfyrwyr, a bu cynnydd anferth yn nifer y myfyrwyr sy’n ymwneud ac yn cymryd rhan ar draws y coleg, fel y gwelir yn adroddiad Upshot. Mae’r Arweinwyr Ymgysylltu â Myfyrwyr wedi annog pobl i wneud gweithgarwch corfforol ac ymarfer corff drwy godi ymwybyddiaeth / codi arian i elusen (Hope Walk i Papyrus), drwy gynnal cystadleuaeth Ar Dy Feic i ennill Fitbit, lle rhoddwyd beic sefydlog yn ardal pob cwrs am bythefnos, a thrwy greu cysylltiadau â thiwtoriadau i annog benthyg offer er mwyn dechrau gwersi gyda ioga cyn y wers go iawn. Mae’r adborth gan y myfyrwyr a’r tiwtoriaid sy’n cael cynnig y cyfleoedd hyn wedi bod yn gadarnhaol tu hwnt. Mae’r tiwtoriaid hefyd wedi manteisio ar y cynllun Milltir y Dydd sydd wedi’i hyrwyddo gan yr Arweinwyr Ymgysylltu â Myfyrwyr.



# MAE MYFYRWYR GALWEDIGAETHOL BELLACH YN FWY EGNÏOL

## AC YN DATBLYGU SGILIAU NEWYDD

## I GREU CENEDL FWY EGNÏOL

Mae'r sector Addysg Bellach yn ceisio creu "**cenedl fwy egnïol**" drwy ddarparu brosiect i gyfranogwyr newydd a gwirfoddolwyr, a hwnnw'n **gynhwysol** ac yn **hygyrch** i bawb. Mae gwaith cynllunio'r prosiect wedi esblygu, ac mae bellach yn canolbwyntio ar weithio'n agos gyda **meysydd cwricwlwm**. Mae'r gwaith hwn yn edrych ar sut i annog myfyrwyr i fod yn egnïol, a phan fydd hynny'n addas, eu **huwchsgilio** i gefnogi gweithgarwch yn y gweithle yn y dyfodol.



Mae dysgwyr gofal plant yn mynd ar gyrsiau Arweinwyr Chwaraeon y DU ac Aml-Gampau'r Ddraig er mwyn cefnogi gwaith mewn lleoliadau blynyddoedd cynnar



Mae dysgwyr Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn dechrau bod yn fwy egnïol ac yn cyflwyno gweithgarwch pan fyddant ar leoliadau mewn cartrefi gofal



Mae myfyrwyr busnes yn creu dosbarthiadau ffitrwydd i'w cyfoedion fel rhan o heriau entrepreneuriaeth



Mae myfyrwyr ym Mhen-y-bont ar Ogwr yn gwirfoddoli i ddarparu gweithgarwch newydd er mwyn gwella iechyd meddwl a lles cyfoedion

Mae'r gweithgareddau hyn yn golygu ymyriadau tymor canolig er mwyn sbarduno'r cyfranogwr a'u gwaith gyda phobl eraill, a hynny drwy eu swyddi yn y dyfodol ym meysydd chwaraeon, chwarae, hamdden a lleoliadau gofal a iechyd. Mae'r effaith ar **les a gwydnwch emosiynol** dysgwyr wedi cynnwys darpariaeth i grwpiau nad ydynt fel arfer yn ymwneud â chwaraeon a gweithgarwch corfforol.



## COLEG Y CYMOEDD

"Aethom i Glwb Golff Llantrisant ddydd Mawrth. Cawsom chwarae golff a dangosodd hyfforddwr o'r enw Joe inni sut i bytuo a tsipio'r bêl. Roeddwn i'n credu bod y clybiau golff yn drwm, roedd hi'n anodd swingio'r clwb. Fe ges i hwyl a byddwn i'n barod i wneud hyn eto, ond dim ond gyda chlybiau ysgafnach er mwyn imi allu gwneud yn well, gan bod y clybiau eraill yn rhy drwm." Dylan Turner, Sgiliau Annibyniaeth a Gwaith, Mynediad 2.



## COLEG GWYR ABERTAW

"Aethom i'r gampfa fel rhan o'n gwers diwtorial, a dangosodd Kris inni sut i ddefnyddio'r holl offer ymarfer corff. Es at y peiriant cerdded yn gyntaf, a mwynhau gan fod y peth yn hamddenol ac yn hawdd i'w reoli. Roedd hwn yn ddechrau hawdd, gan nad oeddwn i wedi bod i gampfa o'r blaen. Byddai mynd i'r gampfa yn rheolaidd yn rhywbeth y byddwn i'n ei fwynhau, gan y gallwn gyfarfod ffrindiau newydd a gallai ymarfer corff wneud imi deimlo dan lai o straen. Pe bawn ni'n fwy egnïol, rwy'n credu y byddwn i'n gallu canolbwyntio mwy yn y dosbarth. Rwy'n bendant yn awyddus i fynd i gampfa eto." Courtney, myfyriwr Iechyd a Gofal Cymdeithasol

# CREU PARTNERIAETHAU NEWYDD

Mae partneriaethau newydd ar lefel ranbarthol wedi datblygu i gefnogi digwyddiadau, prosiectau a chystadlaethau. Mae ColegauCymru a Chwaraeon ColegauCymru wedi croesawu **cydweithio** ar lefel sefydliadol ac wedi annog colegau hefyd i **achub ar gyfleoedd lleol**.

Drwy ystod eang o weithgarwch, mae Chwaraeon ColegauCymru wedi ymwneud â **dros 60+ o bartneriaid**, a hynny mewn sawl achos yn golygu bod y rheini'n ymwneud mwy yn uniongyrchol â cholegau Addysg Bellach.

*\*Partneriaid arweiniol.*



## Snowdonia Challenge

*\*CollegesWales Sport, The Outdoor Partnership, Gwynedd CC, Coleg Menai, British Army, Welsh Cycling, Canoe Wales, Beacon Centre*



## Youth exchange: Spain



*\*CollegesWales Sport, WRU Apprentices, YA Cymru*



## Erasmus+, YSDA and CPMES projects

*\*ColegauCymru, 10 Eu partners, Sport Wales, BME Sport Cymru, Glamorgan Cricket, Grangetown Community Youth Forum*



## Chwaraeon ColegauCymru CollegesWales Sport

### Regional competitions

*\*CollegesWales Sport, Cardiff Met, Welsh Athletics, Colleges, Basketball Wales, WRU referees*



## CSAP Project

*\*ColegauCymru, FE Colleges supporting regional stakeholder events*



## Chwaraeon Amrywiol AB Pem-bre 2019 FE Multisport Pembrey 2019

*\*CollegesWales Sport, Welsh Tri, Pembrey Country Park, Welsh Cycling, AoC Sport, Carmarthenshire County Council, Coleg Sir Gar*



## Digwyddiad bord gron yn y Senedd

*\*Welsh government, Colleges, CollegesWales Sport, Sinsir Consultancy, NGBs, SLUK, Outdoor partnership, Urdd*



CYFLOGADWYEDD



MWY O  
WIRFODDOLI



LLES



MYND I'R AFAEL AG  
ANGHYDRADDOLDEBAU



CYNYDDU  
CYFRANOGIAD



## Healthy Colleges Framework

*\*Cardiff Met, ColegauCymru, PHW, HEFCW, Sport Wales*





# DATBLYGU DYFODOL MWY EGNÏOL I GYMUNEDAU COLEGAU

Mae'r prosiect yn bwrpasol yn ceisio annog newid ar lefel strategol, gan rannu arferion gorau a hyrwyddo colegau fel cymunedau i randdeiliaid allanol. Y blaenoriaethau o hyd fydd annog gweithgarwch cyfoethogi sy'n gwella profiadau myfyrwyr. Bydd hynny yn y pen draw yn gwella'u cyfleoedd bywyd pan fyddant yn mynd yn eu blaenau o'r sector Addysg Bellach.

Mae nifer o ffactorau ynghlwm wrth waith datblygu yn y dyfodol, gan gynnwys cyflwyno chwaraeon cymunedol yn rhanbarthol, newid ar lefel strategol, diwygio addysgol a newid gwleidyddol.

Gyda llygad ar y dyfodol, mae Colegau Cymru a Chwaraeon Colegau Cymru wedi ymwneud â datblygiadau i helpu colegau a'r sector chwaraeon i fanteisio i'r eithaf ar botensial poblogaeth y sector Addysg Bellach. Ymhlith y datblygiadau hyn mae:

- **Strategaeth newydd i Chwaraeon, Gweithgarwch Corfforol a Lles mewn Addysg Bellach – Hydref 2019**
- **Lefel strategol newydd i Chwaraeon, Gweithgarwch Corfforol a Lles – Hydref 2019**
- **Digwyddiadau rhanbarthol i randdeiliaid, ar gyfer rheolwyr, swyddogion prosiect ac arweinwyr ifanc – Hydref 2019**
- **Trafodaeth bord gron yn y Senedd – tymor yr hydref, 2019**

Mae colegau'n parhau i fuddsoddi mewn cyfleusterau ac yn gweithio gydag ystod ehangach o bobl a chymunedau lleol.



## COLEG CAERDYDD A'R FRO

Mae Coleg Caerdydd a'r Fro wedi buddsoddi'n drwm mewn chwaraeon gan ddatblygu academiâu a chyfleusterau newydd yng Nghampws Chwaraeon Rhyngwladol Caerdydd a Champws Canol y Ddinas. Yn 2019/20, bydd cyfleusterau chwaraeon cymunedol newydd yn cael eu datblygu ar safle canol y ddinas, mewn partneriaeth â grwpiau cymunedol lleol.

Bydd y cyfleuster hwn yn rhoi cyfleoedd gwaith a gwirfoddoli, cyfleusterau gwell ar gyfer cyfoethogi a chwaraeon elitaidd, a chyfle i ymwneud yn agosach ag ystod eang o bartneriaid.



Chwaraeon  
Colegau Cymru  
Colleges Wales  
Sport