Ymchwil gan y Gronfa Loteri Fawr
Rhifyn 57

Cyfleoedd Newydd mewn Addysg Gorfforol a Chwaraeon Crynodeb Gwerthuso Terfynol

Cyfleoedd Newydd ar gyfer Addysg Gorfforol a Chwaraeon
Crynodeb gwerthuso

Côd stoc:	BIG-NOPES09
ISSN	1774-4856 (Print)
ISSN	1744-4764 (Ar-lein)
Print	Belmont Press
Ffotograffwyr	Mark Campbell, Kevin Clifford, Peter Devlin, Brian Morrison a Martin McKeown
Ysgrifennwyd gan	Marcus Hulme ac Alexandra Lee

Mae copïau pellach ar gael gan:

Ffôn:	0845 4 10 20 30
Ffôn testun:	0845 9 02 16 59
E-bost:	general.enquiries@biglotteryfund.org.uk
Ein gwefan:	www.cronfaloterifawr.org.uk

Hygyrchedd
Cysylltwch â ni i drafod unrhyw anghenion cyfathrebu penodol sydd gennych.

Ein hegwyddorion cydraddoldeb
Hyrwyddo hygyrchedd; gwerthfawrogi amrywiaeth ddiwylliannol; hyrwyddo cymryd rhan; hyrwyddo cyfleoedd cyfartal; hyrwyddo cymunedau cynhwysol; lleihau anfantais ac eithrio. Ymwelwch â'n gwefan am ragor o wybodaeth.

Rydym yn gofalu am yr amgylchedd
Mae'r Gronfa Loteri Fawr yng Nghymru yn gweithio tuag at ddatblygiad cynaliadwy a'r defnydd o adnoddau cynaliadwy.

Ein gweledigaeth
Rydym wedi'n hymrwymo i ddod â gwir welliannau i gymunedau ac i fywydau'r bobl fwyaf anghenus.

Ein Gwerthoedd
Rydym wedi adnabod saith gwerth sy'n sail i'n holl waith: tegwch; mynediad hawdd; ffocws strategol; cynnwys pobl; arloesedd; galluogi; ychwanegol at y llywodraeth.

Mae'r Gronfa Loteri Fawr yn ymrwymedig i werthfawrogi amrywiaeth a hyrwyddo cyfle cyfartal, a hynny fel dosbarthwr grantiau a chyflogwr. Bydd y Gronfa Loteri Fawr yn anelu at fabwysiadu ymdriniaeth gynhwysol tuag at sicrhau bod ymgeiswyr a derbynyddion grantiau, budd-ddeiliaid, ymgeiswyr am swyddi a gweithwyr yn cael eu trin yn deg.

© Cronfa Loteri Fawr, Gorffennaf 2009

Yn dyfarnu arian
Y Loteri Genedlaethol

Awarding funds from
The National Lottery®

Crynodeb Gweithredol

Mae hwn yn grynodeb o ganfyddiadau allweddol y fenter Cyfleoedd Newydd mewn Addysg Gorfforol a Chwaraeon (NOPES) gwerth £750.75 miliwn, a gyflwynwyd gan y Gronfa Loteri Fawr ar draws y DU. Dyma ein dehongliad o'r adroddiad gwerthuso terfynol, sydd ar gael ar ein gwefan yn: www.cronfaloterifawr.org.uk

Cwblhawyd y gwerthusiad, a asesodd effaith menter NOPES ar bartneriaethau, cymryd rhan a newid cymdeithasol ehangach, gan Bartneriaeth Loughborough, Casgliad y gwerthuswyr oedd bod y rhaglen fawr ac uchelgeisiol hon wedi cyflwyno pob un o'i chwe chanlyniad allweddol yn llwyddiannus.

Dyma brif ganfyddiadau'r adroddiad:

- Mae nifer cyfartalog y defnyddwyr cymunedol sy'n dod i brosiectau NOPES mewn wythnos arferol wedi codi o 126 cyn eu hagor i 301 ar ôl eu hagor.
- Teimlodd staff a disgyblion fod y cyfleusterau NOPES wedi helpu i greu amgylchedd lle mae disgyblion yn cael mwy o gyfleoedd i lwyddo a chyflawni.
- Mae gwaith partneriaeth effeithiol wedi gwneud cyfraniad sylweddol at gyflawni canlyniadau NOPES.
- Mae canran y disgyblion sy'n derbyn dwy awr o addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol wedi codi o 71 y cant cyn y cyfleusterau newydd i 81 y cant ar ôl agor y cyfleusterau.
- Mae ansawdd addysg gorfforol a chwaraeon ysgol wedi gwella ac mae'r cyfleusterau newydd wedi denu disgyblion nad oeddent yn actif yn flaenorol.
- Y gweithgareddau gyda'r cynnydd mwyaf mewn argaeledd yn ystod amser cwricwlaidd oedd tenis bwrdd (12 y cant), pêl foli (12 y cant), tenis (12 y cant), badminton (10 y cant) a dawns (9 y cant).
- Mae nifer y gweithgareddau gwahanol sydd ar gael i'r gymuned wedi cynyddu o 5.2 fesul safle prosiect ar gyfartaledd cyn agor i 10 fesul safle prosiect ar ôl agor.
- Mae'r rhaglen wedi cael effaith gadarnhaol ar agweddau ac ymddygiad disgyblion, gan olygu bod pobl ifanc yn cymryd rhan yn fwy yn yr ysgol.
- Dywedodd 82 y cant o ddisgyblion fod y cyfleusterau newydd wedi gwella ymddangosiad eu hysgol, a chytunodd 74 y cant o ddisgyblion fod y cyfleuster newydd yn golygu eu bod yn fwy balch o'u hysgol.

Cyflwyniad

Lansiwyd rhaglen NOPES ym mis Tachwedd 2002 gan y Gronfa Loteri Fawr. At ei gilydd, darparwyd £750.75 miliwn ar gyfer y prosiect ar draws y DU. Hyd yn hyn, ariannwyd 2,980 o gyfleusterau, gan amrywio o ganolfannau gweithgareddau awyr agored i gyfleusterau chwaraeon newydd neu wedi'u hadnewyddu mewn ysgolion. Mae'r holl arian ar gyfer y rhaglen wedi'i ymrwymo erbyn hyn.

Roedd gan raglen NOPES chwe chanlyniad allweddol:

- Gwell addysg gorfforol a chwaraeon mewn ysgolion.
- Safonau uwch ar draws yr ysgol gyfan drwy addysg gorfforol, chwaraeon a ffurfiau eraill ar weithgareddau strwythuredig.
- Gwell cyfleoedd i gynyddu lefelau gweithgarwch corfforol ymysg y boblogaeth oedran ysgol ac yn fwy cyffredinol, ymysg cymunedau lleol.
- Gwell cydweithio, cydweithredu a phartneriaethau rhwng ysgolion a rhwng ysgolion a'u cymunedau.
- Hyrwyddo cynhwysiad cymdeithasol drwy darparu mynediad ar gyfer pob grŵp mewn cymdeithas i gyfleusterau chwaraeon ac antur awyr agored
- Arloesedd ac arfer da wrth ddylunio a rheoli cyfleusterau.

Y Gwerthusiad

Comisiynwyd Partneriaeth Loughborough, a arweinir gan y Sefydliad Chwaraeon Ieuenctid, i werthuso rhaglen NOPES rhwng mis Chwefror 2003 a mis Chwefror 2009. Ymchwiliodd y gwerthusiad i effaith rhaglen NOPES ar bartneriaeth, cymryd rhan a newid cymdeithasol ehangach drwy ymagwedd amlddull, gan gynnwys arolygon gwaelodlin a blynyddol, ymweliadau astudiaeth achos ag awdurdodau lleol a phrosiectau, astudiaeth ar wahân o sut mae cyfleusterau'n cael eu dylunio a'u rheoli, ac astudiaeth o effaith y rhaglen ar bobl ifanc sydd wedi colli diddordeb.

Mae Partneriaeth Loughborough wedi cynhyrchu chwe adroddiad blynyddol a nifer o bapurau gwaith sy'n seiliedig ar ganfyddiadau'r gwerthusiadau. Maent ar gael ar ein gwefan yn: www.cronfaloterifawr.org.uk

Canfyddiadau Allweddol

“Mae gwersi addysg gorfforol yn llawer gwell. Mae mwy o le ac mae’r gwersi wedi’u cynllunio’n well”

(Merch Blwyddyn 9, prosiect neuadd chwaraeon)

Canfyddiadau’r DU

Mae’r adran hon yn rhoi manylion canfyddiadau’r gwerthusiadau ar draws y DU ac fe’i strwythurir o gwmpas tri dimensiwn, effeithiolrwydd partneriaethau, cymryd rhan a chanlyniadau cymdeithasol ehangach, sy’n gysylltiedig â chwe chanlyniad rhaglen NOPES.

Effeithiolrwydd Partneriaethau

Mae gwaith partneriaeth effeithiol wedi cyfrannu’n sylweddol at gyflawni canlyniadau NOPES. Ar draws y DU, gofynnwyd i awdurdodau lleol ddatblygu grwpiau partneriaeth i oruchwylio datblygu cyfleusterau NOPES yn eu hardal. Cyflogodd y rhan fwyaf o awdurdodau lleol reolwyr portffolio i symud prosiectau NOPES yn eu hardaloedd ymlaen drwy’r camau ymgeisio ac adeiladu. Darparodd y grwpiau partneriaeth gefnogaeth i’r rheolwyr portffolio, gan graffu penderfyniadau a chynnydd prosiectau.

Cafwyd gwahaniaethau sylweddol ar draws y DU yn rôl grwpiau partneriaeth a rheolwyr portffolio ar ôl i’r cyfleusterau NOPES agor. Roedd rhai awdurdodau lleol yn ystyried bod NOPES yn brosiect cyfalaf pur, ac felly cafwyd ychydig iawn o gyfranogiad ar lefel y portffolio ar ôl i’r cyfleusterau agor. Roedd ymagwedd awdurdodau lleol eraill at gefnogi prosiectau ar ôl iddynt agor yn llawer mwy rhagweithiol, a chwaraeodd y rheolwyr portffolio rôl allweddol wrth ddarparu cefnogaeth gydag agweddau megis datblygu defnydd o’r cyfleusterau gan y gymuned.

Nododd y gwerthuswyr rai o’r nodweddion canlynol ar gyfer cyflawni canlyniadau NOPES. Mae’r rhain yn cynnwys arweinyddiaeth ysbrydoliaethus, gwaith partneriaeth effeithiol a systemau rheoli effeithiol. Defnyddiwyd systemau monitro a gwerthuso hefyd i helpu prosiectau i gynllunio a mireinio eu gweithgareddau.

Mae portffolios awdurdodau lleol NOPES wedi datblygu cysylltiadau â strategaethau chwarae, addysg, datblygu cymunedol, adfywio a chynhwysiad cymdeithasol lleol. Mae ysgolion hefyd wedi datblygu cysylltiadau gyda mentrau megis School Sports Partnerships yn Lloegr, Active Schools yn yr Alban a Champau’r Ddraig yng Nghymru. Mae alinio cyfleusterau NOPES â rhaglenni eraill wedi galluogi prosiectau i rannu adnoddau dynol a chyfalaf ac wedi cefnogi cyflawni canlyniadau ar y cyd rhwng y rhaglenni gwahanol.

Crëwyd partneriaethau rhwng prosiectau NOPES ac ysgolion eraill. Er enghraifft, mae nifer cyfartalog yr ysgolion cynradd sy’n defnyddio cyfleusterau NOPES mewn ysgolion uwchradd gyfagos wedi dyblu o bedair ysgol ar gyfartaledd cyn agor i wyth a hanner ar ôl agor. Yn yr un modd, mae’r defnydd o gyfleusterau NOPES gan ysgolion uwchradd eraill hefyd wedi cynyddu dros yr un cyfnod o 1.4 fesul cyfleuster ar gyfartaledd cyn agor i 2.8 ar ôl agor.

Mae prosiectau NOPES wedi datblygu cysylltiadau â sefydliadau lleol, gan arwain at gynnydd mewn defnydd y gymuned o gyfleusterau. Mae nifer cyfartalog y clybiau chwaraeon sy’n defnyddio prosiectau NOPES mewn wythnos arferol wedi dyblu o 5.1 i 10.5 ers i’r cyfleusterau newydd agor. Mae argaeledd staff penodedig wedi bod yn arbennig o bwysig wrth helpu i greu cysylltiadau â sefydliadau lleol. Er enghraifft, mewn un astudiaeth achos yn yr Alban, chwaraeodd y staff r ôl hanfodol wrth gefnogi datblygiad cysylltiadau rhwng ysgolion a chlybiau. Yn yr un modd, mewn astudiaeth achos wledig yng Nghymru, mae’r cyfleuster NOPES wedi datblygu’n ganolbwynt i’r gymuned. Yng Ngogledd Iwerddon, mae cyfathrebu gwell rhwng clybiau chwaraeon a chlybiau nad ydynt yn ymwneud â chwaraeon wedi arwain at well gweithio ar y cyd ar feysydd megis ymgeisio am ariannu yn y dyfodol.

Nododd y gwerthuswyr dystiolaeth o arferion rheoli da cyfoes mewn prosiectau NOPES, sydd wedi arwain at wobrau sicrhau ansawdd megis achrediadau Buddsoddwyr mewn Pobl a’r Corff Llywodraethu Cenedlaethol.

Nododd yr arolwg gwerthuso fod 22 y cant yn unig o ymatebwyr yr arolwg wedi graddio ansawdd eu cyfleusterau’n dda neu’n ardderchog cyn i’r cyfleuster newydd agor, o’i gymharu â 73 y cant ar ôl iddo agor.

Dangosodd canlyniadau'r arolwg hefyd fod ymatebwyr yn fwy tebygol o ystyried bod eu cyfleusterau newydd yn effeithiol (82 y cant) yn hytrach nag arloesol (44 y cant) o ran rhai agweddau ar eu dyluniad. Serch hynny, noddodd y gwerthuswyr ychydig enghreifftiau lle roedd cyfleusterau NOPES yn arloesol eu dyluniad. Er enghraifft, mewn prosiect maes chwarae bach yng Ngogledd Iwerddon, rhoddwyd y siglenni mewn sgwâr i annog disgyblion ag anableddau dysgu i gyfathrebu â'i gilydd. Yn yr un modd yn Lloegr, gwnaeth dau brosiect ymdrech sylweddol i sicrhau bod dyluniad y cyfleuster yn sensitif yn ecolegol, ac roedd un arall wedi buddsoddi mewn cyfarpar rhyngweithiol sydd â'r nod o ddenu grwpiau nad ydynt fel arfer yn cymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol.

> "Mae'r bartneriaeth wedi gweithio'n wych"
> **(Swyddog Datblygu Chwaraeon, Cymru)**

Mae cynaladwyedd ariannol yn broblem i rai prosiectau a gafodd eu cynnwys fel astudiaethau achos yn y gwerthusiad. Effeithiwyd ar rai prosiectau oherwydd i'r arian tymor byr ddod i ben, a gwelodd rhai eraill densiwn rhwng cynhyrchu digon o incwm er mwyn i agor y tu hwnt i'r diwrnod ysgol fod yn ymarferol yn ariannol a datblygu rhaglenni cymunedol a fyddai'n bodloni dyheadau ysgolion, awdurdodau lleol a'r Gronfa Loteri Fawr. Mewn cyferbyniad, roedd cynaladwyedd ariannol yn llai o broblem pan oedd awdurdodau lleol yn ymwneud â rheoli prosiectau neu gefnogi cynnal a chadw a gweithredu cyfleusterau NOPES drwy gyllidebau presennol. Mewn achosion eraill mewn rhai prosiectau mawr llwyddiannus iawn, roedd incwm o ganlyniad i ddefnydd gan y gymuned ymhell y tu hwnt i'w disgwyliadau.

Effaith ar Gymryd Rhan

Mae rhaglen NOPES wedi cael effaith sylweddol ar gynyddu cymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol. Ar ôl i'r cyfleusterau NOPES agor, cynyddodd munudau o addysg gorfforol cwricwlaidd mewn wythnos arferol ar draws yr holl brosiectau NOPES yng Nghyfnodau Allweddol Un, Dau a Thri[1] . Er enghraifft, yng Nghyfnod Allweddol Un, cynyddodd y munudau o addysg gorfforol o 83 i 98 munud ac yng Nghyfnod Allweddol Dau, cynyddodd y munudau o addysg gorfforol o 88 i 102 munud ar ôl agor y prosiectau. Roedd y cynnydd yn swm yr amser a oedd ar gael ar gyfer addysg gorfforol ar draws yr holl brosiectau NOPES yn debyg i'r cyfartaledd cenedlaethol y rhoddwyd manylion amdano yn yr arolwg Cysylltiadau Clybiau Addysg Gorfforol a Chwaraeon a anfonir i bob ysgol. Amlygodd ysgolion adnoddau ac amserlenni fel cyfyngiadau ar gynyddu'r amser a oedd ar gael ar gyfer addysg gorfforol.

Mae cyfleusterau NOPES wedi arwain at gynnydd sylweddol yng nghanran y disgyblion sy'n derbyn dwy awr o addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol bob wythnos[2]. Cyn NOPES roedd 71 y cant o ddisgyblion yn cymryd rhan mewn dwy awr o addysg gorfforol a chwaraeon bob wythnos o'i gymharu ag 81 y cant ar ôl i'r prosiectau agor. Roedd y cynnydd hwn yn arbennig o arwyddocaol yng Nghyfnod Allweddol Un lle gwelwyd cynnydd o 28 y cant i 76 y cant ar gyfer bechgyn a chynnydd o 28 y cant i 79 y cant ar gyfer merched. Nododd y gwerthuswyr fod disgyblion a staff ar draws y DU yn teimlo bod cymryd rhan mewn munudau a ddyrennir o addysg gorfforol wedi cynyddu oherwydd ffactorau megis lleihau amser teithio i wersi, mwy o weithgareddau a llai o wersi sy'n cael eu canslo oherwydd tywydd gwael.

[1] Yn yr Alban, dosbarthwyd disgyblion yn Primary 1-3 fel Cyfnod Allweddol 1, Primary 4-7 fel Cyfnod Allweddol 2, Secondary 1&2 fel Cyfnod Allweddol 3 a Secondary 3&4 fel Cyfnod Allweddol 4.

[2] 90 munud yng Ngogledd Iwerddon.

“Mae’r ardal gyfan wedi gwneud gwahaniaeth enfawr i’n gweithgareddau gemau”

(Pennaeth Addysg Gorfforol, prosiect neuadd chwaraeon)

Mae nifer y gweithgareddau gwahanol sydd ar gael mewn prosiectau NOPES wedi cynyddu o 15.4 cyn agor i 17.1 ar ôl agor. Ar ben hynny, cytunodd 75 o ddisgyblion fod amrywiaeth ehangach o weithgareddau ar gael o ganlyniad i’r cyfleusterau newydd. Y gweithgareddau a gynyddodd fwyaf o ran eu hargaeledd yn ystod amser cwricwlaidd oedd tenis bwrdd (12 y cant), pêl foli (12 y cant), tenis (12 y cant), badminton (10 y cant) a dawns (9 y cant).

Mae cyfleusterau NOPES wedi arwain at welliannau yn ansawdd addysg gorfforol i ddisgyblion mewn nifer o ffyrdd. Er enghraifft, mae proffil a statws addysg gorfforol mewn ysgolion wedi codi, gan arwain at welliannau mewn symbyliad staff a disgyblion. Mae cyfarpar gwell ar gael hefyd, ac mae cyfleoedd i ddisgyblion gymryd rhan mewn gweithgareddau nad oeddent ar gael yn flaenorol.

> “Mae’r neuadd ddawns yn well. Roedd yn arfer bod yn eithaf bach, heb lawer o le. Erbyn hyn mae’n fwy llydan a gallwch wneud mwy o bethau, fel ffitrwydd”
>
> **(Merch Blwyddyn 9, prosiect stiwdio dawns).**

Nododd y gwerthuswyr fod darparu cyfleusterau newid ansawdd uchel yn ffactor hollbwysig o ran gwella ansawdd addysg gorfforol i ddisgyblion. Nododd yr arolwg gwerthuso i ddisgyblion fod glendid a chysur cyfleusterau newydd a phreifatrwydd cawodydd yn bwysig i fwy na 70 y cant o ddisgyblion.

Mae gweithgareddau allgyrsiol yn ystod amser cinio mewn prosiectau NOPES wedi cynyddu o dair awr 40 munud mewn wythnos arferol cyn i gyfleusterau agor i bedair awr a 58 munud ar ôl iddynt agor. Yn yr un modd, mae’r amser sydd ar gael ar gyfer gweithgareddau allgyrsiol yn ystod gwyliau ysgol wedi dyblu hefyd. Cynyddodd nifer cyfartalog y bechgyn sy’n mynychu gweithgareddau ar ôl ysgol mewn wythnos arferol wedi cynyddu 32 y cant o 95 cyn agor i 125 ar ôl agor, ac mae nifer cyfartalog y merched hefyd wedi cynyddu 29 y cant o 68 i 88. Nododd canfyddiadau astudiaethau achos o Ogledd Iwerddon a’r Alban fod prosiectau llai megis cyfleusterau maes chwarae awyr agored, marcio meysydd chwarae ac ardaloedd gemau amlddefnydd wedi gwneud cyfraniad pwysig at ddarparu mwy o gyfleoedd i gymryd rhan mewn gweithgareddau yn ystod amser allgyrsiol. Er enghraifft, yng Nghymru roedd un prosiect yn arbennig o lwyddiannus wrth gynnig gweithgareddau cyn ysgol drwy ‘Wake-Up Club’, a ddarparodd weithgareddau cardiofasgwlaidd, cylchedu a digwyddiadau athletaidd dan do.

Mae nifer cyfartalog y gweithgareddau allgyrsiol gwahanol a gynigir mewn prosiectau wedi cynyddu o 13.1 cyn agor i 16.1 ar ôl agor. Y gweithgareddau a gynyddodd fwyaf yn ystod amser allgyrsiol oedd ffitrwydd (24 y cant), tenis bwrdd (20 y cant), badminton (19 y cant), clybiau sgiliau lluosog (18 y cant), pêl fasged (18 y cant) a gymnasteg (16 y cant). Roedd y gweithgareddau newydd hyn yn cael eu gwerthfawrogi’n fawr gan staff a disgyblion.

Mae cyfleusterau NOPES wedi arwain at gynnydd sylweddol mewn defnydd o’r prosiectau gan y gymuned. Er enghraifft, mae defnydd gan y gymuned mewn wythnos arferol bron wedi treblu o 126 o ddefnyddwyr ar gyfartaledd cyn i’r prosiectau agor i 301 ar ôl iddynt agor. Roedd prosiectau a dderbyniodd arian refeniw yn fwy llwyddiannus wrth gynyddu defnydd gan y gymuned o’i gymharu â phrosiectau nad oeddent wedi ymgeisio am arian refeniw.

Mae nifer cyfartalog y gweithgareddau gwahanol a gynigir i’r gymuned wedi cynyddu o 5.2 cyn agor i 10 ar ôl i’r cyfleusterau NOPES newydd agor. Nododd arolwg y disgyblion fod 41 y cant o ymatebwyr yn adrodd bod eu teuluoedd wedi defnyddio’r cyfleusterau chwaraeon newydd i gymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol.

Roedd yr elfen hon o ddewis cynyddol o weithgareddau ar gyfer y gymuned yn arbennig o bwysig i’r bobl

“Mae’r meysydd yn ein helpu’n wirioneddol i ymarfer a gwella ein sgiliau. Rwy’n llawer gwell ers i mi ddechrau mynd yno”

(Disgybl, Prosiect Pêl-droed Sylfaenol)

ifanc sydd wedi colli ddiddordeb y cyfwelwyd â hwy fel rhan o’r gwerthusiad. I’r grŵp hwn o bobl, roedd cymryd chwaraeon ‘yn ormod o ddifrif’ yn rhinwedd annerbyniol a oedd yn eu hatal rhag cymryd rhan mewn gweithgareddau megis rygbi. Roedd y bobl ifanc yn mwynhau gweithgareddau a oedd yn fwy difyr ac yn cynnwys elfen o gyfranogiad cymdeithasol. Ymysg y gweithgareddau o’r fath a nodwyd gan y bobl ifanc oedd caiacio, nofio a thenis bwrdd. Roedd rhwystrau i gymryd rhan a nodwyd gan bobl ifanc sydd wedi colli diddordeb yn cynnwys y gofyniad i dalu am fynediad neu hurio cyfarpar, polisïau gweithredu sy’n ymwneud â defnyddio campfa, megis cyfyngiadau ar oedran a staff anghyfarwydd.

“Bu modd i ni gyflwyno gweithgareddau newydd megis badminton ac mae hynny’n ffynnu, yn ffynnu’n aruthrol”

(Pennaeth Addysg Gorfforol, prosiect neuadd chwaraeon Newydd)

Nododd y gwerthuswyr fod y potensial am gynyddu defnydd y gymuned o gyfleusterau’n dibynnu, i ryw raddau, ar fath y prosiect a’i leoliad. Roedd yn ymddangos bod meysydd artiffisial yn ymdrin â galw sylweddol gan y gymuned am feysydd awyr agored pob tywydd, a helpodd i gynyddu defnydd cymunedol. Er enghraifft, yn Lloegr roedd un prosiect astudiaeth achos â maes artiffisial wedi’i neilltuo’n gyfan gwbl yn ystod nosweithiau a phenwythnosau o fewn y misoedd cyntaf ar ôl agor. Roedd prosiectau mewn ardaloedd gweledig a oedd yn bell yn ddaearyddol o gyfleusterau chwaraeon eraill yn profi llai o broblemau wrth gynhyrchu defnydd gan y gymuned. O’i gymharu â hyn, roedd datblygu defnydd gan y gymuned mewn neuaddau chwarae ac ardaloedd gemau amlddefnydd yn fwy heriol gan yr ymddengys fod angen cryfach am farchnata’r cyfleusterau i wella’r defnydd ohonynt.

Mae dyluniad y cyfleusterau NOPES hefyd wedi effeithio ar eu gallu i gynhyrchu defnydd gan y gymuned. Er enghraifft, mae dylunio cyfleusterau er mwyn iddynt gael eu defnyddio ar yr un pryd gan grwpiau gwahanol o ddefnyddwyr wedi profi’n ddull effeithiol ar gyfer mwyafu defnydd gan y gymuned.

Mae prosiectau NOPES wedi cyfrannu at gyflwyno safonau uwch mewn ysgolion mewn amrywiaeth o ffyrdd. Mae’r rhain yn cynnwys gwelliannau mewn llwyddiant cystadleuol a chwaraeon, safonau uwch mewn addysg gorfforol, cynnydd mewn gwobrau arweinyddiaeth ym maes chwaraeon a safonau uwch mewn rhannau eraill o’r cwricwlwm. Ymysg y canlyniadau cadarnhaol eraill mae newidiadau mewn ymddygiad ac agwedd disgyblion mewn ysgolion.

Mae canfyddiadau prosiectau astudiaeth achos yn dangos bod mwy o ddisgyblion yn dewis astudio addysg gorfforol ar lefel TGAU mewn safleoedd rhai prosiectau NOPES. Yn yr un modd, adroddodd ysgolion am gynnydd yn nifer y disgyblion sy’n cwblhau cymwysterau arweinyddiaeth chwaraeon. Er enghraifft, cyn NOPES, derbyniodd 14 o ddisgyblion Wobrau Arweinwyr Chwaraeon lau mewn prosiectau, o’i gymharu â 20 o ddisgyblion ar ôl i’r prosiectau agor.

Dywedodd staff a disgyblion mewn prosiectau NOPES fod y cyfleusterau newydd yn cyfrannu at greu amgylchedd a oedd yn cynnig mwy o gyfleoedd i ddisgyblion lwyddo a chyflawni. Er enghraifft, mewn un astudiaeth achos, adroddwyd bod disgyblion wedi cymryd rhan mewn pêl law am y tro cyntaf a’u bod bellach yn cystadlu fel rhan o dîm pêl law Lloegr.

Ar draws y DU, roedd cyfleusterau NOPES yn aml wedi’u lleoli mewn ysgolion a oedd yn gwasanaethu cymunedau â pheth amddifadedd yr oedd eu cyfleusterau chwaraeon blaenorol yn annigonol. Nododd y gwerthuswyr fod cyfleusterau NOPES wedi helpu i wella ymddangosiad rhai ysgolion, gan effeithio ar symbyliad disgyblion a staff. Er enghraifft, dywedodd 74 y cant o’r rhai a ymatebodd i’r arolwg disgyblion eu bod bellach yn fwy balch o’u hysgol o ganlyniad i’r cyfleusterau NOPES newydd.

Mae'r amrywiaeth gynyddol o weithgareddau a gynigir i ddisgyblion mewn cyfleusterau NOPES wedi helpu i greu mwy o gyfleoedd am lwyddo mewn addysg gorfforol a chwaraeon i ddisgyblion nad oeddent yn cymryd rhan yn flaenorol. Er enghraifft, roedd un cyfwelai mewn astudiaeth achos yng Nghymru'n gobeithio y byddai'r disgyblion yn cael eu symbylu'n fwy yn yr ysgol ac yn elwa o well hunan-barch o ganlyniad i brofi llwyddiant mewn gweithgareddau corfforol, a allai, yn ei dro, arwain at gyflawni safonau uwch yn yr ysgol.

Nododd y gwerthuswyr fod y cyfleusterau NOPES newydd yn apelio at bobl ifanc nad oeddent yn cymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol yn flaenorol. Er enghraifft, yng Ngogledd Iwerddon defnyddiodd disgyblion gyfleuster mewn prifysgol lle cawsant eu dysgu gan fyfyrwyr prifysgol. Nodwyd bod y profiad hwn wedi cynyddu dyheadau disgyblion a'u hannog i deimlo'n gyfforddus mewn amgylchedd prifysgol.

Mewn astudiaeth achos yn yr Alban, nododd y gwerthuswyr fod y cyfleusterau newydd wedi cael effaith ar agweddau ac ymddygiad disgyblion a chyfrannu at feithrin gwell perthnasoedd rhwng staff a disgyblion. Teimlwyd bod hwn yn ffactor pwysig o ran cyflwyno safonau uwch mewn ysgolion. Yng Nghymru, mae rhai prosiectau wedi helpu i wella ymddygiad disgyblion yn yr ysgol o ganlyniad i ddefnyddio canolfan addysg awyr agored.

Adroddodd staff mewn prosiectau ar draws y DU sy'n elwa o welliannau marcio meysydd chwarae effaith gadarnhaol ar lefelau gweithgarwch corfforol disgyblion gan eu bod yn ymwneud â gweithgareddau yn ystod yr egwyl ac amser cinio. Mae hyn wedi cael effaith ar leihau achosion o ymddygiad gwael yn ystod amser cinio ac ar wella ymddygiad yn y dosbarth.

> **"Rydym yn creu ymdeimlad o gyflawniad drwy chwaraeon ac yn dechrau gweld hyn yn trosglwyddo i lwyddiant academaidd"**
> **Pennaeth Ysgol**

Ystyriodd staff mewn nifer o brosiectau astudiaeth achos fod y cyfleusterau NOPES newydd yn gatalyddion ar gyfer cynnwys cymunedau lleol mewn ysgolion a datblygu ymdeimlad o hunaniaeth cymunedau lleol. Er enghraifft, cytunodd 60 y cant o ddisgyblion sy'n ymateb i'r arolwg fod y cyfleusterau newydd wedi peri iddynt deimlo'n well am yr ardal maent yn byw ynddi.

Mae'r cyfleusterau NOPES newydd wedi helpu i ddileu rhwystrau i gymryd rhan mewn chwaraeon ac wedi lleihau eithrio cymdeithasol. Er enghraifft, mewn un astudiaeth achos yng Ngogledd Iwerddon, mae disgyblion o ysgolion prif ffrwd ac arbennig yn gallu cymryd rhan mewn gweithgareddau ar yr un pryd am y tro cyntaf. Yn yr un modd, roedd prosiect yn Lloegr yn goresgyn eithrio cymdeithasol drwy dargedu pobl ifanc sy'n ofalwyr i gymryd rhan gyda'u rhieni neu eu brodyr/chwiorydd. Roedd y cyfleuster yn cynnig cyfle iddynt gymryd rhan mewn dringo, ogofa a chyrsiau rhaffau uchel mewn canolfan awyr agored a chael seibiant o'u bywyd cartref.

Nododd y gwerthuswyr fod cael staff penodedig i dargedu'n rhagweithiol y grwpiau sydd fel arfer yn cael eu heithrio'n ymagwedd effeithiol at dargedu eithrio cymdeithasol. Roedd creu cysylltiadau rhwng cyfleusterau NOPES a rhaglenni neu fentrau eraill yn ffactor pwysig o ran hyrwyddo cynhwysiad cymdeithasol. Er enghraifft, yng Nghymru defnyddiwyd rhai cyfleusterau NOPES gan staff mewn ardaloedd Cymunedau'n Gyntaf fel rhan o'u rolau datblygu cymunedol.

Canfyddiadau Allweddol

Roedd targedu grwpiau penodol yn ddull a ddefnyddiwyd gan brosiectau i hyrwyddo cynhwysiad cymdeithasol. Y grŵp a dargedwyd fwyaf gan brosiectau oedd merched a menywod (84 y cant), wedi'u dilyn gan bobl sy'n byw mewn ardal o amddifadedd uchel (45 y cant). Gall cynnwys pobl ifanc drwy ymagweddau blaengar a chynnig amrywiaeth o weithgareddau llai ffurfiol hefyd fod yn ddull effeithiol o hyrwyddo cynhwysiad cymdeithasol. Er enghraifft, roedd un cyfleuster addysg awyr agored yn ymwneud ag amrywiaeth helaeth o grwpiau, gan gynnwys plant ysgol, myfyrwyr coleg, cymorth menywod a grwpiau ffoaduriaid, myfyrwyr ag anableddau, clwb i bobl â golwg rhannol a grwpiau o ysgolion arbennig. Roedd y gweithgareddau a ddarparwyd yn flaengar ac yn ddifyr, ac yn helpu i hwyluso datblygu sgiliau personol a chymdeithasol.

Mae cyfleusterau NOPES hefyd wedi cael eu defnyddio i gyfrannu at ganlyniadau iechyd. Er enghraifft, derbyniodd nifer o brosiectau gyfeiriadau gan feddygon teulu er mwyn i'w cleifion gymryd rhan mewn gweithgareddau corfforol.

Nododd y gwerthuswyr enghreifftiau o brosiectau sy'n targedu pobl dros 60 oed yn benodol drwy amrywiaeth o ymagweddau gan gynnwys gweithgareddau a gymorthdelir a chyfleoedd cymdeithasol drwy gael 'paned a sgwrs'.

Mae cyflawni canlyniadau cymdeithasol ehangach wedi'i gyflwyno mewn amrywiaeth o ffyrdd gan brosiectau NOPES. Mae'r rhain yn cynnwys cyfleusterau NOPES yn gweithredu fel symbolau newid a chanolbwyntiau o fewn eu cymunedau, gan ddileu rhwystrau rhwng grwpiau, goresgyn rhwystrau penodol i gymryd rhan a chynnwys pobl ifanc sydd wedi colli diddordeb.

Beth nesaf?

Mae rhaglen NOPES wedi creu isadeiledd cynhwysfawr ar gyfer addysg gorfforol a chwaraeon ar draws y DU, a bydd yn gadael etifeddiaeth barhaus ar gyfer ysgolion a'r gymuned ehangach. Mae'r rhaglen yn cydweddu â mentrau lleol a chenedlaethol eraill ar chwaraeon, lles a chynhwysiad cymdeithasol ar draws y DU, ac mae wedi cael effaith sylweddol ar ailgysylltu â phobl nad ydynt fel arfer yn cymryd rhan mewn chwaraeon nag addysg gorfforol.

Mae'r gwerthusiad wedi datblygu sylfaen dystiolaeth sylweddol ynghylch effaith rhaglen NOPES dros y chwe blynedd diwethaf. Caiff y dysgu o'r gwerthusiad ei ledaenu'n helaeth i brosiectau a budd-ddeiliaid yn ystod yr hydref. Cynhyrchwyd nifer o ganllawiau arfer da ar gyfer prosiectau sy'n darparu cyngor ar feysydd sy'n cynnwys datblygu defnydd cymunedol a gwella ansawdd addysg gorfforol. Mae'r holl adnoddau a gynhyrchir gan y gwerthusiad ar gael ar ein gwefan yn: www.cronfaloterifawr.org.uk