Rhifyn 4

Tymor yr Hydref 2006

PE & School Sport

AG a Chwaraeon Ysgol

AG a Chwaraeon Ysgol

Diwrnod i ffwrdd o'r dosbarth yn llwyddiannus iawn!

Cafodd diwrnod hyfforddi clwstwr cyfan ar faterion addysg gorfforol ei gynnal gyda chefnogaeth y penaethiaid i gyd a staff Canolfan Datblygu AGCY Tonypandy.

Yng Ngholeg Cymuned Tonypandy y cafodd y diwrnod ei gynnal a chafodd ysgolion cynradd y clwstwr wahoddiad. Manteisiodd 80 o staff o 11 o ysgolion ar yr hyfforddiant.

"Mae'r diwrnod hyfforddi wedi bod yn llwyddiannus iawn. Roedd yn gyfle i staff i wella eu gwybodaeth o'r pwnc a meithrin eu hyder. Roedd yn gyfle iddyn nhw drafod materion yn ymwneud ag Addysg Gorfforol yn ffurfiol ac yn anffurfiol," meddai Chwaraeon Ysgol y Cyngor.

Cydlynydd AG a Chwaraeon Ysgol y Cyngor.

Cafodd nifer o weithdai hyfforddi eu cynnal mewn meysydd a bennodd y clwstwr yn rhai i'w datblygu. Roedd y rhain yn cynnwys *Top Tots* a *Top Start* ar gyfer y blynyddoedd cynnar; Gymnasteg ar gyfer Cyfnod Allweddol 1 a Dawns ar gyfer Cyfnod Allweddol 2.

Roedd cyfle i athrawon a gweithwyr cymorth gymryd rhan mewn gwaith ymarferol, trafod sut i weithredu'r syniadau yn yr ysgol a bwrw golwg dros adnoddau cefnogi'r gweithdy.

Cawson ni adborth cadarnhaol iawn oddi wrth staff yr ysgolion cynradd: "Rydw i wir wedi mwynhau'r profiad cadarnhaol yma," meddai un athro.

Nododd athro arall bod 'cydbwysedd da rhwng gweithgareddau ymarferol a darlithoedd. Dyma un o'r cyrsiau gorau imi fod yn rhan ohono ers tro byd.'

Athrawon yn gwneud siapiau'r wyddor yn ystod gweithdy gymnasteg.

Athrawon yn datblygu eu dilyniant o symudiadau dawns

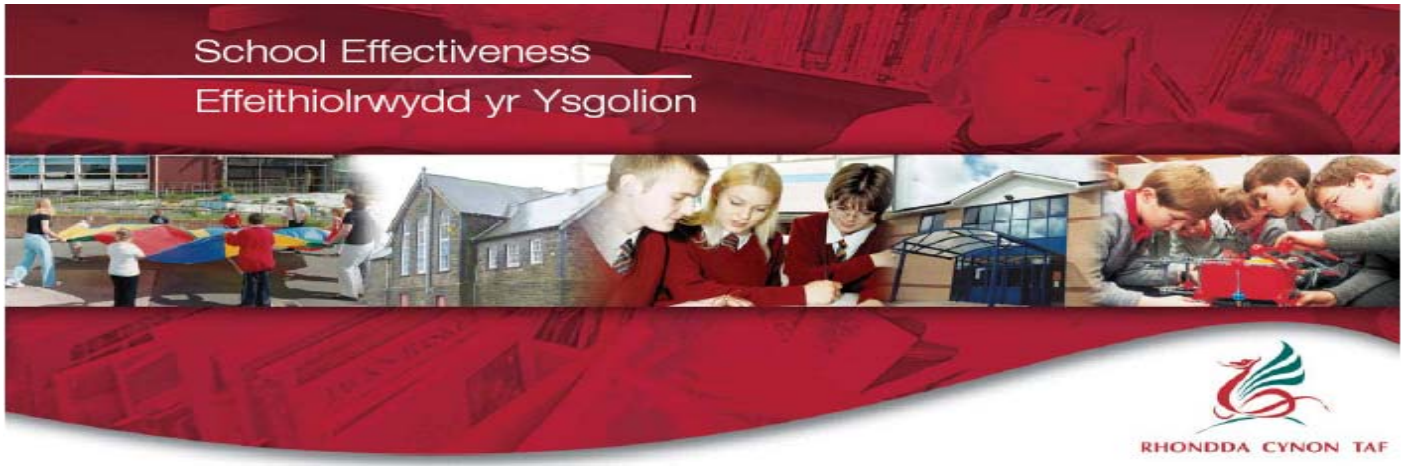
Ydy'ch clwstwr chi'n barod am her?

Ers cyflwyno menter Addysg Gorfforol a Chwaraeon Ysgol yn y Fwrdeistref Sirol fis Medi 2003, mae 3 o ysgolion uwchradd a'r ysgolion sy'n eu bwydo wedi ennill dyfarniad Canolfan Datblygu AGCY. Dyma'r ysgolion hynny: Ysgol Gyfun Tonyrefail, Ysgol Sir Cymuned y Porth, Coleg Cymuned Tonypandy.

Mae'r canolfannau yma, trwy gymorth cymorthdaliadau Llywodraeth y Cynulliad, wedi ymroi i wella safonau addysg gorfforol a chwaraeon ysgol.

Maen nhw wedi cynyddu ymwybyddiaeth ynglŷn ag Addysg Gorfforol a Chwaraeon Ysgol, cynnig rhagor o gyfleoedd chwaraeon ar gyfer eu pobl ifainc ynghyd â rhoi cymorth i fireinio gwybodaeth a meithrin hyder yr athrawon sy'n dysgu AG trwy drefn partneriaeth.

Y gobaith yw ychwanegu at nifer y canolfannau datblygu AGCY sy yn y Fwrdeistref Sirol. Os oes diddordeb gyda'ch ysgol neu'ch clwstwr chi mewn ennill dyfarniad Canolfan Datblygu AGCC, galwch heibio i'r wefan - www.rctednet.net/pess.



Ymestyn a chyrraedd y nod(gan Amanda Williams, Aberllechau Primary)

Gymnasteg yng Nghyfnod Allweddol 1 oedd canolbwynt gweithgareddau tymor yr Hydref Canolfan Datblygu AGCY y Porth.

Dechreuodd y gweithgareddau fis Medi yn Ysgol Gynradd Gymraeg Bodringallt gyda chwrs gymnasteg CA1. Daeth athrawon, gweithwyr cymorth a chydlynwyr AG y clwstwr i'r diwrnod hyfforddi.

A minnau'n athro sy ddim yn arbenigo mewn AG, fe ges i'r cwrs yn un defnyddiol iawn. Roedd y cwrs yn un a oedd yn hawdd i'r athro ei ddeall ac roedd yr hyfforddwyr yn rhai hawdd i siarad â nhw. Cwrs ymarferol iawn oedd e ac roedd hynny'n hollbwysig gan fod rhaid i ni'r athrawon wybod yn union yr hyn y bydden ni'n disgwyl i'n disgyblion ei wneud.

Roedd y cwrs wedi'i sylfaenu ar dechneg addysgu'r corff mae menter AGCY yn ei hyrwyddo. Dyma dechneg syml, blaengar, llawn hwyl o addysgu gweithgareddau gymnasteg. Trwy ddefnyddio gêmau megis cwpanau a soseri a llwynogod a chwnigod mae'n annog disgyblion i reoli pwysau'r corff. Mae'n cyflwyno geirfa siâp a symudiad iddyn nhw ac yn eu paratoi nhw ar gyfer datblygu eu medrau yn y dyfodol. Trafodon ni faterion iechyd a diogelwch hefyd.

Does dim llawer o athrawon cynradd sy'n arbenigo mewn AG, ac rydw i'n cynnwys fy hun yn un o'r rheini. Roedd y cwrs yn gyfle imi wella fy ngwybodaeth o'r pwnc a meithrin fy hunan hyder.

Roedd yr adnodd a ddaeth gyda'r cwrs yn un defnyddiol iawn. Rydw i wedi'i ddefnyddio i baratoi unedau o waith ac adnoddau cefnogi ar gyfer gweithgareddau gymnasteg. Mae'r crynoddisg yn wych ac yn cynnwys llawer o luniau mae modd eu hargraffu. Mae defnyddio lluniau a chardiau fflach yn rhan ganolog o wersi AG ers imi fynd ar y cwrs. Rydyn ni wedi defnyddio'r camera digidol i dynnu lluniau o'n disgyblion ni'n perfformio ac mae hynny wedi bod yn fuddiol iawn. Dyma sylwadau un disgybl, "Doeddwn i ddim yn hoffi A.G. o'r blaen ond rydw i'n hoffi cael fy llun wedi'i dynnu a dangos sut rydw i'n gallu gwneud y *splits*."

Athrawon yn cymhwyso technegau addysgu'r corff i raglen waith y cwricwlwm gwladol.

I gloi, ryde i'n llawer mwy hyderus o ran cynnal gweithgareddau gymnasteg bellach ac mae hynny i'w weld yn y cynnydd mae'r plant wedi'i wneud dros y tymor. Mae ansawdd ac amrywiaeth eu symudiadau, ynghyd a'u gwaith dilyniant o symudiadau dawns wedi gwellan sylweddol (AW)

Plant Pen-y-graig yn cadw'n heini!

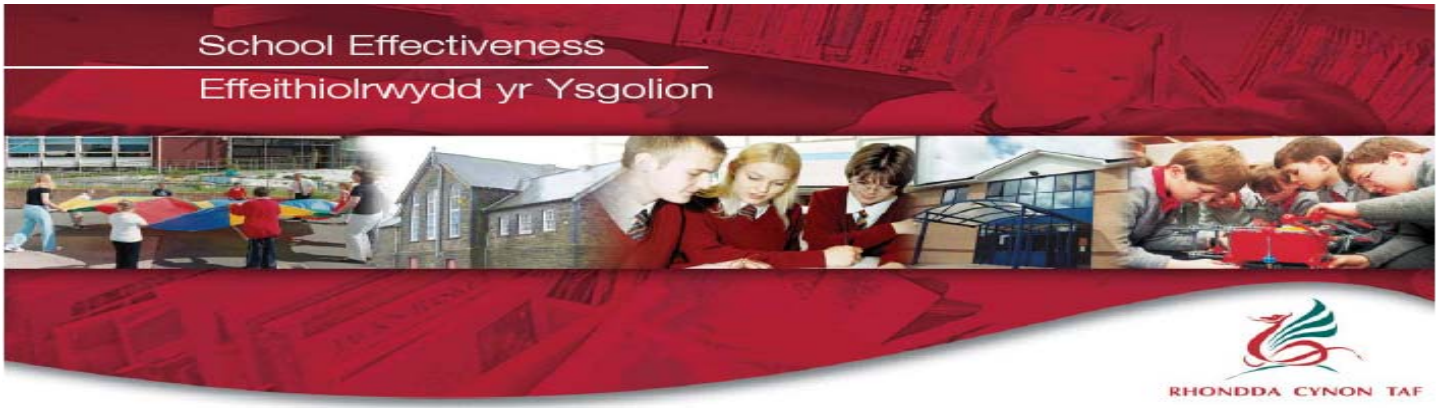
Yn ran o flaenoriaeth Ysgol Gynradd Pen-y-graig i gynyddu'r ymarfer corff mae disgyblion yn ei wneud, cynhaliodd Cydlynydd AGCY yr Awdurdod a Chydlynydd Campau'r Ddraig ddiwrnod hyfforddi ar y cyd. Cymerodd y disgyblion, y staff, y pennaeth a goruchwylwyr yr awr ginio ran yn yr hyfforddiant.

Cyn cynnal yr hyfforddiant, cynhaliodd Cyngor yr Ysgol arolwg o'i gyfoedion i bennu yr hyn roedden nhw'n hoffi/ddim yn hoffi ynglŷn â'r buarth chwarae a'r camau byddai eisiau'u cymryd i ofalu bod y buarth yn fan chwarae mwy cyffrous a llawn gweithgarwch. Llywiodd yr wybodaeth yma'r diwrnod hyfforddi.

Medrau arwain, medrau trefnu, syniadau ar gyfer parthau chwarae amrywiol, a chwarae gêmau newydd oedd testun trafodaeth y staff a'r disgyblion.

Cytunodd pawb fod y diwrnod wedi bod yn un defnyddiol a llawn hwyl. Cawson ni adborth da iawn ynglŷn â'r diwrnod a barn y staff oedd y byddai'r disgyblion 'yn elwa o weithredu'r syniadau yma yn ddi-os'.

Os oes diddordeb gyda'ch ysgol chi mewn gofalu bod buarth eich ysgol yn lle sy'n llawer mwy prysur, cysylltwch â Chydlynydd AGCY yr awdurdod lleol (gweler y dudalen gefn am fanylio cyswllt).



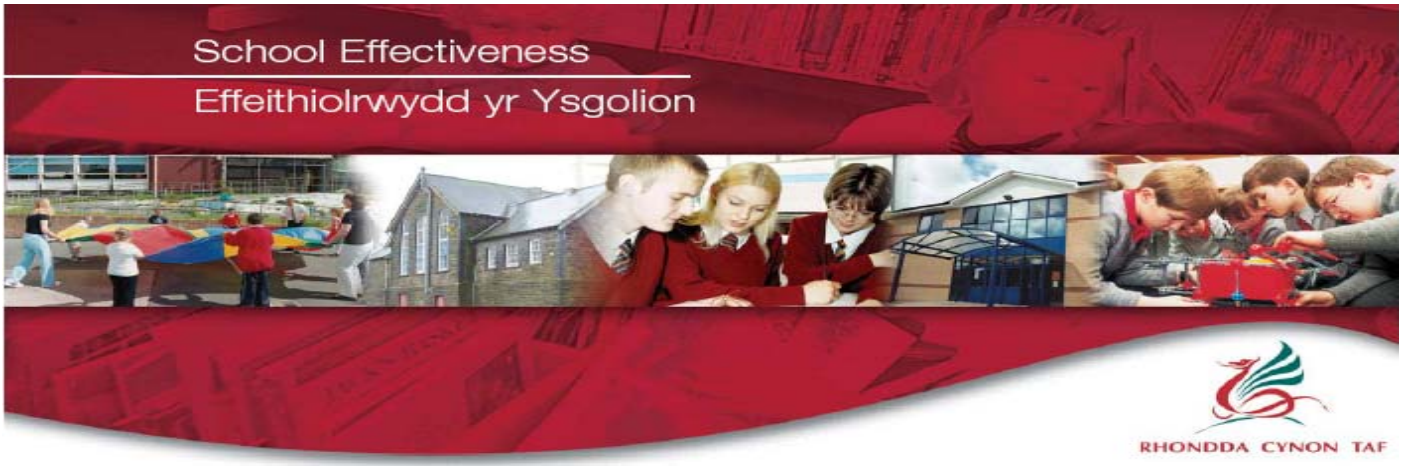
PE & School Sport

AG a Chwaraeon Ysgol

Manylion Cyswllt

Cheryl McNamee-Brittain
Cydlynydd AG a Chwaraeon Ysgol
Tŷ Trevithick
Abercynon
CF45 4UQ

Ffôn: 01443 744035

Ebost: cheryl.mcnamee-brittain@rhondda-cynon-taf.gov.uk

Gwefan AGCY: www.rctednet.net/pess