Y PWYLLGOR DIWYLLIANT

ADOLYGIAD POLISI AR GYMRYD RHAN MEWN CHWARAEON AC YMARFER CORFF

CYNNWYS

Rhagair y Cadeirydd

Rhan Un – Cyflwyniad a Golwg Gyffredinol

1.1 Yr Adolygiad
1.2 Themâu Allweddol
1.3 Sut aethom ati

Rhan Dau – Meysydd lle mae angen gweithredu

2.1 Blaenoriaethau
2.2 Cynyddu apêl chwaraeon ac ymarfer corff
2.3 Plant a phobl ifanc
2.4 Menywod a merched
2.5 Pobl hyn
2.6 Cymunedau lleiafrifoedd ethnig
2.7 Pobl anabl
2.8 Grwpiau dan anfantais gymdeithasol
2.9 Ffactorau sy'n effeithio ar bob grwp targed
2.10 Materion eraill

Rhan Tri – Crynodeb o Argymhellion

Atodiadau

1. Rhestr o bapurau pwyllgor
2. Rhestr o gyflwyniadau llafar
3. Rhestr o sylwadau ysgrifenedig a dderbyniwyd
4. Datganiad Gweinidog y Cynulliad
5. Siart strwythur trefniadol
6. Argymhellion y Tasglu Addysg Gorfforol a Chwaraeon yn yr Ysgol

RHAGAIR Y CADEIRYDD

(insert photo)

Mae'r adroddiad hwn yn nodi'r meysydd y mae'r Pwyllgor yn credu y dylai Llywodraeth Cynulliad Cymru ganolbwyntio arnynt yn ei strategaeth chwaraeon arfaethedig. Mae'n bwysig ein bod yn annog pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon a gwneud mwy o ymarfer corff oherwydd gall fod yn llesol iawn i'w hiechyd. Fodd bynnag, clywsom fod nifer o rwystrau'n atal pobl rhag cymryd mwy o ran mewn chwaraeon a gwneud mwy o ymarfer corff, a bod y rhesymau'n amrywio o un unigolyn i'r llall - er enghraifft cyfyngiadau amser, diffyg hyder neu ddiffyg ysgogiad. Os ydym am i strategaeth Llywodraeth Cynulliad Cymru lwyddo, bydd gofyn sicrhau dealltwriaeth drylwyr o'r materion a'r ymdrech barhaus mewn sawl maes polisi gwahanol.

Er mwyn llwyddo, rydym yn credu ei bod yn allweddol ein bod yn perswadio pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon a gwneud ymarfer corff, nid yn unig am ei fod "yn dda iddyn nhw", ond am ei fod yn hwyl ac yn gallu esgor ar fywyd cymdeithasol gweithgar a phleserus. Bydd yn hanfodol ein bod yn annog pobl ifanc i fagu'r arfer o gymryd rhan mewn chwaraeon a gwneud ymarfer corff. Mae hyn yn golygu cynnig amrywiaeth a dewis ac annog y bobl ifanc llai medrus i gymryd rhan, nid yn unig y rheini sy'n chwarae yn nhîm yr ysgol.

Er bod yn rhaid sicrhau bod chwaraeon ac ymarfer ar gyfer pobl ifanc yn ganolog i unrhyw strategaeth i hybu mwy o weithgarwch, rydym hefyd yn credu bod yn rhaid rhoi blaenoriaeth i ddymchwel y rhwystrau sy'n wynebu'r grwpiau hynny sy'n llai tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon a gwneud ymarfer corff – menywod, pobl hyn, lleiafrifoedd ethnig, pobl anabl a grwpiau sydd dan anfantais gymdeithasol. Eto, bydd yn bwysig nad ydym ond yn canolbwyntio ar ddewis cyfyngedig o chwaraeon traddodiadol a allai fod yn anatyniadol i lawer o grwpiau. Bydd yn holl bwysig ein bod yn cefnogi amrywiaeth eang o chwaraeon a gweithgareddau fel bod pobl o bob gallu a phobl â gwahanol ddiddordebau yn gallu cymryd rhan.

Mae'r adroddiad hwn yn fan cychwyn i waith mwy manwl mewn sawl maes polisi yn ogystal â chwaraeon – addysg, llywodraeth leol, iechyd, trafnidiaeth. Byddem yn annog pwyllgorau'r Cynulliad a fydd yn gyfrifol am y meysydd polisi hyn yn y dyfodol i gadw llygad yn rheolaidd ar y gwaith sydd gan y Gweinidog ar y gweill a'r cynnydd sy'n cael ei wneud o ran creu cenedl sy'n fwy iach a heini.

Ar ran y Pwyllgor, hoffwn ddiolch i Gyngor Chwaraeon Cymru ac i bawb sydd wedi cyfrannu at yr adolygiad.

(insert signature)

Rhodri Glyn Thomas

PWYLLGOR DIWYLLIANT: ADOLYGIAD POLISI AR GYMRYD RHAN MEWN CHWARAEON AC YMARFER CORFF

RHAN UN - CYFLWYNIAD A GOLWG GYFFREDINOL

1.1 YR ADOLYGIAD

1.1.1 Dechreuodd y Pwyllgor Diwylliant ar ei adolygiad polisi ar gymryd rhan mewn chwaraeon ym mis Gorffennaf 2002. Dyma oedd cylch gwaith yr adolygiad:

> Adolygu'r lefelau cymryd rhan mewn chwaraeon yng Nghymru a sut y gellir cynyddu'r lefelau hynny, gan edrych yn arbennig ar:
>
> **Rhwystrau i Fynediad**
>
> - Y rhwystrau sy'n achosi lefelau is o gymryd rhan mewn chwaraeon yng Nghymru o'u cymharu â gwledydd eraill
> - Cyfleoedd i fenywod a merched gan gynnwys y sector gwirfoddol
> - Cyfleoedd i bobl hyn, pobl anabl a grwpiau lleiafrifoedd ethnig
>
> **Strwythur a Chyfleusterau**
>
> - Rôl awdurdodau lleol, a rhoi ystyriaeth yn benodol i adroddiad y Comisiwn Archwilio “Sport and Recreation: Learning from audit, inspection and research"
> - Effaith digwyddiadau mawr ar lefelau cymryd rhan. Y ddarpariaeth ar gyfer digwyddiadau mawr ym maes chwaraeon yng Nghymru, gan gynnwys y gwersi sydd i'w dysgu o Gemau'r Gymanwlad yn 2002.
>
> **Chwaraeon Elît**
>
> - Effaith chwaraeon elît ar lefelau cymryd rhan. A ellir gwella'r broses o adnabod, datblygu a chynnal athlewyr elît boed yn unigolion neu'n dimoedd.

1.1.2 Wrth i'r adolygiad ddatblygu, cytunodd y Pwyllgor na ddylai ond ganolbwyntio ar gymryd rhan mewn chwaraeon ond y dylai hefyd gynnwys mathau perthnasol eraill ar ymarfer corff (megis dawns).

1.1.3 Yn ystod yr adolygiad gwahoddodd y Pwyllgor sylwadau ysgrifenedig ar y cwestiynau a ganlyn:

1. Beth sy'n rhwystro'r grwpiau a ganlyn rhag cymryd rhan mewn chwaraeon: menywod a merched; pobl ifanc; lleiafrifoedd ethnig; pobl anabl; pobl hyn; grwpiau sydd dan anfantais gymdeithasol?

2. Sut y gellir gwella mynediad i chwaraeon a lefelau cymryd rhan yn gyffredinol ac ar gyfer y grwpiau hyn?

3. Pa gyfraniad y mae gwirfoddolwyr yn ei wneud o ran gwella lefelau cymryd rhan? Sut y gellir hybu a chefnogi rôl gwirfoddolwyr?

4. Sut mae'r canlynol yn effeithio ar lefelau cymryd rhan: strwythur a chyfleusterau, digwyddiadau mawr; chwaraeon elît?

1.1.4 Mae'r papurau pwyllgor ffurfiol a gafodd eu hystyried gan y Pwyllgor wedi'u rhestru yn atodiad 1. Derbyniodd y Pwyllgor gyflwyniadau llafar gan y sefydliadau a'r unigolion sydd wedi'u rhestru yn atodiad 2. Ceir rhestr o'r ymatebion ysgrifenedig i'r ymarfer ymgynghori yn atodiad 3. Bu'r Pwyllgor hefyd yn ymgynghori ar yr adolygiad drwy bwyllgorau rhanbarth y Cynulliad. Ceir dyfyniadau o gofnodion cyfarfodydd y pwyllgorau rhanbarth ar wefan y Cynulliad. Yn atodiad 4 ceir copi o'r datganiad ar y sefyllfa parthed chwaraeon yng Nghymru gan Weinidog y Cynulliad.

1.1.5 Yn ystod yr adolygiad daeth y datblygiad diweddaraf a ganlyn i'r amlwg, a oedd yn berthnasol i'r maes. Cyhoeddwyd rhai yn ystod cyfnod yr adolygiad ac roedd eraill ar waith yn ystod y cyfnod dan sylw:-

- ymgynghorodd Gweinidog y Cynulliad dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol ar y strategaeth Lles yng Nghymru; y Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw; a'r Strategaeth ar gyfer Pobl Hyn (a lansiwyd wedyn);
- cyhoeddodd Swyddfa'r Cabinet ei strategaeth chwaraeon “Game Plan”;
- roedd yr adolygiad pum mlynedd o Gyngor Chwaraeon Cymru yn cael ei gynnal; ac
- roedd Gweinidog y Cynulliad dros Ddiwylliant a Chwaraeon wedi llwyddo i gael cymorth ymchwil gan Brifysgol Morgannwg i helpu ei swyddogion i ddatblygu strategaeth chwaraeon ar gyfer Llywodraeth Cynulliad Cymru.

1.2 THEMÂU ALLWEDDOL

1.2.1 Daeth nifer o themâu allweddol i'r amlwg yn sgil yr adolygiad:-

Manteision

- Y peryglon difrifol i iechyd pobl oherwydd segurdod/y manteision iechyd pwysig sy'n deillio o ymarfer corff rheolaidd;
- Manteision cymdeithasol posibl cymryd rhan mewn chwaraeon (gostwng troseddu, cynhwysiant cymdeithasol, cyrhaeddiad addysgol) pan fo'n rhan o fesurau cymeithasol eraill.

Cyfraddau cymryd rhan

- Y lefelau is o bobl sy'n cymryd rhan yn rheolaidd mewn chwaraeon ac ymarfer corff yng Nghymru o'u cymharu â'r DU ac â gwledydd eraill;
- Y bwlch rhwng y dynion a'r menywod sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff;
- Nifer y bobl sy'n rhoi'r gorau i chwaraeon ac ymarfer corff ar ôl gadael yr ysgol a'r ffordd mae pobl yn cymryd llai o ran wrth heneiddio.

Rhwystrau

- Yr ystod eang o ffactorau sy'n effeithio ar gymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff.

Strwythurau

- Pa mor bwysig yw gallu cael at gyfleusterau priodol a darpariaethau sy'n gweddu i anghenion grwpiau penodol;
- Y sectorau a'r grwpiau gwahanol sy'n ymwneud â'r ddarpariaeth chwaraeon, gan gynnwys y sectorau preifat a gwirfoddol a'r cysylltiad rhyngddo â meysydd eraill (iechyd, addysg, llywodraeth leol a hyd yn oed trafnidiaeth);
- Nifer y mentrau (fel y nodir uchod) sydd eisoes wedi'u sefydlu neu sydd wedi'u cynllunio i annog pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon a gwneud ymarfer corff.

Y Manteision

1.2.2 Mae tystiolaeth gadarn i brofi bod chwaraeon ac ymarfer corff yn llesol i iechyd pobl. Yn ôl y Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw, byddai poblogaeth fwy heini yn llai tebygol o ddioddef o ordewdra, clefyd y galon a'r ail fath o ddiabetes, a byddai lleihad hefyd yn yr achosion o rai mathau ar ganser, byddai pobl yn gallu symud yn well a byddai llai o anafiadau sy'n gysylltiedig â heneiddio ymhlith yr henoed a llai o broblemau iechyd meddwl. Mae'r dystiolaeth yn awgrymu y byddai o les i iechyd oedolion pe baent yn gwneud 30 munud o ymarfer corff cymedrol (ee cerdded yn gyflym, beicio, nofio, dawnsio) o leiaf bum diwrnod yr wythnos. O ran plant a phobl ifanc hyd at 18 oed, argymhellir 60 munud o ymarfer cymedrol ar y rhan fwyaf o ddiwrnodau. Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod modd sicrhau mwy o fanteision iechyd drwy annog pobl segur i ddechrau gwneud ymarfer corff na thrwy annog pobl heini i wneud mwy o ymarfer corff caled. I rai pobl, efallai bod y nod o wneud pum sesiwn 30 munud o ymarfer corff cymedrol bob wythnos i'w weld yn uchelgeisiol a'u bod yn digalonni o'r herwydd. Mae'n bwysig pwysleisio dau beth: yn gyntaf, mae ymarfer yn fwy anaml, efallai unwaith yr wythnos, yn well na dim ymarfer o gwbl; ac yn ail, gall ymarfer sy'n rhan o'ch bywyd bob dydd (cerdded i'r gwaith) fod yr un mor werthfawr â dosbarthiadau ffurfiol.

1.2.3 Ceir rhai arwyddion bod chwaraeon yn gallu arwain at fanteision cymdeithasol, er enghraifft mae'n ffordd o osgoi ymddygiad gwrth-gymdeithasol ymhlith pobl ifanc. Fodd bynnag, yn ôl strategaeth Swyddfa'r Cabinet “Game Plan” ymddengys fod y dystiolaeth yn awgrymu y gall chwaraeon fod yn elfen gadarnhaol mewn pecyn o fesurau cymdeithasol ond

ni fydd, o reidrwydd, ynddo'i hun yn arwain at fanteision cymdeithasol fel gostwng troseddu a chynhwysiant cymdeithasol.

Lefelau Cymryd Rhan

1.2.4 Mae gwahanol arolygon yn dangos bod lefelau cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff:-

- yn is na'r lefelau a argymhellir i hybu iechyd da ar gyfer 70% o oedolion;
- yn is yng Nghymru nag yng ngweddill y DU ac mewn gwledydd eraill;
- yn is ymhlith menywod na dynion;
- yn is ymhlith rhai grwpiau lleiafrifoedd ethnig penodol (menywod asiaidd);
- yn is ymhlith grwpiau sydd dan anfantais gymdeithasol nag ymhlith grwpiau â manteision economaidd;
- yn gostwng gydag oedran.

Cymryd rhan mewn chwaraeon (unrhyw weithgarwch heblaw cerdded yn ystod y mis diwethaf)

	Dynion	Menywod	Pawb
Cymru	44%	31%	38%
Prydain Fawr	54%	39%	46%

[Ffynhonnell: Cumru - Cyngor Chwaraeon Cymru, Adult Sports Participation and Club Membership in Wales 2000/01 a Phrydain Fawr - General Household Survey 1996]

30 munud o ymarfer corff cymedrol pum gwaith yr wythnos

	Dynion	Menywod	Pawb
Cymru	36%	19%	28%
Lloegr	37%	25%	31%
Awstralia	58%	56%	57%

[Ffynhonnell: Cymru - Health Promotion Wales, Barriers to Participation Survey 1998, Lloegr - Health Survey for England 1998 ac Awstralia - National Public Health Partnership 2002]

Cymryd rhan mewn chwaraeon - yn ôl oedran

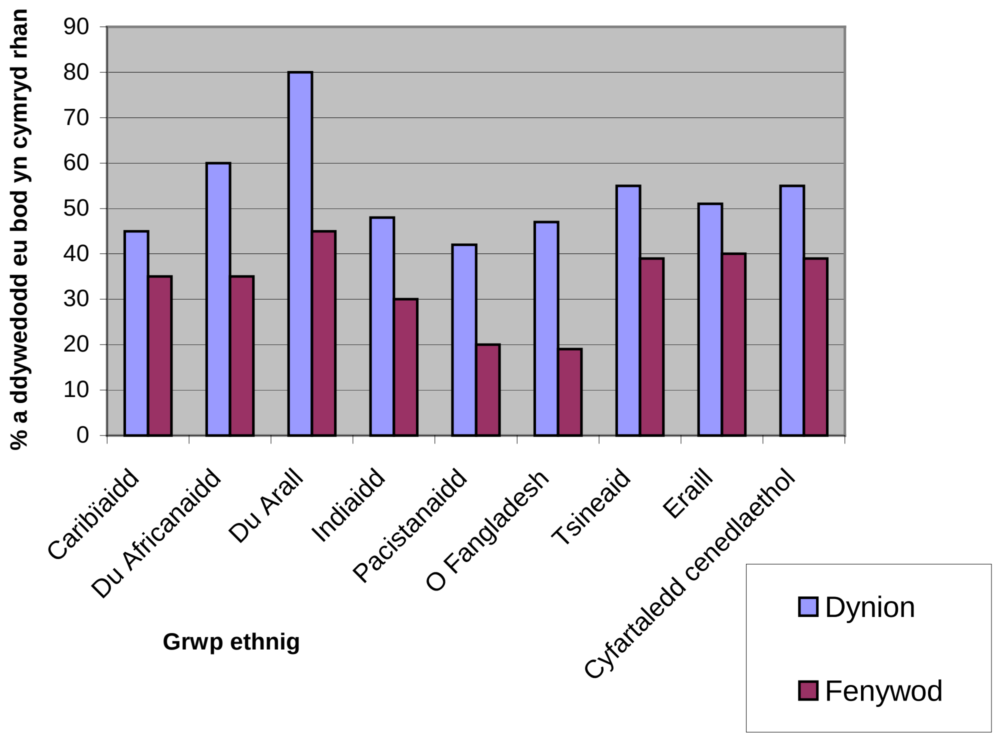
Mae Cyngor Chwaraeon Cymru'n paratoi ystadegau ar y bobl dros 15 oed sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon yn ystod y pedair wythnos cyn yr arolwg. Mae'r canlyniadau'n cynnwys grwpiau oedran hyd at 75+.

Ystod Oedran	Cymru	Yr Alban
	% o'r Boblogaeth Oedolion	% o'r Boblogaeth Oedolion
12-15	85	98
16-24	67	77
25-34	54.5	68
35-54	40.3	55
55+	23.8	29

Ystod Oedran	Cymru	Awstralia
	% o'r Boblogaeth Oedolion	% o'r Boblogaeth Oedolion
18-29	61	68.5
30-44	50	54.2
45-59	32.3	49.7
60-75	21.8	54.4

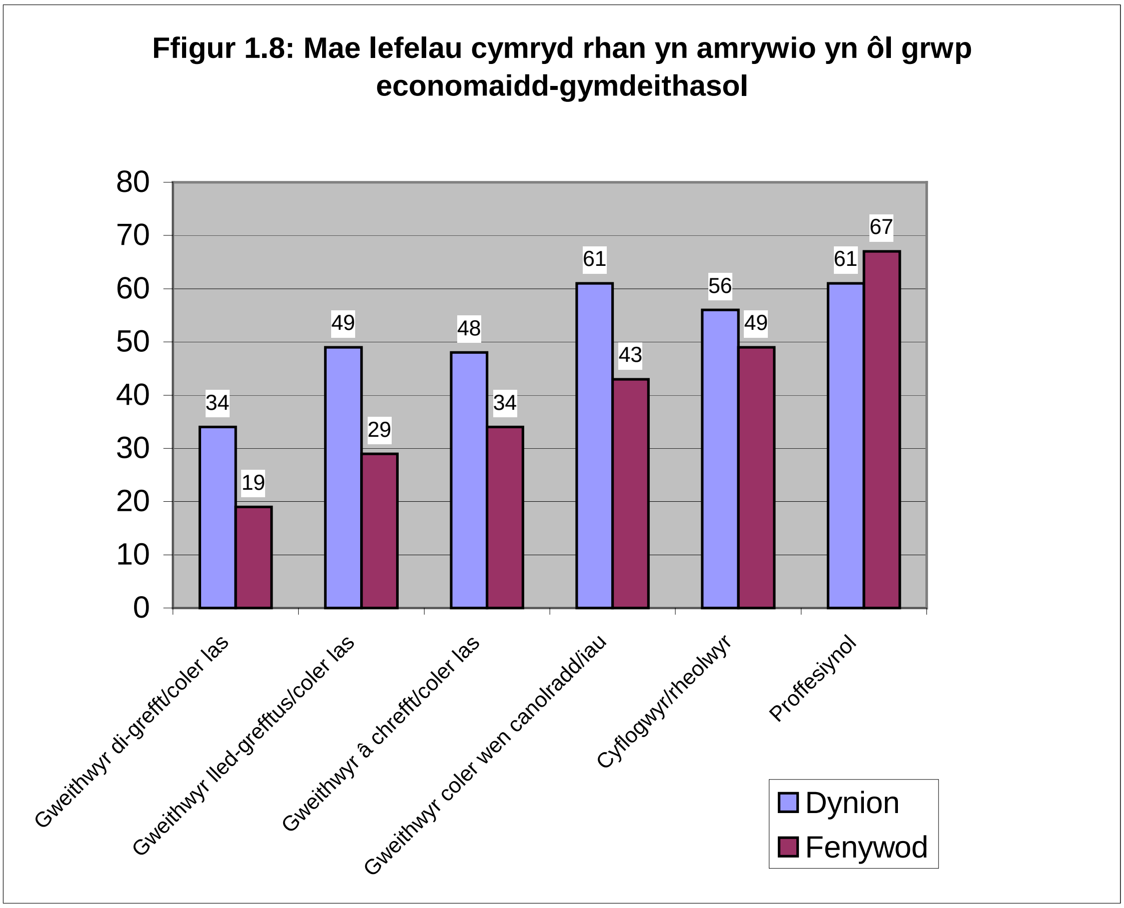
Lefelau cymryd rhan mewn chwaraeon yn ôl grwpiau lleiafrifoedd ethnig

Ffigur 1.9: Ar y cyfan, mae'r lefelau cymryd rhan ar gyfer lleiafrifoedd ethnig yn is na'r cyfartaledd ar gyfer y DU



Ffynhonnell: Sport Participation and Ethnicity in England - National Survey 1999/2000 Sport England

Lefelau cymryd rhan mewn chwaraeon yn ôl grwpiau dan anfantais gymdeithasol



Ffynhonnell: Centre for Leisure Research, GHS

1.2.5 Gellir dweud bod mwy o bobl yn cymryd rhan mewn gwledydd eraill oherwydd ffactorau diwylliannol a chymdeithasol (er enghraifft am mai chwaraeon yw'r prif weithgarwch amser hamdden yn y Ffindir) ond hefyd oherwydd ymyrraeth y Llywodraeth (nod yr ymgyrch lwyddiannus “Ffit i Fyw” yn y Ffindir oedd cael mwy o bobl hyn i gymryd rhan - trafodir hyn yn fanylach yn ddiweddarach yn yr adroddiad).

Rhwystrau

1.2.6 Nodwyd nifer o rwystrau dro ar ôl tro gan wahanol sefydliadau ac unigolion. Gellir eu rhannu'n rhwystrau sy'n ymwneud â diffyg cyfleoedd (“cyflenwi”) a rhwystrau sy'n ymwneud â diffyg ysgogiad (“galw”).

Diffyg ysgogiad

- nid yw rhai grwpiau'n gweld chwaraeon fel blaenoriaeth, neu nid yw chwaraeon yn addas i rai grwpiau;
- diffyg patrymau ymddwyn;
- diffyg cefnogaeth gan y teulu;
- profiadau negyddol o chwaraeon pan yn ifanc;

- diffyg medrusrwydd ym maes chwaraeon cystadleuol gan arwain at ddiffyg hyder/brwdfrydedd;
- cyfyngiadau amser, yn enwedig yn achos menywod sydd â chyfrifoldebau gwaith a theulu, a'r rheini sy'n gorfod gweithio oriau hir;
- pryder am ddiogelwch personol wrth deithio i'r cyfleusterau.

Diffyg cyfleoedd
- cyfleusterau - prinder cyfleusterau lleol (ee cwrtiau pêl-rwyd);
- personél - bysiau a gwirfoddolwyr;
- cost cyfleusterau ar gyfer rhai grwpiau;
- diffyg trafnidiaeth i gyfleusterau mewn ardaloedd gwledig.

Strwythurau

Darparwyr

1.2.7 Clywodd y Pwyllgor gan amrywiaeth o sectorau a sefydliadau sy'n rhan o'r gwaith o ddarparu chwaraeon: Cyngor Chwaraeon Cymru, cyrff rheoli chwaraeon, awdurdodau lleol, y sector preifat a chyrff gwirfoddol. Mae gan y cyrff hyn wahanol gyfrifoldebau a blaenoriaethau ac o'r herwydd mae ganddynt fwy neu lai o ddiddordeb a rhan yn y gwaith o annog trwch y boblogaeth i gymryd rhan mewn chwaraeon. Mae hyn yn ddarlun cymharol gymhleth ac felly nid yw'r pwysau ar i'r llywodraeth ymyrryd yn y maes hwn – yn enwedig gan nad oes dyletswydd statudol ar i awdurdodau lleol ddarparu cyfleusterau chwaraeon - o reidrwydd yn uniongyrchol nac yn syml. Fodd bynnag, roedd y rhan fwyaf o'r sefydliadau y clywsom ganddynt yn unedig o ran eu brwdfrydedd a'u hymrwymiad, er bod sawl un wedi mynegi pryderon ynghylch cyllid. Ceir strwythur trefniadol yn atodiad 5.

Cyllid

1.2.8 Dyma'r prif ffynonellau gwariant cyhoeddus ar chwaraeon yng Nghymru: gwariant cyfalaf a refeniw awdurdodau lleol ar wasanaethau hamdden; arian loteri Sportlot; y Gronfa Cyfleoedd Newydd; a chymorth grant y Cynulliad i'r Cyngor Chwaraeon. Nid yw gwariant awdurdodau lleol ar chwaraeon yn cael ei fonitro'n ganolog. Dylai'r ffigurau yn y tabl isod felly gael eu trin fel rhai dangosol, yn unig.

Amcangyfrif o'r Gwariant Cyhoeddus ar Chwaraeon yng Nghymru 2003/04 – Amcangyfrif dangosol

	Cyfanswm	Cyrff Rheoli Cenedlaethol/Elît	Datblygiad lleol
CChC (Cymorth grant)	9	6	3
Y Loteri	11	2	9

Y Gronfa Cyfleoedd Newydd	16	0	16
Cynulliad Cenedlaethol Cymru* (Cynllun Addysg Gorfforol a Chwaraeon yn yr Ysgol)	1	0	1
Awdurdodau Lleol**			
Gwariant cyfalaf	11	0	11
Gwariant refeniw	60	0	60
Cyfanswm	**108**	**8**	**100**

(Miliynau) - ffigurau wedi'u talgrynnu i'r filiwn agosaf [Ffynhonnell: Cyngor Chwaraeon Cymru]

*Nid yw'r ffigurau ar gyfer Cynulliad Cenedlaethol Cymru yn cynnwys noddi digwyddiadau mawr fel Cwpan Ryder
**Ffigurau hanesyddol yw'r ffigurau ar gyfer awdurdodau lleol sy'n seiliedig ar ymchwil CChC ym 1998.

Mentrau sydd ar waith ar hyn o bryd

1.2.9 Yn ystod ein hadolygiad, clywsom am fentrau sy'n rhan o bortffolio Gweinidog y Cynulliad dros Ddiwylliant a Chwaraeon ac sy'n ymwneud â chynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan - er enghraifft rhaglenni Campau'r Ddraig, Genethod yn Gyntaf a Chwaraeon Anabledd Cyngor Chwaraeon Cymru. Ond clywsom hefyd am fentrau sy'n rhan o bortffolios Gweinidogion eraill sy'n berthnasol i gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff:

- Adroddiad y Tasglu Addysg Gorfforol a Chwaraeon yn yr Ysgol
- Rhwydwaith Ysgolion Iach Cymru
- Y Fenter Llwybrau Diogel i'r Ysgol
- Y Strategaeth Cerdded a Beicio
- Lles yng Nghymru
- Y Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw
- Strategaeth ar gyfer Pobl Hyn yng Nghymru

Mae gorgyffwrdd rhwng sawl un o'r strategaethau hyn.

1.2.10 Mae'n bwysig bod y Cynulliad yn mynd ati mewn ffordd gynhwysfawr i annog ein poblogaeth eisteddog i fod yn fwy heini, yn enwedig o gofio'r ystod o fentrau sydd eisoes ar waith yn y gwahanol feysydd polisi. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn mynd ati mewn ffordd gydlynus*

a strategol i annog mwy o bobl i wneud ymarfer corff a chymryd rhan mewn chwaraeon er mwyn hyrwyddo iechyd da drwy:

- *rhoi'r prif gyfrifoldeb am gydlynu, monitro ac adrodd ar gynnydd i Weinidog neu i un o isbwyllgorau'r Cabinet fel bo'n briodol;*
- *pennu targedau clir y gellir eu mesur ym mhob un o'r meysydd polisi sy'n cyfrannu at y strategaeth; ac*
- *adrodd yn flynyddol i'r cyfarfod llawn ar y cynnydd sy'n cael ei wneud ym mhob un o'r meysydd polisi.*

1.3 SUT AETHOM ATI

1.3.1 O gofio'r amrywiaeth o fentrau sydd eisoes ar waith, nod yr adroddiad hwn yw:

- cyfuno'r mentrau sydd eisoes ar waith neu'r rhai sydd wedi'u cynllunio yn y sectorau chwaraeon, iechyd ac addysg, ac ychwanegu atynt;
- nodi'r blaenoriaethau, yng ngolwg y Pwyllgor;
- ategu'r gweithgareddau hynny sydd eisoes ar waith y mae'n eu cefnogi; a
- nodi unrhyw fylchau/feysydd lle mae'r Pwyllgor yn credu y dylid cymryd camau pellach.

1.3.2 Ceir crynodeb o'n hargymhellion yn Rhan Tri.

RHAN DAU - MEYSYDD LLE MAE ANGEN GWEITHREDU

2.1 BLAENORIAETHAU

2.1.1 *Rydym yn argymell y dylai strategaeth chwaraeon arfaethedig Llywodraeth Cynulliad Cymru ganolbwyntio ar gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff a mynd i'r afael â'r blaenoriaethau a ganlyn:*

i. Cwmpas - wrth fynd ati dylid canolbwyntio ar y mater mwy cyffredinol, sef hybu pob math ar weithgarwch corfforol, nid chwaraeon cystadleuol yn unig, a dylid anelu at gynnig mwy o amrywiaeth a dewis i bobl sy'n cymryd rhan.

ii. Dull cydlynus, strategol – sicrhau cysylltiadau effeithiol rhwng polisïau chwaraeon, iechyd, llywodraeth leol, addysg a thrafnidiaeth a chyda'r sectorau preifat a gwirfoddol.

iii. Plant a phobl ifanc – sicrhau bod plant yn cael profiad o chwaraeon ac ymarfer corff o ansawdd uchel, sy'n amrywiol ac yn hwyl ac sy'n rhoi iddynt y sgiliau y mae arnynt eu hangen i gymryd rhan mewn amrywiaeth o chwaraeon.

iv. Ceisio atal pobl ifanc yn eu harddegau a'r rheini sydd wedi gadael yr ysgol rhag rhoi'r gorau i gymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff.

v. Codi'r cyfraddau cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff ymhlith merched a menywod.

vi. Annog mwy o bobl o blith grwpiau mwy aeddfed i fod yn fwy heini, am y gallai fod o les arbennig i'w hiechyd.

vii. Nodi a mynd i'r afael â'r ffactorau sy'n rhwystro grwpiau lleiafrifoedd ethnig rhag cymryd rhan. Nifer fach iawn o blith y grwpiau hyn sy'n cymryd rhan.

viii. Parhau i gefnogi mentrau i helpu pobl anabl i gymryd rhan mewn chwaraeon.

ix. Gwella mynediad i chwaraeon a chodi lefelau gweithgarwch ymhlith grwpiau sydd dan anfantais gymdeithasol. Gallai fod o fwy o les i iechyd y grwpiau hyn na grwpiau mwy breintiedig.

x. Ymchwilio a gwerthuso – sicrhau bod dulliau ymchwilio a gwerthuso dibynadwy ar waith a rhannu arferion gorau. Wrth fonitro cyfraddau gweithgarwch, dylid cynnwys cymryd rhan ar y lefel a argymhellir, sef

30 munud o ymarfer cymedrol 5 gwaith yr wythnos yn ogystal â monitro lefelau cymryd rhan mewn chwaraeon yn fisol neu'n wythnosol.

2.1.2 Mae'r paragraffau a ganlyn yn nodi ein hargymhellion mewn perthynas â grwpiau targed penodol. Trafodir materion trawsbynciol sy'n effeithio ar gyfraddau cymryd rhan ar gyfer sawl un o'r grwpiau targed ar ddiwedd y bennod hon.

2.2 CYNYDDU APÊL CHWARAEON AC YMARFER CORFF

2.2.1 Os nad yw pobl yn dymuno cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff, bydd ansawdd y cyfleusterau chwaraeon ledled Cymru yn amherthnasol. Mae nifer y bobl sy'n mynd ati ar frys i ymuno â chlybiau iechyd yn y sector preifat yn y Flwyddyn Newydd ac nad ydynt wedyn ond yn defnyddio'r cyfleusterau yn achlysurol iawn yn profi'r pwynt hwn. Mae'n bwysig felly ein bod yn edrych ar yr hyn sy'n ysgogi pobl i fod eisiau cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff, beth sy'n eu digalonni rhag gwneud, a pha ddulliau a allai gael eu defnyddio yn llwyddiannus i annog pobl i gymryd mwy o ran. *Bydd angen sicrhau bod symbylu'r galw am chwaraeon ac ymarfer yn elfen allweddol o strategaeth chwaraeon Llywodraeth Cynulliad Cymru.*

2.2.2 Er y byddai'n ddefnyddiol i bobl ddeall pa mor llesol i iechyd y mae ymarfer rheolaidd, yn achos llawer o bobl mae mwynhad yn debygol o fod yn fwy o ffactor sy'n ysgogi. Ar y llaw arall, gall profiadau negyddol o AG yn yr ysgol a lefelau ffitrwydd isel (ymddangosiadol neu real) atal pobl rhag cymryd rhan mewn chwaraeon yn ddiweddarach yn eu hoes. Soniwyd am gyfyngiadau amser, anawsterau teithio, costau a phryderon am ddiogelwch personol fel ffactorau sy'n rhwystro nifer o grwpiau (menywod a merched, gydag amser yn anhawster arbennig i fenywod gyda chyfrifoldebau teuluol; plant a phobl ifanc; pobl hyn; grwpiau dan anfantais gymdeithasol, y mae cost yn fater o bwys iddynt).

2.2.3 Mae mynd i'r afael â natur eisteddog ein cymdeithas fodern yn dasg sy'n gryn her. Bydd angen: dealltwriaeth drylwyr o'r hyn sy'n symbylu a'r hyn sy'n atal pobl rhag gwneud ymarfer corff; tystiolaeth o'r ymyriadau sy'n gweithio a'r rhai nad ydynt yn gweithio; ymdrech barhaus a chydlynus ar lefel genedlaethol a lleol, yn cynnwys ystod eang o sefydliadau; cyfres effeithiol o ymgyrchoedd gwybodaeth a marchnata; a threfniadau gwerthuso cadarn.

2.2.4 Bydd angen i raglenni lleol i gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff:

- Bwysleisio pa mor gymdeithasol a faint o hwyl y gall cymryd rhan fod;
- Cynnig amrywiaeth o weithgareddau i fodloni ystod eang o ddiddordebau;
- Bodloni amrywiaeth o lefelau gallu fel bod unigolion yn gallu cymryd rhan ar lefel sy'n addas ar eu cyfer;
- Darparu cymorth ac anogaeth arbennig i'r rheini nad oes ganddynt ddigon o hyder yn eu lefelau ffitrwydd ac yn eu galluoedd corfforol;
- Cynnig gweithgareddau ar adegau sy'n gyfleus i'r rhai sy'n cymryd rhan.

2.2.5 Gellid ystyried cynnwys darparwyr yn y sector preifat (sy'n awyddus i weld pobl yn magu diddordeb mewn chwaraeon ac ymarfer corff) mewn ymgyrchoedd gwybodaeth a marchnata.

2.3 GRWP TARGED - PLANT A PHOBL IFANC

2.3.1 Mae'r Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw yn nodi mai 60 munud o ymarfer cymedrol ar y rhan fwyaf o ddiwrnodau yw'r lefel a argymhellir ar gyfer plant hyd at 18 oed. O gofio pa mor llawn yw'r cwricwlwm ysgol a'r cyfyngiadau o ran cyfleusterau ac adnoddau dysgu, mae'n afrealistig disgwyl i'r gweithgareddau hyn gael eu cyflawni'n gyfan gwbl o fewn amser y cwricwlwm, a tha beth gallai hynny fod yn wrthgynhyrchiol o ran tuedd pobl ifanc i barhau i gymryd rhan ar ôl gadael yr ysgol. Mae angen dull cynhwysfawr - yn cynnwys teithio i'r ysgol ac oddi yno; amser y cwricwlwm; gweithgareddau allgyrsiol; cyfleoedd i bobl ifanc yn y gymuned; ac amser gyda'r teulu.

2.3.2 *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhoi blaenoriaeth i gynyddu nifer y plant a'r bobl ifanc sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff.* Bydd angen i hyn gynnwys:

- cynyddu'r dewis o chwaraeon sydd ar gael drwy'r cwricwlwm ac ansawdd profiad disgyblion mewn gwersi AG;
- cynyddu'r dewis o weithgareddau chwaraeon a chorfforol allgyrsiol a nifer y bobl sy'n ymgymryd â hwy; ac
- annog mwy o bobl i ymuno â chlybiau chwaraeon.

<u>Chwaraeon ac Ymarfer mewn Ysgolion</u>

2.3.3 Sefydlwyd Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol ym mis Mai 2000 a chyflwynodd ei argymhellion ym mis Mehefin 2001 (atodiad 6). Derbyniodd Gweinidog Addysg y Cynulliad y chwe argymhelliad bras a gofynnodd i Gyngor Chwaraeon Cymru arwain y ffordd a chymryd camau mewn perthynas â chanolfannau datblygu'r cwricwlwm, hyfforddiant cychwynnol i athrawon a datblygiad proffesiynol parhaus. Fodd bynnag, nid yw rhai o'r argymhellion penodol wedi cael eu gweithredu eto. Mae'r Pwyllgor yn croesawu canfyddiadau'r Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol ac mae'n croesawu'r cynnydd sydd wedi'i wneud hyd yma. Fodd bynnag, o gofio'r amser a'r arbenigedd a roddodd fod i adroddiad y Tasglu rydym o'r farn y dylid, yn achos argymhellion penodol (er enghraifft y cynigion y dylai AG fod yn un o bynciau craidd y Cwricwlwm Cenedlaethol ac yn bwnc craidd ar gyrsiau cychwynnol i athrawon) nad ydynt yn mynd i gael eu gweithredu, egluro'r rhesymau'n glir i Aelodau'r Cynulliad. *Rydym yn gwahodd y Pwyllgor a fydd yn olynu'r Pwyllgor Addysg a Dysgu Gydol Oes i gynnal sesiwn i archwilio i'r ffordd y gweithredir adroddiad y Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol er mwyn adolygu cynnydd a chael eglurhad ar y rhesymau pam na fydd rhai argymhellion arbennig yn cael eu rhoi ar waith.*

2.3.4 Ar ôl gwrando ar farn amrywiaeth o gyrff yn ystod ein hadolygiad, rydym yn credu bod nifer o faterion sy'n ymwneud â chwaraeon ac ymarfer mewn ysgolion y mae angen rhoi sylw arbennig iddynt.

2.3.5 **Cyfleusterau** Rydym yn pryderu bod y cyfleusterau chwaraeon mewn sawl ysgol yn annigonol: drwy ddefnyddio neuaddau chwaraeon a champfeydd ar gyfer gweithgareddau ysgol eraill mae'r amser sydd ar gael ar gyfer chwaraeon a nifer y plant sy'n gallu cymryd rhan mewn chwaraeon yn cael eu cyfyngu; mae cyfleusterau sydd mewn cyflwr gwael hefyd yn broblem. Gall ystafelloedd newid annymunol fod yn broblem i'r rheini sydd eisoes ag ysgogiad isel. Mae grantiau gwerth £48 miliwn o'r Gronfa Cyfleoedd Newydd ar gael i awdurdodau lleol yng Nghymru i wella cyfleusterau ar gyfer AG a chwaraeon ysgol, ar yr amod eu bod hefyd yn dod â budd i'r gymuned. Rydym yn croesawu'r buddsoddiad hwn mewn cyfleusterau ysgolion. Mae'n bwysig bod y buddsoddiad yn arwain at gynyddu cyfraddau cymryd rhan ymhlith yr holl ddisgyblion, nid yn unig i wella profiad y rheini sydd eisoes wedi'u hysgogi i gymryd rhan. *Rydym yn argymell bod Gweinidog y Cynulliad yn ceisio sicrhau bod dulliau gwerthuso yn rhan o raglen y Gronfa Cyfleoedd Newydd er mwyn mesur ei heffaith ar y cyfraddau cymryd rhan yn yr ysgolion a'r ardaloedd yr effeithir arnynt. Rydym yn argymell bod y Pwyllgor a fydd yn olynu'r Pwyllgor Addysg a Dysgu Gydol Oes yn adolygu llwyddiant y rhaglen hon.*

2.3.6 **Amser** Argymhellodd y Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol fod ysgolion yn neilltuo 2 awr o amser y cwricwlwm i AG bob wythnos ar gyfer pob disgybl ym mhob cyfnod allweddol. Er nad oes amser penodol wedi'i neilltuo ar gyfer unrhyw un o bynciau'r cwricwlwm, mae Gweinidog Addysg y Cynulliad wedi cefnogi'r argymhelliad hwn. Rydym hefyd yn cefnogi'r argymhelliad hwn ac yn cydnabod yr anawsterau a all wynebu ysgolion wrth iddynt geisio gwneud y defnydd gorau o'r amser sydd ar gael ar gyfer AG - er enghraifft, gall prinder cyfleusterau a defnydd dwbl o gyfleusterau olygu bod amser yn cael ei golli wrth deithio a pharatoi offer. *Rydym yn argymell bod cymorth yn cael ei roi i ysgolion a phrifathrawon wneud y defnydd gorau o amser y cwricwlwm ar gyfer AG.* Rydym yn argymell bod y pwyllgor a fydd yn olynu'r Pwyllgor Addysg a Dysgu Gydol Oes yn ystyried y mater hwn fel rhan o'r sesiwn archwilio a awgrymir yn mharagraff 2.3.3 uchod.

2.3.7 **Dewis** Dadleuodd nifer o gyrff bod y dewis o chwaraeon sydd ar gael i ddisgyblion yn rhy gyfyngedig, yn tueddu i fod yn geidwadol ac yn draddodiadol, ac yn gallu bod yn annymunol i'r rheini (yn enwedig merched) sy'n llai tebygol o fwynhau gemau tîm cystadleuol. Clywsom fod Datblygu Golff Cymru wedi datblygu gêm golff sy'n addas i'w defnyddio mewn ysgolion cynradd, ynghyd â deunydd hyfforddi ar gyfer athrawon. Rydym yn croesawu'r fenter hon ac roedd yn gysur clywed na fyddent yn defnyddio eu harian i weithio gyda chlybiau golff nad oedd yn barod i dderbyn chwaraewyr ifanc. Rydym yn deall bod Cyngor Chwaraeon Cymru ar hyn o bryd yn canolbwyntio ar gynyddu nifer yr ysgolion sy'n cymryd rhan yn y fenter Campau'r Ddraig. *Rydym yn argymell bod CChC yn parhau i gyflwyno'r fenter Campau'r Ddraig i ysgolion a bod ystyriaeth yn cael ei rhoi i ehangu'r dewis o chwaraeon, drwy weithio gyda chyrff chwaraeon eraill i weld a fyddai modd*

addasu chwaraeon eraill nad ydynt yn draddodiadol ar gael mewn ysgolion, i ddibenion ysgolion, er enghraifft pêl fas. Rydym yn argymell bod y gwaith sydd gan Cyngor Chwaraeon Cymru ar y gweill yn dilyn adroddiad y Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol ar Ganolfannau Datblygu'r Cwriwcwlwm, hyfforddiant cychwynnol i athrawon a datblygiad proffesiynol parhaus hefyd yn canolbwyntio ar sut y gellid ehangu'r dewis o weithgareddau sy'n cael eu cynnig mewn ysgolion.

2.3.8 **Ehangu Cyfleoedd** Dywedodd sawl un o'r rhai a ymatebodd fod chwaraeon ysgol yn tueddu i gael eu targedu at y disgyblion mwyaf abl ac y dylid gwneud ymdrechion i sicrhau bod disgyblion o bob gallu yn cael eu hannog i gymryd rhan. *Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru yn ymchwilio i'r ffactorau sy'n rhwystro pobl ifanc llai abl rhag cymryd rhan mewn chwaraeon a sut y gellid goresgyn y rhain.* Efallai y gellid ystyried:-

- symud o ysgolion cynradd i ysgolion uwchradd;
- y cyfleoedd sydd ar gael i ddisgyblion a oedd yn chwarae yn nhimau'r ysgol gynradd ond nad ydynt wedi'u dewis ar gyfer timau'r ysgol uwchradd;
- ymestyn y fenter Campau'r Ddraig i gynnwys ysgolion uwchradd;
- y posibilrwydd o ategu'r Cod Ymarfer ar gyfer Dysgu y Tu Allan i Oriau'r Ysgol a luniwyd yn ddiweddar gan Education Extra, er mwyn cynyddu chwaraeon a gweithgareddau ymarfer allgyrsiol.
- argaeledd hyfforddwyr sydd wedi'u hyfforddi i helpu gyda gweithgareddau ychwanegol.

2.3.9 **Cymorth i Athrawon** Bydd gofyn cael cefnogaeth a brwdfrydedd athrawon cyn y bydd llawer o'r cynigion a drafodir uchod yn llwyddo. Rydym yn ymwybodol o'r galwadau niferus ar athrawon ac rydym yn croesawu'r gwaith sy'n mynd rhagddo i wella hyfforddiant cychwynnol i athrawon ac ym maes datblygiad proffesiynol parhaus mewn perthynas ag AG a chwaraeon ysgol. *Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru yn defnyddio'r profiad y mae wedi'i ennill fel rhan o'i fenter Campau'r Ddraig i nodi pa gefnogaeth ychwanegol sydd ei angen ar athrawon a'i fod yn rhoi cyngor i Weinidog y Cynulliad ar ffurf adroddiad.*

<u>Cyfleoedd i Bobl Ifanc yn y Gymuned</u>

2.3.10 Rhaid sicrhau nad gweithgareddau sy'n seiliedig ar yr ysgol yw'r unig gyfleoedd sydd gan blant a phobl ifanc i gymryd rhan mewn chwaraeon. Mae'n bwysig bod pobl ifanc yn ystyried chwaraeon ac ymarfer fel rhan annatod o'u bywydau personol ac nid fel rhywbeth sy'n gyfyngedig i'r diwrnod ysgol. Mae cerdded a beicio i'r ysgol yn ffyrdd syml i bobl ifanc gynyddu eu lefelau gweithgarwch fel rhan naturiol ac annatod o'u bywydau. Mae Llywodraeth Cynulliad Cymru wedi clustnodi £3.3m o arian grant trafnidiaeth yn 2003-04 fel bod awdurdodau lleol yn gallu datblygu prosiectau i alluogi plant i gerdded a beicio i'r ysgol yn ddiogel fel rhan o'r fenter Llwybrau Diogel i'r Ysgol.

2.3.11 Mynegodd nifer o'r rhai a ymatebodd bryder am y diffyg cyfleoedd sydd i bobl ifanc sy'n gadael yr ysgol barhau i gymryd rhan mewn chwaraeon yn y gymuned. Mae Cyngor Chwaraeon Cymru'n ceisio mynd i'r afael â hyn drwy annog pobl ifanc i gymryd rhan mewn clybiau tra'u bod o oed ysgol a datblygu cysylltiadau â chlybiau cymunedol (y fenter "Clwb Cymru" gynt). Mae cyhoeddiad Cyngor Chwaraeon Cymru "Swings and Roundabouts" (2000) yn dangos mai nofio yw'r chwaraeon clwb mwyaf poblogaidd ymhlith plant ysgolion cynradd a bod tua 30% o blant ysgolion cynradd wedi bod yn aelod o glwb nofio ers yr haf blaenorol. O ran ysgolion uwchradd, y clybiau chwaraeon mwyaf poblogaidd yw pêl-droed (28%), rygbi (18%), nofio (17%), dawnsio (15% o ferched), criced (14% o fechgyn) a phêl rwyd (13% o ferched). Nid yw'r wybodaeth am gymryd rhan mewn clybiau ers yr haf blaenorol yn rhoi darlun clir o ba mor aml y mae pobl ifanc yn cymryd rhan mewn chwaraeon y tu allan i'r ysgol. *Rydym yn argymell bod CChC yn adolygu'r wybodaeth y mae'n ei chasglu ar y bobl ifanc sy'n cymryd rhan mewn clybiau chwaraeon.*

2.3.12 **Cefnogi chwaraeon i'r teulu** Awgrymodd rhai sefydliadau nad yw rhai plant yn cael cefnogaeth gan eu teulu i gymryd rhan mewn chwaraeon. Ar y llaw arall, yn y Ffindir, chwaraeon yw'r prif weithgarwch hamdden ar gyfer plant sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon: gyda'u teuluoedd; drwy glybiau chwaraeon sy'n cael eu rhedeg gan wirfoddolwyr, sef rhieni yn bennaf; ac mewn clybiau ar ôl ysgol. Mae ffigurau Cyngor Chwaraeon Cymru yn dangos bod plant yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon os yw eu rhieni neu eu brodyr neu'u chwiorydd yn gwneud. Pe bai teuluoedd yn cymryd mwy o ran mewn chwaraeon ac yn gwneud mwy o ymarfer corff, byddai hynny o fudd i rieni yn ogystal â phlant. *Rydym yn argymell y dylai camau i annog teuluoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon fod yn elfen allweddol o'r gwaith i gynyddu nifer y plant a'r bobl ifanc sy'n cymryd rhan. Gallai hyn gynnwys ymgyrch gyhoeddusrwydd sy'n cael ei chefnogi gan fentrau lleol megis prynhawniau o chwaraeon i'r teulu gyda thâl mynediad rhatach.*

2.4 GRWP TARGED - MENYWOD A MERCHED

2.4.1 Mae cyfraddau'r menywod a'r merched yng Nghymru sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff yn is na'r cyfraddau ar gyfer dynion. Er mai'r un yw'r patrwm ledled y DU ac mewn nifer o wledydd eraill, nid yw'n anochel: yn y Ffindir mae'r cyfraddau cymryd rhan yn uwch yn achos menywod na dynion.

2.4.2 *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhoi blaenoriaeth uchel o fewn ei strategaeth chwaraeon a'i chynllun gweithredu ffyrdd iach a gweithgar o fyw i gynyddu'r cyfraddau cymryd rhan ar gyfer menywod er mwyn pontio'r bwlch rhwng menywod yng Nghymru a gweddill Prydain a rhwng menywod a dynion. Hoffem weld cyfran y menywod yng Nghymru sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac sy'n ymarfer yn rheolaidd yr un peth â'r gyfran ar gyfer gweddill Prydain (chwarter) o fewn 5 mlynedd; Awstralia (dros hanner) mewn 15 mlynedd; a'r Ffindir (dros ddwy ran o dair) o fewn 20 mlynedd.*

2.4.3 Mae llawer o'r rhwystrau sy'n effeithio ar grwpiau eraill yn y gymdeithas hefyd yn berthnasol i fenywod (mynediad i gyfleusterau, trafnidiaeth, costau) er bod rhai rhwystrau yn arbennig o berthnasol i fenywod (gofal plant, cyfyngiadau amser, rhagsyniadau am fenywod a chwaraeon).

Ffactorau Diwylliannol

2.4.4 **Delwedd y Cyfryngau a Phatrymau Ymddwyn** Dywedodd sawl un o'r rhai a ymatebodd fod chwaraeon yng Nghymru yn cael ei ystyried fel maes sy'n cael ei ddominyddu gan ddynion ac nad yw chwaraeon menywod yn cael digon o sylw gan y cyfryngau a bod prinder patrymau ymddwyn cadarnhaol ar gyfer menywod mewn chwaraeon. Teimlwyd bod y broblem o chwaraeon menywod a menywod mewn chwaraeon fel rhywbeth 'anweledig' hyd yn oed yn ymestyn i'r cartref lle awgrymwyd bod merched yn aml yn cael llai o gefnogaeth i gymryd rhan mewn chwaraeon na bechgyn.

2.4.5 Byddai o gymorth pe na bai mentrau lleol i gael merched i gymryd mwy o ran mewn chwaraeon yn gweld eu bod yn nofio yn erbyn y llif o ddelweddau cymdeithasol a'r delweddau yn y cyfryngau o fenywod a phwysau grwpiau cyfoed. Er nad yw'r ffordd y mae'r cyfryngau yn portreadu menywod a chwaraeon o fewn rheolaeth y Cynulliad, rydym yn credu ei fod yn fater y dylid mynd i'r afael ag ef. Mae'n ddyletswydd ar gyrff sy'n derbyn arian cyhoeddus i sicrhau bod y gwasanaethau sy'n cael eu darparu yn cynrychioli pob grwp yn y gymdeithas a'u bod yn deg i bob grwp. *Rydym yn argymell y dylai'r Gweinidog Chwaraeon weithio gyda'r Comisiwn Cyfle Cyfartal, Cyngor Chwaraeon Cymru, yr Adran Diwylliant, y Cyfryngau a Chwaraeon a'r darlledwyr i wella'r sylw a roddir yn y cyfryngau i chwaraeon menywod a chodi proffil athletwragedd. Rydym hefyd yn argymell y dylid rhoi ystyriaeth i rôl bosibl cyhoeddiadau sydd wedi'u hanelu at ferched a menywod ifanc o ran cyflwyno delweddau cadarnhaol o chwaraeon menywod.*

Cynnig mwy o gyfleoedd i fenywod

2.4.6 **Cyfleusterau** Mynegwyd pryderon bod llai o gyfleusterau ar gyfer chwaraeon traddodiadol i ferched yng Nghymru nag ar gyfer gemau tîm traddodiadol i ddynion. Dadleuwyd bod digon o gaeau rygbi, pêl-droed a chriced mewn cymunedau lleol, tra bod caeau hoci a chwrtiau pêl-rwyd yn fwy anghyffredin, sy'n golygu bod yn rhaid i chwaraewyr deithio. *Rydym yn argymell bod CChC yn gweithio gydag awdurdodau lleol a chymdeithasau chwaraeon menywod er mwyn nodi meysydd lle mae bylchau yn y cyfleusterau sydd ar gael ar gyfer chwaraeon menwyod ac yn llunio cynllun gweithredu wedi'i gostio i adfer y sefyllfa, i'w ystyried gan Weinidog Chwaraeon y Cynulliad.*

2.4.7 Yn ogystal ag argaeledd cyfleusterau, rhaid meddwl hefyd am ansawdd y cyfleusterau a pha mor atyniadol ydynt i fenywod. Nododd rhai o'r bobl a

ymatebodd y ffactorau a ganlyn sy'n effeithio ar barodrwydd menywod i ddefnyddio canolfannau chwaraeon a hamdden:

- cyfleusterau gwarchod plant;
- meysydd parcio diogel sydd wedi'u goleuno'n dda ag arwyddion clir iddynt a theledu cylch cyfyng;
- preifatrwydd - ciwbiclau a chawodydd ar wahân.

2.4.8 Rydym yn argymell bod CChC yn llunio canllawiau ar anghenion menywod a merched o ran cyfleusterau chwaraeon a hamdden a'i fod yn parhau i weithio gydag awdurdodau lleol i wella apêl cyfleusterau chwaraeon i fenywod a grwpiau eraill sydd ag anghenion penodol.

2.4.9 **Strwythurau** Roedd rhai o'r farn hefyd bod y strwythurau sydd yn eu lle ar gyfer chwaraeon menywod wedi'u trefnu yn gyfyngedig ac nad yw'r llwybrau o chwaraeon ysgol i chwaraeon cymunedol cyn gryfed ag y maent ar gyfer chwaraeon sy'n draddodiadol i ddynion. Mae Cyngor Chwaraeon Cymru wedi clustnodi hyd at £650,000 o arian Sportlot i gefnogi'r gwaith o ddatblygu chwaraeon i fenywod a merched, gan gynnwys cefnogaeth i brosiectau sy'n cynyddu nifer y cyfleoedd hamdden a chystadleuol yn y gymuned a thrwy ddatblygu strwythurau chwaraeon megis clybiau, cystadleuthau, bysiau ac arweinwyr. O fewn y gyllideb hon, mae Cyngor Chwaraeon Cymru hefyd ar fin lansio Sialens Canolfan Hamdden er mwyn annog canolfannau hamdden i gynnig cyfleoedd newydd i fenywod a chysylltiadau rhwng yr ysgol a'r gymuned i ferched. *Rydym yn cefnogi'r mentrau hyn ac yn argymell bod y pwyllgor nesaf yn monitro'r ffordd y cânt eu rhoi ar waith.*

2.4.10 **Dewis** Clywsom dystiolaeth fod menywod a merched yn llai tebygol o fwynhau gemau tîm cystadleuol na bechgyn a dynion, a bod menywod yn fwy tebygol o ddewis gweithgareddau dawns a ffitrwydd. Tynnodd un o'r rhai a ymatebodd sylw at y cynnydd sylweddol yn nifer y bobl sy'n gwneud erobeg yn ystod y degawdau diwethaf a thrwy dargedu menywod roedd y math hwn ar chwaraeon wedi denu menywod na fyddai fel arall wedi cymryd rhan mewn chwaraeon ar gyfer grwpiau rhyw cymysg. Dywedodd Cymdeithas Bêl-droed Cymru fod ganddi dargedau o ran datblygu pêl-droed i ferched: cynyddu nifer y chwaraewyr o 600 i 4000 a chreu 25 cynghrair newydd a 300 tîm newydd erbyn 2007. Rydym yn croesawu'r cyfle newydd hwn i ferched gymryd rhan mewn chwaraeon sy'n draddodiadol i ddynion. Fodd bynnag, rydym hefyd yn awyddus i adnoddau gael eu cyfeirio fel bod menywod a merched nad ydynt yn gweld apêl chwaraeon o'r fath yn gallu cymryd mwy o ran drwy allu dewis o fwy o amrywiaeth o weithgareddau. Rydym yn croesawu menter Genethod yn Gyntaf Cyngor Chwaraeon Cymru, sydd wedi'i hanelu at ferched mewn ysgolion uwchradd ac sydd o hyd yn y camau cynnar. *Rydym yn argymell bod Gweinidog Chwaraeon y Cynulliad yn cynyddu'r arian sydd ar gael i'r rhaglen er mwyn ei hehangu. Yn gynharach, argymhellwyd y gellid ehangu cwmpas y fenter Campau'r Ddraig i gynnwys chwaraeon mwy anhraddodiadol; wrth wneud hynny, dylai geisio cynnwys chwaraeon a gweithgareddau sy'n fwy tebygol o apelio at ferched, er enghraifft gweithgareddau dawns a ffitrwydd. Mae hyd yn oed yn fwy pwysig fod amrywiaeth o chwaraeon ar gael i ddisgyblion ysgolion uwchradd.*

2.4.11 **Amser** Tynnodd nifer o'r rhai a ymatebodd i'r ymgynghoriad sylw at y ffaith nad oes gan fenywod sydd â chyfrifoldebau teuluol lawer o amser a dywedwyd bod yn rhaid i weithgareddau gael eu trefnu fesul tameidiau byr ac ar adegau cyfleus.
Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru ac awdurdodau lleol yn cymryd hyn i ystyriaeth wrth ddatblygu gwasanaethau ar gyfer menywod.

2.4.12 O gofio'r cyfyngiadau amser sy'n wynebu menywod, gall fod yn afrealistig iddynt deithio i ganolfannau hamdden ac oddi yno er mwyn cymryd rhan mewn chwaraeon, ac efallai bod cyfleusterau yn y gweithle yn opsiwn mwy ymarferol. *Rydym yn argymell bod Gweinidog y Cynulliad dros Ddiwylliant a Chwaraeon yn ystyried y posibilrwydd o annog cyflogwyr i gynnig cyfleoedd ffitrwydd yn y gweithle. Gallai hyn gynnwys cynllun gwobrau i gyflogwyr sy'n cefnogi staff yn eu hymdrech i fod yn fwy iach a heini.*

2.5 GRWP TARGED - POBL HYN

2.5.1 Mae'r cyfraddau cymryd rhan yn gostwng gydag oedran er bod ymarfer corff yn atal cyflyrau sy'n gysylltiedig â chanol oed a henaint - clefyd y galon, diabetes math 2. *O gofio'r manteision i iechyd y grwp hwn, rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhoi blaenoriaeth uchel i gynyddu'r cyfraddau cymryd rhan ymhlith pobl hyn.*

2.5.2 Bydd yn arbennig o bwysig mabwysiadu diffiniad bras o chwaraeon ac ymarfer corff yng nghyd-destun pobl hyn sy'n llai tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon awyr agored ac sy'n fwy tebygol o gadw'n heini drwy gerdded.

2.5.3 Yn ystod yr adolygiad roedd gennym ddiddordeb arbennig mewn clywed bod llywodraeth y Ffindir wedi llwyddo i fynd i'r afael â'r nifer bach o bobl hyn sy'n cymryd rhan drwy ymgyrch wedi'i thargedu, sef "Ffit i Fyw". Lansiwyd y rhaglen ym 1994 ac roedd ar waith am 5 mlynedd. Roedd yn targedu pobl rhwng 40-60 nad oedd yn gwneud ymarfer corff tair gwaith yr wythnos. Y nod oedd i 150,000 o bobl yn y grwp targed ddechrau gwneud ymarfer corff rheolaidd erbyn 2000. Roedd y rhaglen yn cynnwys ymgyrch wybodaeth (gan bapurau newydd a darlledwyr) a phrosiectau lleol a rhanbarthol. Rhoddwyd cyfle i awdurdodau lleol, cyrff iechyd, cyflogwyr, cymdeithasau trigolion a chlybiau chwaraeon gyfrannu. Yn ystod y rhaglen, cynyddodd y cyfraddau cymryd rhan ar gyfer y grwp oedran a oedd wedi'i dargedu o 33% ym 1994 i 46% ym 1999. Mae'r rhaglen wedi cael ei hail-lansio o 2000-2004 ac mae'r grwp targed wedi'i ymestyn i gynnwys pobl dros 60. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn ystyried cynnwys model "Ffit i Fyw" y Ffindir yn ei Chynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw ac yn ei strategaeth chwaraeon.*

2.6 GRWP TARGED - CYMUNEDAU LLEIAFRIFOEDD ETHNIG

2.6.1 Cyfraddau cymryd rhan ymhlith pobl o leiafrifoedd ethnig ac yn enwedig o fewn rhai grwpiau, er enghraifft menywod Asiaidd. Nododd y rhai a ymatebodd i'r ymgynghoriad nifer o rwystrau:-

- materion diwylliannol (dim cysylltiad â'r chwaraeon) a gwisgoedd traddodiadol;
- dyletswyddau yn y cartref/teulu (menywod);
- galwadau o ran gwaith/astudio (dynion);
- dim digon o batrymau ymddwyn/hyfforddwyr o blith lleiafrifoedd ethnig;
- ofni cam-drin/peidio â chael croeso;
- dim digon o ddosbarthiadau menywod yn unig ac anghenion o ran preifatrwydd.

2.6.2 Mae Sport England a'r Comisiwn Cydraddoldeb Hiliol, ar y cyd, wedi lansio menter "Sporting Equals" er mwyn hyrwyddo cydraddoldeb hiliol ym maes chwaraeon ledled Lloegr. Ymhlith y mentrau mae:

- Siartr Cydraddoldeb Hiliol ar gyfer Chwaraeon sydd â mwy na 60 o sefydliadau'n ymwneud â nhw;
- safon cydraddoldeb hiliol ar gyfer chwaraeon. Mae ugain o sefydliadau wedi cyrraedd lefel gychwynnol y safon; a
- cyfres o daflenni gwybodaeth ar ddelweddau cyhoeddusrwydd positif, gan weithio gyda chymunedau lleiafrifoedd ethnig ac ati.

2.6.3 *Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru'n gweithio gyda'r Comisiwn Cydraddoldeb Hiliol, awdurdodau lleol a'r cymdeithasau chwaraeon i ddysgu o'r fenter Sporting Equals ac adeiladu arni a datblygu cynllun gweithredu i oresgyn y ffactorau sy'n rhwystro pobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig Cymru rhag cymryd rhan.*

2.7 GRWP TARGED - POBL ANABL

2.7.1 Mae'r Cynulliad wedi ymrwymo i'r egwyddor o gyfle cyfartal i bawb ac mae hyn yn cynnwys cyfleoedd i bobl anabl gymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff. Mae llwyddiant diweddar ein hathletwyr anabl wedi bod o gymorth o ran mynd i'r afael ag anwybodaeth a stereoteipiau a chynnig patrymau ymddwyn ysbrydoledig i bobl ifanc anabl. Yn ystod ein hadolygiad roeddem yn falch o'r cyflwyniad a gawsom ar waith Ffederasiwn Cymdeithasau Chwaraeon i'r Anabl (FSAD). *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru/CChC yn parhau i ariannu a chefnogi gwaith yr FSAD a gweithio gydag awdurdodau lleol i ddymchwel y rhwystrau sy'n atal pobl anabl rhag cymryd rhan.*

2.7.2 Clywsom bod y rhain ymhlith y rhwystrau sy'n atal pobl anabl rhag cymryd rhan:

- prinder cyfleusterau/offer priodol lleol;
- diffyg gwybodaeth;

- anawsterau teithio;
- ddiffyg cymdeithion;
- dim digon o staff sydd wedi'u hyfforddi'n briodol; a
- costau.

2.7.3 Bydd cydweithrediad rhwng darparwyr gwasanaethau lleol – gwasanaethau cymdeithasol, chwaraeon a hamdden, addysg – o gymorth wrth ddatblygu cyfleoedd chwaraeon i bobl anabl. Dylai prosiectau chwaraeon a hamdden roi ystyriaeth hefyd i gostau ychwanegol gwasanaethau i bobl anabl – offer arbennig, cyfraddau rhatach ar gyfer cymdeithion a gofalwyr, costau trafnidiaeth. Mae angen gwell hyfforddiant ar gyfer y rheini sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgareddau hamdden – ymwybyddiaeth gyffredinol, materion o ran mynediad ac addasu technegau hyfforddi. *Rydym yn argymell bod strategaeth chwaraeon Gweinidog y Cynulliad yn rhoi ystyriaeth i'r materion hyn. Bydd hefyd yn bwysig cefnogi gwirfoddolwyr er mwyn gwella'r cyfleoedd i bobl anabl.*

2.7.4 Roedd hefyd yn ddiddorol clywed am strategaeth chwaraeon a gweithgareddau hamdden Cyngor y Deillion Cymru ar gyfer pobl â nam ar eu golwg. Mae llawer o'u hargymhellion (mabwysiadu diffiniad mwy cyffredinol o chwaraeon ac ymarfer corff, canolbwyntio ar fenywod a merched, sicrhau bod pob grwp oedran yn gallu cymryd rhan) yn cydgysylltu â'n rhai ni. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru, Cyngor Chwaraeon Cymru ac awdurdodau lleol yn cydweithredu â'r Cyngor i roi'r strategaeth hon ar waith*.

2.8 GRWP TARGED - GRWPIAU DAN ANFANTAIS GYMDEITHASOL

2.8.1 Mae ymchwil yn dangos bod y cyfraddau cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff yn is ymhlith grwpiau dan anfantais gymdeithasol nag ymhlith grwpiau sy'n ennill cyflogau uwch. Gan fod cysylltiad rhwng anfantais gymdeithasol a phatrymau maeth gwael a mwy o afiechyd, bydd manteision ymarfer yn arbennig o bwysig i'r grwp hwn. Fel y nodwyd o'r blaen, mae arwyddion y gall cymryd rhan mewn chwaraeon gael effaith bositif ar gynhwysiant cymdeithasol fel rhan o becyn o fesurau cymdeithasol eraill, er nad oes tystiolaeth gadarn ar gael o effaith cymryd rhan mewn chwaraeon, ar ei ben ei hun, ar ostwng troseddu, er enghraifft.

2.8.2 Wrth ymateb i'r ymgynghoriad, nodwyd bod y rhain ymhlith y rhwystrau sy'n atal grwpiau dan anfantais gymdeithasol rhag cymryd rhan:

- diffyg gwybodaeth am y cyfleusterau/cyfleoedd sydd ar gael;
- dim patrymau ymddwyn/diddordeb gan y rhieni; pwysau o du cyfoedion;
- y gred bod clybiau a staff yn ddigroeso;
- dim llawer o gyfraniad gan y gymuned;
- diffyg cyfleusterau yn y gymuned leol;
- costau trafnidiaeth;
- mynediad yn ystod y dydd i gyfleusterau defnydd dwbl.

2.8.3 Mae'r Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw yn cynnwys pobl sydd dan anfantais gymdeithasol fel grwp targed. Nod y fenter Cymunedau yn Gyntaf yw mynd i'r afael â phroblemau ardaloedd sydd dan anfantais ddifrifol. Bydd manteision o gysylltu'r gweithgareddau a fydd yn rhan o'r Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw a strategaeth chwaraeon arfaethedig y Gweinidog Diwylliant â Chymunedau yn Gyntaf. *Rydym yn argymell bod y fenter Cymunedau yn Gyntaf yn cynnwys cymryd rhan mewn chwaraeon fel un o'i blaenoriaethau.*

2.8.4 Gall fod yn fwy anodd i ardaloedd difreintiedig ddatblygu prosiectau loteri llwyddiannus am nad oes digon o'r sgiliau angenrheidiol yn y gymuned leol. Mae meithrin gallu mewn cymunedau lleol yn fater pwysig ac rydym yn croesawu adroddiad diweddar y Pwyllgor Llywodraeth Leol a Thai ar hyn “Adfywio Cymunedol – Datblygu Gallu a Hyfforddiant”.

2.8.5 Gall y gost o gael at gyfleusterau fod o bwys hefyd i grwpiau sydd wedi'u hallgáu'n gymdeithasol. Nododd adroddiad y Comisiwn Archwilio nad oedd cysylltiad clir bob amser rhwng y prisiau y mae awdurdodau lleol yn eu codi am wasanaethau hamdden a'r cynlluniau cymhorthdal ac amcanion strategol awdurdodau a phatrymau hanesyddol y ddarpariaeth yn aml fyddai'n penderfynu. *Rydym yn argymell bod awdurdodau yng Nghymru yn adolygu eu cynlluniau prisio ac yn ystyried y posibilrwydd o gymorthdaliadau wedi'u targedu ar gyfer grwpiau allweddol.*

2.9 FFACTORAU SY'N EFFEITHIO AR BOB GRWP TARGED

2.9.1 Fel y nodwyd uchod, daeth yn amlwg bod nifer o'r rhwystrau sy'n atal pobl rhag cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff yn rhai sy'n effeithio ar sawl un, neu bob un, o'r grwpiau targed. Lle bo rhwystr benodol yn effeithio ar grwp penodol yn fwy nag eraill, caiff hyn ei bwysleisio uchod. Mae'r paragraffau a ganlyn yn trafod y rhwystrau sy'n berthnasol, yn gyffredinol, i'r rhan fwyaf o grwpiau.

Cyfleusterau

2.9.2 **Nifer** Nododd sawl un o'r rhai a ymatebodd fod mynediad i gyfleusterau lleol addas yn eu cymunedau yn rhwystro pobl rhag cymryd rhan. Mae gan Gyngor Chwaraeon Cymru gronfa ddata o gyfleusterau chwaraeon a chyfleusterau awyr agored yng Nghymru (ac eithrio canolfannau chwaraeon sy'n perthyn i'r sector preifat). O'i gymharu â “Model Cynllunio Cyfleusterau” Prifysgol Caeredin, mae hyn yn dangos bod nifer y cyfleusterau yng Nghymru ar y cyfan yn cyfateb yn eithaf da i'r boblogaeth, er efallai nad oes digon o byllau nofio awdurdodau lleol mewn rhai ardaloedd. Fodd bynnag, gall materion sy'n ymwneud â thrafnidiaeth a chyfyngiadau amser fod yn rhwystr i rai grwpiau, sy'n golygu ei bod yn bwysig gwneud y defnydd gorau o'r holl gyfleusterau lleol sydd ar gael gan gynnwys ysgolion, neuaddau cymuned ac ati. Fel y nodwyd eisoes, mae cyllid ar gael o'r Gronfa Cyfleoedd Newydd i

uwchraddio cyfleusterau chwaraeon ysgolion a'u gwneud yn agored i'w defnyddio gan y gymuned.

2.9.3 **Ansawdd** Mae safon y cyfleusterau sydd ar gael yn fater arall. Oherwydd oedran y cyfleusterau, ac am na chawsant eu cadw a'u cynnal yn iawn ar adegau pan oedd arian yn brin, gall ansawdd cyfleusterau'r sector cyhoeddus fod yn anfoddhaol ac yn annymunol yn aml i'r rheini nad ydynt, ar y gorau, wedi'u hysgogi i gymryd rhan mewn chwaraeon neu ymarfer corff. Ymhlith y ffactorau sy'n gallu rhwystro unigolion mae: pryderon am ddiogelwch – dim digon o olau, meysydd parcio anniogel; dim digon o breifatrwydd mewn ystafelloedd newid; dim digon o offer i'r anabl a chyfleusterau sy'n cael eu cadw'n wael. Ym 1994 lluniodd Cyngor Chwaraeon Cymru ganllawiau ar farchnata cyfleusterau hamdden. *Rydym yn argymell bod y rhain yn cael eu diweddaru a bod canllawiau yn cael eu llunio ar y cyfleusterau, yr offer a'r gwasanaethau sydd eu hangen ar grwpiau â lefelau cymryd rhan isel.*

2.9.4 Mater i awdurdodau lleol yw cynnal a chadw ac uwchraddio cyfleusterau awdurdodau lleol. Fodd bynnag, mae cyllid cyfalaf Sportlot ar gael drwy'r Rhaglen Buddsoddi Cymunedol i uwchraddio cyfleusterau lle gellir dangos bod gwerth yn cael ei ychwanegu o ran manteision chwaraeon i bobl ifanc, merched a menywod, pobl anabl a grwpiau sydd dan anfantais gymdeithasol. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru/ Cyngor Chwaraeon Cymru yn parhau i weithio gydag awdurdodau lleol i wella ansawdd cyfleusterau chwaraeon lleol gan ganolbwyntio'n arbennig ar ba mor hawdd yw hi i grwpiau â lefelau cymryd rhan isel gael atynt, a'u hapêl i'r grwpiau hyn.*

2.9.5 **Mynediad** Er bod cyfleusterau chwaraeon yn y rhan fwyaf o ardaloedd, efallai nad yw rhai grwpiau yn teimlo ei bod yn hawdd cael atynt. Cyfeiriodd rhai o'r bobl a ymatebodd at y ffaith nad yw cyfleusterau sy'n gysylltiedig ag ysgolion bob amser ar gael i'w defnyddio yn ystod y dydd, sy'n gallu eithrio rhai grwpiau arbennig – er enghraifft mamau â phlant ifanc a phobl hyn nad ydynt, efallai, am deithio gyda'r hwyr. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru, fel rhan o'i strategaeth, yn ceisio sicrhau cydbwysedd rhwng anghenion ysgolion a defnydd y gymuned o gyfleusterau chwaraeon ysgolion yn ystod y dydd.*

2.9.6 **Darparwyr yn y sector preifat** Mae'r sector preifat wedi buddsoddi llawer yn y sector clybiau iechyd yn ystod y blynyddoedd diweddar. (Er enghraifft mae tua hanner dwsin o glybiau iechyd yn y sector preifat wedi cael eu sefydlu yng Nghaerdydd o fewn y degawd diwethaf, ac eithrio'r rheini sy'n rhan o westai.) Mae adroddiad y Comisiwn Archwilio “Sport and Recreation: Learning from Audit, Inspection and Research” yn tanlinellu'r mater hwn ac yn pwysleisio na ddylai awdurdodau lleol gredu eu bod yn cystadlu â'r sector preifat. Mae'n argymell bod awdurdodau lleol yn meddwl yn ofalus am eu hamcanion wrth ddarparu gwasanaeth chwaraeon a hamdden a'u bod yn targedu'r gwasanaeth hwnnw'n unol â hynny. Wrth gwrs, ni fydd llawer o bobl yn gallu talu costau aelodaeth clybiau preifat a dim ond trwy ddarpariaeth awdurdodau lleol y byddant yn gallu cael at gyfleusterau chwaraeon. *Rydym*

yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn defnyddio canfyddiadau adroddiad y Comisiwn Archwilio i weithio gydag awdurdodau lleol yng Nghymru er mwyn hyrwyddo arferion gorau wrth ddarparu gwasanaethau chwaraeon a hamdden. Rydym yn argymell y dylai'r pwyllgor nesaf adolygu'r gwelliannau a fydd yn deillio o'r gwaith hwn ar arferion gorau.

Strwythurau Cymunedol (Clybiau a Chymdeithasau)

2.9.7 Cyfeiriodd nifer o'r rhai a ymatebodd at y ffaith nad oes digon o strwythurau yn y gymuned i annog pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon ar ôl gadael yr ysgol. Dywedwyd bod strwythurau cryfach ar gyfer chwaraeon sy'n draddodiadol i ddynion nag ar gyfer chwaraeon menywod. Rydym eisoes wedi trafod y camau sy'n cael eu cymryd gan Gyngor Chwaraeon Cymru i ddatblygu strwythurau cymunedol cryfach ym maes chwaraeon i fenywod, ac rydym yn cefnogi'r rhain.

2.9.8 Awgrymwyd hefyd bod cymdeithasau chwaraeon yn tueddu i ganolbwyntio, yn bennaf, ar gefnogi'r chwaraewyr mwyaf talentog yn hytrach nag ar gael mwy o bobl i gymryd rhan. Teimlwyd mai prin yw'r cyfleoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon yn achlysurol ac yn gymdeithasol. Roedd cyllid yn fater a godwyd gan nifer o sefydliadau. *Rydym yn argymell bod strategaeth chwaraeon y Gweinidog yn nodi ffyrdd o ddatblygu strwythurau yn y gymuned i gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon cymdeithasol.* Gellir ystyried: datblygu clybiau ar gyfer sawl math ar chwaraeon; dulliau ariannu symlach ar gyfer mudiadau gwirfoddol; ehangu'r dewis o chwaraeon sydd ar gael, megis pêl fas; a mwy o bwyslais ar yr hwyl sydd ynghlwm wrth chwaraeon.

Adnoddau Dynol

Gwirfoddolwyr

2.9.9 Clwysom am rôl allweddol y sector gwirfoddol ym maes chwaraeon yn y Ffindir: tra bo nifer helaeth o oedolion yn y Ffindir yn cymryd rhan mewn chwaraeon fel unigolion - er enghraifft drwy weithgareddau awyr agored - darperir chwaraeon i blant a phobl ifanc drwy glybiau chwaraeon y sector gwirfoddol, sy'n dibynnu ar lawer o wirfoddolwyr, yn enwedig rhieni. Clywsom hefyd gan gyrff sy'n rheoli chwaraeon a chymdeithasau chwaraeon yn y sector gwirfoddol yng Nghymru am bwysigrwydd gwirfoddolwyr a phrinder hyfforddwyr. Dywedwyd wrthym mai dyma'r ffactorau sy'n atal pobl rhag gwirfoddoli: baich cynyddol cyfrifoldebau cyfreithiol (iechyd a diogelwch, deddfwriaeth amddiffyn plant, yswiriant atebolrwydd personol); ymrwymiadau o ran amser; help gyda mân gostau (costau teithio); a'r angen am hyfforddiant a chymorth effeithiol. Mae gwirfoddolwyr (yn enwedig rhieni) yn elfen bwysig o'r fenter Campau'r Ddraig. Fodd bynnag, mae angen ehangu gorwelion. *Rydym o'r farn bod cyfraniad gwirfoddolwyr yn holl bwysig ac felly rydym yn argymell bod y Gweinidog dros Ddiwylliant a Chwaraeon yn datblygu cynllun gweithredu i hyrwyddo cyfraniad gwirfoddolwyr ym maes chwaraeon, gan*

ganolbwyntio'n arbennig ar fynd i'r afael â'r ffactorau sy'n atal pobl rhag gwirfoddoli.

Hyfforddwyr

2.9.10 Clywsom gan nifer o sefydliadau fod prinder hyfforddwyr yn rheswm pam na ellir ymestyn cyfleoedd. O ran gwirfoddolwyr, clywsom hefyd pa mor bwysig yw rhoi hyfforddiant effeithiol i hyfforddwyr. Mae angen strategaeth i sicrhau bod gennym y personél, boed yn wirfoddolwyr neu'n hyfforddwyr proffesiynol, i gefnogi'r mentrau sy'n cael eu datblygu i gael rhagor o bobl i gymryd rhan mewn chwaraeon. Rhoddodd Cyngor Chwaraeon Cymru wybodaeth i ni yr oedd wedi'i chyflwyno i Weinidog y Cynulliad i gefnogi cais am fenter tair blynedd i gynyddu nifer yr hyfforddwyr. Ers hynny, mae'r Gweinidog wedi gofyn i'r Cyngor am gynigion mwy manwl. *Rydym yn argymell bod Gweinidog y Cynulliad yn ystyried cynigion Cyngor Chwaraeon Cymru a bod datblygiad strategaeth hyfforddi yn rhan o'r strategaeth chwaraeon gyffredinol.*

Trafnidiaeth a Diogelwch Personol

2.9.11 Gall argaeledd trafnidiaeth, amser teithio a phryderon am ddiogelwch personol fod yn rhwystrau sy'n atal rhai grwpiau o'r gymuned rhag gwneud defnydd o'r cyfleusterau sydd ar gael. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn gweithio gydag awdurdodau lleol i fynd i'r afael â'r broblem o deithio i gyfleusterau, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig ac ar gyfer grwpiau targed.*

2.10 MATERION ERAILL

2.10.1 Roedd y cylch gwaith ar gyfer ein hadolygiad hefyd yn cynnwys: rôl awdurdodau lleol ac adroddiad y Comisiwn Archwilio; effaith digwyddiadau mawr ar lefelau cymryd rhan; effaith chwaraeon elît ar lefelau cymryd rhan. Mae hyn yn cael ei drafod isod.

Rôl Awdurdodau Lleol

2.10.2 Nid oes gorfodaeth ar awdurdodau lleol i ddarparu gwasanaethau chwaraeon a hamdden. Yn ogystal, gyda'r newidiadau sydd ar droed yn y sector chwaraeon a hamdden, mae awdurdodau lleol bellach mewn sefyllfa lle maent yn cynnig cyfleusterau ochr yn ochr â darparwyr hynod gystadleuol yn y sector preifat. Er gwaethaf y ffaith nad oes dyletswydd statudol arnynt ac o ystyried y gystadleuaeth hon o du'r sector preifat, mae awdurdodau lleol yn prif ddarparwyr cyfleusterau chwaraeon a hamdden, er bod ansawdd y cyfleusterau a'r gwasanaethau yn gallu amrywio. Fel y nodwyd uchod, mae adroddiad diweddar y Comisiwn Archwilio ar chwaraeon a hamdden yn

tanlinellu'r her sy'n wynebu awdurdodau lleol erbyn hyn ac mae'n ystyried sut y gall awdurdodau dargedu eu darpariaethau yn fwy effeithiol.

2.10.3 Yn ystod ein hadolygiad, prin oedd y brwdfrydedd ynghylch rhoi dyletswydd statudol ar awdurdodau lleol mewn perthynas â chwaraeon a hamdden. Teimlwyd na fyddai pennu safonau statudol gofynnol, o reidrwydd, yn gwella'r sefyllfa sydd ohoni ac y dylai awdurdodau gael rhwydd hynt i benderfynu ar eu blaenoriaethau yn y maes hwn. Clywsom fod cynhadledd wedi'i chynnal yn y Gogledd ar gyfer awdurdodau lleol i drafod y ddarpariaeth chwaraeon yng Nghymru. *Rydym yn argymell bod angen adeiladu ar y fenter hon a bod Gweinidog y Cynulliad yn cynnal cynhadledd flynyddol o swyddogion chwaraeon a hamdden awdurdodau lleol fel bod cyfle i drafod materion cyfredol a chyfle hefyd i rannu arferion gorau.*

Digwyddiadau Mega a Digwyddiadau Mawr

2.10.4 Dyma ddiffiniad adroddiad Swyddfa'r Cabinet "Game Plan" o ddigwyddiadau mega a digwyddiadau mawr:

> Digwyddiadau mega Chwaraeon Olympaidd yr Haf, Cwpan y Byd FIFA, Pencampwriaethau Ewropeaidd UEFA, Pencampwriaethau Mabolgampau'r Byd IAAF a Gemau'r Gymanwlad. Dyfernir y digwyddiadau hyn ar ôl i geisiadau cystadleuol gael eu cyflwyno i ffederasiwn rhyngwladol ac maent yn tueddu i olygu buddsoddiad sylweddol mewn seilwaith.
>
> Digwyddiadau mawr Digwyddiadau sy'n rhan o galendr rhyngwladol rheolaidd ar gyfer y chwaraeon - ee Wimbledon, gemau criced rhyngwladol; digwyddiadau un-tro sy'n denu llawer o sylw yn y DU a hawliau teledu rhyngwladol – ee cwpan y byd - rygbi a chriced; a digwyddiadau byd-eang – ee Pencampwriaethau Mabolgampau Anabledd y Byd, Pencampwriaethau Jwdo'r Byd.

2.10.5 Er i ni glywed pryderon yn ystod yr adolygiad bod diffyg patrymau ymddwyn a phroffil isel yn y cyfryngau i chwaraeon arbennig yn gallu effeithio ar lefelau cymryd rhan, teimlwyd nad yw digwyddiadau mega a digwyddiadau mawr, ynddynt eu hunain, yn arwain at fwy o bobl yn cymryd rhan mewn chwaraeon yn y tymor hir a bod y manteision economaidd/twristaidd yn fwy arwyddocaol. Mae "Game Plan" yn dod i'r casgliad bod y manteision o gynnal digwyddiadau chwaraeon mega, boed economaidd, gymdeithasol neu ddiwylliannol, yn anodd eu mesur a bod y dystiolaeth sydd ar gael yn brin. Mae'n argymell y dylai digwyddiadau mega gael eu gweld fel dathliad achlysurol o lwyddiant yn hytrach nag fel ffordd o gyflawni amcanion eraill y llywodraeth, ac y dylid deall goblygiadau digwyddiadau o ran cost o'r cychwyn cyntaf.

2.10.6 O gofio'r pryderon uchod rydym yn falch o glywed am ymdrechion Datblygu Golff Cymru i wneud y gorau o fanteision Cwpan Ryder trwy ei

ddefnyddio fel symbyliad i gynyddu nifer y bobl sy'n chwarae golff a'i wneud yn agored i fwy o bobl.

2.10.7 Cawsom ein cynghori gan Gyngor Gemau'r Gymanwlad Cymru mai'r unig ddigwyddiad mega y gallai Cymru, yn realistig, wneud cais amdano, oedd Gemau'r Gymanwlad, ond byddai gwneud hynny'n gofyn am fuddsoddiad ariannol mawr o ran seilwaith a hefyd mewn ymgyrch ymgeisio. Pwysleisiodd y Cyngor pa mor gostus a chymhleth yw ymarfer o'r fath ac fe'n rhybuddiwyd hefyd o'r risg i ddelwedd y wlad sy'n cynnal digwyddiad mor fawr pe na bai'r ffordd y trefnwyd y digwyddiad hwnnw yn gwbl llwyddiannus.

2.10.8 Fel y nodwyd yn gynharach yn yr adroddiad, roedd ein hadolygiad yn canolbwyntio ar gael trwch y boblogaeth i gymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff ac rydym wedi argymell mai dyma ddylai gael y prif sylw yn strategaeth chwaraeon y Gweinidog. O ystyried yr amheuon a fynegwyd ynghylch manteision digwyddiadau mega, o ran chwaraeon a phethau eraill (o leiaf o ran cael trwch y boblogaeth i gymryd rhan), nid oes unrhyw gamau eraill y gallwn eu hargymell mewn perthynas â digwyddiadau mega.

<u>Chwaraeon Elît</u>

2.10.9 Heblaw am dystiolaeth anecdotaidd am effaith patrymau ymddwyn a'r proffil uchel yn y cyfryngau i chwaraeon poblogaidd, nid oes tystiolaeth gadarn o gysylltiad rhwng llwyddiant rhyngwladol mewn chwaraeon elît a thrwch y boblogaeth yn cymryd rhan mewn chwaraeon. Er enghraifft mae Awstralia wedi llwyddo i ennill sawl medal rhyngwladol ond nid yn y wlad hon y ceir y lefelau uchaf o bobl gyffredin sy'n cymryd rhan, er eu bod yn uwch na'r lefelau yn y DU. Nid yw'r Ffindir, ar y llaw arall, yn cael cymaint o lwyddiant wrth ennill medalau rhyngwladol er bod lefelau'r bobl gyffredin sy'n cymryd rhan yn arbennig o uchel (er dylid nodi bod clybiau chwaraeon sector gwirfoddol y Ffindir yn canolbwyntio'n fwy na dim ar chwaraeon cystadleuol ac elît).

2.10.10 Yn ystod ein hadolygiad, clywsom bryderon am y pellter y mae'n rhaid i'n hathletwyr elît ei deithio er mwyn cael hyfforddiant a chymorth addas. Dadleuwyd bod angen canolfannau rhagoriaeth rhanbarthol i fwydo'r canolfannau cenedlaethol. *Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru a Chyngor Chwaraeon Cymru yn datblygu rhwydwaith o ganolfannau rhagoriaeth chwaraeon rhanbarthol.*

2.10.11 O ran ariannu chwaraeon elît, mae adroddiad Swyddfa'r Cabinet "Game Plan" yn cynnig y dylid rhoi ystyriaeth i ba mor boblogaidd y mae chwaraeon ynghyd â'r tebygrwydd o ennill medalau rhyngwladol wrth ariannu chwaraeon elît. Roeddem yn pryderu'n fawr y gallai hyn olygu bod arian yn cael ei roi i chwaraeon sy'n draddodiadol i ddynion ac y byddai hynny'n mynd yn groes i'r nod o sicrhau mwy o gydraddoldeb rhwng y rhywiau ym maes chwaraeon. *Rydym yn argymell bod strategaeth Gweinidog y Cynulliad mewn perthynas ag ariannu chwaraeon elît yn cymryd i ystyriaeth faterion sy'n ymwneud â chydraddoldeb rhwng y rhywiau.*

RHAN TRI – CRYNODEB O'R ARGYMHELLION

3.1 Fel y mae Adran Un yn ei nodi, o gofio'r amrywiaeth o fentrau sydd eisoes ar waith, nod yr adroddiad hwn yw:

- cyfuno'r mentrau sydd eisoes ar waith neu'r rhai sydd wedi'u cynllunio yn y sectorau chwaraeon, iechyd ac addysg, ac ychwanegu atynt;
- nodi'r blaenoriaethau, yng ngolwg y Pwyllgor;
- ategu'r gweithgareddau hynny sydd eisoes ar waith y mae'n eu cefnogi; a
- nodi unrhyw fylchau/feysydd lle mae'r Pwyllgor yn credu y dylid cymryd camau pellach.

3.2 Dyma grynodeb o'n hargymhellion.

PARAGRAFF	ARGYMHELLIAD
	Golwg Gyffredinol
1.2.10	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn mynd ati mewn ffordd gydlynus a strategol i annog mwy o bobl i wneud ymarfer corff a chymryd rhan mewn chwaraeon er mwyn hyrwyddo iechyd da drwy: • roi'r prif gyfrifoldeb am gydlynu, monitro ac adrodd ar gynnydd i Weinidog neu i un o isbwyllgorau'r Cabinet fel bo'n briodol; • pennu targedau clir y gellir eu mesur ym mhob un o'r meysydd polisi sy'n cyfrannu at y strategaeth; ac • adrodd yn flynyddol i'r cyfarfod llawn ar y cynnydd sy'n cael ei wneud ym mhob un o'r meysydd polisi.
2.1.1	2.1.1Rydym yn argymell y dylai strategaeth chwaraeon arfaethedig Llywodraeth Cynulliad Cymru ganolbwyntio ar gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff a mynd i'r afael â'r deg blaenoriaeth a nodir yn Adran 2.1.1.
2.2.1	Rydym o'r farn y bydd angen sicrhau bod symbylu'r galw am chwaraeon ac ymarfer yn elfen allweddol o strategaeth chwaraeon Llywodraeth Cynulliad Cymru.
	Plant a Phobl Ifanc
2.3.2	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhoi blaenoriaeth i gynyddu nifer y plant a'r bobl ifanc sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac ymarfer corff. Bydd angen i hyn gynnwys: • cynyddu'r dewis o chwaraeon sydd ar gael drwy'r cwricwlwm ac ansawdd profiad disgyblion mewn gwersi AG; • cynyddu'r dewis o weithgareddau chwaraeon a chorfforol allgyrsiol a nifer y bobl sy'n ymgymryd â hwy; ac

	• annog mwy o bobl i ymuno â chlybiau chwaraeon.
2.3.3	Rydym yn gwahodd y Pwyllgor a fydd yn olynu'r Pwyllgor Addysg a Dysgu Gydol Oes i gynnal sesiwn i archwilio i'r ffordd y gweithredir adroddiad y Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol er mwyn adolygu cynnydd a chael eglurhad ar y rhesymau pam na fydd rhai argymhellion arbennig yn cael eu rhoi ar waith.
2.3.5	Rydym yn argymell bod Gweinidog y Cynulliad yn ceisio sicrhau bod dulliau gwerthuso yn rhan o raglen y Gronfa Cyfleoedd Newydd er mwyn mesur ei heffaith ar y cyfraddau cymryd rhan yn yr ysgolion a'r ardaloedd yr effeithir arnynt. Rydym yn argymell bod y Pwyllgor a fydd yn olynu'r Pwyllgor Addysg a Dysgu Gydol Oes yn adolygu llwyddiant y rhaglen hon.
2.3.6	Rydym yn argymell bod cymorth yn cael ei roi i ysgolion a phrifathrawon wneud y defnydd gorau o amser y cwricwlwm ar gyfer AG.
2.3.7	Rydym yn argymell bod CChC yn parhau i gyflwyno'r fenter Campau'r Ddraig i ysgolion a bod ystyriaeth yn cael ei rhoi i ehangu'r dewis o chwaraeon, drwy weithio gyda chyrff chwaraeon eraill i weld a fyddai modd addasu chwaraeon eraill nad ydynt yn draddodiadol ar gael mewn ysgolion, i ddibenion ysgolion, er enghraifft pêl fas. Rydym yn argymell bod y gwaith sydd gan Cyngor Chwaraeon Cymru ar y gweill yn dilyn adroddiad y Tasglu AG a Chwaraeon yn yr Ysgol ar Ganolfannau Datblygu'r Cwricwlwm, hyfforddiant cychwynnol i athrawon a datblygiad proffesiynol parhaus hefyd yn canolbwyntio ar sut y gellid ehangu'r dewis o weithgareddau sy'n cael eu cynnig mewn ysgolion.
2.3.8	Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru yn ymchwilio i'r ffactorau sy'n rhwystro pobl ifanc llai abl rhag cymryd rhan mewn chwaraeon a sut y gellid goresgyn y rhain.
2.3.9	Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru yn defnyddio'r profiad y mae wedi'i ennill fel rhan o'i fenter Campau'r Ddraig i nodi pa gefnogaeth ychwanegol sydd ei angen ar athrawon a'i fod yn rhoi cyngor i Weinidog y Cynulliad ar ffurf adroddiad.

2.3.11	Rydym yn argymell bod CChC yn adolygu'r wybodaeth y mae'n ei chasglu ar y bobl ifanc sy'n cymryd rhan mewn clybiau chwaraeon.
2.3.12	Rydym yn argymell y dylai camau i annog teuluoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon fod yn elfen allweddol o'r gwaith i gynyddu nifer y plant a'r bobl ifanc sy'n cymryd rhan.
	Menywod a Merched
2.4.2	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhoi blaenoriaeth uchel o fewn ei strategaeth chwaraeon a'i chynllun gweithredu ffyrdd iach a gweithgar o fyw i gynyddu'r cyfraddau cymryd rhan ar gyfer menywod er mwyn pontio'r bwlch rhwng menywod yng Nghymru a gweddill Prydain a rhwng menywod a dynion. *Hoffem weld cyfran y menywod yng Nghymru sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon ac sy'n ymarfer yn rheolaidd yr un peth â'r gyfran ar gyfer gweddill Prydain (chwarter) o fewn 5 mlynedd; Awstralia (dros hanner) mewn 15 mlynedd; a'r Ffindir (dros ddwy ran o dair) o fewn 20 mlynedd.*
2.4.5	Rydym yn argymell y dylai'r Gweinidog Chwaraeon weithio gyda'r Comisiwn Cyfle Cyfartal, Cyngor Chwaraeon Cymru, yr Adran Diwylliant, y Cyfryngau a Chwaraeon a'r darlledwyr i wella'r sylw a roddir yn y cyfryngau i chwaraeon menywod a chodi proffil athletwragedd. Rydym hefyd yn argymell y dylid rhoi ystyriaeth i rôl bosibl cyhoeddiadau sydd wedi'u hanelu at ferched a menywod ifanc o ran cyflwyno delweddau cadarnhaol o chwaraeon menywod.
2.4.6	Rydym yn argymell bod CChC yn gweithio gydag awdurdodau lleol a chymdeithasau chwaraeon menywod er mwyn nodi meysydd lle mae bylchau yn y cyfleusterau sydd ar gael ar gyfer chwaraeon menywod ac yn llunio cynllun gweithredu wedi'i gostio i adfer y sefyllfa, i'w ystyried gan Weinidog Chwaraeon y Cynulliad.
2.4.8	Rydym yn argymell bod CChC yn llunio canllawiau ar anghenion menywod a merched o ran cyfleusterau chwaraeon a hamdden a'i fod yn parhau i weithio gydag awdurdodau lleol i wella apêl cyfleusterau chwaraeon i fenywod a grwpiau eraill sydd ag anghenion penodol.

2.4.9	Rydym yn cefnogi'r mentrau a nodir ym mharagraff 2.4.9 (sialens canolfan hamdden ac arian Sportlot wedi'i glustnodi ar gyfer cyfleusterau i fenywod a merched) ac yn argymell bod y pwyllgor nesaf yn monitro'r ffordd y cânt eu rhoi ar waith.
2.4.10	Rydym yn argymell bod Gweinidog Chwaraeon y Cynulliad yn cynyddu'r arian sydd ar gael i'r rhaglen Genethod yn Gyntaf er mwyn ei hehangu. Argymhellwyd yn gynharach y gellid ehangu cwmpas y fenter Campau'r Ddraig i gynnwys chwaraeon mwy anhraddodiadol; wrth wneud hynny, dylai geisio cynnwys chwaraeon a gweithgareddau sy'n fwy tebygol o apelio at ferched, er enghraifft gweithgareddau dawns a ffitrwydd. Mae hyd yn oed yn fwy pwysig fod amrywiaeth o chwaraeon ar gael i ddisgyblion ysgolion uwchradd.
2.4.11	Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru ac awdurdodau lleol yn cymryd i ystyriaeth y ffaith nad oes gan fenywod sydd â chyfrifoldebau teuluol lawer o amser wrth ddatblygu gwasanaethau ar gyfer menywod.
2.4.12	Rydym yn argymell bod Gweinidog y Cynulliad dros Ddiwylliant a Chwaraeon yn ystyried y posibilrwydd o annog cyflogwyr i gynnig cyfleoedd ffitrwydd yn y gweithle. Gallai hyn gynnwys cynllun gwobrau i gyflogwyr sy'n cefnogi staff yn eu hymdrech i fod yn fwy iach a heini.
	Pobl Hyn
2.5.1	O gofio'r manteision i iechyd y grwp hwn, rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhi blaenoriaeth uchel i gynyddu'r cyfraddau cymryd rhan ymhith pobl hyn.
2.5.3	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn ystyried cynnwys model "Ffit i Fyw" y Ffindir yn ei Chynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw ac yn ei strategaeth chwaraeon.
	Lleiafrifoedd ethnig:
2.6.3	Rydym yn argymell bod Cyngor Chwaraeon Cymru'n gweithio gyda'r Comisiwn Cydraddoldeb Hiliol, awdurdodau lleol a'r cymdeithasau chwaraeon i ddysgu o'r fenter Sporting Equals ac adeiladu arni a datblygu cynllun gweithredu i oresgyn y ffactorau sy'n rhwystro pobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig Cymru rhag

	cymryd rhan.
	Pobl anabl
2.7.1	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru/CChC yn parhau i ariannu a chefnogi gwaith yr FSAD a gweithio gydag awdurdodau lleol i ddymchwel y rhwystrau sy'n atal pobl anabl rhag cymryd rhan.
2.7.3	Rydym yn argymell bod strategaeth chwaraeon Gweinidog y Cynulliad yn rhoi ystyriaeth i'r materion hyn. Bydd hefyd yn bwysig cefnogi gwirfoddolwyr er mwyn gwella'r cyfleoedd i bobl anabl.
2.7.4	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru, Cyngor Chwaraeon Cymru ac awdurdodau lleol yn cydweithredu â Chyngor y Deillion Cymru i roi'r strategaeth hon ar waith.
	Grwpiau dan anfantais gymdeithasol
2.8.3	Rydym yn argymell bod y fenter Cymunedau yn Gyntaf yn cynnwys cymryd rhan mewn chwaraeon fel un o'i blaenoriaethau.
2.8.5	Rydym yn argymell bod awdurdodau yng Nghymru yn adolygu eu cynlluniau prisio ac yn ystyried y posibilrwydd o gymorthdaliadau wedi'u targedu ar gyfer grwpiau allweddol.
	Cyfleusterau
2.9.3	Rydym yn argymell bod canllawiau CChC ar farchnata cyfleusterau hamdden yn cael eu diweddaru a bod canllawiau yn cael eu llunio ar y cyfleusterau, yr offer a'r gwasanaethau sydd eu hangen ar grwpiau â lefelau cymryd rhan isel.
2.9.4	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru/Cyngor Chwaraeon Cymru yn parhau i weithio gydag awdurdodau lleol i wella ansawdd cyfleusterau chwaraeon lleol gan ganolbwyntio'n arbennig ar ba mor hawdd yw hi i grwpiau â lefelau cymryd rhan isel gael atynt, a'u hapêl i'r grwpiau hyn.
2.9.5	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru, fel rhan o'i strategaeth, yn ceisio sicrhau cydbwysedd rhwng anghenion ysgolion a defnydd y gymuned o gyfleusterau chwaraeon ysgolion yn ystod y dydd.
2.9.6	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn defnyddio canfyddiadau adroddiad y Comisiwn

	Archwilio i weithio gydag awdurdodau lleol yng Nghymru er mwyn hyrwyddo arferion gorau wrth ddarparu gwasanaethau chwaraeon a hamdden. Rydym yn argymell y dylai'r pwyllgor nesaf adolygu'r gwelliannau a fydd yn deillio o'r gwaith hwn ar arferion gorau.
	Strwythurau Cymunedol
2.9.8	Rydym yn argymell bod strategaeth chwaraeon y Gweinidog yn nodi ffyrdd o ddatblygu strwythurau yn y gymuned i gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon cymdeithasol.
	Adnoddau Dynol
2.9.9	Rydym o'r farn bod cyfraniad gwirfoddolwyr yn holl bwysig ac felly rydym yn argymell bod y Gweinidog dros Ddiwylliant a Chwaraeon yn datblygu cynllun gweithredu i hyrwyddo cyfraniad gwirfoddolwyr ym maes chwaraeon, gan ganolbwyntio'n arbennig ar fynd i'r afael â'r ffactorau sy'n atal pobl rhag gwirfoddoli.
2.9.10	Rydym yn argymell bod Gweinidog y Cynulliad yn ystyried cynigion Cyngor Chwaraeon Cymru a bod datblygiad strategaeth hyfforddi yn rhan o'r strategaeth chwaraeon gyffredinol.
	Cludiant
2.9.11	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn gweithio gydag awdurdodau lleol i fynd i'r afael â'r broblem o deithio i gyfleusterau, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig ac ar gyfer grwpiau targed.
	Awdurdodau lleol
2.10.3	Rydym yn argymell bod angen adeiladu ar y fenter hon a bod Gweinidog y Cynulliad yn cynnal cynhadledd flynyddol o swyddogion chwaraeon a hamdden awdurdodau lleol fel bod cyfle i drafod materion cyfredol a chyfle hefyd i rannu arferion gorau.
	Chwaraeon elît
2.10.10	Rydym yn argymell bod Llywodraeth Cynulliad Cymru a Chyngor Chwaraeon Cymru yn datblygu rhwydwaith o ganolfannau rhagoriaeth chwaraeon rhanbarthol.
2.10.11	Rydym yn argymell bod strategaeth Gweinidog y Cynulliad mewn perthynas ag ariannu chwaraeon elît yn cymryd i ystyriaeth faterion sy'n ymwneud â chydraddoldeb rhwng y rhywiau.

ATODIADAU

ATODIAD 1

RHESTR O BAPURAU PWYLLGOR A YSTYRIWYD

Enw	Dyddiad y Cyfarfod	Cyfeirnod y Papur
Cyngor Chwaraeon Cymru	17 Gorffennaf 2002	CC 15-02(p.1)
Papur Llywodraeth Cynulliad Cymru ar Gymryd Rhan mewn Chwaraeon ac Ymarfer Corff	17 Gorffennaf 2002	CC 15-02(p.2)
Y Comisiwn Archwilio	23 Hydref 2002	CC 16-02(p.1a)
Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru	23 Hydref 2002	CC 16-02(p.1b)
Tasglu Addysg Gorfforol a Chwaraeon yn yr Ysgol: Adroddiad ar gynnydd	6 Tachwedd 2002	CC 17-02(p.1)
Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili	6 Tachwedd 2002	CC 17-02(mins)
Llandarcy Park Cyf	6 Tachwedd 2002	CC 17-02(p.1a)
Nigel Walker	20 Tachwedd 2002	CC 18-02(mins)
Rhanbarth Cymru o Gyngor Chwaraeon Prydain i'r Byddar	20 Tachwedd 2002	CC 18-02(mins)
Awdurdod Datblygu Cymru (y Cwpan Ryder)	28 Tachwedd 2002	CC 19 -02(p1)
Datblygu Golff Cymru	28 Tachwedd 2002	CC 19 -02(p1)
Cyngor Gemau'r Gymanwlad Cymru	28 Tachwedd 2002	CC 19-02(mins)
Swyddogion Iechyd ac Addysg o'r Ffindir	4 Rhagfyr 2002	CC 20-02(mins)
Ginney Blakey, Swyddog Cynulliad, Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw	4 Rhagfyr 2002	CC 20-02(p.1)
Ceri Breeze, Swyddog Cynulliad, Lles yng Nghymru	4 Rhagfyr 2002	CC 20-02(mins)
Cymdeithas Chwaraeon Cymru	18 Rhagfyr 2002	CC 21-02(p.1)
Cymdeithas Athletau Ysgolion Cymru	18 Rhagfyr 2002	CC 21-02(p.2)
Cymdeithas Athletau Cymru	18 Rhagfyr 2002	CC 21-02(p.3)

Swyddfa'r Cabinet	16 Ionawr 2003	CC 01-03(mins)
Ffederasiwn Cymdeithasau Chwaraeon i'r Anabl	16 Ionawr 2003	CC 01-03(p.2)
Papur Llywodraeth Cynulliad Cymru ar Gymryd Rhan mewn Chwaraeon ac Ymarfer Corff - fersiwn wedi'i diweddaru	23 Ionawr 2003	CC 02-03(p.6)

ATODIAD 2

CYFLWYNIADAU LLAFAR I'R PWYLLGOR - RHESTR O SEFYDLIADAU AC UNIGOLION

1. Cyngor Chwaraeon Cymru
2. Y Comisiwn Archwilio
3. Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru
4. Tasglu Addysg Gorfforol a Chwaraeon yn yr Ysgol
5. Llandarcy Park Cyf
6. Cyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili
7. Cyngor Chwaraeon Prydain i'r Byddar
8. Nigel Walker
9. Datblygu Golff Cymru
10. Awdurdod Datblygu Cymru (y Cwpan Ryder)
11. Cyngor Gemau'r Gymanwlad Cymru
12. Swyddogion iechyd ac addysg o'r Ffindir
13. Ginney Blakey, Swyddog Cynulliad, Cynllun Gweithredu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw
14. Ceri Breeze, Swyddog Cynulliad, Lles yng Nghymru
15. Cymdeithas Chwaraeon Cymru
16. Cymdeithas Athletau Ysgolion Cymru
17. Cymdeithas Athletau Cymru
18. Swyddog Swyddfa'r Cabinet, Game Plan
19. Ffederasiwn Cymdeithasau Chwaraeon i'r Anabl

ATODIAD 3

RHESTR O SEFYDLIADAU A GYFLWYNODD SYLWADAU YSGRIFENEDIG YN YSTOD YR ADOLYGIAD

1. Cyngor Bwrdeistref Sirol Blaenau Gwent
2. Clybiau Bechgyn a Merched Cymru
3. Cyngor Sir Caerdydd
4. Cyngor Sir Ceredigion
5. Dinas a Sir Abertawe
6. Colin Crayford
7. Anabledd Cymru
8. Ffitrwydd Cymru
9. Y Sefydliad Rheoli Chwaraeon a Hamdden (Cangen De Cymru a Gorllewin Lloegr)
10. Y Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC)
11. Cyngor Bwrdeistref Sirol Castell-nedd Port Talbot
12. Cyngor Sir Powys
13. RNIB Cymru
14. Rupert Moon
15. Tenis Cymru
16. Pêl Droed yn y Gymuned FAW Cyf
17. Cyngor Cymru i'r Deillion
18. Cyngor Cymru i'r Byddar
19. Bwrdd Croeso Cymru
20. Cyngor Chwaraeon Ysgol Cymru
21. Cymdeithas Gymnasteg Cymru
22. Undeb Hoci Cymru
23. Cymdeithas Bêl-rwyd Cymru
24. Undeb Rygbi Cymru

ATODIAD 4

PAPUR LLYWODRAETH CYNULLIAD CYMRU AR GYMRYD RHAN MEWN CHWARAEON AC YMARFER CORFF - I'W YSTYRIED FEL RHAN O ADOLYGIAD CHWARAEON Y PWYLLGOR DIWYLLIANT - IONAWR 2003.

Diffiniad

O *Gyngor Ewrop:*

"All forms of physical activity which, through casual or organised participation, aim at expressing or improving physical fitness and well-being, forming social relationships, or obtaining results in competition at all levels"

<u>Cyflwyniad</u>

Fel y mae'r Gweinidog wedi'i ddatgan i'r Pwyllgor, mae Llywodraeth Cynulliad Cymru yn gweithio tuag at strategaeth gyntaf y Llywodraeth ar gyfer Chwaraeon, Ymarfer Corff a Ffitrwydd. Yn sail i'r gwaith hwn fydd Adolygiad Chwaraeon y Pwyllgor Diwylliant a datblygiadau pwysig ar hyd yr un trywydd, fel Adolygiad Chwaraeon yr Uned Strategaeth/DCMS ac Adolygiad Pum Mlynedd Cyngor Chwaraeon Cymru.

Bydd y papur hwn felly (ac yn unol â chais penodol y Pwyllgor) yn nodi'r cyd-destun a'r hyn sydd wedi'i wneud hyd yma tra'n cyfeirio at y mentrau trawsbynciol sydd ar y gweill gan wahanol Weinidogion. Ni fydd yn ceisio darogan strategaeth chwaraeon Llywodraeth Cynulliad Cymru nac yn ceisio achub y blaen arni.

Dylai'r Pwyllgor gofio hefyd bod Llywodraeth Cynulliad Cymru yn gwneud gwaith ar Strategaeth Ddigwyddiadau i Gymru a fydd yn canolbwyntio i raddau helaeth, ond nid yn llwyr, ar ddigwyddiadau chwaraeon, a bod Bwrdd Croeso Cymru yn gweithio ar Strategaeth Twristiaeth Chwaraeon. Bydd y ddwy yn cael eu cyhoeddi yn 2003.

<u>Pam Fod Chwaraeon yn Bwysig a Materion Allweddol</u>

Gall chwaraeon wneud cyfraniad (er nad yw'n cynnig yr ateb o reidrwydd) ar draws ystod eang o amcanion y Cynulliad. Nid yw'r canlynol mewn unrhyw drefn arbennig:

Yr Economi: *mae chwaraeon yn cyfrannu at ein datblygiad economaidd*

Iechyd: *mae chwaraeon yn hanfodol i'n lles*

Diwylliant: *mae chwaraeon yn bwysig o ran y ffordd yr ydym yn ein diffinio ein hunain*

Cymdeithas: *mae chwaraeon yn rhan allweddol o wead ein cymunedau*

Yr Amgylchedd: *mae chwaraeon yn rhan weithredol o'n tirlun unigryw*

Cymru ar Lwyfan y Byd: *mae chwaraeon yn gosod Cymru ar y map rhyngwladol*

- Amcangyfrifir bod llywodraethau'r DU yn gwario cyfanswm o £2bn y flwyddyn ar chwaraeon, gyda'r rhan fwyaf (85%) yn cael ei ddarparu drwy awdurdodau lleol.

- Mae'r ffigurau isod yn dangos pa ganran o bobl Cymru sy'n gwneud digon o chwaraeon ac ymarfer corff iddo fod o les i'w hiechyd (h.y. 5 x 30' yr wythnos):

CYMRU	**CYFANSWM 28%**	**DYNION 36%**	**MERCHED 19%**
LLOEGR	**CYFANSWM 31%**	**DYNION 37%**	**MERCHED 25%**
AWSTRALIA	**CYFANSWM 57%**	**DYNION 58%**	**MERCHED 56%**

Dyma her fawr inni yng Nghymru.

- Mae nifer o sefydliadau yn gyfrifol am ddarparu chwaraeon yng Nghymru. Yn eu plith mae Llywodraeth Cynulliad Cymru, Awdurdodau Lleol, Cyngor Chwaraeon Cymru, Cyrff sy'n rheoli Chwaraeon, Clybiau Chwaraeon, Ysgolion, Colegau a Phrifysgolion a Chlybiau Cymunedol.

- O ran rhyw, mae dynion dal yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon na merched, gyda 53% o ddynion o'i gymharu â 41% o ferched yn cymryd rhan yn 1997/98. Mae Cynllun i Gymru yn gosod nod, fel rhan o'r amcan cyffredinol i gynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan, i haneru'r

bwlch rhwng faint o ddynion a merched sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon erbyn 2005.

Cynulliad Cenedlaethol Cymru / Llywodraeth Cynulliad Cymru

Isod, rhestrir rhai meysydd y mae'r Cynulliad wedi bod ynghlwm wrthynt ers 1999:

- Sefydlu Tasglu Ffyrdd Iach a Gweithgar o Fyw y mae ei gynllun gweithredu wrthi'n cael ei drafod ar hyn o bryd ac mae cynrychiolwyr wedi siarad â'r Pwyllgor Diwylliant fel rhan o'r adolygiad;

- Darparu cymorth ariannol i'r Gemau Olympaidd Arbennig a gynhaliwyd yng Nghaerdydd;

- Sefydlu'r Fforwm Pêl-droed a gyflwynodd adroddiad y llynedd cyn i Weinidog gyhoeddi £1.3m o arian ychwanegol gan Lywodraeth Cynulliad Cymru i gefnogi datblygiadau ym maes pêl-droed dros y 3 blynedd nesaf;

- Sefydlu Fforwm Ymwybyddiaeth o Weithgarwch Awyr Agored Cymru a gyflwynodd adroddiad y llynedd cyn i daflen ddiogelwch wrth ymgymryd â gweithgarwch awyr agored gael ei lansio yng Nghymru;

- Chwarae rôl hanfodol wrth ennill y cais i groesawu Cwpan Ryder 2010 i Gymru ynghyd â buddsoddiad tymor hir gan Lywodraeth Cynulliad Cymru i wireddu'r manteision o ran yr economi a chwaraeon gan gynnwys £250K y flwyddyn drwy gyfrwng Cyngor Chwaraeon Cymru ar gyfer datblygu golff;

- Darparu cymorth ariannol i Stadiwm y Mileniwm plc tuag at gynnal rownd derfynol Cwpan yr FA a digwyddiadau eraill;

- Pennu blaenoriaethau strategol yn y Cynllun i Gymru i gael pobl i gymryd rhan mewn chwaraeon, yn enwedig menywod, merched a phobl ifanc;

- Lansio'r Strategaeth Diwylliant sydd yn nodi nifer o amcanion sy'n ymwneud â chwaraeon, megis cynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon;

- Mae'r Cyngor Chwaraeon wedi darparu cymorth ariannol i Gyngor Gemau'r Gymanwlad yng Nghymru i'r tîm a fydd yn cystadlu yn y Gemau ym Manceinion eleni;

- Mae'r Cyngor Chwaraeon a Llywodraeth Cynulliad Cymru wedi rhoi Cynllun Gweithredu Tasglu Ymarfer Corff a Chwaraeon yn yr Ysgol Cymru ar waith ac yn ddiweddar cyhoeddodd y Gweinidog Addysg £5m o arian ychwanegol;

- Darparu cymorth ariannol i Gyngor Bwrdeistref Sirol Ynys Môn i gynnal astudiaeth ddichonoldeb mewn cysylltiad â chyflwyno cais i gynnal Gemau'r Ynysoedd yn 2009;

- Mae Llywodraeth Cynulliad Cymru mewn partneriaeth â Chymdeithas Llywodraeth Leol Cymru a'r Awdurdodau Lleol wrthi'n datblygu menter nofio rhad ac am ddim ac mae gobeithion mawr y bydd hyn yn annog pobl yn y grwpiau targed i gymryd rhan. Mae gweithgor wrthi'n paratoi meini prawf manwl ar hyn o bryd a bydd yn cyflwyno adroddiad yn fuan.

Blaenoriaethau Llywodraeth Cynulliad Cymru ar gyfer Cyngor Chwaraeon Cymru

1: Yn ystod y flwyddyn ariannol gyfredol 2002-03

Cyfanswm y cymorth grant a neilltuwyd i'r Cyngor Chwaraeon ar gyfer 2002/2003 yw £9.4m (£7.958m i'w gyfrif fel arian parod). O'r 76 o'r cyrff rheoli chwaraeon yng Nghymru sy'n cael eu cydnabod gan y Cyngor Chwaraeon, mae 58 yn cael cymorth ariannol ac mae tua 52% o'r gyllideb yn ariannu 83 o swyddi. Yn ei rôl fel dosbarthydd arian y loteri, bydd y Cyngor Chwaraeon yn dosbarthu dros £11m y flwyddyn ariannol hon i amrywiaeth o brosiectau trwy Gymru.

Amcan y Cyngor Chwaraeon yw:

- cael mwy o bobl i gymryd rhan mewn chwaraeon ac i wneud hynny yn amlach;

- codi safonau o ran perfformiad a rhagoriaeth mewn chwaraeon;

- gwella cyfleusterau;

- darparu gwybodaeth dechnegol a chyngor a dealltwriaeth gyffredinol am chwaraeon a hamdden.

Menywod mewn Chwaraeon

Mae Llywodraeth Cynulliad Cymru wedi penderfynu y dylid parhau i roi mwy o bwyslais ar y maes datblygu hwn ym mhob agwedd ar raglenni'r Cyngor Chwaraeon. Mae nifer o fentrau ar waith, sydd wedi'u hanelu at gynyddu nifer y menywod sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon. Dyma'r fenter fwyaf nodedig:

Genethod yn Gyntaf

Mae'r cynllun hwn yn cynnig hyd at £1,000 i ysgolion uwchradd i helpu i ddarparu cyfleoedd allgyrsiol ychwanegol i ferched. Mae tua 80% o ysgolion uwchradd Cymru wedi cymryd rhan yn y rhaglen gan gynnig dros 30 o weithgareddau ar-ôl-ysgol i ferched. Mae Llywodraeth Cynulliad Cymru wedi addo £350K i'r rhaglen eleni.

Datblygu Golff

Mae £250K o arian ychwanegol wedi'i ddarparu eleni. Rhoddwyd cyflwyniad i'r Pwyllgor ar y gwaith hwn.

Sportsmatch

Mae £150K o arian ychwanegol, sy'n gwneud cyfanswm o £450K eleni, yn sicrhau bod cryn gyfle i greu partneriaethau cyhoeddus/preifat sy'n fanteisiol i fyd chwaraeon.

Chwarae dros Gymru

Rhyddhawyd £250K o arian ychwanegol eleni er mwyn ceisio sicrhau bod cystadleuwyr rhyngwladol yn wynebu cyn lleied o gostau â phosib, yn enwedig y rheini sy'n gorfod teithio bellaf i hyfforddi a chwarae dros Gymru.

2: Dros dair blynedd ariannol nesaf y cylch cynllunio cyllideb.

Yn ogystal â'r blaenoriaethau parhaus a restrir ar gyfer y flwyddyn gyfredol, mae dwy brif flaenoriaeth ychwanegol ar gyfer y cyfnod nesaf.

Datblygu Pêl-droed

Fel y nodwyd yn flaenorol, bydd Llywodraeth Cynulliad Cymru yn rhoi £1.3m o arian ychwanegol i ddatblygu pêl-droed yng Nghymru dros y tair blynedd nesaf, sy'n gwneud cyfanswm cyffredinol o bron i £2m. Mae Ymddiriedolaeth yr FAW wedi rhoi cyflwyniad i'r Pwyllgor ynghylch ei chynllun gweithredu ar gyfer rhoi argymhellion y Fforwm Pêl-droed ar waith. Bydd y buddsoddiad hwn yn gwneud cyfraniad sylweddol at nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon, yn enwedig menywod a merched.

Hyfforddi

A bwrw y bydd modd dod i gytundeb â Chyngor Chwaraeon Cymru ynghylch cynllun cyflenwi manwl sy'n mynd i'r afael â ffactorau fel cynyddu nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon i'r lefel uchaf bosib, datblygu chwaraeon menywod a merched ac ati, mae'r Gweinidog yn gobeithio gwneud cyhoeddiad pwysig maes o law.

Casgliad

Mae Llywodraeth Cynulliad Cymru wedi gwneud cyfraniad pwysig drwy gynyddu'r cyfleoedd i bobl gymryd rhan mewn chwaraeon. Bydd y Strategaeth Chwaraeon yn ceisio asesu'r hyn a gyflawnwyd mewn ffordd onest, ond hefyd

yr her sylweddol sydd o'n blaen os ydym am i Gymru fod cystal â rhai gwledydd blaengar yn y maes hwn fel Awstralia a'r Ffindir.

Wrth gwrs, gallai Adolygiad y Loteri effeithio ar sut y bydd Cymru'n gallu ariannu cyfleoedd i bobl gymryd rhan mewn chwaraeon yn y dyfodol, ac mae honno'n broses yr ydym yn gobeithio dylanwadu arni ond na allwn ei rheoli. Ond mae'r Gronfa Diwylliant sydd newydd ei chreu yn cynnig peth hyblygrwydd ychwanegol, gan ganiatáu i'r Llywodraeth yn y dyfodol ymateb yn gyflym ac yn effeithiol i syniadau a chynlluniau arloesol partneriaid allweddol wrth wario arian cyhoeddus ar chwaraeon yng Nghymru.

Yr Uned Polisi Chwaraeon – Ionawr 2003

ATODIAD 5

STRWYTHUR TREFNIADOL CYRFF CHWARAEON YNG NGHYMRU

LLYWODRAETH CYNULLIAD CYMRU

Cymorth Grant

Loteri

YR ADRAN DIWYLLIANT, Y CYFRYNGAU A CHWARAEON

Polisi ac Arian

CYNGOR CHWARAEON CYMRU

Dan nawdd:

Y Loteri Genedlaethol a Llywodraeth Cynulliad Cymru

Cyfrifoldebau:

Cynyddu lefel y bobl sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon.

Gwella perfformiad mewn chwaraeon.

Gwella cyfleusterau chwaraeon.

Darparu gwybodaeth a chyngor.

CYRFF RHEOLI CHWARAEON

Dan nawdd:

Cyngor Chwaraeon Cymru (sy'n cael ei ariannu gan y Loteri Genedlaethol a Llywodraeth Cynulliad Cymru)

Cyfrifoldebau:

Rheoli chwaraeon (h.y, gwarchod rheolau a rheoliadau chwaraeon).

Darparu gwasanaethau aelodaeth (i glybiau ac unigolion).

Rheoli ac ariannu rhaglen ryngwladol i dimau ac unigolion sy'n cynrychioli Cymru.

Gweinyddu rhaglen o ddigwyddiadau cenedlaethol.

Hyfforddi hyfforddwyr, swyddogion, dyfarnwyr ac ati..

Sefydlu rhaglen gystadleuaeth raddedig ledled Cymru.

Sefydlu rhaglen hyfforddi ledled Cymru.

Sefydlu rhaglen ar gyfer canfod a datblygu talent.

CYMDEITHASAU CHWARAEON ARDAL/RHANBARTHOL

Dan nawdd:

Cyngor Chwaraeon Cymru

Awdurdodau lleol (sy'n darparu cyfleusterau)

Cyfrifoldebau:

Gweinyddu rhaglen o ddigwyddiadau a chystadlaethau rhanbarthol (e.e. cynghreiriau).

Gweithredu rhaglen gystadleuaeth ar gyfer timau ardal a rhanbarthol.

Sefydlu rhaglen hyfforddi ar gyfer pobl ifanc sydd â thalent ac ymrwymiad (e.e. canolfannau rhagoriaeth rhanbarthol, canolfannau datblygu lleol).

↓

CLYBIAU

Dan nawdd:

Cyngor Chwaraeon Cymru

Awdurdodau lleol (sy'n darparu cyfleusterau yn bennaf)

Cyfrifoldebau:

Darparu cyfleoedd hyfforddi a chystadlu.

Recriwtio gwirfoddolwyr ar gyfer hyfforddi, gwaith swyddogion a gweinyddu.

↓

YSGOLION

Dan nawdd:

Awdurdodau lleol

Cyngor Chwaraeon Cymru (e.e. Campau'r Ddraig)

Cyfrifoldebau:

Darparu cyfleoedd i blant gymryd rhan mewn chwaraeon.

Darparu cyfleoedd i ganfod a datblygu talent mewn chwaraeon arbennig (e.e. rygbi, pêl-rwyd, ac ati..).

O.N. Awdurdodau lleol sy'n darparu'r rhan fwyaf o gyfleusterau chwaraeon Cymru e.e. canolfannau chwaraeon/hamdden, pyllau nofio, caeau pêl-droed/rygbi, ac ati..

ATODIAD 6

ADRODDIAD Y TASGLU ADDYSG GORFFOROL A CHWARAEON YN YR YSGOL - ARGYMHELLION

PRIF ARGYMHELLION	
1. ADDYSG GORFFOROL YN Y CWRICWLWM YSGOL Codi safonau mewn addysg gorfforol trwy sicrhau bod pob ysgol: • yn rheoli'r pwnc yn effeithiol o fewn cwricwlwm yr ysgol gyfan; • yn gosod targedau heriol ar gyfer codi safonau mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol; • yn darparu digon o amser cwricwlwm i addysgu gofynion y Cwricwlwm Cenedlaethol ar gyfer addysg gorfforol ym mhob cyfnod allweddol; • yn datblygu sgiliau corfforol pobl ifainc o'r naill flwyddyn i'r llall a gwella eu dealltwriaeth o bwysigrwydd iechyd a ffitrwydd.	
<u>RHEOLI ADDYSG GORFFOROL</u> Rheoli'r pwnc yn effeithiol o fewn cwricwlwm yr ysgol gyfan, gan gynnwys gosod targedau ar gyfer codi safonau mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.	
1.1.1 Dylai prifathrawon nodi meysydd ar gyfer datblygu mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol, fel rhan o gynllun datblygu'r ysgol.	
1.1.2 Dylai adrannau addysg gorfforol mewn ysgolion uwchradd ac arweinwyr pwnc mewn ysgolion cynradd nodi targedau meintiol ac ansoddol yn eu cynlluniau datblygu pwnc gyda'r nod o godi safonau. Dylai'r targedau hyn gynnwys addysg berthynol i iechyd a materion ffitrwydd.	
1.1.3 Dylai pob adroddiad ar arolygiad ysgol gynradd gynnwys adroddiad ar y safonau mewn addysg gorfforol.	
<u>1.2 DARPARU AMSER CWRICWLWM</u> Darparu digon o amser i athrawon gyflawni gofynion y Cwricwlwm Cenedlaethol o ran addysg gorfforol ym mhob cam allweddol.	
1.2.1 Bod Cynulliad Cenedlaethol Cymru yn gwneud addysg gorfforol yn bwnc craidd o fewn y Cwricwlwm Cenedlaethol.	
1.2.2 Bod ysgolion yn dyrannu o leiaf 2 awr o amser cwricwlwm ar gyfer addysg gorfforol bob wythnos ym mhob cyfnod allweddol ac ar gyfer pob person ifanc.	
1.2.3 Dylai'r Cynulliad gyhoeddi canllawiau ar gyfer defnyddio amser cwricwlwm yn effeithiol gan ddefnyddio astudiaethau achos o adroddiadau AALl ac Estyn.	

1.3	*SICRHAU PARHAD A DILYNIANT YN Y DYSGU* Datblygu sgiliau corfforol pobl ifanc, gan gynnwys gwella eu dealltwriaeth o bwysigrwydd iechyd a ffitrwydd.	
1.3.1	Dylai Awdurdodau Addysg Lleol, gyda nawdd gan y Cynulliad, sefydlu system o gael cyd-gysylltwyr addysg gorfforol er mwyn codi safonau, rhannu arfer da a gweithio gyda grwpiau o ysgolion a'u timau uwch reolwyr i'w helpu i gynllunio'r cwricwlwm gyda'i gilydd.	
1.3.2	Dylai ysgolion reoli eu cyfleusterau yn effeithiol, yn enwedig campfeydd a neuaddau chwaraeon a rhoi'r brif flaenoriaeth bob amser i'w defnyddio ar gyfer addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.	
2	**HYFFORDDIANT**	
2.1	ADDYSG GORFFOROL AR GYFER ADDYSG A HYFFORDDIANT CYCHWYNNOL ATHRAWON Sicrhau bod Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon yn cynysgaeddu'r hyfforddeion â'r hyder, yr wybodaeth, y sgiliau a'r ddealltwriaeth angenrheidiol i addysgu addysg gorfforol.	
2.1.1	Bod y Cynulliad yn paratoi Cwricwlwm Cenedlaethol mewn Addysg Gorfforol ar gyfer Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon er mwyn gwella'r cysondeb yn ansawdd yr hyfforddiant drwy Gymru.	
2.1.2	Dylai pob darparwr Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon roi i hyfforddeion nifer y cytunir arno o oriau o hyfforddiant mewn addysgu addysg gorfforol er mwyn diwallu gofynion y Cwricwlwm Cenedlaethol bwriedig mewn addysg gorfforol ar gyfer Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon a sicrhau eu bod yn cyflawni isafswm lefel medrusrwydd a gaiff ei ddiffinio yn glir erbyn iddynt gwblhau eu cwrs.	
2.1.3	Bod yn rhaid i bob hyfforddai gynnwys cyfeiriad at lefelau medrusrwydd a gyflawnwyd mewn addysg gorfforol yn eu Proffil Dechrau Gyrfa (PDG).	
2.1.4	Dylai'r Cynulliad gomisiynu arolwg o arfer da wrth fentora hyfforddeion mewn addysg gorfforol yn ystod eu cwrs Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon.	
2.2	DATBLYGIAD PROFFESIYNOL PARHAUS Codi safonau mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol trwy sefydlu rhaglenni datblygiad proffesiynol parhaus cydnabyddedig ar gyfer pob athro ac athrawes.	
2.2.1	Dylai'r Cynulliad nodi'r meysydd sydd i gael blaenoriaeth o ran datblygu athrawon mewn addysg gorfforol.	
2.2.2	Dylai'r Cynulliad sefydlu Bwrdd Datblygu Proffesiynol ar gyfer Addysg Gorfforol yng Nghymru i drefnu strategaeth ranbarthol a chenedlaethol i sicrhau ansawdd datblygiad proffesiynol cydnabyddedig i athrawon addysg gorfforol.	
2.2.3	Dylai'r Cynulliad sefydlu trefn i helpu pob athro ac athrawes a hyfforddai i allu mynd ar raglenni addysg hyfforddwyr cenedlaethol gan gynnwys ysgol haf o gyrsiau dan y Corff Llywodraethu Cenedlaethol ar gyfer athrawon sydd newydd gymhwyso a hyfforddeion Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon.	
2.2.4	Dylai'r Cynulliad wneud addysg gorfforol yn rhan orfodol o unrhyw drefn ar gyfer sefydlu athrawon neu ar gyfer datblygiad proffesiynol cynnar a gyflwynir yng Nghymru er mwyn atgyfnerthu arferion diogel.	

2.2.5	Dylai'r Cynulliad sefydlu rhaglen hyfforddi ar gyfer pob arolygwr, mentor a thiwtor mewn addysg gorfforol sydd heb fod yn arbenigwyr.	
2.2.6	Dylai'r Cynulliad sefydlu system o gyd-gysylltwyr ar gyfer addysg gorfforol yn yr ysgol a'u hyfforddi i ddarparu cefnogaeth i athrawon cynradd er mwyn gwella safonau.	
2.2.7	Dylai'r Cynulliad ddarparu rhaglenni datblygiad proffesiynol penodol ar gyfer athrawon sydd newydd gymhwyso ac athrawon llanw.	
3	**CYFLEUSTERAU AC ADNODDAU** Gwella ansawdd y cyfleusterau a'r adnoddau ar gyfer addysg gorfforol ym mhob ysgol yng Nghymru.	
3.1	Dylai Estyn nodi safonau sylfaenol ar gyfer cyfleusterau addysg gorfforol mewn ysgolion cynradd ac uwchradd.	
3.2	Dylai'r Cynulliad Cenedlaethol ddyrannu swm sylweddol o'r arian Loteri Genedlaethol ychwanegol y gwnaed cyhoeddiad amdano yn ddiweddar gan Brif Weinidog Cymru, i Awdurdodau Addysg Lleol er mwyn datblygu a chynnal a chadw cyfleusterau mewn ysgolion.	
3.3	Dylid sefydlu agwedd strategol at ddarparu cyfleusterau mewn ysgolion ac yn y gymuned.	
3.4	Dylid rheoli yn fwy effeithiol gyfleusterau mewn ysgolion, megis campfeydd a neuaddau chwaraeon gan roi'r brif flaenoriaeth i ddefnydd arbenigol ohonynt ar gyfer gofynion addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.	
4	**CHWARAEON YN YR YSGOL** Cefnogi ysgolion yng Nghymru i ehangu'r cyfleoedd ar gyfer chwaraeon yn yr ysgol y tu hwnt i'r diwrnod ysgol trwy wella ansawdd ac ehangder gweithgareddau ar ôl oriau ysgol ar gyfer pob person ifanc waeth beth fo ei oed, ei allu, ei gefndir ethnig, ei ryw na'i leoliad daearyddol.	
4.1	Dylai pob ysgol fabwysiadu agwedd strategol at gynllunio a rhoi ar waith gyfleoedd ar gyfer chwaraeon yn yr ysgol, i bob person ifanc waeth beth fo ei oed, ei ryw, ei allu, ei gefndir ethnig na'i leoliad daearyddol.	
4.2	Dylai ysgolion fabwysiadu agwedd gyd-drefnedig wrth gynllunio addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol er mwyn defnyddio adnoddau yn y gymuned yn effeithlon ac effeithiol.	
4.3	Dylai cyd-gysylltwyr traws-gyfnodol mewn ysgolion gydweithio â'r rhai sy'n darparu chwaraeon yn y gymuned er mwyn darparu seilwaith cynaladwy ar gyfer datblygu chwaraeon yn yr ysgol.	
4.4	Dylid arfarnu yn flynyddol y cyfleoedd a geir ar gyfer dysgu y tu allan i oriau ysgol, gan gynnwys chwaraeon, a dylai Awdurdodau Addysg Lleol wneud cais am arian o'r Gronfa Cyfleoedd Newydd.	
4.5	Dylid sefydlu Cymdeithas Chwaraeon Ysgol Ranbarthol gyda nawdd priodol a chan gynnwys athrawon cynradd ac uwchradd, Swyddogion Datblygu Chwaraeon, Swyddogion Datblygu Rhanbarthol a chyd-gysylltwyr Chwaraeon y Ddraig, er mwyn cyd-drefnu chwaraeon mewn ysgolion o fewn Awdurdodau Addysg Lleol a thrwy Gymru benbaladr.	
4.6	Dylid ehangu Menter Chwaraeon y Ddraig er mwyn cynnwys ysgolion.	
5	**Y FFORDD YMLAEN** <u>STRWYTHUR AR GYFER DATBLYGU MENTRAU ADDYSG GORFFOROL A CHWARAEON YN YR YSGOL</u> Sefydlu strwythur cydweithredol gyda Chanolfannau Datblygu Cwricwlwm er mwyn adnabod a	

datblygu arfer da mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.		
5.1	Dylai'r Cynulliad benodi cyd-drefnydd cenedlaethol i reoli, monitro, arfarnu ac adrodd ar y modd y rhoddir argymhellion yr adroddiad hwn ar waith.	
5.2	Dylid sefydlu grwp llywio i gefnogi rhoi'r argymhellion ar waith.	
5.3	Dylai'r Cynulliad sefydlu strwythur cydweithredol ar gyfer adnabod, atgyfnerthu a datblygu ymhellach arfer da sy'n bodoli mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol trwy weithredu peilot ar gyfer rhwydwaith o glystyrau datblygu cwricwlwm er mwyn darparu cefnogaeth strwythurol i'r argymhellion a nodir yn yr adroddiad hwn. Bydd angen ystod hyblyg o fodelau er mwyn adlewyrchu anghenion ac arbenigeddau unigol, yn lleol ac yn rhanbarthol. Dylai'r strwythur ddarparu:	
• Clwstwr o ysgolion, colegau a/neu ganolfannau hamdden er mwyn hyrwyddo cydgysylltu effeithiol a pharhad rhwng y cyfnodau allweddol mewn addysg.		
• Rhwydwaith i atgyfnerthu a datblygu safonau da sy'n bodoli mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.		
• Rhwydwaith ar gyfer datblygu mentrau newydd mewn addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.		
• Canolfannau sydd wedi ymrwymo i ddarparu digon o amser, rheolaeth gefnogol a modd i adnabod a rhannu arfer da yn y rhaglen addysg gorfforol, y gweithgareddau allgwricwlaidd a mentrau fel Chwaraeon y Ddraig.		
• Canolfannau lle gellir datblygu rhaglenni datblygiad proffesiynol ar gyfer athrawon a darlithwyr dan hyfforddiant, myfyrwyr ar raglenni Addysg a Hyfforddiant Cychwynnol Athrawon a hyfforddwyr.		
• Canolfannau sy'n datblygu cyd-ddarpariaeth a rhannu defnydd o adnoddau arbenigol.		
• Canolfannau sy'n hyrwyddo gwybodaeth a dealltwriaeth ynghylch iechyd a ffitrwydd ac sydd wedi ymrwymo i athroniaeth ffordd o fyw lle cedwir yn heini.		
• Canolfannau a fydd yn darparu tystiolaeth o arfer da, i'w rannu drwy Gymru gyfan.		
6. CANOLFANNAU DATBLYGU CWRICWLWM Sefydlu Canolfannau Datblygu Cwricwlwm a sicrhau eu bod yn cydweithio er mwyn nodi a datblygu arferion da ym meysydd addysg gorfforol a chwaraeon yn yr ysgol.		