



School Sport Survey 2018

Arrolwg ar Chwaraeon Ysgol

Ceredigion

Adroddiad Awdurdod Lleol



Ceredigion: Crynodeb 2018 o Ganlyniadau

Cymhelliant



Hoffai **97%**

o'r disgyblion wneud mwy o chwaraeon

Hyder



80% o'r disgyblion yn hyderus i roi cynnig ar weithgareddau newydd



52% o'r disgyblion wedi cymryd rhan mewn chwaraeon dair gwaith neu fwy yr wythnos

Ymwybyddiaeth



A yw disgyblion yn ymwybodol o'r cyfleoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon yng Ngheredigion?

Cyfleoedd ac Adnoddau



109 munud o A.G. gwricwlaidd yn cael eu darparu gan Geredigion yr wythnos

Y Profiad



64% o'r disgyblion yn mwynhau A.G. 'yn fawr'

Ar ôl arolwg llwyddiannus yn 2015, cafodd Arolwg Chwaraeon Ysgol Chwaraeon Cymru ei weithredu eto yn ystod tymor yr haf 2018. Yn gyffredinol, cymerodd **120,175 o ddisgyblion** o **1,095 o ysgolion** yng Nghymru ran gan wneud hwn yr arolwg mwyaf hyd yma.

Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno canlyniadau penodol i Geredigion lle bu i 2708 o ddisgyblion gymryd rhan a rhannu eu llais mewn perthynas ag addysg gorfforol (AG), chwaraeon allgyrsiol a gweithgarwch cymunedol.

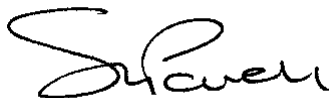
Mae'r adran gyntaf ar gyfranogiad pobl ifanc mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol yn darparu crynodeb o faint o ddisgyblion yng Ngheredigion sy'n cymryd rhan yn rheolaidd mewn chwaraeon a phawb weithgareddau maent yn eu gwneud. Byddwch yn gallu cymharu eich canlyniadau â'r blynyddoedd blaenorol yn ogystal â'r cyfartaledd cenedlaethol.

Yn dilyn hyn, cyflwynir y canlyniadau o dan yr Elfennau Ymgysylltu. Mae'r pum maes allweddol yma'n sail i'r tebygolrwydd y bydd person ifanc yn cymryd rhan mewn cyfleoedd chwaraeon. Gall y dystiolaeth a ddarperir o dan bob un o'r meysydd hyn helpu fel sail i'r camau gweithredu y gall Ceredigion eu rhoi ar waith i wella ansawdd y chwaraeon mae'n eu cynnig. Mae hyn yn cynnwys faint o ddisgyblion sy'n mwynhau cymryd rhan mewn chwaraeon ar hyn o bryd a'r mathau o weithgareddau maent wedi dangos diddordeb mewn gwneud mwy ohonynt. Dyma'r Elfennau Ymgysylltu:

- Cymhelliant
- Hyder
- Ymwybyddiaeth
- Cyfle ac Adnoddau
- Y Profiad

Diolch i chi am gymryd rhan yn yr arolwg. Gobeithio y bydd y dystiolaeth yn yr adroddiad hwn yn ddefnyddiol ar gyfer arolygu, cynllunio ac fel adnodd i gynorthwyo gyda thrafodaeth am chwaraeon, gweithgarwch a lles gyda disgyblion a staff. Trwy wneud hynny byddwch nid yn unig yn gwella bywydau eich disgyblion ond hefyd yn helpu Cymru i gyflawni ei gweledigaeth o fod yn **Genedl Egnïol Lle Gall Pawb Gael Mwynhad Oes o Chwaraeon**.

Yn gywir



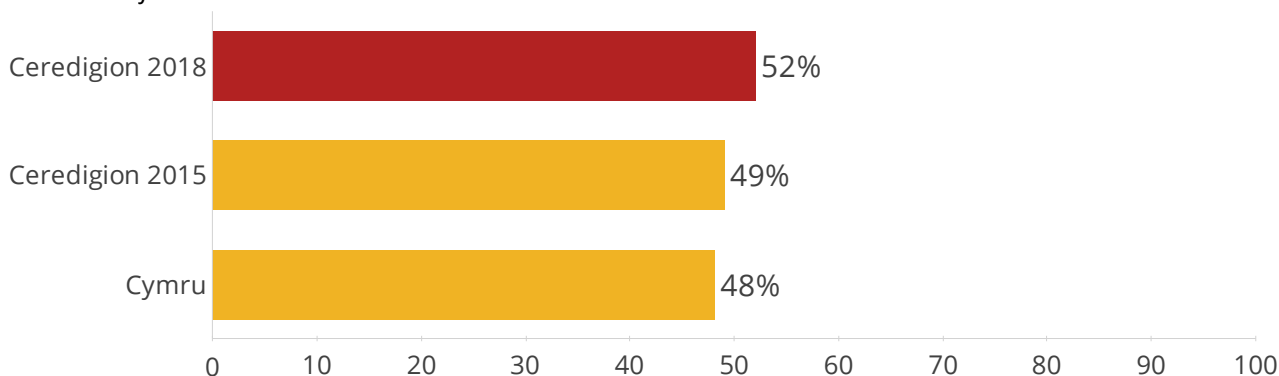
Sarah Powell
Prif Weithredwr

Adran 1: Tuag at Genedl Egnïol

Cyfranogiad Cyffredinol

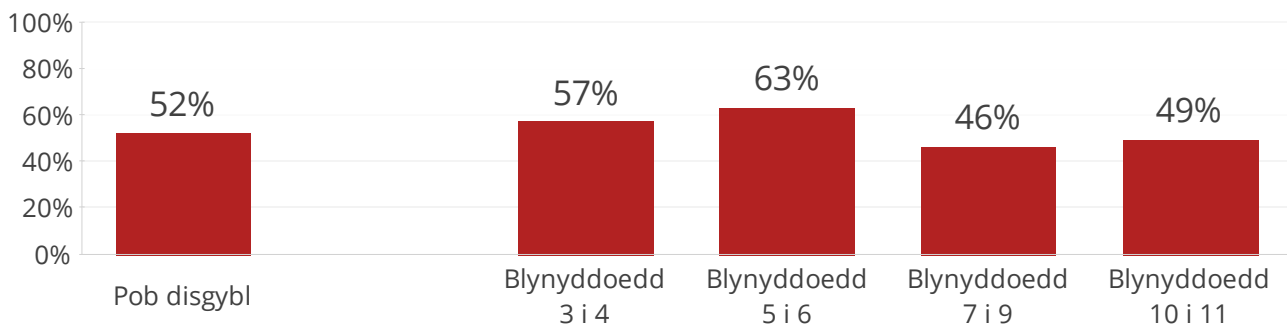
Mae'r **Weledigaeth ar gyfer Chwaraeon yng Nghymru** yn galw am **Genedl Egnïol Lle Gall Pawb Gael Mwynhad Oes o Chwaraeon**. Ers 2011, mae'r Arolwg Chwaraeon Ysgol wedi cyflwyno darlun manwl o amledd y cymryd rhan, gan alluogi i ni edrych ar sawl gwaith yr wythnos mae disgyblion yn cymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol trefnus y tu allan i'r cwricwlwm. Mae i ba raddau mae disgyblion yn cymryd rhan mewn chwaraeon a/neu weithgarwch corfforol dair gwaith neu fwy yr wythnos yn arwydd o ran a yw pobl ifanc yng Nghymru'n cyfrannu tuag at '**Genedl Egnïol**'.

Ffigur 1. Canran y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon trefnus y tu allan i'r cwricwlwm dair gwaith yr wythnos o leiaf.



Yng Ngheredigion, cymerodd **52%** o'r disgyblion ran mewn chwaraeon allgyrsiol yn yr ysgol, neu mewn camp gyda chlwb y tu allan i'r ysgol dair gwaith neu fwy yr wythnos. Hefyd, mae **54% o'r bechgyn** yn cymryd rhan dair gwaith neu fwy yr wythnos, o gymharu â **51% o'r merched**. Yng Nghymru, mae **47%** o ddisgyblion cynradd a **48%** o ddisgyblion uwchradd yn cymryd rhan dair gwaith neu fwy yr wythnos.

Ffigur 2. Canran y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon trefnus y tu allan i'r cwricwlwm dair gwaith yr wythnos o leiaf yn ôl grŵp blwyddyn.

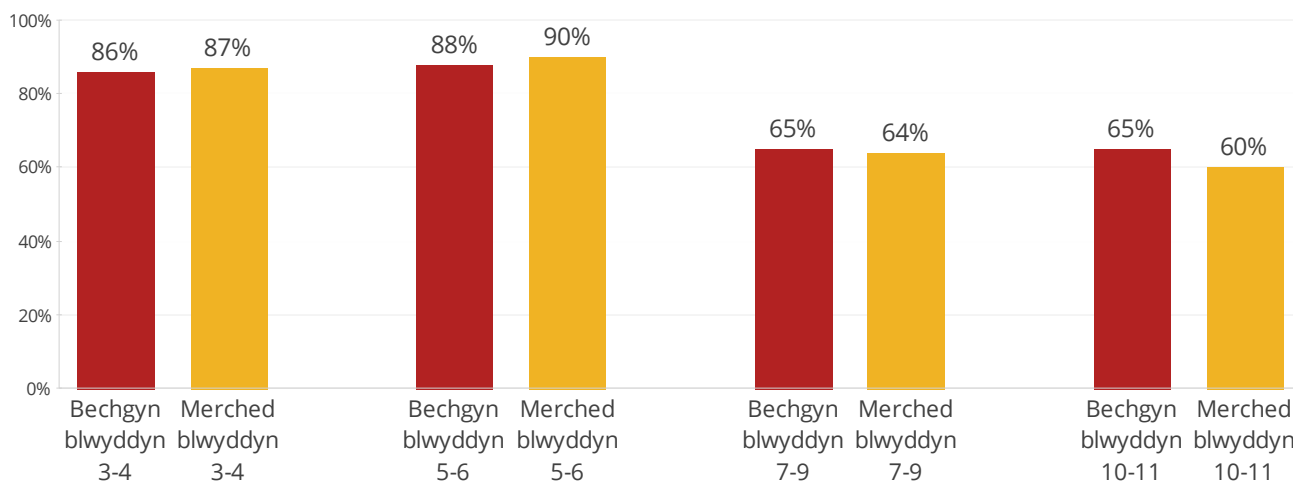


Cymryd Rhan Mewn Chwaraeon Allgyrsiol (clwb ar ôl ysgol neu amser cinio)

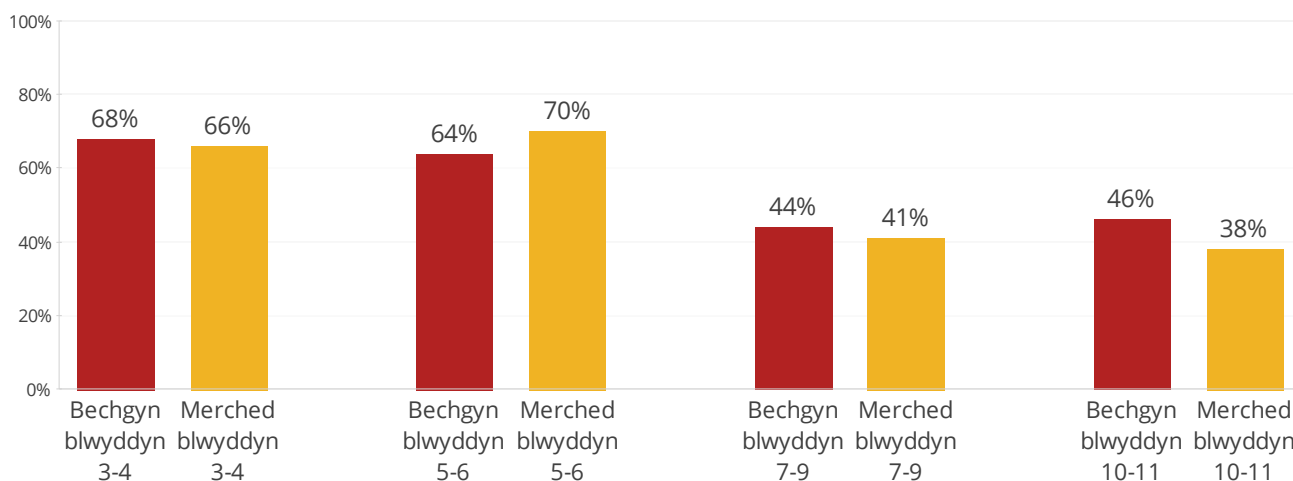
Cymerodd **74%** o ddisgyblion Ceredigion ran unwaith o leiaf mewn chwaraeon allgyrsiol yn ystod blwyddyn ysgol 2017/18. Mae hyn yn cymharu â chyfradd gymryd rhan genedlaethol o **66%**.

Cymerodd **53%** o ddisgyblion Ceredigion ran yn aml (cymryd rhan o leiaf unwaith yr wythnos ar gyfartaledd mewn chwaraeon allgyrsiol yn ystod blwyddyn ysgol 2017/18), o gymharu â chyfradd gymryd rhan genedlaethol o **50%**.

Ffigurau 3. Canran y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn unrhyw weithgarwch allgyrsiol yn ôl blwyddyn ysgol a rhyw.













Ffigurau 4. Canran y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn unrhyw weithgarwch yn aml (unwaith yr wythnos o leiaf) yn ôl blwyddyn ysgol a rhyw.



Dangosir y chwaraeon y mae'r disgyblion fwyaf tebygol o gymryd rhan ynddynt yn ystod y cyfnod allgyrsiol isod. Gwelir rhestr lawn yn yr Atodiadau.

Ffigur 5. Gweithgareddau allgyrsiol poblogaidd yng Ngheredigion yn ôl rhyw.

Bechgyn	5 Uchaf	Merched	5 Uchaf
	47%		37%
Pêl Droed		Rownderi / Pêl Fas / Pêl Feddal	
	37%		37%
Rygbi		Athletau	
	35%		36%
Rhedeg neu Loncian		Pêl Rwyd	
	35%		34%
Athletau		Rhedeg neu Loncian	
	32%		32%
Rownderi / Pêl Fas / Pêl Feddal		Pêl Droed	











Gwelir dadansoddiad llawn o'r gweithgareddau yn Atodiad A.

Cymryd rhan mewn chwaraeon cymunedol

Mae **69%** o ddisgyblion Ceredigion yn cymryd rhan mewn chwaraeon unwaith yr wythnos o leiaf mewn clwb cymunedol o gymharu â **65%** fel cyfartaledd Cymru.

Dangosir y chwaraeon poblogaidd mae disgyblion Ceredigion yn cymryd rhan ynddynt mewn clybiau cymunedol yn y tabl isod:

Ffigur 6. Gweithgareddau cymunedol poblogaidd yng Ngheredigion yn ôl rhyw.

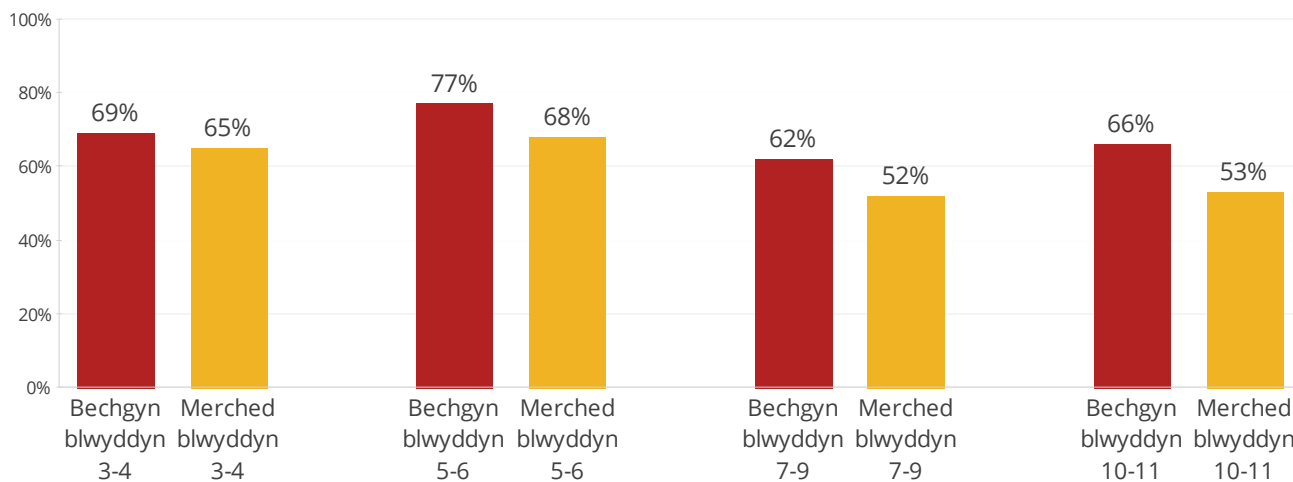
Bechgyn	5 Uchaf	Merched	5 Uchaf
	43%		31%
Pêl Droed		Nofio	
	30%		27%
Rygi		Dawns	
	25%		19%
Nofio		Gymnasteg	
	21%		18%
Rhedeg neu Loncian		Rhedeg neu Loncian	
	16%		18%
Athletau		Pêl Droed	

Gwelir dadansoddiad llawn o'r chwaraeon yn Atodiad B.

Aelodaeth o Glybiau Chwaraeon

Dyweddodd **63%** o ddisgyblion Ceredigion eu bod yn aelodau o glwb chwaraeon. Gwelir y dadansoddiad yn ôl rhyw isod:

Ffigur 7. Canran y disgyblion sy'n aelodau o glwb chwaraeon yn ôl grŵp blwyddyn a rhyw.



Hefyd gofynnwyd i'r disgyblion uwchradd a ydynt yn gwirfoddoli neu'n helpu gyda chwaraeon yn yr ysgol neu yn eu cymuned.

Dyweddodd **36%** o ddisgyblion Ceredigion eu bod yn gwirfoddoli yn yr ysgol neu'r tu allan iddi mewn rhyw ffordd (**37% o fechgyn** a **35% o ferched**).

Mae hyn yn cymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol (**30%**), argyfer bechgyn (**31%**), ac ar gyfer merched (**30%**).











Adran 2: Cymhelliant – 'Rydw i eisiau cymryd rhan'

Mae cymhelliant yn ymwneud â dyhead mewnol disgybl i gymryd rhan mewn gweithgareddau chwaraeon. Dywedodd **97%** o ddisgyblion Ceredigion eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o chwaraeon o ryw fath, o gymharu â **96%** yng Nghymru.

Yng Ngheredigion, dywedodd **55%** o'r disgyblion y byddent yn hoffi gwneud mwy o Nofio, o gymharu â disgyblion yng Nghymru yn gyffredinol lle roedd y galw cudd mwyaf am Nofio. Yng Ngheredigion roedd y galw mwyaf ymhlith y bechgyn am Pêl Droed, ac ar gyfer y merched roedd y galw cudd mwyaf am Nofio.



Ffigur 8. Y pump o brif chwaraeon yr hoffai'r disgyblion wneud mwy ohonynt yn ôl rhyw.

Bechgyn	5 Uchaf	Merched	5 Uchaf
	56%		60%
Pêl Droed		Nofio	
	52%		50%
Beicio		Trampolinio	
	51%		49%
Nofio		Beicio	
	45%		45%
Beicio Mynydd		Dringo	
	44%		45%
Rugbi		Dawns	

Gwelir dadansoddiad llawn yn Atodiad C.

Adran 3: Hyder – ‘Rydw i’n gallu cymryd rhan’

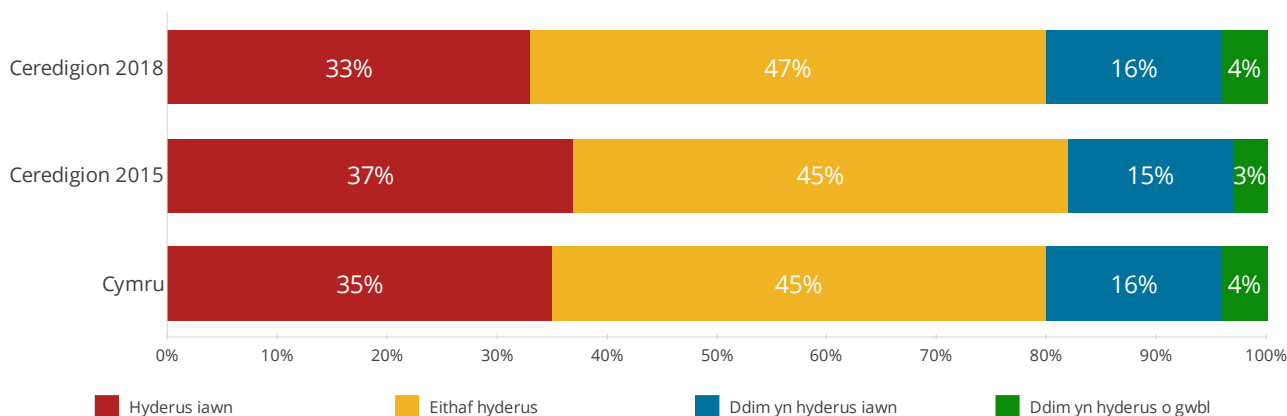
Mae cred pobl ifanc yn eu gallu eu hunain, a’u hyder i gymryd rhan mewn cyfleoedd chwaraeon newydd, yn debygol o effeithio ar a ydynt yn egniol ai peidio hefyd.



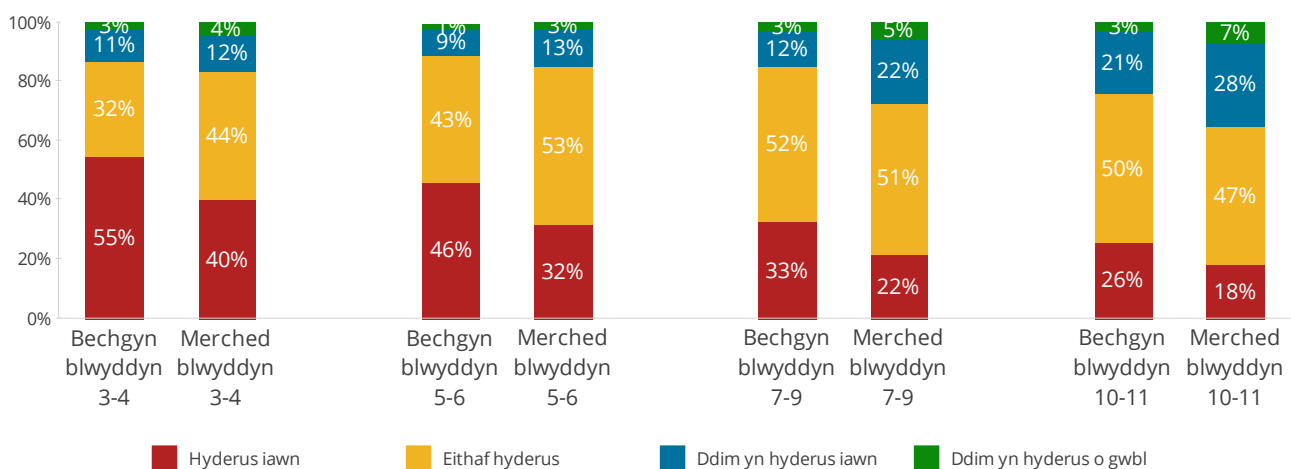
Datgelodd dadansoddiad o Arolwg Chwaraeon Ysgol 2015 bod y disgyblion hynny oedd yn hyderus iawn i roi cynnig ar weithgareddau newydd heb boeni ddwywaith yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon dair gwaith neu fwy yr wythnos.

Yn gyffredinol, mae **80%** o ddisgyblion Ceredigion yn hyderus iawn / eithaf hyderus i roi cynnig ar weithgareddau newydd.

Ffigur 9. Pa mor hyderus yw disgyblion yn rhoi cynnig ar weithgareddau newydd heb boeni?



Ffigur 10. Pa mor hyderus yw disgyblion yn rhoi cynnig ar weithgareddau newydd? (yn ôl grŵp blwyddyn a rhyw)



Yn ôl rhyw, mae **84% o'r bechgyn** yn hyderus iawn/eithaf hyderus, o gymharu â **76% o'r merched**. Hefyd dywedodd **24%** o'r disgyblion y byddent yn ‘gwneud mwy o chwaraeon pe baent yn fwy hyderus’ a dywedodd **24%** o'r disgyblion y byddent yn gwneud mwy o chwaraeon pe baent ‘yn well mewn chwaraeon’.

Adran 4: Ymwybyddiaeth – 'Rydw i'n gwybod ble i gymryd rhan'

Mae gwybod pryd, ble a sut i gymryd mantais o gyfleoedd perthnasol yn hanfodol os ydym eisiau i fwy o bobl ifanc fod yn egniol a chael mwynhad am oes o chwaraeon yng Nghymru.

Gall ysgolion gymryd sawl cam i gynyddu ymwybyddiaeth y disgyblion o gyfleoedd lleol a chyfleoedd a weithredir gan yr ysgol. Mae'r raffeg gwybodaeth isod yn dangos rhai o'r mesurau posib hyn.

School Sport Survey 2018 Arolwg ar Chwaraeon Ysgol

"Heb ymwybyddiaeth o gyfle mae manteisio arno'n amhosib"

Sut mae eich ysgol chi'n gwneud disgyblion yn **ymwybodol** o gyfleoedd chwaraeon?

Oes gan eich ysgol **gylchlythyr**? Ydi o'n cael ei ddefnyddio i wneud disgyblion yn ymwybodol o gyfleoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon?

Ydi cyfleoedd chwaraeon yn cael eu cyhoeddi yng **ngwasanaeth boreol** yr ysgol? Os nad ydynt, fedr y disgyblion gyhoeddi'r rhain?

Ydi eich ysgol yn defnyddio **cyfryngau cymdeithasol** i hybu cyfleoedd chwaraeon i ddisgyblion?

Sut gallai rhieni neu **Gymdeithas Rhieni ac Athrawon** eich ysgol helpu i roi gwybod am gyfleoedd chwaraeon yn yr ysgol?

Oes gan eich ysgol **wefan** y gallid ei defnyddio i hybu cyfleoedd chwaraeon?

Oes gennych chi **lysgenhadon ifanc** neu **gynghorau chwaraeon** yn eich ysgol? Sut gallent hybu chwaraeon yn eich ysgol?

Adran 5: Cyfleoedd ac Adnoddau – 'Mae'n hawdd i mi gymryd rhan'

Er mwyn i fwy o bobl ifanc allu cymryd rhan mewn chwaraeon yn amlach, mae'n bwysig bod cyfleoedd ar gael ac yn hawdd cael mynediad iddynt. Mae'r adran ganlynol yn disgrifio beth sydd ar gael o ran darpariaeth gwricwlaidd ac allgyrsiol yng Ngheredigion.

AG Gwricwlaidd



Gosododd Llywodraeth Cynulliad Cymru darged yn 'Dringo'n Uwch' i bob ysgol gynradd ac uwchradd ddarparu o leiaf 2 awr o chwaraeon a gweithgarwch corfforol cwricwlaidd yr wythnos. Mae Ceredigion yn darparu **109 o funudau o AG gwricwlaidd yr wythnos** ar gyfartaledd o gymharu â **99 o funudau** mewn awdurdodau lleol ledled Cymru.

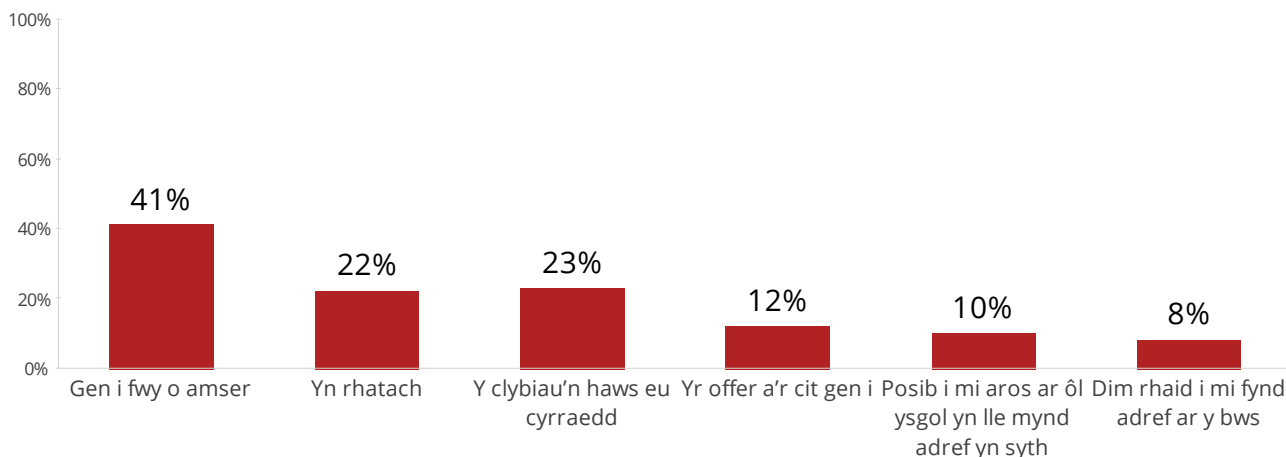
Ar gyfartaledd, mae Ceredigion yn cynnig **109 o funudau yr wythnos** i ddisgyblion cynradd a **105 o funudau yr wythnos** i ddisgyblion uwchradd. Mae hyn yn cymharu â chyfartaledd cenedlaethol o **99 o funudau** i ddisgyblion cynradd, a **95 o funudau** i ddisgyblion uwchradd.

Chwaraeon Allgyrsiol



Gall darparu amrywiaeth o weithgareddau helpu ysgolion i weithio gyda phob disgybl a rhoi cyfleoedd iddynt ddatblygu amrywiaeth o wahanol sgiliau a chymwyseddau. Ar gyfartaledd, darperir **9** o wahanol weithgareddau mewn ysgolion cynradd a **14** o wahanol weithgareddau mewn ysgolion uwchradd yng Ngheredigion, o gymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol o **8** (cynradd) a **15** (uwchradd) o weithgareddau. Gall cymharu'r gweithgareddau mae eich ysgolion yn eu darparu ochr yn ochr â'r ffigurau galw cudd a nodwyd yn yr adran 'cymhelliant' helpu eich awdurdod lleol i nodi meysydd posib ar gyfer mwy o ymgysylltu mewn chwaraeon.

Ffigur 11. Pa 'gyfleoedd ac adnoddau' fyddai'n annog disgyblion Ceredigion i wneud mwy o chwaraeon?



Adran 6: Y Profiad – ‘Rydw i wrth fy modd yn cymryd rhan’

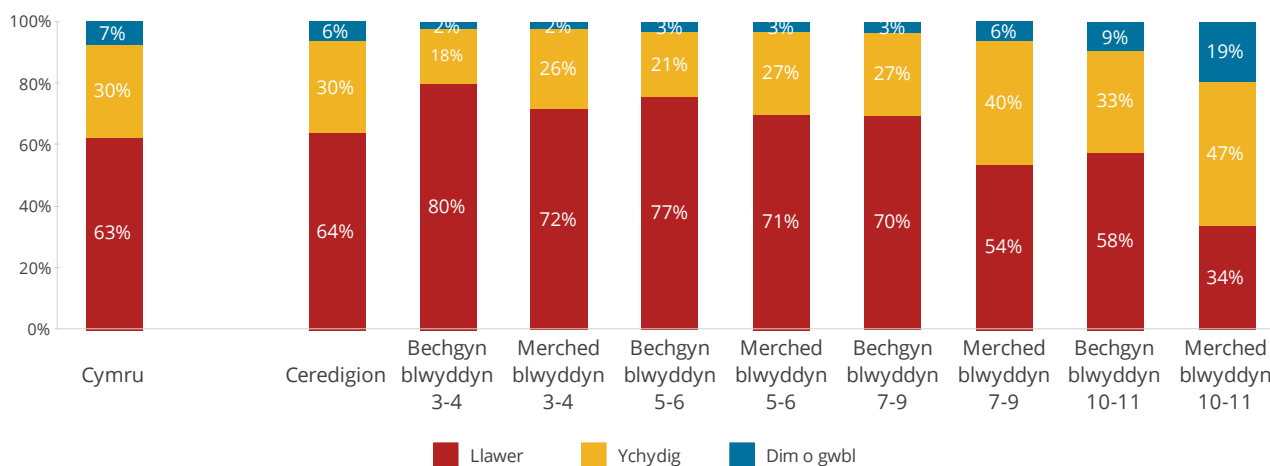
Yn 2015, dangosodd yr Arolwg ar Chwaraeon Ysgol bod disgyblion bron ddwywaith yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon dair gwaith neu fwy yr wythnos os oeddent yn mwynhau chwaraeon ysgol ‘yn fawr’.



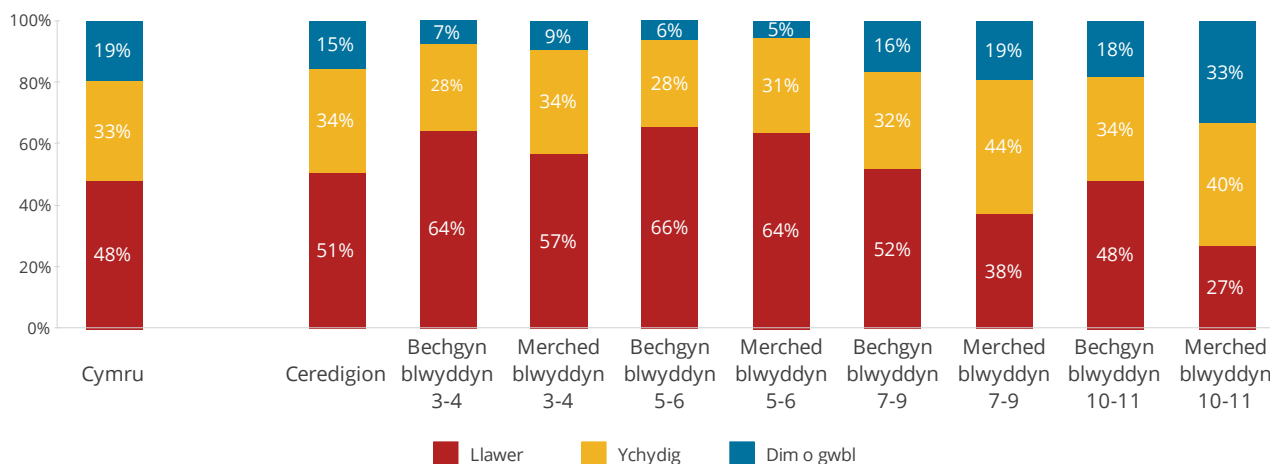
Gofynnwyd i'r disgyblion a ydynt yn mwynhau eu gwersi AG ac a ydynt yn mwynhau cymryd rhan mewn chwaraeon mewn clybiau ar ôl ysgol neu yn ystod amser cinio (ein mesur o chwaraeon allgyrsiol).

Yng Ngheredigion, mae **64%** o'r disgyblion yn mwynhau AG 'llawer' a **51%** yn mwynhau chwaraeon allgyrsiol 'lawer'.

Ffigur 12. Faint ydych chi'n mwynhau gwersi AG? (yn ôl grŵp blwyddyn a rhyw)



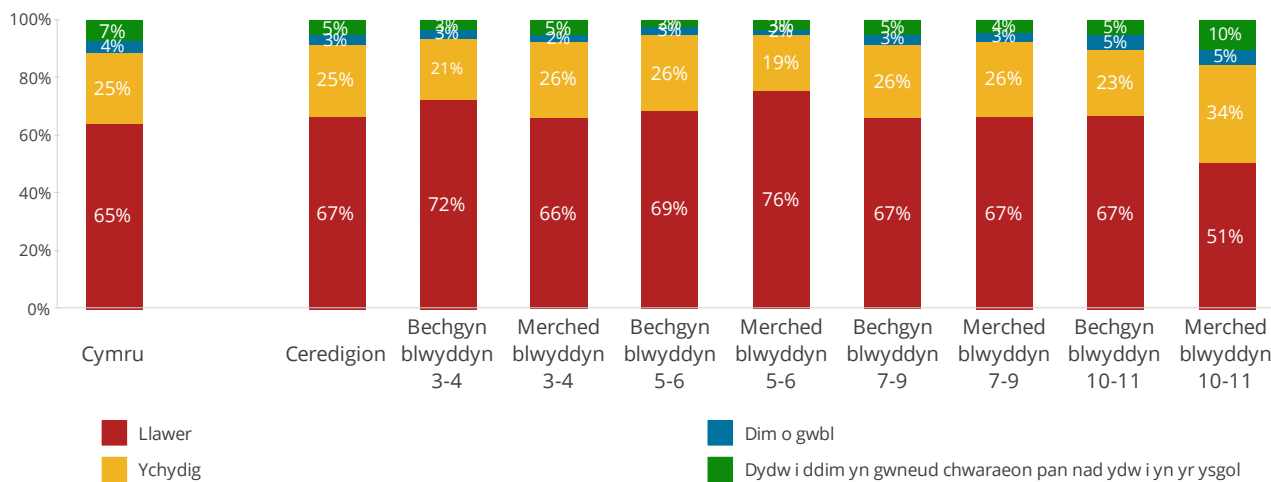
Ffigur 13. Faint ydych chi'n mwynhau gweithgarwch allgyrsiol? (yn ôl grŵp blwyddyn a rhyw)



Gall mwynhad a phrofiadau da o chwaraeon yn yr ysgol arwain at gymryd rhan y tu allan i'r ysgol a helpu i greu arfer o ffordd o fyw iach ac egniol.

Dywedodd **67%** o'r disgyblion yng Ngheredigion wrthym eu bod yn mwynhau cymryd rhan mewn chwaraeon 'yn fawr' pan nad ydynt yn yr ysgol.

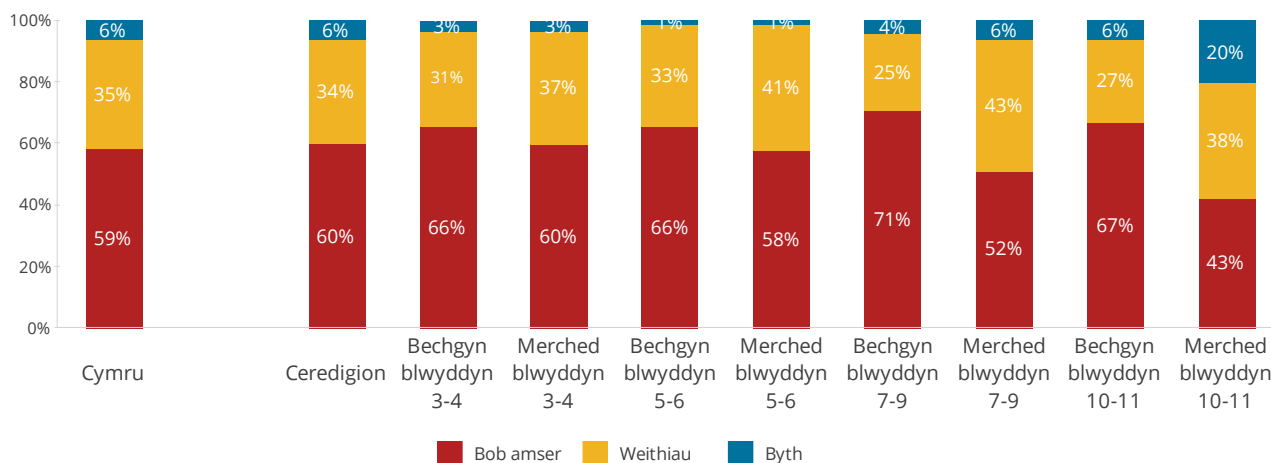
Ffigur 14. Faint ydych chi'n mwynhau chwaraeon trefnus y tu allan i'r ysgol? (yn ôl grŵp blwyddyn a rhyw)



Dangosodd arolwg 2015 bod mwy o debygolrwydd y byddai disgyblion yn cymryd rhan mewn chwaraeon dair gwaith neu fwy yr wythnos os oeddent 'bob amser' yn teimlo'n gyfforddus yn gwneud AG a chwaraeon ysgol.

Yn 2018, dywedodd, **60%** o ddisgyblion Ceredigion eu bod **bob amser yn teimlo'n gyfforddus** mewn gwersi AG a chwaraeon ysgol.

Figure 15. Pa mor aml ydych chi'n teimlo'n gyfforddus yn cymryd rhan mewn gwersi AG a chwaraeon ysgol? (yn ôl grŵp blwyddyn a rhyw)





Gall gwranddo ar ddisgyblion a chreu darpariaeth i ddiwallu eu hanghenion amrywiol helpu i gynyddu eu mwynhad o chwaraeon a gweithgarwch corfforol. Ledled Cymru, mae'r disgyblion sy'n teimlo bod eu syniadau 'bob amser' yn cael sylw'n fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon yn yr ysgol a'u mwynhau.

Yng Ngheredigion, dywedodd **25%** o ddisgyblion (**30%** o fechgyn a **20%** o ferched) bod eu syniadau 'bob amser' yn cael sylw.

Hefyd dywedodd **13%** o'r disgyblion y byddent yn gwneud mwy o chwaraeon pe bai cyfleusterau'r ysgol yn well a dywedodd **17%** y byddent yn gwneud mwy o chwaraeon pe baent yn mwynhau mwy ar y profiad.

Adran 7: Casgliadau

O gymharu â'r canlyniadau ar gyfer Cymru, mae'r dystiolaeth o'r Arolwg Chwaraeon Ysgol yn dangos y canlynol am Geredigion:

52% o'r disgyblion yn cymryd rhan mewn chwaraeon allgyrsiol yn yr ysgol, neu chwaraeon mewn clwb y tu allan i'r ysgol, dair gwaith neu fwy yr wythnos, o gymharu â chyfartaledd cenedlaethol o **48%**.

1. Cymhelliant:

97% o'r disgyblion wedi dweud eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o chwaraeon o ryw fath, o gymharu â **96%** yng Nghymru.

2. Hyder:

80% o'r disgyblion wedi dweud eu bod naill ai'n hyderus neu'n hyderus iawn i roi cynnig ar weithgareddau newydd, o gymharu â **80%** o ddisgyblion yng Nghymru.

3. Ymwybyddiaeth:

Pa mor ymwybodol yw disgyblion yng Ngheredigion o gyfleoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon?
Pa gamau y gellir eu cymryd i sicrhau bod pob disgybl yn ymwybodol o'r cynigion sydd ar gael iddynt?

4. Cyfleoedd ac Adnoddau:

Mae Ceredigion yn darparu **109 munud o AG gwricwlaidd yr wythnos** o gymharu ag ysgolion Cymru sy'n darparu **99 munud**.

Mae Ceredigion yn darparu **9 o weithgareddau allgyrsiol** i ysgolion cynradd, a **14** i ysgolion uwchradd, o gymharu ag ysgolion Cymru sy'n darparu **8 a 15 o weithgareddau allgyrsiol** (cynradd/uwchradd), yn eu trefn.

5. Y Profiad:

Dywedodd **64%** o'r disgyblion eu bod yn **mwynhau AG 'llawer'** a dywedodd **51%** eu bod yn **mwynhau gweithgareddau allgyrsiol 'llawer'**, o gymharu â disgyblion Cymru yn gyffredinol a ddywedodd eu bod yn **mwynhau AG 'llawer' (63%) a gweithgareddau allgyrsiol 'llawer' (48%)**.

Mae Chwaraeon Cymru'n annog awdurdodau lleol i wneud defnydd o'u hadroddiad fel ffynhonnell o dystiolaeth gadarn ar gyfer gwneud gwelliannau parhaus mewn AG a chwaraeon, gan helpu plant i ddod yn fwy llythrennog yn gorfforol a gwella lefelau lles.

Am esiamplau o ysgolion sydd wedi defnyddio canfyddiadau'r Arolwg Chwaraeon Ysgol i wella AG a chwaraeon a datblygu disgyblion iach, hyderus ac egniol, ewch i'n gwefan ni:

www.arolwgchwaraeonysgol.org.uk

I gael gwybod mwy am lythrennedd corfforol a'r adnoddau sydd ar gael ewch i:

<http://physicalliteracy.sportwales.org.uk/cy/>

Mae cynnwys yr Arolwg Chwaraeon Ysgol wedi'i seilio ar yr adnoddau a'r dogfennau canlynol:

- Cyfarwyddyd Estyn (2010) ar gyfer Arolygu Ysgolion Cynradd o fis Medi 2010 ymlaen. Estyn: Caerdydd.
- Cyfarwyddyd Estyn (2010) ar gyfer Arolygu Ysgolion Uwchradd o fis Medi 2010 ymlaen. Estyn: Caerdydd.
- Yr Awdurdod Cymwysterau a Chwricwlwm (2005) Do you have high quality PE and sport in your school? A guide to self-evaluating and improving the quality of PE and school sport. QCA: Annesely.
- Chwaraeon Cymru (2010) Nodiadau Cyfarwyddyd ar gyfer Cwblhau Hunanwerthusiad AGChY. Chwaraeon Cymru: Caerdydd.
- LICC (2006) Adnodd Asesu Gweithgarwch Corfforol mewn Ysgolion: adnodd ar gyfer monitro a gwerthuso dull ysgol gyfan o weithredu gyda gweithgarwch corfforol. LICC: Caerdydd.

Mae Chwaraeon Cymru wedi cynnal arolygon ar ddisgyblion mewn ysgolion cynradd ac uwchradd, ym mlynnyddoedd ysgol 3 i 11, dros gyfnod o 17 mlynedd. Mae pob ysgol sy'n casglu nifer digonol o ymatebion i'r arolwg gan eu disgyblion yn cael canlyniadau heb eu pwysoli o'r arolwg. Ar gyfer Arolwg 2018, arolygodd Ceredigion 2708 o ddisgyblion.

Atodiad A: Chwaraeon Allgyrsiol

Mae'r tabl canlynol yn dangos canran y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon allgyrsiol, yng Nghymru ac yn eich awdurdod lleol chi:

	Cymru	Ceredigion	Disgyblion Gwrywaidd Ceredigion	Disgyblion Benywaidd Ceredigion
Gweithgareddau anturus	8%	11%	11%	12%
Saethyddiaeth	3%	7%	8%	7%
Athletau	22%	35%	35%	37%
Badminton	9%	6%	7%	5%
Pêl Fasged	16%	18%	19%	17%
BMX	2%	2%	3%	2%
Boccia	1%	0%	1%	0%
Bowlio (nid bowlio deg)	2%	2%	2%	2%
Bocsio	2%	1%	1%	1%
Canŵio neu Gaiacio	2%	5%	6%	5%
Cheerleading	2%	1%	1%	1%
Dringo	6%	10%	11%	11%
Criced	15%	22%	27%	17%
Beicio	6%	9%	10%	10%
Dawns	10%	12%	10%	15%
Pêl Osgoi	19%	23%	24%	22%
Dosbarthiadau ffitrwydd	8%	12%	12%	12%
Pêl Droed	31%	39%	47%	32%
Pêl Gôl	1%	1%	2%	1%
Golff	3%	3%	3%	2%
Gymnasteg	11%	11%	10%	13%
Hoci	11%	19%	12%	28%
Marchogaeth Ceffylau	2%	3%	3%	3%
Achub Bywyd	4%	5%	6%	5%
Crefftau Ymladd	3%	2%	2%	1%
Beicio Mynydd	2%	2%	3%	2%
Pêl Rwyd	19%	25%	16%	36%
Parkour	3%	2%	3%	1%
Chwaraeon Sglefrio	1%	1%	1%	1%
Rownderi / Pêl Fas / Pêl Feddal	22%	34%	32%	37%
Rhwyfo	2%	5%	5%	4%

Rygbi	20%	28%	37%	20%
Rhedeg neu Loncian	24%	34%	35%	34%
Hwyllo	1%	2%	2%	2%
Sglefrfyreddio	1%	1%	1%	1%
Chwaraeon Eira	2%	4%	4%	5%
Sboncen	2%	2%	2%	2%
Syrffio	2%	2%	3%	2%
Nofio	17%	25%	26%	24%
Tennis Bwrdd	6%	8%	10%	7%
Tennis neu Dennis Byr	10%	12%	13%	12%
Trampolinio	4%	5%	5%	4%
Triathlon	2%	1%	1%	1%
Pêl Foli	3%	4%	4%	3%
Polo Dŵr	2%	2%	2%	2%
Codi Pwysau	3%	5%	6%	4%
Pêl Fasged Cadair Olwyn	1%	3%	4%	2%
Rygbi Cadair Olwyn	1%	1%	2%	1%
Tennis Cadair Olwyn	1%	1%	1%	1%
Chwaraeon eraill	11%	13%	13%	13%

Atodiad B: Chwaraeon Cymunedol

Mae'r tabl canlynol yn dangos canran y disgyblion sy'n cymryd rhan mewn chwaraeon mewn clybiau y tu allan i'r ysgol, ar gyfer Cymru ac ar gyfer eich awdurdod lleol chi:

	Cymru	Ceredigion	Disgyblion Gwrywaidd Ceredigion	Disgyblion Benywaidd Ceredigion
Gweithgareddau anturus	9%	12%	13%	11%
Saethyddiaeth	5%	9%	9%	9%
Athletau	12%	16%	16%	15%
Badminton	4%	5%	4%	5%
Pêl Fasged	7%	10%	11%	8%
BMX	3%	3%	5%	1%
Boccia	1%	0%	0%	0%
Bowlio (nid bowlio deg)	2%	4%	5%	3%
Bocsio	9%	6%	8%	4%
Canŵio neu Gaiacio	4%	9%	9%	9%
Cheerleading	3%	2%	1%	4%
Dringo	9%	12%	12%	13%
Criced	8%	10%	15%	5%
Beicio	8%	12%	13%	11%
Dawns	14%	16%	5%	27%
Pêl Osgoi	7%	8%	9%	7%
Dosbarthiadau ffitrwydd	10%	12%	8%	17%
Pêl Droed	25%	31%	43%	18%
Pêl Gôl	1%	1%	1%	0%
Golff	6%	6%	7%	5%
Gymnasteg	12%	12%	6%	19%
Hoci	6%	11%	7%	15%
Marchogaeth Ceffylau	6%	9%	5%	14%
Achub Bywyd	6%	8%	8%	8%
Crefftau Ymladd	10%	9%	10%	8%
Beicio Mynydd	4%	7%	9%	4%
Pêl Rwyd	9%	7%	5%	10%
Parkour	4%	3%	4%	2%
Chwaraeon Sglefrio	3%	3%	2%	4%
Rownderi / Pêl Fas / Pêl Feddal	6%	9%	10%	9%
Rhwyfo	3%	5%	6%	5%

Rygbi	16%	21%	30%	11%
Rhedeg neu Loncian	16%	20%	21%	18%
Hwyllo	2%	3%	3%	4%
Sglefrfyreddio	2%	2%	2%	2%
Chwaraeon Eira	3%	4%	5%	4%
Sboncen	2%	3%	4%	3%
Syrffio	3%	6%	5%	6%
Nofio	27%	28%	25%	31%
Tennis Bwrdd	6%	7%	9%	6%
Tennis neu Dennis Byr	7%	7%	9%	6%
Trampolinio	9%	8%	7%	9%
Triathlon	2%	3%	3%	3%
Pêl Foli	3%	3%	3%	3%
Polo Dŵr	3%	4%	4%	4%
Codi Pwysau	4%	5%	6%	4%
Pêl Fasged Cadair Olwyn	1%	3%	2%	3%
Rygbi Cadair Olwyn	1%	1%	1%	0%
Tennis Cadair Olwyn	1%	0%	0%	0%
Chwaraeon eraill	12%	12%	11%	13%

Atodiad C: Galw Cudd

Mae'r tabl canlynol yn dangos canran y disgyblion fyddai'n hoffi gwneud mwy o chwaraeon, yng Nghymru ac yn eich awdurdod lleol chi:

	Cymru	Ceredigion	Disgyblion Gwrywaidd Ceredigion	Disgyblion Benywaidd Ceredigion
Gweithgareddau anturus	31%	36%	32%	39%
Saethyddiaeth	27%	31%	31%	30%
Athletau	28%	32%	31%	34%
Badminton	18%	19%	19%	19%
Pêl Fasged	30%	29%	31%	28%
BMX	20%	24%	33%	15%
Boccia	4%	4%	5%	4%
Bowlio (nid bowlio deg)	10%	13%	13%	13%
Bocsio	27%	27%	33%	21%
Canŵio neu Gaiacio	19%	27%	23%	31%
Cheerleading	16%	15%	4%	27%
Dringo	35%	42%	38%	45%
Criced	23%	28%	36%	21%
Beicio	40%	50%	52%	49%
Dawns	27%	27%	10%	45%
Pêl Osgoi	37%	35%	39%	31%
Dosbarthiadau ffitrwydd	20%	19%	13%	26%
Pêl Droed	43%	46%	56%	37%
Pêl Gôl	6%	6%	7%	5%
Golff	20%	21%	27%	16%
Gymnasteg	25%	25%	11%	38%
Hoci	20%	28%	21%	36%
Marchogaeth Ceffylau	24%	27%	13%	41%
Achub Bywyd	18%	22%	18%	25%
Crefftau Ymladd	22%	23%	23%	22%
Beicio Mynydd	28%	37%	45%	29%
Pêl Rwyd	26%	27%	16%	39%
Parkour	29%	29%	38%	19%
Chwaraeon Sglefrio	15%	18%	13%	23%
Rownderi / Pêl Fas / Pêl Feddal	27%	32%	31%	35%
Rhwyfo	13%	19%	17%	21%

Rygbi	31%	37%	44%	29%
Rhedeg neu Loncian	34%	36%	35%	36%
Hwyllo	12%	16%	14%	19%
Sglefrfyreddio	17%	19%	19%	19%
Chwaraeon Eira	18%	24%	22%	26%
Sboncen	11%	12%	14%	11%
Syrffio	23%	30%	26%	34%
Nofio	52%	55%	51%	60%
Tennis Bwrdd	26%	32%	35%	29%
Tennis neu Dennis Byr	22%	25%	27%	24%
Trampolinio	40%	43%	36%	50%
Triathlon	11%	14%	15%	14%
Pêl Foli	17%	18%	16%	21%
Polo Dŵr	16%	17%	15%	19%
Codi Pwysau	17%	21%	25%	16%
Pêl Fasged Cadair Olwyn	7%	10%	10%	10%
Rygbi Cadair Olwyn	5%	7%	7%	7%
Tennis Cadair Olwyn	5%	6%	6%	7%
Chwaraeon eraill	25%	24%	23%	25%

Atodiad D: 'Fe fyddwn i'n gwneud mwy o chwaraeon pe bai...'

Mae'r tabl canlynol yn dangos canran y disgyblion a 'fyddai'n gwneud mwy o chwaraeon pe bai...':

	Cymru	Ceredigion	Disgyblion Gwrywaidd Ceredigion	Disgyblion Benywaidd Ceredigion
Mwy o chwaraeon addas i mi ar gael	35%	35%	34%	37%
Fy rhieni yn mynd gyda mi	11%	11%	11%	10%
Fy ffrindiau yn mynd gyda mi	38%	38%	30%	46%
Gen i fwy o amser	34%	41%	38%	45%
Yn rhatach	19%	22%	19%	25%
Y clybiau'n haws eu cyrraedd	20%	23%	21%	26%
Y cyfleusterau chwaraeon yn yr ysgol yn well	12%	13%	12%	15%
Y cyfleusterau chwaraeon cymunedol yn well	9%	11%	10%	12%
Yr ystafelloedd newid yn neisiach	12%	11%	9%	14%
Y cit yn neisiach	12%	12%	9%	16%
Gen i'r cit neu'r offer angenrheidiol	12%	12%	12%	13%
Pe bawn i'n fwy heini	20%	23%	19%	26%
Pe bawn i'n well mewn chwaraeon	21%	24%	20%	29%
Merched a bechgyn yn gwneud chwaraeon ar adegau gwahanol	10%	11%	6%	17%
Dim rhaid i mi fynd adref yn syth ar ôl ysgol	9%	10%	8%	11%
Dim rhaid i mi fynd adref ar y bws	6%	8%	7%	9%
Gen i ddim byd arall i'w wneud ar ôl ysgol	14%	15%	12%	19%
Pe bawn i'n mwynhau mwy	15%	17%	16%	18%
Pe bawn i'n fwy hyderus	21%	24%	17%	31%
Rydw i'n gwneud digon o chwaraeon eisoes	9%	9%	11%	7%
Dydw i ddim eisiau gwneud mwy o chwaraeon	4%	3%	3%	3%
Arall	13%	11%	12%	10%

Atodiad E: Ffordd o Fyw Iach

Dywedodd **59%** o'r disgyblion bod gwersi AG a chwaraeon yn cyfrannu llawer tuag at ffordd o fyw iach, o gymharu â chyfartaledd cenedlaethol o **56%**.

Roedd **64% o'r bechgyn** a **56% o'r merched** yng Ngheredigion yn credu y bydd gwersi AG a chwaraeon yn eu helpu i gael ffordd o fyw iach, o gymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol ar gyfer bechgyn (**59%**) a merched (**54%**), yn eu trefn.

Ffigur 16. Faint mae gwersi AG a chwaraeon yn eich helpu chi i gael ffordd o fyw iach?

