Llythyr Newyddion
Bobl Ieuainc Egniöl

Rhifyn 3 **Gwanwyn 2010**

Gŵyl Rygbi TAG

Mae'r gyfres rygbi TAG eleni, mewn partneriaeth ag Undeb Rygbi Cymru wedi bod yr un fwyaf llwyddiannus hyd yn hyn.

Cynhaliwyd digwyddiadau yn Llandeilo, Llanelli, Dyffryn Aman, Pontyberem a Chaerfyrddin; gyda Chastellnewydd Emlyn eto i ddod gan y bu'n rhaid gohirio ddwywaith oherwydd tywydd gwael!

Roedd 61 o ysgolion wedi cystadlu a chyfanswm o 82 o dimoedd – 18 yn fwy na llynedd.

Am fwy o wybodaeth gweler tudalen 2.

Staff update:

Llongyfarchiadau - Babi!

Llongyfarchiadau mawr i Tanja Neumayer-James ar enedigaeth Rhys-Benjamin, ar yr 22.11.09, yn pwyso 9lbs 4oz! Mae Tanja a Rhys yn neud yn iawn.

Fe fydd Mary Francis-Jones yn lle Tanja tra ei bod ar ei chyfnod famolaeth. Mae Mary nawr yn aelod sefydlog o'r tîm AGCHY

Croeso…

Ar ddiwedd mis Hydref croesawodd y tîm BIE Swyddog newydd 5x60, Hywel Thomas, i'u plith. Fydd Hywel yn gweithio gydag Ysgol Bro Myrddin ac Ysgol Uwchradd y Frenhines Elisabeth. Fydd Hywel yn cyflawni'r tîm eto er mwyn parhâi i wella gweithgareddau allgyrsiol i ddisgyblion oedran ysgol uwchradd.

Hoci yn cael hwb ....

Mae hoci i ferched dan 15 oed yn cael hwb yn Sir Gaerfyrddin wrth i ddau glwb cymunedol gael eu sefydlu yn Llanelli a Llandeilo a hynny mewn partneriaeth rhwng Swyddogion 5 x 60 Cyngor Sir Caerfyrddin a Rae Ellis, y Swyddog Datblygu Hoci. Meddai Rae, Yn y grŵp oedran hwn, bu ychydig o ostyngiad yn nifer y rhai sy'n chwarae hoci yn ystod y flwyddyn neu ddwy ddiwethaf, felly rwyf wedi bod yn gweithio mewn partneriaeth â menter 5 x 60 y Cynulliad i helpu i unioni hyn."

(Parhad o dudalen 4)

Ysgol Heol Goffa yn derbyn cymorth 5x60

Yn sgil cyflwyno'r cynllun 5x60 yn yr ysgol olaf o blith y 14 ysgol uwchradd brif ffrwd yn Sir Gaerfyrddin ym mis Medi 2008, ysgolion arbennig y sir fydd yn derbyn cymorth nesaf, ac Ysgol Heol Goffa sydd gyntaf ar y rhestr.

Bu llawer o ymgynghori drwy dymor yr hydref ag Alex Williams, Pennaeth Addysg Gorfforol yn yr ysgol, i nodi'r meysydd sydd angen sylw, ac yn sgil hynny bydd yr ystafell ffitrwydd yn cael ei hailwampio a bydd staff yn dysgu rhagor o sgiliau er mwyn cynnig sesiynau amser cinio bob dydd. Yn ogystal, bydd clybiau peli ymarfer a thenis bwrdd yn cael eu cyflwyno a bydd cymorth yn cael ei roi i wella'r ddarpariaeth dawns, gymnasteg, pêl-droed a rygbi.

Am fwy ar y stori hon ac am ddatblygiadau 5x60, gweler tudalen 4

TU FEWN

- Llwyddiant y Gyfres Rygbi Tag Campau'r Ddraig
- 'Mini Decathlon' yn agosáu
- Cyrsiau Hyfforddiant i Athrawon a Hyfforddwyr
- Datblygiadau Dawns AG a Chwaraeon Ysgol
- Y diweddaraf ar glybiau Chwaraeon 5x60
- Gweithgareddau i Ddisgyblion ac Anghenion Arbennig

Am fwy o wybodaeth ar gynlluniau Pobl Ieuainc Egnïol, cysylltwch â Carl Daniels, Cydlynydd Pobl Ieuainc Egnïol ar 01554 744349 / cadaniels@sirgar.gov.uk neu ymwelwch â gwefan www.sports-council-wales.org.uk a cliciwch **Pobl Ieuainc Egnïol**

sports council wales
cyngor chwaraeon cymru

Cyngor Sir Gâr Carmarthenshire County Council

Am mwy o wybodaeth cysylltwch: www.dragonsport.co.uk

Manylion cyswllt:

Mari-Ann Jones,
Cydgysylltydd Campau'r Ddraig
01554 744352 /
07900 570432
MaAJones@sirgar.gov.uk

Alison Siggery
(cyfnod mamolaeth)
Swyddog Campau'r Ddraig
01554 744350 / 07900 570432
ASiggery@sirgar.gov.uk

Gŵyl Rygbi TAG

Mae'r gyfres rygbi TAG eleni, mewn partneriaeth ag Undeb Rygbi Cymru wedi bod yr un fwyaf llwyddiannus hyd yn hyn.

Cynhaliwyd digwyddiadau yn Llandeilo, Llanelli, Dyffryn Aman, Pontyberem a Chaerfyrddin; gyda Chastellnewydd Emlyn eto i ddod gan y bu'n rhaid gohirio ddwywaith oherwydd tywydd gwael!

Roedd 61 o ysgolion wedi cystadlu a chyfanswm o 82 o dimoedd wedi cymryd rhan o'i gymharu â 64 o dimoedd yn 2008. Cynhaliwyd 144 o gemau ac roedd 820 o blant o flynyddoedd 4, 5 a 6 wedi cystadlu.

Llongyfarchiadau i Ysgol Parc y Tywyn am ennill y darian am yr 2il flwyddyn yn olynol ac i Dre Ioan a gipiodd y darian oddi wrth Nantgaredig mewn gêm derfynol hynod o gyffrous ar gaeau chwarae Abergwili. Nantgaredig sydd wedi ennill rownd Caerfyrddin yn y blynyddoedd diwethaf.

Yn Ysgol Pontyberem, daeth gwestai arbennig iawn i'n helpu yn y Cyflwyniad sef Robin McBride, yn y llun gydag Ysgol Gwynfryn sef enillwyr Cwm Gwendraeth.

Hoffai Campau'r Ddraig ddiolch i Amanda Daniels a Maddie Carroll o Goleg Sir Gâr am eu cymorth drwy ddod â'u myfyrwyr i'r digwyddiadau i weinyddu, oherwydd heb y myfyrwyr, ni fyddai'r digwyddiadau hyn wedi gallu cael eu cynnal.

Gweler y canlyniadau isod.

Lleoliad	Enillwyr	Enillwyr Chwarae Teg
Parc Cae William, Llandeilo	Ffair Fach	Penygroes
Coleg Sir Gar, Llanelli	Parc Y Tywyn	
Dyffryn Aman	Ysgol Gymraeg Rhydaman	Tŷ-croes
Pontyberem, Gwendraeth	Gwynfyn	Maesybont
Caerfyrddin	Tre Ioan	Bro Bynnach
Castellnewydd Emlyn	Canslwyd yn sgil tywydd gwael - cael ei gynnal yn 2010	

Mini Decathlon Gwanwyn 2010

Mae digwyddiadau Mini Decathlon Campau'r Ddraig 2010 ar eu ffordd! Cynhelir 9 digwyddiad ar draws y sir a bydd y timau buddugol ym mhob un ohonynt yn mynd ymlaen i'r rownd derfynol ddydd Gwener 26ain Chwefror yng Nghanolfan Hamdden Caerfyrddin.

Bydd y disgyblion yn rhoi cynnig ar 10 camp 'Rhedeg, Neidio a Thaflu' gan gynnwys y naid hir, sboncio sydyn, tafliad targed, naid fertigol, ras ôl a blaen, naid driphlyg stond a thaflu gwaywffon feddal.

Bydd mwy o wybodaeth a ffurflenni cais yn dilyn ym mis Ionawr.

Rhaid i gofrestrau gyrraedd erbyn dydd Gwener 26ain Mawrth

Cyrsiau Tennis yn y Gwanwyn

Y Gwanwyn hwn, mae Campau'r Ddraig yn trefnu 2 Gwrs Tennis ar gyfer athrawon/gwirfoddolwyr yn ardaloedd Cwm Gwendraeth/Dyffryn Aman a Chaerfyrddin. Bydd ysgolion sy'n anfon staff ar y cyrsiau hyn yn derbyn pecyn offer (30 raced tennis, peli a rhwyd) wedi'i ariannu gan Denis Cymru, gyda'r disgwyl y byddant yn cynnal Clwb Tennis am o leiaf 6 wythnos (os nad ydynt yn barod yn cynnal Clwb Tennis Campau'r Ddraig) a hefyd yn ymdrechu i fynychu Gŵyl Tennis lleol a drefnir gan Gampau'r Ddraig ym mis Mai. Bydd ysgolion hefyd yn derbyn copi o gardiau Campau'r Ddraig.

Gan y disgwylir galw mawr am lefydd yn y Gwyliau Tennis, fydd dyddiadau ychwanegol yn cael ei chynnal.

Cadwch lygaid am y dyddiadau hyn oherwydd mae'n debygol y bydd y llefydd sydd ar gael yn llenwi yn gyflym!

Rydym yn ceisio darparu cyrsiau Addysg Hyfforddwyr ar gyfer pob un o'n campau dros gyfnod o 2 flynedd, ond anfonwch unrhyw geisiadau ynghylch Cyrsiau Addysg Hyfforddwyr atom a chawn weld beth y gallwn ei wneud!

Cyrsiau Addysg Hyfforddwyr, Tymor yr Hydref

Yn ystod tymor yr Hydref, mynychodd dros 50 o athrawon, gwirfoddolwyr a rhieni y Cyrsiau Addysg Hyfforddwyr a drefnwyd gan Gampau'r Ddraig. Roedd yr adborth a gafwyd o'r cwrs Rygbi TAG, y gweithdy Pêl-rwyd a'r cwrs Athletau ar gyfer yr athrawon i gyd yn hynod o gadarnhaol a'r prif bwyntiau oedd bod gan yr athrawon bellach gwell dealltwriaeth, hyder a syniadau newydd ar ddarpariaeth y clybiau. Yn ogystal, gwnaeth y rhan fwyaf o bobl ganmol y cinio a ddarparwyd!!

Arian Grant Ychwanegol Campau'r Ddraig

Erbyn diwedd tymor y Gwanwyn, bydd pob ysgol yn Sir Gaerfyrddin wedi cael cynnig yr arian grant ychwanegol er mwyn adnewyddu offer ym magiau offer Campau'r Ddraig. I gael rhagor o wybodaeth neu er mwyn cyfarfod i wneud cais am yr arian hwn, cysylltwch â ni, Mari-Ann neu Alison. Mae'r amser yn prinhau ar gyfer cyflwyno eich ffurflen gais felly dewch, da chi!

PE & School Sport
AG a Chwaraeon Ysgol

Manylion Cyswllt:

Catrin Rees & Mary Francis-Jones

Cydgysylltwyr AGChY, Yr Adran Addysg a Phlant, Canolfan Gruffydd Jones, Sanclêr SA33 4BT
Ffôn: 01994 232018

clrees@sirgar.gov.uk
mefrancis-jones@sirgar.gov.uk

Dawns Mania!

IMae'n Ddawns Mania yn ystod tymor y gwanwyn gyda 9 clwstwr yn datblygu ei throsglwyddiad a darpariaeth o ddawns er mwyn gwella safonau o fewn dysgu ac addysgu. Mae'r cwrs dawns CA2 yn wych, mae'n gwrs 2 diwrnod yn darparu athrawon gyda'r cyfleoedd i ddysgu plant CA2 fel tîm. Hefyd i arsylwi ar addysgu safon uchel wrth tiwtoriaid AGCHY. Mae'r pecyn adnoddau yn cynnwys sawl adnodd gwahanol ar CD ROM yn ogystal a cardiau gweledol a chynlluniau gwaith- ac mae e am DDIM !! Mae athrawon sydd wedi mynychu'r cwrs wedi mwynhau'r profiad yn enwedig y profiad 'hands on' o addysgu disgyblion fesul tîm. Os oes diddordeb gyda chi i fynychu'r cwrs cysylltwch â Catrin neu Mary ar y manylion uchod.

Yn ogystal â datblygu dawns yn CA2 mae ysgolion hefyd yn datblygu dawns yn y cyfnod sylfaen. Roedd 2 cwrs dawns yn y cyfnod sylfaen wedi rhedeg yn y flwyddyn ddiwethaf gyda clustrai Bryngwyn, Coedcae, Dyffryn-Taf, Pantycelyn a Tregib. Mae'r cwrs yn ffocysu ar dull thematic a traws-cwricwlaidd o drosglwyddo Dawns. Mae'r cwrs hefyd yn focysi ar sut i roi'r Fframwaith Sgiliau newydd mewn i gynllunio gwersi dawns. Eto fe wnaeth yr athrawon clodfori'r safon uchel o drosglwyddiad a threfniadaeth y cwrs, yr adnoddau dysgu a'r cyfle i arsylwi gwersi enghreifftiol y tiwtoriaid Dawns.

Croeso Nol!

Croeso nol i Catrin Rees Uwch cydlynydd AGCHY, sydd newydd ddychwelyd i'r gwaith wedi 8 mis o gyfnod famolaeth. Hoffai Catrin ddiolch i Mary am wneud jobyn grêt ac yn edrych ymlaen At weithio gyda hi dros yr 8 mis nesaf.

Mae Cyngor Chwaraeon Cymru wedi cynhyrchu adnodd i gefnogi ymarferwyr mewn sefyllfaoedd ac ysgolion i drosglwyddo datblygiad corfforol a symudiadau creadigol yn y cyfnod sylfaen.

Mae Sir Gar wedi dethol 12 tiwtor i gael hyfforddiant yn fis Mawrth. Fe fydd yr adnoddau a'r hyfforddiant yn cael ei rhoi allan i'r ysgolion o dymor yr Haf '10 ymlaen.

Dathliad Dawns!!!

Mae AGCHY yn gobeithio rhedeg gŵyl dawns ar ddechrau tymor yr haf i ysgolion Sir Gar. Fe fydd ysgolion yn cael y cyfle i fynychu gŵyl dawns i ddathlu'r datblygiadau meant wedi gwneud o fewn y ddarpariaeth o ddawns yn yr Ysgol. Fe fydd disgyblion yn cael y cyfle i ddathlu eu llwyddiant ac arddangos y sgiliau newydd meant wedi datblygu.

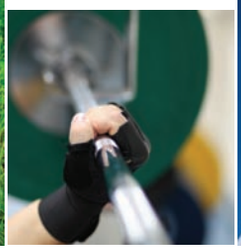
Fe fydd y dyddiad a'r lleoliad yn cael ei gadarnhau yn fuan. Unrhyw ysgolion hoffai helpu trefnu'r diwrnod i gysylltu â Mary neu Catrin, fe fydd eich help yn werthfawr iawn i ni.

Dyddiadau ar gyfer y Dyddiadur

Dyddiad	Cwrs	Clwstwr
27.1.10	Foundation Phase Dance	G'draeth/Maes-yr-Yrfa
28.1.10	HFW (Primary)	Tregib/Pantycelyn
3.2.10	Foundation Phase Dance	Amman-Valley/Emlyn
24.2.10	KS2 Dance (Day 1)	G.Y.M, Stradey + S.J.L
3.3.10	KS2 Dance (Day 2)	G.Y.M, Stradey + S.J.L
4.3.10	Trampoleening Course - Sec	Sec PE Teachers - West Region
9.3.10	KS2 Dance course – (Day 1)	Bro-Myrddin/Q.E.H
10.3.10	FPh Tutor Training day	Selected teachers only
22.3.10	KS2 Dance course – (Day 2)	Bro-Myrddin/Q.E.H
TBC	Jump Rope for Heart training	Tregib/Pantycelyn
Dyddiad	**Gwyl**	**Clwstwr**
24.3.10	HFW transition day	Pantycelyn
10.2.10	O.A.A	Tregib

Cyfleoedd CPD 08/09

Cwrs	Nifer o gyrsiau.	Nifer o Athrawon
Gymnasteg Modwl 1	6	119
Gymnasteg Moduwl 2	4	50
Dawns Cyfnod Sylfaen	2	36
Dawns CA2	3	60
Iechyd, Ffitrwydd &Lles (Cynnradd)	2	13
Cardiau dysgu yn yr awyr agored	5	90
Ar y Parth	2	36
Strategies for implementing the New PE curriculum	1	22
Jump Rope for Heart sessions		
Bwyd a Ffitrwydd	3	37
Iechyd, Ffitrwydd &Lles (Uwchradd)	2	11



Am mwy o wybodaeth am 5x60 cysylltwch a www.5x60.org.uk

Tennis Bwrdd ffantastig!

Hyd yn hyn, mae dros 200 o ddisgyblion o ysgolion Glan y Môr, Bryngwyn, Bro Myrddin ac Ysgol Uwchradd y Frenhines Elisabeth wedi elwa o sesiynau hyfforddi di-dâl a drefnir gan Aled Howell ar ran Tennis Bwrdd Cymru. Dywedodd Aled, a gafodd ei benodi ym mis Medi fel Swyddog Datblygu newydd yr ardal "Rwyf wirioneddol wedi mwynhau gweithio gyda'r disgyblion ac eisoes rwyf wedi gweld gwelliannau o ran safon y chwarae. A dweud y gwir, rydym newydd ddewis 5 disgybl i gynrychioli'r sir."

Ar hyn o bryd, mae Aled hefyd yn cynllunio ailgychwyn Clwb Tennis Bwrdd Llanelli yn sgil poblogrwydd y gêm mewn ysgolion lleol.

Hoci yn cael hwb ....

(…Parhad o'r dudalen flaen)

Mae Rhian Davies, Swyddog Menter 5 x 60 wedi chwarae rhan hanfodol yn creu clwb Llanelli sy'n denu oddeutu 30 o ferched i'r 'ysgubor' ym Mharc y Scarlets bob dydd Iau. Yn y Flwyddyn Newydd, bydd rhagor o ddatblygiadau yn y clwb sy'n darparu ar gyfer merched dan 15 oed ar hyn o bryd, a hynny gan y bydd yn ehangu i greu adran ar gyfer merched dan 11 oed.

Dywedodd y Cynghorydd Clive Scourfield, yr Aelod o'r Bwrdd Gweithredol dros Wasanaethau Hamdden: "Prin oedd y bobl oedd yn sylweddoli bod gennym gyfleuster mor rhagorol ym Mharc y Scarlets, Pemberton, ac yn gwybod am y cyfleoedd sydd ar gael i bob math o chwaraewyr oherwydd bod yr ysgubor wych ar gael y gellir ei defnyddio ym mhob tywydd.

"Eisoes, mae dwy ferch sy'n cynrychioli Cymru mewn gêmau hoci rhyngwladol yn ystod y blynyddoedd diwethaf wedi dod o Lanelli, felly gallai hyn fod yn arwydd o bethau mawr i ddod."

Lyn Brodrick yw'r Swyddog 5 x 60 sy'n arwain gweithgareddau yn Ysgol Tre-gib, Llandeilo, lle sefydlwyd darpariaeth ar gyfer merched dan 11 oed, dan 13 oed a than 15 oed, a bydd adran newydd ar gyfer bechgyn dan 13 oed yn dechrau'n fuan. Mae gan 'Glwb Hoci Teigrod Tywi' fwy na 50 o aelodau eisoes.

Osgoi'r Bêl

Yn Ysgol Coedcae y cynhaliwyd pencampwriaeth Osgoi'r Bêl y fenter 5x 60 yn nhymor yr hydref eleni, sef pencampwriaeth y bu 10 tîm o bob rhan o Sir Gaerfyrddin yn cystadlu ynddi i ennill y teitl 'Y Tîm Gorau yng Nghamp Osgoi'r Bêl'.

Bu merched a bechgyn rhwng 11–14 oed yn cymryd rhan yn y bencampwriaeth. Tre-gib a Choedcae oedd yn y rownd derfynol, a ddaeth i ben drwy chwarae 'y cyntaf i gael rhywun allan'. Coedcae aeth â hi. Bwriedir cynnal pencampwriaeth nesaf camp Osgoi'r Bêl yn ystod hanner tymor mis Chwefror; nid yw'r man cynnal wedi ei gadarnhau hyd yma.

Llongyfarchiadau i bawb a gymerodd ran.

Bikeability

Mae Swyddogion 5x60 ledled Sir Gaerfyrddin wedi meithrin cysylltiadau â BikeAbility Wales, gan sefydlu sesiynau beicio ar gyfer Adrannau Anghenion Addysgol Arbennig mewn ysgolion uwchradd lleol.

Mae BikeAbility Wales yn darparu amrywiaeth o feiciau a gynlluniwyd yn arbennig, gan gynnwys beiciau llaw, beiciau tair olwyn, beiciau cwad a chludyddion cadeiriau olwyn.

Mae'r gwaith y mae swyddogion wedi bod yn ei wneud gyda'u hadrannau Anghenion Addysgol Arbennig yn cynnwys dringo (creigiau), sgïo, sesiynau ffitrwydd, gymnasteg a thrampolinio.

Pêl-droed piau hi yng Nghartref y Bêl Hirgron!

Mae merched blynyddoedd 7 a 8 yn Llanelli wedi bod yn chwarae mewn pencampwriaeth bêl-droed gyfeillgar bob wythnos yn ysgubor hyfforddi dan do'r Scarlets, sef pencampwriaeth a sefydlwyd gan swyddogion 5x60 ac sy'n cael ei chynnal ganddynt. Sefydlwyd canolfan datblygu pêl-droed y merched gyda chymorth Colin Staples, Swyddog Datblygu Ymddiriedolaeth Cymdeithas Pêl-droed Cymru, a nododd yr angen am gynyddu'r cyfleoedd i ferched sy'n chwarae pêl-droed yn Llanelli:

'Gyda'r llwyddiant presennol o bêl-droed i ferched yng Nghymru, mae'n galonogol i weld yr ymdrech parhad a'r datblygiad o'r disgyblion yn Ysgolion Lanelli.'

Y canlyniad yw bod rhwng 20 a 30 o ferched o Ysgol Glan y Môr, Ysgol y Strade ac Ysgol Bryngwyn wedi bod yn mynychu bob wythnos i brofi eu sgiliau yn erbyn ei gilydd mewn gêmau pêl-droed byr gyda chymorth myfyrwyr o Goleg Sir Gâr a disgyblion y chweched dosbarth o Ysgol y Strade. Maent yn dimau cymysg er mwyn annog y merched i ddod i adnabod disgyblion o ysgolion eraill a mwynhad yw'r brif flaenoriaeth.

Ysgol Heol Goffa yn derbyn cymorth 5x60

(Parhad o'r dudalen flaen.)

Mae'n rhaid diolch i Rhian Davies, Swyddog 5x60, a Lisa Pudner, Swyddog Chwaraeon Anabledd, am eu cyfraniad hyd yn hyn, ynghyd ag Ysgol Sant Ioan Llwyd am gynnal sesiynau blasu tenis bwrdd ar gyfer disgyblion Ysgol Heol Goffa. Roedd y gallu a'r mwynhad yn amlwg i bawb!

Dywedodd Carl Daniels, Cydgysylltydd Pobl Ifanc Egnïol, "Mae staff yn yr ysgol yn gadarnhaol iawn am y cynllun 5x60 sy'n cael ei gyflwyno i wella eu rhaglen gweithgareddau corfforol allgyrsiol. Mae'n amlwg eu bod yn frwdfrydig iawn ac yn ymroddedig i sicrhau bod eu disgyblion yn gwneud cymaint o ymarfer corff â phosibl. Fel y rhan fwyaf o ysgolion, dim ond ychydig o gymorth sydd ei angen arnyn nhw i wneud gwahaniaeth mawr."