Estyn

Rhagoriaeth i bawb - Excellence for all

Arolygiaeth Ei Mawrhydi dros Addysg a Hyfforddiant yng Nghymru

Her Majesty's Inspectorate for Education and Training in Wales

Addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anawsterau dysgu: Nodi arfer dda

Iechyd ar Waith
Cyrraedd y Nod
The Corporate Standard
Health at Work

Buddsoddwyr Mewn Pobl
Investor in People

Safon Amgylcheddol y Ddraig Werdd
Green Dragon Environmental Standard

CHWEFROR 2009

Diben Estyn yw arolygu ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru. Mae Estyn yn gyfrifol am arolygu:

- ysgolion a safleoedd meithrin a gynhelir gan, neu sy'n cael arian gan awdurdodau lleol (ALlau);
- ysgolion cynradd;
- ysgolion uwchradd;
- ysgolion arbennig;
- unedau cyfeirio disgyblion;
- ysgolion annibynnol;
- addysg bellach;
- dysgu oedolion yn y gymuned;
- gwasanaethau cymorth ieuenctid;
- hyfforddiant gwaith ieuenctid a chymuned;
- ALlau;
- addysg a hyfforddiant athrawon;
- dysgu yn y gwaith;
- cwmnïau gyrfaoedd;
- dysgu troseddwyr; ac
- elfennau addysg, arweiniad a hyfforddiant y rhaglenni hyfforddi a ariennir gan yr Adran Gwaith a Phensiynau.

Mae Estyn hefyd:

- yn rhoi cyngor ar ansawdd a safonau mewn addysg a hyfforddiant yng Nghymru i Gynulliad Cenedlaethol Cymru ac eraill; ac
- yn cyhoeddi achosion o arfer dda yn seiliedig ar dystiolaeth arolygu.

Cymerwyd pob rhagofal posibl i sicrhau bod y wybodaeth yn y ddogfen hon yn gywir adeg ei chyhoeddi. Dylid cyfeirio unrhyw ymholiadau neu sylwadau ynglŷn â'r ddogfen/cyhoeddiad hwn at:

Yr Adran Gyhoeddiadau
Estyn
Llys Angor
Heol Keen
Caerdydd
CF24 5JW neu drwy anfon e-bost at cyhoeddiadau@estyn.gsi.gov.uk

Mae'r cyhoeddiad hwn a chyhoeddiadau eraill gan Estyn ar gael ar ein gwefan: www.estyn.gov.uk

Cyfieithwyd y ddogfen hon gan Trosol (Saesneg i Gymraeg)

Ⓗ Hawlfraint y Goron 2009: Gellir ailddefnyddio'r adroddiad hwn yn ddi-dâl mewn unrhyw fformat neu gyfrwng ar yr amod y caiff ei ailddefnyddio'n gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Rhaid cydnabod y deunydd fel hawlfraint y Goron a rhaid nodi teitl y ddogfen/cyhoeddiad.

Cynnwys	Tudalen

Cyflwyniad a chefndir	**1**
Prif ganfyddiadau	**3**
Argymhellion	**5**
Cyflawniad	**6**
Cwricwlwm a chynllunio	**9**
Addysgu ac asesu	**13**
Partneriaethau	**16**
Adnoddau	**18**
Geirfa	
Atodiad 1	

Mae adroddiadau Estyn yn dilyn ei arweiniad ar gyfer ysgrifennu a golygu adroddiadau, sydd ar gael ar wefan Estyn (www.estyn.gov.uk). Mae'r tabl isod yn dangos y termau y mae Estyn yn eu defnyddio a syniad bras o'u hystyr. Mae'r tabl ar gyfer arweiniad yn unig.

Bron pob un	gydag ychydig iawn o eithriadau
Y rhan fwyaf	90% neu fwy
Llawer	70% neu fwy
Mwyafrif	dros 60%
Hanner/tua hanner	yn agos at 50%
Lleiafrif	islaw 40%
Ychydig	islaw 20%
Ychydig iawn	llai na 10%

Cyflwyniad a chefndir

1 Diben yr adroddiad hwn yw rhoi cyngor i Lywodraeth Cynulliad Cymru ar safonau ac ansawdd y ddarpariaeth mewn ysgolion ar gyfer addysg gorfforol a chwaraeon ysgol i ddisgyblion ag anawsterau dysgu, a nodi arfer dda yn y maes hwn.

2 Yr hyn sy'n berthnasol yng nghyd-destun yr adroddiad hwn yw ymrwymiad Llywodraeth Cynulliad Cymru i:

- gyflawni cynhwysiad cymdeithasol a darparu cyfle cyfartal;
- mynd i'r afael â'r hyn sy'n rhwystro dysgwyr rhag cyflawni safonau uchel; a
- gwneud Cymru yn wlad iachach sydd wedi'i haddysgu'n well.

3 Yr hyn sydd hefyd yn berthnasol yw pryder mwy cyffredinol am lefelau iechyd a ffitrwydd plant a phobl ifanc yng Nghymru. Mae Cynulliad Cenedlaethol Cymru a Chyngor Chwaraeon Cymru wedi ymateb i'r pryderon hyn, yn rhannol, trwy hyrwyddo'r fenter addysg gorfforol a chwaraeon ysgol (AGChY; gweler Atodiad 1).

4 Mae sail y dystiolaeth ar gyfer yr adroddiad yn tynnu ar:

- gyfweliadau ac arsylwadau gwersi mewn 29 o ysgolion prif ffrwd (16 ysgol gynradd ac 13 ysgol uwchradd) gan gynnwys y rheiny sydd ag unedau ynghlwm ac unedau cyfeirio disgyblion, a chwe ysgol arbennig mewn 16 awdurdod lleol ledled Cymru;
- arsylwi darpariaeth datblygiad proffesiynol ar gyfer athrawon ysgolion uwchradd;
- cyfweliadau gyda disgyblion;
- cyfweliadau gyda swyddogion awdurdodau lleol, gan gynnwys ymgynghorwyr addysg gorfforol a chydlynwyr AGChY;
- cyfweliadau gyda swyddogion o Gyngor Chwaraeon Cymru; a
- thystiolaeth ddogfennol bellach, gan gynnwys adroddiadau arolygu ysgolion Estyn a gyhoeddwyd rhwng mis Medi 2005 a mis Medi 2008.

5 Mae tua dwy o bob tair o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw wedi bod yn gysylltiedig â menter AGChY a nodwyd eu bod yn dangos arfer dda yn y ddarpariaeth ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig.

6 Roedd y gwaith maes yn cynnwys disgyblion sydd ag ystod eang o anawsterau dysgu ac anghenion addysgol arbennig amrywiol, gan gynnwys:

- anawsterau gwybyddiaeth a dysgu;
- anawsterau cyfathrebu a rhyngweithio;

- anhwylder synhwyraidd a/neu gorfforol;
- anghenion dwys a chymhleth; ac
- anawsterau cymdeithasol, emosiynol ac ymddygiad.

7 Nid oes angen llawer o drefniadau arbennig, os o gwbl, ar gyfer anghenion dysgu rhai o'r disgyblion hyn er mwyn iddynt gael mynediad llawn at addysg gorfforol, tra bod angen lefel llawer uwch o gynllunio a chymorth gwahaniaethol ar ddisgyblion eraill.

Prif ganfyddiadau

8 Mae'r adroddiad yn cynnwys llawer o enghreifftiau o arfer dda wrth addysgu a dysgu addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anawsterau dysgu o ysgolion ledled Cymru.

9 Mewn llawer o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae'r rhan fwyaf o'r disgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn cyflawni'n dda ac yn gwneud cynnydd da mewn addysg gorfforol. Mae'r safonau'n dda neu'n dda iawn mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn llawer o'r ysgolion cynradd ac uwchradd yr ymwelwyd â nhw. Mae'r dysgwyr bron ym mhob ysgol sy'n gysylltiedig, neu wedi bod yn gysylltiedig â menter AGCh, yn gwneud cynnydd da.

10 Bron ym mhob un o'r ysgolion arbennig yr ymwelwyd â nhw, lle mae gan yr addysgu ddisgwyliadau uchel, mae dysgwyr yn cyflawni safonau uchel iawn. Mae hyn yn golygu bod disgyblion yn aml yn gwneud cynnydd da iawn mewn perthynas â'u gallu a'r cyd-destun y maent yn dysgu ynddo. Mae llawer o'r disgyblion ag anghenion addysgol arbennig hefyd yn ymateb yn dda i heriau gweithgareddau awyr agored ac anturus.

11 Mewn nifer fach iawn o ysgolion, nid yw disgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn cael eu cynnwys ddigon yng ngweithgareddau dosbarthiadau neu ysgolion prif ffrwd. Mae hyn yn golygu nad yw'r disgyblion hyn yn datblygu eu medrau symud nac yn cyflawni cystal ag y gallent mewn addysg gorfforol a gweithgareddau awyr agored ac anturus.

12 Mae'r graddau y caiff disgyblion mewn unedau cyfeirio disgyblion sydd ynghlwm wrth ysgolion prif ffrwd eu cynnwys mewn gwersi addysg gorfforol yn amrywio. Yn yr achosion gorau, caiff disgyblion o unedau sydd ynghlwm eu hintegreiddio'n llawn, ac i'r disgyblion hyn, mae'r profiadau mewn addysg gorfforol yn dda iawn ar y cyfan.

13 Ym mhob un o'r ysgolion arbennig yn y sampl, mae athrawon addysg gorfforol yn fedrus iawn. Yn yr ysgolion hyn, mae llawer o athrawon yn gosod safonau uchel ac mae ganddynt ddisgwyliadau uchel o ddisgyblion.

14 Yn yr arfer orau, a oedd yn amlwg mewn tua 40% o'r holl ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae gan yr athrawon y profiad a'r hyder i drefnu darpariaeth dda ar gyfer disgyblion o bob gallu, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig. Fodd bynnag, mewn rhai ysgolion, mae'n amlwg nad oes gan athrawon wybodaeth bwnc ddigonol i gynllunio tasgau dilyniadol i herio disgyblion yn effeithiol. Mae hyn yn golygu nad yw'r dysgu yn gynhyrchiol a bod disgyblion yn colli diddordeb yn hawdd. Mewn ychydig iawn o ysgolion cynradd, mae cyflymder y wers yn rhy araf.

15 Yn y rhan fwyaf o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae adborth ffurfiannol a diagnostig yn nodwedd yn y rhan fwyaf o wersi. Mae hyn yn helpu gwella hyder a hunan-barch disgyblion. Yn yr ychydig iawn o ysgolion lle mae'r asesu yn wael, nid oes unrhyw bolisi ar waith ac nid yw'r polisi sy'n bodoli yn cael ei fonitro yn ddigon da i wneud yn siwr ei fod yn cael ei ddefnyddio'n gyson. Yn yr un ysgolion, caiff anghenion unigol disgyblion dim ond eu hasesu trwy Gynlluniau Addysg Unigol (CAUau) ac ni roddir lefelau cyrhaeddiad i ddisgyblion ar ddiwedd y cyfnod allweddol bob tro.

16 Yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw, ceir cyswllt da ar y cyfan rhwng ysgolion mewn partneriaeth AGChY. Mae hyn yn golygu bod yr ysgolion hyn yn gallu trafod a rhannu arfer dda a materion pryder. Fodd bynnag, nid yw trefniadau clwstwr yn cynnwys ysgolion arbennig a allai fod yn agos atynt bob tro. Mae hyn yn golygu nad yw ysgolion prif ffrwd bob amser yn ymwybodol o'r arfer dda sy'n bodoli mewn addysg gorfforol mewn ysgolion arbennig, ac nid yw staff ysgolion arbennig yn ymwybodol o arfer dda mewn addysg gorfforol mewn ysgolion prif ffrwd.

17 Yn gyffredinol, mae lefel yr adnoddau a'r offer ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol yn ddigonol. Mewn llawer o achosion, mae wedi cael ei gwella'n briodol trwy ymglymiad yn y prosiect AGChY. Fodd bynnag, nid yw pob un o'r athrawon yn gwybod am yr ystod o offer gwahaniaethol sydd ar gael ac mae hyn yn cyfyngu'r ystod o weithgareddau y gellir eu cynnig i ddisgyblion.

18 Mewn llawer o ysgolion, nid yw disgyblion sydd fel arfer yn cael cymorth gan gynorthwyydd dysgu yn yr ystafell ddosbarth yn cael y cymorth hwn yn ystod eu gwersi addysg gorfforol. Dylid adolygu'r arfer hon. Mae'n golygu nad yw llawer o ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn cael cymorth ychwanegol mewn addysg gorfforol pan fydd ei angen arnynt. O ganlyniad, nid yw'r disgyblion hyn yn gwneud digon o gynnydd.

19 Nid oes digon o gyfleoedd datblygiad proffesiynol i athrawon wella eu harbenigedd wrth addysgu addysg gorfforol i ddisgyblion ag anghenion dysgu penodol, er enghraifft, sut i gefnogi disgyblion mewn ysgolion prif ffrwd sydd ag anawsterau cyfathrebu neu ymddygiad heriol.

Argymhellion

Dylai Llywodraeth Cynulliad Cymru:

A1 ystyried y ffordd orau o ymestyn yr arfer dda yn y ddarpariaeth ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol a nodwyd yn yr adroddiad hwn.

Dylai awdurdodau lleol, ar y cyd â phartneriaid:

A2 gymryd camau i raeadru'r arfer dda sy'n bodoli mewn addysg gorfforol mewn ysgolion arbennig i arweinwyr a rheolwyr, ac athrawon addysg gorfforol mewn ysgolion prif ffrwd; a

A3 sicrhau bod cyfleoedd priodol ar gyfer datblygiad proffesiynol ar gael i helpu pob un o'r staff, gan gynnwys hyfforddwyr ac asiantaethau allanol, i fodloni anghenion a gwella safonau cyflawniad ar gyfer pob un o'r disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol.

Dylai ysgolion:

A4 weithio gydag awdurdodau lleol i rannu'r arfer orau, yn enwedig mewn ysgolion arbennig, wrth fodloni anghenion disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol;

A5 sicrhau bod pob disgybl ag anghenion addysgol arbennig mewn ysgolion prif ffrwd yn cael eu hintegreiddio'n briodol mewn dosbarthiadau addysg gorfforol prif ffrwd, gan gynnwys lle bo'n briodol, y rheiny mewn unedau;

A6 gwella ansawdd asesu a gosod targedau ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol a chynllunio'n fwy effeithiol i ddiwallu anghenion penodol y disgyblion hyn, gan gynnwys nodi cynlluniau mewn CAUau pan fydd gan ddisgyblion angen mewn addysg gorfforol;

A7 adolygu'r adnoddau sydd ar gael i ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol yn rheolaidd, gan gynnwys defnyddio cynorthwywyr cymorth dysgu ar gyfer gwersi addysg gorfforol a defnyddio offer gwahaniaethol; a

A8 chysylltu'n agos â hyfforddwyr chwaraeon ac asiantaethau allanol sy'n gweithio gyda disgyblion mewn addysg gorfforol i wneud yn siwr bod gweithgareddau dysgu yn cael eu cynllunio'n briodol i ddiwallu anghenion corfforol arbennig penodol disgyblion.

Cyflawniad

20 Mewn llawer o’r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae’r rhan fwyaf o’r disgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn cyflawni’n dda ac yn gwneud cynnydd da mewn addysg gorfforol. Mae dysgwyr bron ym mhob ysgol sy’n gysylltiedig, neu wedi bod yn gysylltiedig â menter AGChY, yn gwneud cynnydd da. Mae llawer o ddysgwyr, o bob oedran ym mhob un o’r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, yn cymryd rhan yn llwyddiannus mewn ystod eang o weithgareddau addysg gorfforol.

21 Mae disgyblion yn cyflawni safonau uchel iawn yn yr ysgolion arbennig yr ymwelwyd â nhw. Mae hyn oherwydd bod disgwyliadau uchel o ddysgwyr, gan gynnwys y rheiny ag anawsterau dwys a lluosog. O ganlyniad, mae disgyblion yn aml yn gwneud cynnydd da iawn mewn perthynas â’u gallu a’r cyd-destun y maent yn dysgu ynddo.

22 Mewn llawer o ysgolion, mae disgyblion yn gwneud cynnydd da wrth ddatblygu eu medrau allweddol trwy addysg gorfforol, yn enwedig wrth wrando, datrys problemau a gweithio gyda’i gilydd. Mae hyn yn helpu iddynt wneud cynnydd nid yn unig mewn addysg gorfforol ond hefyd yn gymdeithasol.

23 Mae llawer o ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn gwneud yn dda mewn lleoliadau gallu cymysg, ac maent yn dweud eu bod yn mwynhau cymryd rhan yn yr un gweithgareddau â disgyblion eraill. Mewn un ysgol uwchradd ac un ysgol gynradd yr ymwelwyd â nhw, mae disgyblion yn gweithio ochr yn ochr â ‘chyfaill’. Yn yr ysgolion hyn, gall y disgyblion ag anghenion addysgol arbennig weithio ochr yn ochr â disgybl arall y maent yn teimlo’n gyfforddus yn gweithio gydag ef/gyda hi yn eu gwersi addysg gorfforol. Mae’r trefniant hwn yn rhoi hyder i’r disgyblion ac mae’r adborth a gânt gan eu ‘cyfaill’, sydd wedi cael rhywfaint o hyfforddiant yn y rôl hon, yn helpu iddynt wella eu medrau a’u perfformiad. Yn yr ysgol gynradd, caiff disgyblion y cyfle i ddysgu iaith arwyddion ac mae rhai disgyblion yn defnyddio eu medrau newydd i gefnogi plant sydd â nam ar eu clyw yn y dosbarth.

24 Mae llawer o ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn ymateb yn dda i heriau mewn gweithgareddau awyr agored ac anturus fel dringo ac abseilio a gallant wneud cynnydd cyflym, yr un fath â disgyblion eraill.

25 Gall pob un o’r ysgolion yn y sampl nodi plant ag anghenion addysgol arbennig sy’n llwyddo mewn amrywiaeth o weithgareddau chwaraeon gwahanol, gan gynnwys y rheiny sy’n cynrychioli’r ysgol mewn gemau tîm neu’n ennill anrhydeddau sirol, ardal neu genedlaethol.

26 Mae’r astudiaeth achos ganlynol yn dangos sut mae’r uwch reolwyr a’r rheolwyr canol mewn un ysgol prif ffrwd yng Nghymru wedi gweithio gyda’i gilydd yn dda i wneud yn siwr bod disgybl ag anawsterau corfforol a chyfathrebu cymhleth iawn yn gallu cyflawni a chyrraedd y lefel uchaf un mewn perthynas â’i allu mewn addysg gorfforol.

Astudiaeth achos 1

Cyd-destun: Ysgol gyfun yw hon ac mae bechgyn a merched rhwng 11 ac 18 oed yn ei mynychu. Mae 853 o ddisgyblion ar y gofrestr; mae gan 26 o'r disgyblion hyn ddatganiad o anghenion addysgol arbennig; mae 223 o ddisgyblion eraill yn cael cymorth dysgu arbennig. Mae niferoedd uwchlaw'r cyfartaledd o ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn yr ysgol. Caiff pob disgybl ddwy wers addysg gorfforol am awr bob wythnos ac mae gwersi ychwanegol ar yr amserlen ar gyfer y disgyblion hynny sy'n sefyll arholiadau allanol mewn addysg gorfforol.

Strategaeth: Mae gan yr ysgol bolisi cynhwysiad effeithiol iawn. Caiff addysg gorfforol ei haddysgu i ddisgyblion mewn grwpiau gallu cymysg. Ceir arweinyddiaeth dda a chryf gan y pennaeth i wneud yn siwr bod pob disgybl yn cael mynediad cyfartal i'r cwricwlwm. Mae cydlynydd anghenion addysgol arbennig yr ysgol, pennaeth yr adran addysg gorfforol a'r cynorthwyydd cymorth dysgu yn cynllunio gyda'i gilydd yn dda iawn i ddiwallu anghenion dysgwyr ag anghenion addysgol arbennig. Mae disgybl â datganiad sydd ag anghenion corfforol a chyfathrebu cymhleth iawn yn cael cymorth gan gynorthwy-ydd cymorth dysgu mewn addysg gorfforol.

Gweithredu: Mae uwch reolwyr a rheolwyr canol yn gweithio gyda'i gilydd yn dda i sicrhau bod pob disgybl sydd ag anawsterau dysgu yn cymryd rhan yn llawn mewn gwersi addysg gorfforol. Maent yn cyfarfod yn rheolaidd i adolygu cynnydd, gosod nodau newydd a thrafod lefel y cymorth sydd ei angen er mwyn iddynt wneud rhagor o gynnydd. Er enghraifft, nid oedd disgybl 11 oed ag anghenion corfforol a chyfathrebu cymhleth yn gallu nofio. Roedd y cynllunio a'r cymorth gan yr ysgol i ddiwallu anghenion y disgybl mewn nofio yn cynnwys cymorth un i un yn y dŵr ac wrth ochr y pwll, cymhorthion arnofio priodol yn cael eu prynu a chymorth arbenigol yn cael ei roi gan gynorthwyydd cymorth dysgu profiadol.

Canlyniad: Mae'r disgybl yn cyflawni safonau da iawn mewn nofio a rhedeg traws gwlad mewn perthynas â'i alluoedd a'r cyd-destun ac mae'n gwneud cynnydd rhagorol yn y pwnc yn gyffredinol. Barnwyd gan safonwr allanol bod portffolio gwaith y disgybl ar gyfer y Dystysgrif Addysg mewn addysg gorfforol yn rhagorol.

27 Mewn llawer o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae llawer o ddisgyblion sydd â datganiadau o anghenion addysgol, neu sy'n dilyn Gweithredu gan yr Ysgol neu Gweithredu gan yr Ysgol a Mwy, yn cymryd rhan yn dda mewn ystod o weithgareddau allgyrsiol, yn chwarae i dimau ysgol ac yn cynrychioli'r ysgol mewn cystadlaethau chwaraeon. Mewn un ysgol uwchradd, caiff canran y disgyblion ag anghenion addysgol arbennig sy'n cynrychioli'r ysgol ei monitro. Yn yr ysgol hon, mae 19% o'r disgyblion yn cymryd rhan ac mae'r gyfran hon yn cynyddu. Yn un o'r ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â nhw, mae disgybl â nam dwys ar ei glyw yn enghraifft o gyflawniad rhagorol, sy'n cyflawni'n dda ym mhob agwedd ar y cwricwlwm addysg gorfforol. Mae'n cynrychioli tîm pêl-droed un ar ddeg cyntaf yr ysgol ac mae wedi magu hyder digonol, trwy gefnogaeth ragorol gan ei gyfoedion, i deithio i gemau oddi cartref heb ei arwyddwr. Fodd bynnag, mewn ychydig iawn o ysgolion, nid yw disgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn cael eu cynnwys ddigon yng ngweithgareddau dosbarthiadau neu ysgolion prif ffrwd. Mae hyn yn golygu nad yw'r disgyblion hyn yn datblygu eu medrau symud nac yn cyflawni cystal ag y gallent mewn addysg gorfforol a gweithgareddau awyr agored.

28 Mewn awdurdodau lleol sy'n cynnal cynlluniau fel Clwb Dal i Fynd a 'deffro ac ysgwyd' ('wake and shake') (gweler yr eirfa) lle mae pob disgybl yn gwneud aerobeg bob dydd, mae lefelau ffitrwydd llawer o ddisgyblion ysgolion cynradd sydd ag anghenion addysgol arbennig wedi gwella. Mae hyn oherwydd bod ansawdd y ddarpariaeth yn well mewn addysg gorfforol a rhaglenni iechyd, ffitrwydd a lles eraill. Mewn un ysgol yr ymwelwyd â hi, gwelir enghraifft o'r cynnydd hwn yn y gwelliannau a wnaed mewn rhedeg traws gwlad. Yma, mae canlyniadau'r niferoedd sy'n cwblhau'r cwrs a'u hamseroedd gorffen wedi gwella ar gyfer bron pob un o'r disgyblion, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig.

29 Mae penaethiaid mewn ysgolion sy'n gysylltiedig â phrosiect AGChY yn dweud bod nifer y disgyblion ag anghenion addysgol arbennig sy'n cymryd rhan mewn gwersi addysg gorfforol a gweithgareddau allgyrsiol cysylltiedig wedi codi.

30 Caiff cyflawniad a chyfranogiad mewn addysg gorfforol ac mewn gweithgareddau allgyrsiol ei ddathlu mewn gwasanaethau ysgol neu ddigwyddiadau cyflwyno bron ym mhob un o'r ysgolion sampl. Mae hyn yn cydnabod cyflawniad unigolion a grwpiau o ddysgwyr yn y pwnc ac yn rhoi statws i'r pwnc yn yr ysgol ac yng ngolwg disgyblion eraill.

Nodi arfer dda

Yn yr ysgolion sydd â'r arfer orau mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, mae'r nodweddion canlynol ar gyflawniad disgyblion yn amlwg:

- disgwyliadau uchel disgyblion o bob gallu ac oedran, sy'n arwain at safonau perfformiad uwch mewn addysg gorfforol nag yn y gorffennol;
- lefelau cyfranogiad uchel mewn gwersi addysg gorfforol a gweithgareddau allgyrsiol, sy'n golygu bod disgyblion yn mwynhau'r pwnc yn fwy a bod lefelau ffitrwydd yn well; a
- datblygiad da o ran medrau allweddol fel cyfathrebu, datrys problemau a gweithio gyda'i gilydd, yng nghyd-destun addysg gorfforol sy'n helpu disgyblion i arfarnu eu gwaith eu hunain a gwaith disgyblion eraill, ac yn gwella eu cyfleoedd i lwyddo yn eu bywydau y tu hwnt i'r ysgol yn fawr.

Cwricwlwm a chynllunio

31 Ym mhob cyfnod allweddol, mae disgyblion yn cymryd rhan mewn gweithgareddau iechyd, ffitrwydd a lles a meysydd gweithgaredd eraill sy'n addas ar gyfer eu hoedran lefel eu dealltwriaeth, gan gynnwys gemau, gymnasteg, dawns, nofio, athletau a gweithgareddau awyr agored ac anturus. Mae hyn yn golygu bod pob un o'r disgyblion yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw yn dysgu am werth ymarfer corff i'w hiechyd a'u lles trwy gydol eu cyfnod yn yr ysgol a'u bod yn profi ystod eang o weithgareddau corfforol.

32 Bron ym mhob un o'r ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw, caiff disgyblion ag anghenion addysgol arbennig y dyraniad amser addysgu a argymhellir ar gyfer addysg gorfforol. Fodd bynnag, mae anghysondeb o ran faint o amser sy'n cael ei neilltuo ac mae'r anghysondeb hwn yn digwydd i bob disgybl, p'un a oes ganddynt anghenion addysgol arbennig ai peidio. Er enghraifft, mewn rhai ysgolion, caiff y disgyblion ddwy sesiwn tri deg munud bob wythnos, ond mewn llawer o ysgolion, caiff y disgyblion ddwy sesiwn awr bob wythnos. Mae mwyafrif yr ysgolion hefyd yn neilltuo cyfnod penodol ar gyfer gweithgareddau awyr agored ac anturus trwy gydol y flwyddyn. Mae'r amser hwn bron bob tro yn ychwanegol i'r amser addysgu a argymhellir.

33 Ym mhob un o'r ysgolion arbennig yr ymwelwyd â nhw, caiff y disgyblion amser ychwanegol ar gyfer gemau a gweithgareddau awyr agored ac anturus. Mae'r gweithgareddau hyn yn cynnwys, er enghraifft, cyfeiriadu a chanŵio, ac yn helpu'r dysgwyr hyn i wella medrau i'w cefnogi yn eu bywydau bob dydd.

34 Yn yr ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â nhw, mae bron pob un o'r disgyblion ag anghenion arbennig yn cael yr un faint o amser mewn gwersi addysg gorfforol â'r holl ddisgyblion eraill. Caiff y rhan fwyaf o ddisgyblion cyfnod allweddol 3 y ddwy awr a argymhellir o addysg gorfforol bob wythnos ac mewn rhai ysgolion, cânt dair sesiwn sy'n para awr. Yng nghyfnod allweddol 4, mae'r arfer yn amrywio gyda llawer o ddisgyblion yn cael awr, a dwy awr mewn rhai ysgolion ar gyfer addysg gorfforol. Mae'r disgyblion hynny sy'n sefyll arholiadau allanol mewn addysg gorfforol hefyd yn cael gwersi ychwanegol penodol.

35 Yn yr ysgolion prif ffrwd yr ymwelwyd â nhw, y maint dosbarth cyfartalog yw 26 o ddisgyblion. Caiff bron pob un o'r disgyblion ag anghenion addysgol arbennig wersi addysg gorfforol mewn dosbarthiadau gallu cymysg yn eu hysgolion prif ffrwd, ond mewn un ysgol uwchradd yr ymwelwyd â hi, caiff disgyblion eu rhoi mewn setiau yn ôl eu gallu academaidd. Mae hyn yn golygu nad yw llawer o ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn setiau is yn yr ysgol hon yn cael eu hintegreiddio'n llawn ar gyfer addysg gorfforol gyda gweddill eu grŵp blwyddyn. Nid yw'r trefniant hwn yn rhoi ymdeimlad o berthyn i ddisgyblion ymhlith eu cyfoedion ac mae o bosibl yn cyfyngu cyfleoedd i'r disgyblion hyn wneud cynnydd priodol.

36 Yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw, lle mae naill ai uned addysg arbennig neu uned cyfeirio disgyblion ynghlwm wrth yr ysgol, mae graddau'r integreiddio yn amrywio. Mewn rhai lleoliadau, caiff disgyblion ag anghenion addysgol arbennig eu hintegreiddio'n llawn ar bob adeg. Fodd bynnag, mewn llawer o achosion, nid yw'r

disgyblion hyn yn cael gwersi addysg gorfforol ochr yn ochr â disgyblion prif ffrwd, hyd yn oed pan fo'r gallu ganddynt i ymuno yn y gwersi. Mae hyn yn golygu nad yw'r disgyblion hyn yn cael eu herio ddigon.

37 Mae athrawon yn fedrus ar y cyfan ac yn cynllunio'r cwricwlwm addysg gorfforol eang yn dda. Maent wedi ymrwymo i egwyddor cynhwysiad. Mewn un lleoliad lle mae'r ysgolion arbennig a'r ysgolion uwchradd ar yr un campws, ceir arfer gynhwysol ragorol. Yn yr achos hwn, caiff y disgyblion ysgolion arbennig eu haddysgu ochr yn ochr â disgyblion prif ffrwd ac mae'r disgyblion mwyaf abl yn sefyll arholiadau allanol, fel TGAU. Mae'r ysgolion yn rhoi dewis llawn o weithgareddau i ddisgyblion, sy'n golygu bod disgyblion ag anghenion addysgol arbennig o'r ddwy ysgol yn elwa ar weithio ochr yn ochr â disgyblion o bob gallu.

38 Bron ym mhob ysgol prif ffrwd, mae athrawon yn ymwybodol o anghenion a galluoedd dysgu cyffredinol disgyblion. Yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw, nid yw anghenion dysgu llawer o ddisgyblion sydd ag anghenion addysgol arbennig yn ymwneud yn benodol ag addysg gorfforol. Fodd bynnag, ychydig iawn sydd wedi'i gofnodi yng Nghynlluniau Addysg Unigol (CAUau) disgyblion mewn perthynas ag addysg gorfforol ac a oes darpariaeth wahaniaethol ai peidio.

39 Mae gan bron bob ysgol bolisïau ysgol ac adrannol clir a phriodol sy'n cynnwys cyfeiriad at ddisgyblion ag anghenion arbennig. Yn yr ysgolion gorau, cynhelir cyfarfodydd rheolaidd rhwng yr athro addysg gorfforol a'r cydlynydd anghenion arbennig (Cydlynydd AAA) i drafod anghenion a chynnydd disgyblion unigol. Mae cynlluniau dysgu unigol yn rhoi manylion am anghenion dysgu cyffredinol y disgyblion, ac ym mwyafrif yr ysgolion cynradd, gosodir targedau ar gyfer dysgu trwy addysg gorfforol. Mewn un ysgol uwchradd yng ngogledd Cymru, mae'r Cydlynydd AAA yn ymwneud yn llawn yn y broses o osod targedau ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol. Mae hyn yn golygu bod disgyblion yn yr ysgol hon sydd ag anghenion addysgol arbennig, a'u hathrawon, yn glir ynglŷn â'r hyn a ddisgwylir ganddynt. Fodd bynnag, nid yw hyn yn digwydd digon mewn ysgolion ledled Cymru.

40 Mae ansawdd y cynllunio mewn llawer o ysgolion yn dda. Fodd bynnag, yn y sector cynradd, mae gormod o ysgolion sy'n dibynnu gormod ar gynlluniau gwaith sy'n cael eu llunio ar gyfer y sir gyfan, ac nid ydynt yn cael eu haddasu'n briodol. Yn yr ysgolion hyn, nid oes digon o bwyslais ar gynllunio i ddiwallu anghenion disgyblion ag anawsterau dysgu y mae angen cymorth ychwanegol arnynt mewn addysg gorfforol.

41 Yn y rhan fwyaf o ysgolion uwchradd, mae'r cynllunio yn dda. Fodd bynnag, mae tueddiad i roi gormod o bwyslais ar gynlluniau ac nid yw'r cynlluniau yn canolbwyntio digon ar sut gellir datblygu gwybodaeth, medrau a dealltwriaeth disgyblion.

42 Ym mhob un o'r ysgolion arbennig yr ymwelwyd â nhw, mae'r cwricwlwm addysg gorfforol yn dilyn y Cwricwlwm Cenedlaethol yn briodol. Mae'r cynlluniau gwaith a'r cynllunio yn cael eu gwahaniaethu'n addas ar gyfer ystod gallu eang ac maent yn ddigon manwl i ddangos y strategaeth addysgu, y canlyniadau disgwyliedig, y camau nesaf a'r dilyniant.

43 Mae'r rhan fwyaf o'r ysgolion prif ffrwd yr ymwelwyd â nhw yn adolygu cynlluniau gwaith mewn addysg gorfforol i ddiwallu anghenion y cwricwlwm diwygiedig. Fodd

bynnag, yn y rhan fwyaf o achosion, nid yw cynlluniau gwaith yn cael eu gwahaniaethu'n ddigon da bob amser i ddiwallu anghenion pob un o'r disgyblion, yn enwedig y rheiny sydd ag anghenion penodol mewn addysg gorfforol, fel cyfathrebu neu anawsterau echddygol bras.

44 Yn yr ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â nhw, caiff disgyblion ag anghenion addysgol arbennig fynediad llawn at y cwricwlwm addysg gorfforol. Dywed athrawon fod AGChY wedi cyfrannu'n dda at arfer gynhwysol mewn addysg gorfforol, er gwaethaf y ffaith nad dyma oedd y prif ffocws. Y rheswm am hyn yw bod AGChY yn cynnwys trafod sut i wella darpariaeth gydag athrawon eraill sy'n gysylltiedig â'r prosiect, gan gynnwys athrawon mewn ysgolion cynradd clwstwr.

45 Mae'r astudiaeth achos isod yn dangos y safonau da iawn a gyflawnir gan ddisgyblion a darpariaeth y cwricwlwm mewn un ysgol arbennig.

Astudiaeth achos 2

Cyd-destun: Ysgol arbennig yw hon sydd â 76 o ddisgyblion 2-19 oed ar y gofrestr. Mae'r ysgol wedi'i lleoli ar yr un safle â chanolfan hamdden, ysgol gynradd ac ysgol uwchradd. Mae gan dros 60% o ddisgyblion yr ysgol naill ai anghenion dysgu difrifol neu anghenion dwys a lluosog. Mae'r ysgol wedi bod yn gysylltiedig â phrosiect AGChY.

Strategaeth: Mae'r ysgol yn mabwysiadu polisi cynhwysol a'i nod yw diwallu anghenion dysgu pob disgybl. Mae cynllunio cwricwlwm da yn canolbwyntio ar weithgareddau awyr agored ac anturus a datblygu medrau byw yn annibynnol. Mae'r ysgol yn gweithio'n dda gyda sefydliadau addysgol eraill, gan gynnwys ysgolion a darparwyr gweithgareddau awyr agored preifat, i rannu cyfleusterau ac adnoddau.

Gweithredu: Mae pob disgybl yn yr ysgol arbennig yn cymryd rhan mewn ystod o weithgareddau addysg gorfforol a gweithgareddau awyr agored ac anturus bob wythnos. Mae rhaglen amrywiol a heriol yn cynnwys gweithgareddau sydd wedi'u haddasu'n briodol, gan gynnwys dringo coed, canŵio, cerdded bryniau a chyfeiriadu.

Mae'r athrawon yn gweithio'n dda iawn fel tîm ac mae ganddynt ddisgwyliadau uchel o ddisgyblion sydd ag anghenion addysgol arbennig difrifol a lluosog.

Canlyniadau: Mae dysgwyr yn ymateb yn dda iawn i heriau gweithgareddau. Mae ymwybyddiaeth dysgwyr o gorff, eu medrau echddygol bras, eu hyder a'u hunan-barch yn cynyddu'n fawr gan weithgareddau sy'n eu hymestyn. Caiff medrau byw yn annibynnol ac ymdeimlad o gyflawniad pob un o'r dysgwyr eu cynyddu'n fawr trwy weithgareddau awyr agored ac anturus. Mae hyn yn digwydd pan fyddant, er enghraifft, yn defnyddio map, yn gofalu am offer ac yn coginio iddyn nhw eu hunain yn yr awyr agored. Mae bron pob un o'r dysgwyr yn cyflawni safonau da iawn mewn gwybodaeth am iechyd a diogelwch ac maent yn mwynhau eu hunain.

46 Ym mhob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae'n anodd i athrawon, rheolwyr ac arolygwyr asesu effaith uniongyrchol menter AGChY ar safonau disgyblion sydd ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol. Y rheswm am hyn yw ei bod yn anodd pennu o ystod o strategaethau y ffactorau sydd wedi dylanwadu fwyaf ar gyflawniad a chynnydd disgyblion.

47 Er bod menter AGChY wedi helpu ysgolion i adeiladu ar eu polisïau a'u harfer i gefnogi arfer gynhwysol, nid yw ysgolion yn casglu nac yn dadansoddi data yn ddigon da i ystyried effaith mentrau penodol yn llawn. Er bod rhai ysgolion wedi dechrau dadansoddi cyfraddau cyfranogiad, yn gyffredinol, nid yw ysgolion bob amser yn gwbl ymwybodol o gyfraniad mentrau penodol at safonau mewn addysg gorfforol nac ar gyfer unigolion neu grwpiau o ddysgwyr.

48 Mae'r rhan fwyaf o ysgolion AGChY yn defnyddio mentrau eraill sy'n gysylltiedig ag iechyd fel Campau'r Ddraig, 5x60 ac Ysgolion Iach (gweler yr eirfa). Yn yr ysgolion hyn, mae clybiau ar ôl yr ysgol yn aml yn defnyddio deunyddiau AGChY ac mae siop bwyd iach sy'n gwerthu ffrwythau i ddisgyblion amser egwyl. Mae pwyslais hefyd ar ffyrdd iach o fyw yn y cwricwlwm ac yn themâu gwasanaethau ysgolion.

Nodi arfer dda

Yn yr ysgolion sydd â'r arfer orau mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, mae'r nodweddion canlynol yn amlwg o ran cynllunio a chyflwyno'r cwricwlwm:

- arfer gynhwysol dda ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, gan gynnwys y rheiny sy'n mynychu unedau ar safleoedd;
- polisïau cynhwysfawr ar gyfer addysg gorfforol i ddisgyblion o bob gallu;
- nodi anghenion disgyblion yn glir, gan gynnwys y rheiny sydd ag anghenion mewn addysg gorfforol; a
- chynlluniau gwaith a chynlluniau gwersi sy'n ymdrin â'r ystod o alluoedd a chyfeirio at y modd y bydd medrau symud yn cael eu datblygu, ac yn gwneud cyfeiriad da at barhad a dilyniant.

Addysgu ac asesu

49 Mewn llawer o ysgolion prif ffrwd yr ymwelwyd â nhw, mae athrawon yn fedrus wrth addysgu addysg gorfforol. Ym mhob un o'r ysgolion arbennig yn y sampl, mae athrawon y pwnc yn fedrus iawn. Mae'r rhan fwyaf o'r safonau addysgu yn uchel ac mae disgwyliadau uchel o ddisgyblion.

50 Yn yr arfer orau a welwyd, sef tua 40% o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae gan athrawon brofiad sylweddol a'r hyder i drefnu darpariaeth dda ar gyfer disgyblion o bob gallu, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig. Yn y rhan fwyaf o achosion, mae athrawon yn cynllunio tasgau dilyniadol sy'n cynnig her addas i'r disgyblion, ac mae hyn yn golygu bod disgyblion yn gwneud cynnydd da. Fodd bynnag, mewn rhai ysgolion, nid oes gan athrawon ddigon o wybodaeth bwnc na gwybodaeth am weithgareddau i gynllunio tasgau dilyniadol i herio disgyblion yn effeithiol. Mae hyn yn golygu nad yw'r dysgu yn gynhyrchiol a bod disgyblion yn colli diddordeb yn hawdd. Mewn ychydig iawn o ysgolion cynradd, mae cyflymder y gwersi yn rhy araf. Mae hyn yn golygu nad yw anghenion ychydig iawn o ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig, yn enwedig y rheiny ag anawsterau ymddygiad, yn cael eu diwallu'n llawn.

51 Gall y rhan fwyaf o'r athrawon addasu eu harddulliau addysgu er budd dysgwyr. Mae'r rhan fwyaf hefyd yn rhoi adborth cywir ac amserol i helpu llawer o ddisgyblion i wneud cynnydd a gwella eu medrau. Fodd bynnag, mewn rhai ysgolion, nid oes digon o ymyriad gan athrawon i helpu disgyblion ag anghenion addysgol arbennig i gynyddu eu dealltwriaeth a gwella eu perfformiad mewn addysg gorfforol yn gyffredinol, ond yn enwedig mewn gymnasteg a gwersi dawns mewn ysgolion cynradd. Mae hyn yn arbennig o wir lle mae gan ddisgyblion anawsterau emosiynol neu ymddygiad.

52 Mae llawer o athrawon addysg gorfforol ym mhob math o ysgol yn mabwysiadu ystod dda o strategaethau addysgu. Mewn llawer o ysgolion ac yn enwedig ysgolion cynradd, mae arbenigedd staff wedi cael ei wella trwy ymglymiad â phartneriaeth AGChY. Er enghraifft, mae cydlynwyr pynciau cynradd wedi mynychu cyrsiau hyfforddi AGChY ac wedi rhaeadru gwybodaeth o'r cyrsiau hyn yn dda i eraill sy'n addysgu'r pwnc yn eu hysgol. Hefyd, mae effaith y rhaglen mentora AGChY sy'n dda ac weithiau'n dda iawn yn amlwg yn ansawdd yr addysgu sy'n cael ei arsylwi mewn llawer o ysgolion cynradd. Trwy'r cynllun mentora, dywed athrawon cynradd nad ydynt yn arbenigol eu bod wedi elwa ar gyfraniad athrawon addysg gorfforol uwchradd arbenigol. Yn aml, mae'r mentora hwn wedi bod ar ffurf cyfraniad gan staff uwchradd arbenigol i gyflwyno testunau penodol neu arddangos gwersi. Mae hyn wedi bod o fudd arbennig i ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig, sy'n golygu gosod tasgau wedi'u gwahaniaethu'n briodol mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion. Fodd bynnag, nid oes digon o gyfleoedd i athrawon addysg gorfforol cynradd ac uwchradd elwa ar arbenigedd staff mewn ysgolion arbennig wrth addysgu addysg gorfforol i ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig.

53 Yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw, nid yw'r cyswllt ag asesu ar gyfer dysgu yn ddigon clir mewn cynlluniau ym mhob math o ysgol. Mae'r rhan fwyaf o'r cynlluniau yn pwysleisio medrau a pherfformiad ac nid ydynt yn rhoi digon o ystyriaeth i'r

cyd-destun dysgu ehangach. Hefyd, nid oes digon o gyfeiriad mewn cynlluniau at adnoddau ac offer i ddiwallu anghenion disgyblion ag anghenion arbennig mewn addysg gorfforol.

54 Lle mae'r asesu yn dda, mae polisi clir ar waith y mae staff yn ei gymhwyso'n gyson. Yn y rhan fwyaf o ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae adborth ffurfiannol a diagnostig yn nodwedd yn y rhan fwyaf o wersi. Mae hyn yn helpu gwella hyder a hunan-barch disgyblion. Fodd bynnag, mae hyn ond yn ddefnyddiol pan fydd yr adborth yn gywir a phan fydd yr athro yn gallu rhoi arweiniad clir i hyrwyddo dysgu a gwella perfformiad. Mewn ysgolion lle ceir arfer dda, caiff anghenion disgyblion unigol eu nodi a'u defnyddio i lywio'r cynllunio. Mae hyn yn digwydd cyn y monitro a'r asesu. Yn yr ychydig iawn o ysgolion lle mae'r asesu yn wael, nid oes polisi ar waith neu nid yw'r polisi sy'n bodoli yn cael ei fonitro yn ddigon da i wneud yn siŵr ei fod yn cael ei ddefnyddio'n gyson. Yn yr un ysgolion hyn, caiff anghenion unigol eu hasesu trwy CAUau yn unig ac ni roddir lefelau cyrhaeddiad i ddisgyblion ar ddiwedd y cyfnod allweddol bob tro.

55 Ym mhob math o ysgolion, mae ansawdd y gwahaniaethu wrth gynllunio gwersi addysg gorfforol yn dda ar y cyfan, mewn perthynas â chanlyniadau ar gyfer dysgwyr. Fodd bynnag, nid yw'r defnydd o dasgau gwahaniaethol, offer ac adnoddau wedi'i ddatblygu digon mewn lleiafrif sylweddol o ysgolion. Mae'r rhan fwyaf o athrawon, bron ym mhob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, yn creu amgylchedd gweithio cynhwysol a diogel.

56 Mewn un ysgol gynradd, mae disgyblion, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig, yn cymryd rhan yn rheolaidd mewn tasgau asesu cyfoedion a hunanasesu mewn addysg gorfforol. Mae hyn yn sicrhau safonau uchel gan ddisgyblion o bob gallu mewn addysg gorfforol. Mae'r cynllun datblygu ysgol yn cynnwys pwyslais da ar hunanasesu a gosod targedau. Mae staff yn gofyn cwestiynau a gynlluniwyd yn dda i ddisgyblion er mwyn eu helpu i asesu eu cynnydd eu hunain a chynnydd disgyblion eraill. Mae staff hefyd yn cadw cofnodion systematig a manwl o ymdrech, cyflawniad a chynnydd disgyblion ac yn eu defnyddio'n effeithiol wrth gynllunio. Mae staff yn defnyddio'r broses asesu hon, sydd o ansawdd da, i amlinellu cynnydd disgyblion yn effeithiol trwy ddefnyddio ffeil 'olrhain'. Mae hyn yn ei gwneud yn ofynnol i athrawon fyfyrio'n feirniadol ar gynnydd disgyblion. Caiff disgyblion yn yr ysgol hon eu hasesu'n ffurfiol chwe gwaith y flwyddyn hefyd. Fodd bynnag, mae rhai ysgolion yn colli cyfleoedd i ymgymryd â gweithgareddau asesu cyfoedion a hunanasesu tebyg.

57 Ym mhob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, caiff llwyddiant disgyblion o bob gallu ei ddathlu. Rhoddir blaenoriaeth arbennig o uchel i'r dathlu llwyddiant hwn yn y sampl o ysgolion cynradd ac arbennig. Mae hyn yn helpu disgyblion ag anghenion addysgol arbennig i werthfawrogi'r pwnc a'u llwyddiannau ac maent yn magu mwy o hyder a hunan-barch.

58 Mae staff datblygu chwaraeon o'r fenter AGChY yn gweithio'n dda gyda staff ysgolion i wella'r cwricwlwm addysg gorfforol a gynigir i ddisgyblion o bob gallu, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig. Fodd bynnag, lle mae hyfforddwyr chwaraeon ac asiantaethau allanol yn gysylltiedig, mae'r pwyslais ar berfformiad yn aml yn golygu nad yw'r hyfforddwyr hyn yn rhoi digon o sylw i gynllunio gweithgareddau dysgu i ddiwallu anghenion pob disgybl. Mae hyn yn golygu nad yw

disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, yn benodol, yn cyflawni cystal ag y gallent yn y gweithgareddau allgyrsiol hyn.

59 Mewn ychydig o ysgolion, defnyddir hyfforddwyr Campau'r Ddraig i gyflwyno gwersi addysg gorfforol. Yn y gwersi hyn, mae gormod o bwyslais ar hyfforddi o'i gyferbynnu ag addysgu a gormod o ffocws ar berfformiad yn hytrach na dysgu effeithiol.

Nodi arfer dda

Yn yr ysgolion lle gwelir arfer orau mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, mae'r nodweddion canlynol yn amlwg o ran addysgu a dysgu:

- ystod o strategaethau addysgu ac ymrwymiad i addysg gorfforol gynhwysol gyda phwyslais ar yr hyn y mae disgyblion yn gallu ei wneud ac nid ar yr hyn y maent yn ei gael yn anodd;
- cynllunio cadarn a gweithgareddau wedi'u gwahaniaethu'n briodol, yn seiliedig ar wybodaeth fanwl ac asesiad cywir, i ddiwallu anghenion disgyblion o bob gallu, gan gynnwys galluoedd corfforol;
- polisïau ac arferion asesu da sy'n cael eu cymhwyso'n gyson i sicrhau cynnydd a chyflawniad disgyblion;
- cymorth effeithiol gan gynorthwywyr cymorth dysgu a hyfforddwyr staff datblygu chwaraeon ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig i wella eu medr a'u dealltwriaeth; a
- chymorth da sydd weithiau'n dda iawn gan athrawon arbenigol addysg gorfforol sy'n fentoriaid AGChY ar gyfer athrawon addysg gorfforol nad ydynt yn arbenigwyr, ynghyd â 'rhaeadru' gwybodaeth a gafwyd ar gyrsiau i staff eraill.

Partneriaethau

60 Roedd y penaethiaid ym mhob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw yn nodweddiadol yn gweithio'n galed i feithrin ethos ysgol cryf, cadarnhaol a chynhwysol. Mae penaethiaid yn gefnogol o waith penaethiaid adran a chydlynwyr pwnc ysgolion. Maent wedi ymrwymo i ddarparu ystod eang o gyfleoedd trwy addysg gorfforol i ddiwallu anghenion disgyblion o bob gallu. Maent yn darparu arweinyddiaeth dda ac yn cynnig cyfeiriad clir i staff sy'n addysgu addysg gorfforol ym mhob lleoliad.

61 Mae pob pennaeth yn yr ysgolion cynradd, uwchradd ac arbennig yr ymwelwyd â nhw wedi cydnabod pwysigrwydd addysg gorfforol i ddatblygiad disgyblion yn gyffredinol. Dywed llawer o benaethiaid fod addysg gorfforol yn helpu gwella hunan-barch disgyblion yn ogystal â diwallu eu hanghenion datblygiad corfforol.

62 Bron ym mhob un o'r ysgolion yn y sampl, mae perthynas dda rhwng y cydlynydd pwnc, y pennaeth addysg gorfforol a chydlynydd anghenion addysgol arbennig (Cydlynydd AAA) yr ysgol ac mae hyn yn helpu gwella cyflawniad disgyblion.

63 Canfuwyd bod athrawon addysg gorfforol mewn ysgolion cynradd ac uwchradd yn cysylltu'n dda â chydlynwyr AAA bron bob amser mewn perthynas ag anghenion cyffredinol disgyblion. Mae hyn yn gwella'r ddarpariaeth o ran profiadau ansawdd uchel ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig.

64 Mewn un ysgol yr ymwelwyd â hi, mae'r cydlynydd AAA yn nodi disgyblion â phroblemau medrau symud yn gynnar ac yn defnyddio adnodd a ddarperir gan yr awdurdod lleol i roi cymorth mewn gwersi addysg gorfforol. Mae ysgol gynradd arall yn gweithio'n agos â'r adran gwasanaethau cymdeithasol i roi cymorth a darparu cludiant ar gyfer athletwr dawnus sydd ag anawsterau dysgu i fynychu clwb athletau lleol am hyfforddiant arbenigol.

65 Mae ymglymiad â phartneriaeth AGChY wedi helpu sefydlu trefniadau trosglwyddo da i gefnogi disgyblion sy'n symud o ysgolion cynradd i ysgolion uwchradd. Mewn llawer o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae'r cynlluniau trosglwyddo yn cyfeirio'n dda at anghenion disgyblion sydd ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol. Fodd bynnag, nid yw'r rhain yn cael eu trosglwyddo i CAUau bob tro.

66 Yn yr ysgolion yr ymwelwyd â nhw, ceir cyswllt da ar y cyfan rhwng ysgolion sydd mewn partneriaeth AGChY. Mae hyn yn golygu bod yr ysgolion hyn yn gallu trafod a rhannu arfer dda a materion pryder. Fodd bynnag, nid yw trefniadau clwstwr yn cynnwys ysgolion arbennig a allai fod yn agos atynt bob amser. Mae hyn yn golygu nad yw ysgolion prif ffrwd bob amser yn ymwybodol o rywfaint o'r arfer dda sy'n bodoli mewn addysg gorfforol mewn ysgolion arbennig. Mae angen i'r rhan fwyaf o ysgolion ddatblygu partneriaethau mwy ffurfiol ag ysgolion partner neu ysgolion arbennig lleol eraill.

67 Mae pob un o'r ysgolion arbennig yn gwerthfawrogi gwaith partneriaeth a'r cyfle i ddisgyblion gymryd rhan mewn amrywiaeth o ddigwyddiadau a gweithgareddau chwaraeon. Maent yn gwerthfawrogi'r ffaith y gall addysg gorfforol a gweithgareddau awyr agored ac anturus wella canlyniadau ar gyfer eu disgyblion. Er enghraifft, mae rhai disgyblion o un ysgol arbennig sy'n cael gwersi addysg gorfforol mewn ysgol

uwchradd gyfagos, wedi perfformio'n well na disgyblion prif ffrwd mewn arholiadau allanol addysg gorfforol. Mewn ysgol uwchradd arall, yn sgil integreiddio'r cwricwlwm addysg gorfforol gyda'r ysgol arbennig gyfagos, mae llawer o ddisgyblion yr ysgol arbennig wedi ennill cymwysterau Edexcel ar lefelau mynediad 1 – 3. Mae disgyblion yr ysgol arbennig hefyd yn elwa'n gymdeithasol ar y cydweithio agos rhwng eu hysgol nhw a'r ysgol uwchradd. Dywed athrawon fod disgyblion yr ysgol arbennig wedi sefydlu cyfeillgarwch newydd trwy fynychu dosbarthiadau prif ffrwd mewn addysg gorfforol.

68 Roedd pob ysgol wedi datblygu partneriaethau da gydag asiantaethau allanol. Mae'r rhain yn cynnwys cysylltiadau â'r awdurdod lleol, asiantaethau iechyd, gan gynnwys y nyrs ysgol, a gwasanaethau cymdeithasol. Mae'r ysgolion hynny sy'n gysylltiedig â'r fenter AGChY wedi sefydlu perthynas dda a chynhyrchiol gydag ysgolion eraill yn eu clwstwr partneriaeth. Mae hyn yn effeithiol wrth wella ansawdd y ddarpariaeth ar gyfer disgyblion. Mae athrawon addysg gorfforol ym mhob lleoliad yn gwneud cysylltiadau da iawn â phrosiectau iechyd, ffitrwydd a lles. Mae'r prosiectau hyn yn cynnwys 5x60, Campau'r Ddraig, ac Ysgolion Iach (gweler yr eirfa).

69 Yn yr achosion gorau, mae disgyblion yn elwa ar berthynas waith agos rhwng yr athro addysg gorfforol a chydweithwyr eraill, rhieni ac asiantaethau allanol, fel gweithwyr iechyd a seicolegwyr addysg a rhieni. Mae hyn yn aml yn helpu rhieni i werthfawrogi bod y cwricwlwm a gynigir yn ehangach nag yr oedd yn y gorffennol. O ganlyniad, mae rhieni mewn sefyllfa well i annog eu plentyn i gymryd rhan lawn yn y pwnc.

Nodi arfer dda

Yn yr ysgolion sydd â'r arfer orau mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, mae'r nodweddion da canlynol yn amlwg yn eu trefniadau partneriaeth:

- caiff ysgolion arbennig eu cynnwys mewn trefniadau clwstwr lleol;
- mae ysgolion cynradd ac uwchradd yn dod at ei gilydd i rannu arfer dda a chynllunio trefniadau trosglwyddo i helpu pob disgybl, gan gynnwys y rheiny sydd ag anghenion addysgol arbennig, pan fyddant yn newid ysgolion;
- mae'r partneriaethau mewnol rhwng cydlynwyr AAA, cydlynwyr pwnc a phenaethiaid adran yn gryf a chynhyrchiol; ac
- mae'r trefniadau partneriaeth gyda staff datblygu chwaraeon a phobl broffesiynol o asiantaethau eraill yn diwallu anghenion disgyblion ac yn ychwanegu gwerth at y cwricwlwm.

Adnoddau

70 Mae gan bob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw ar gyfer y cylch gwaith hwn ddigon o staff mewn perthynas â maint dosbarthiadau. Ym mhob un o'r ysgolion uwchradd, caiff gwersi eu haddysgu gan athrawon addysg gorfforol arbenigol. Mewn lleiafrif o ysgolion cynradd, caiff y pwnc ei addysgu gan arbenigwyr ond mae gan bob un o'r ysgolion cynradd gydlynydd addysg gorfforol, ac mae'r mwyafrif wedi cael hyfforddiant arbenigol neu atodol.

71 Mewn llawer o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, ceir tystiolaeth o ddatblygiadau adeiladu i gefnogi addysg gorfforol a gweithgareddau eraill. Er enghraifft, mae gan lawer o'r ysgolion uwchradd a rhai o'r ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw neuaddau chwaraeon neu neuaddau ysgol a adeiladwyd yn ddiweddar. Bron ym mhob un o'r ysgolion arbennig yr ymwelwyd â nhw, mae effaith cymorth yr awdurdod lleol, corff llywodraethol yr ysgol a'r pennaeth yn amlwg yn ffabrig ansawdd uchel yr adeilad ac yn yr adnoddau da iawn ar gyfer y pwnc.

72 Mae'r cyfleusterau ar gyfer addysg gorfforol o leiaf yn ddigonol yn yr ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw. Caiff disgyblion ag anghenion addysgol arbennig ym mhob un o'r ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw eu haddysgu mewn lleoliadau priodol ac mewn dosbarthiadau o faint rhesymol ar gyfer addysg gorfforol. Ym mhob achos, caiff disgyblion fynediad at neuadd sy'n addas ar gyfer gweithgareddau fel gymnasteg a dawns. Mae gan bob un o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw yng ngogledd Cymru le ar y cae chwarae wedi'i farcio â thraciau rhedeg. Mae hyn yn helpu lefelau ffitrwydd disgyblion, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig.

73 Mae gan bob un o'r ysgolion arbennig yr ymwelwyd â nhw gyfleusterau da iawn ar gyfer addysg gorfforol ac ar gyfer therapi corfforol.

74 Mae'r cyfleusterau ar gyfer addysg gorfforol i ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn yr ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â nhw, bron ym mhob achos, yn dda neu'n well. Yn y rhan fwyaf o'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw, mae'r disgyblion ag anghenion addysgol arbennig yn defnyddio canolfannau hamdden lleol ar gyfer gwersi addysg gorfforol. Mae llawer o'r rhain ar safle'r ysgol neu'n agos ato.

75 Yn y rhan fwyaf o'r ysgolion uwchradd yr ymwelwyd â nhw, gall yr ysgolion cynradd sy'n eu bwydo ddefnyddio cyfleusterau addysg gorfforol arbenigol, fel neuadd chwaraeon a phwll nofio. Fodd bynnag, nid yw'r arfer hon o rannu cyfleusterau fel arfer yn ymestyn i'r ysgol arbennig.

76 Caiff cyfleusterau oddi ar safleoedd, gan gynnwys canolfannau awyr agored, eu defnyddio'n dda gan ysgolion cynradd ac arbennig ar gyfer gweithgareddau cwricwlaidd ac allgyrsiol. Mae ymglymiad yn y mathau hyn o weithgareddau yn helpu plant ag anghenion addysgol arbennig i fod yn fwy hyderus.

77 Mewn ysgolion cynradd sydd â mannau chwarae awyr agored wedi'u hadeiladu'n bwrpasol, mae disgyblion yn elwa ar weithgaredd corfforol ychwanegol trwy ddefnyddio amseroedd egwyl a chinio yn fwy creadigol. Mewn un ysgol gynradd yng ngorllewin Cymru, mae cyfleuster awyr agored rhagorol sydd â mannau glanio meddal yn helpu disgyblion, yn enwedig y rheiny ag anghenion addysgol arbennig, i

chwarae'n ddiogel ac yn hyderus. Mae hyn yn helpu datblygu medrau symud a rheoli'r corff. Nid oes digon o'r mannau hyn sydd wedi'u hadeiladu'n bwrpasol ledled Cymru. Mae hyn yn golygu nad yw medrau symud efallai'n cael eu datblygu cymaint ag y gallent fod ledled y wlad.

78 I'r rhan fwyaf o ddisgyblion sydd ag anghenion addysgol arbennig sy'n cael cymorth gan gynorthwyydd dysgu yn eu gwersi addysg gorfforol, mae'r cynnydd yn amlwg ac yn cael ei wella gan yr ymgysylltiad agos ag oedolyn ychwanegol. Fodd bynnag, mewn llawer o ysgolion, nid yw'r disgyblion sy'n cael cymorth gan gynorthwyydd dysgu yn yr ystafell ddosbarth yn cael y cymorth hwn yn eu gwersi addysg gorfforol. Mae hyn yn aml oherwydd bod y cynorthwywyr cymorth dysgu yn cael eu defnyddio yn rhywle arall, ond gall olygu nad yw adnoddau yn cael eu defnyddio cystal ag y gallent i hyrwyddo dysgu disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, y gallai fod angen y cymorth ychwanegol hwn arnynt o hyd mewn addysg gorfforol.

79 Mewn llawer o ysgolion cynradd yr ymwelwyd â nhw, mae medrau arweinwyr lle chwarae wrth gefnogi disgyblion, gan gynnwys y rheiny sydd ag anghenion addysgol arbennig, yn cael eu defnyddio'n dda. Mewn un ysgol gynradd yng ngogledd ddwyrain Cymru, mae arweinwyr lle chwarae wedi cael eu hyfforddi mewn arwain gemau lle chwarae fel rhan o'r cynllun 'Yn y Parth' ('In the Zone') (gweler yr eirfa). Mae hyn wedi helpu disgyblion ag anghenion addysgol arbennig i wella eu medrau cymdeithasol. Mae pennaeth yr ysgol hon hefyd yn sôn am ymddygiad gwell yn ystod amser egwyl ac amser cinio.

80 Yn gyffredinol, mae lefel yr adnoddau am offer ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol yn ddigonol, a lle bo'n berthnasol, wedi cael ei gwella trwy ymglymiad yn y prosiect AGChY. Fodd bynnag, nid yw athrawon mewn lleiafrif o ysgolion yn ymwybodol o'r ystod o offer gwahaniaethol sydd ar gael i'w prynu. Mae hyn yn cyfyngu ar yr ystod o weithgareddau y gellir eu cynnig i ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn addysg gorfforol.

81 Mae llawer o athrawon ysgolion cynradd yn gwneud defnydd effeithiol o adnoddau addysgu, fel y cardiau â darluniau a ddatblygwyd fel rhan o'r prosiect AGChY ar gyfer gymnasteg. Mae'r adnoddau hyn yn helpu gwella ymwybyddiaeth o gorff a rheolaeth corff y disgyblion. Maent hefyd yn helpu disgyblion i arfarnu eu gwaith eu hunain a gwaith disgyblion eraill. Mae hyn yn arbennig o arwyddocaol i ddisgyblion sy'n cael anawsterau â llythrennedd ac i'r rheiny nad Cymraeg neu Saesneg yw eu hiaith gyntaf. Fodd bynnag, nid oes digon o adnoddau o'r math hwn i helpu disgyblion ag anghenion addysgol arbennig mewn agweddau eraill ar addysg gorfforol, fel dawns ac athletau.

82 Yn gyffredinol, mae'r prosiect AGChY hefyd wedi helpu athrawon i fynd i'r afael ag anghenion pob disgybl, gan gynnwys y rheiny ag anghenion addysgol arbennig, mewn perthynas â chael mynediad at gwricwlwm addysg gorfforol ehangach. Mae mwy o ddisgyblion bellach yn cael gwersi gymnasteg a dawns yn ogystal â gemau a nofio. Yn ychwanegol, mae disgyblion yn y rhan fwyaf o ysgolion cynradd a phob ysgol arbennig yn elwa ar ystod dda ac eang o weithgareddau awyr agored ac anturus. Mae'r rhain yn cynnwys mynydda a gweithgareddau dŵr, sy'n aml am ddim.

83 Er bod cyllid ychwanegol i barhau â datblygiadau AGChY wedi cael ei ddyrannu ar gyfer y rhan fwyaf o ysgolion cynradd ac uwchradd, a phob un o'r ysgolion arbennig

yr ymwelwyd â nhw, mynegwyd pryderon gan rai ysgolion ynglŷn â sut y gallent ddod o hyd i ddigon o arian pan fydd y fenter yn dod i ben, ar gyfer datblygiadau pellach ac ar gyfer offer arbenigol i ddisgyblion ag anghenion addysgol arbennig.

84 Mae pob un o'r awdurdodau lleol a'r ysgolion yr ymwelwyd â nhw yn darparu cyfleoedd datblygiad proffesiynol helaeth ar gyfer athrawon. Er bod y rhain yn dda mewn perthynas â materion yn ymwneud ag anghenion addysgol arbennig yn gyffredinol, dywed athrawon nad ydynt yn ymdrin ag anghenion arbennig penodol mewn addysg gorfforol, er enghraifft, anawsterau cyfathrebu neu ymddygiad heriol.

85 Mae'r arfer orau mewn perthynas â datblygiad proffesiynol yn cynnwys rhaglen gydlynus ar gyfer arsylwi gwersi ymhlith staff. Mae staff sy'n mynychu cyrsiau yn rhaeadru'r wybodaeth i staff eraill sy'n gysylltiedig ag addysgu addysg gorfforol yn eu hysgol. Yn y sector cynradd, mae effaith cyrsiau dawns a gymnasteg AGChY a chyrsiau iechyd cysylltiedig yn amlwg yn ansawdd y cynllunio, yn enwedig ar gyfer dilyniant, yn ogystal ag yn hyder cynyddol yr athrawon.

Nodi arfer dda

Yn yr ysgolion lle ceir yr arfer orau wrth reoli adnoddau mewn addysg gorfforol ar gyfer disgyblion ag anghenion addysgol arbennig, mae'r nodweddion canlynol yn amlwg:

- caiff cyfleusterau fel neuadd chwaraeon a phwll nofio ac offer arbenigol eu rhannu ymhlith cyfnodau ysgol i wneud defnydd effeithlon o adnoddau;
- caiff cynorthwywyr cymorth dysgu eu defnyddio'n dda i gefnogi cyflawniad disgyblion mewn addysg gorfforol;
- mae deunyddiau addysgu o ansawdd da wedi cael eu datblygu, gan gynnwys deunyddiau â darluniau i helpu disgyblion sy'n cael anawsterau mewn llythrennedd neu ddisgyblion nad Cymraeg neu Saesneg yw eu hiaith gyntaf;
- mae lleoedd chwarae sydd wedi'u marcio ar gyfer gweithgareddau fel rhedeg a gweithgareddau corfforol eraill a mannau chwarae yn yr awyr agored yn diwallu anghenion disgyblion o bob gallu; ac
- mae rhaglenni datblygiad proffesiynol parhaus trylwyr yn darparu cyfleoedd i arsylwi, cyrsiau byr a datblygu deunyddiau i gefnogi anghenion dysgu penodol disgyblion.

Geirfa

5x60	Menter Llywodraeth Cynulliad Cymru sy'n anelu at wneud disgyblion uwchradd yng Nghymru yn fwy egnïol trwy weithgareddau allgyrsiol
AAA	Caiff anghenion addysgol arbennig eu diffinio yn y Cod Ymarfer AAA ar gyfer Cymru (2002) a gallant gynnwys anabledd, anawsterau dysgu neu anawsterau emosiynol, cymdeithasol ac ymddygiad.
AALlau	Mae dau ddeg dau o awdurdodau addysg lleol yn gweithio mewn partneriaeth â Chyngor Chwaraeon Cymru i reoli'r fenter AGChY a gyflwynwyd gan Lywodraeth Cynulliad Cymru
AGChY	Y fenter addysg gorfforol a chwaraeon ysgol. Caiff y fenter hon gan Lywodraeth Cynulliad Cymru ei rheoli gan Gyngor Chwaraeon Cymru, a'i nod yw gwella cyfleoedd a safonau addysg gorfforol mewn ysgolion trwy ddatblygu adnoddau a hyfforddi athrawon i'w defnyddio'n dda.
Anawsterau Ymddygiad	Ymddygiad aflonyddgar ac afreolaidd sy'n gallu cynnwys gorfywiogrwydd a diffyg canolbwyntio
Anhawster dysgu dwys a difrifol (ADDD)	Mae gan ddisgyblion sydd ag anawsterau dysgu dwys a lluosog nam gwybyddol/anhawster dysgu dwys, sy'n arwain at oedi sylweddol wrth gyrraedd cerrig milltir datblygiadol.
Campau'r Ddraig	Menter gan Lywodraeth Cynulliad Cymru sy'n cael ei rheoli gan Gyngor Chwaraeon Cymru fel rhan o'r rhaglen Pobl Ifanc Egnïol
Clwb Dal i Fynd	Cynllun sy'n annog disgyblion i gadw'n heini trwy redeg
Cwricwlwm Cymru 2008	• Fframwaith cydlynus unigol ar gyfer y cwricwlwm, asesu a chymwysterau 3-19 a fydd yn helpu ysgolion i godi safonau cyflawniad ac ehangu cyfleoedd addysgol • Set o Orchmynion Pwnc diwygiedig sy'n hylaw ac yn adlewyrchu nodweddion y cwricwlwm cyfan a nodweddion pob cyfnod allweddol
Cydlynwyr AGChY	Caiff y rhain eu penodi gan awdurdodau lleol i reoli'r fenter gan weithio mewn partneriaeth â Chyngor Chwaraeon Cymru ym mhob awdurdod lleol. Rôl cydlynydd AGChY yw sefydlu canolfannau datblygu yn yr awdurdod lleol a chefnogi rheolwyr canolfannau datblygu wrth drefnu a gweithredu eu cynlluniau gweithredol a lledaenu arfer dda.
Deffro ac ysgwyd (Wake and shake)	Ymarferion i gerddoriaeth
Pobl Ifanc Egnïol (AYP)	Campau'r Ddraig, menter AGChY a menter 5 x 60 o dan y fenter 'Pobl Ifanc Egnïol'

Medrau echddygol bras	Mae'r term hwn yn cyfeirio at symudiad neu fudiant a'r gallu sydd ei angen i reoli cyhyrau mawr y corff mewn gweithgareddau fel cerdded, rhedeg neu ddringo.
Nam ar y clyw	Nam sy'n gallu amrywio o'r rheiny sydd wedi colli ychydig bach o'u clyw i'r rheiny sy'n hollol fyddar
Partneriaethau AGChY	Bydd partneriaeth AGChY yn cynnwys clwstwr o ysgolion, sydd fel arfer yn seiliedig ar un ysgol uwchradd a'r prif ysgolion cynradd sy'n ei bwydo.
Staff datblygu chwaraeon	Staff sy'n cael eu cyflogi gan awdurdodau lleol sy'n rhoi hyfforddiant a chymorth mewn chwaraeon penodol
Yn y Parth	Pecyn cae chwarae a lansiwyd gan Gyngor Chwaraeon Cymru. Mae'r prosiect yn darparu hyfforddiant ar gyfer goruchwylwyr cae chwarae i helpu disgyblion i fod yn fwy egnïol.
Ysgolion Iach	Mae Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru (CYIRhC) yn annog datblygu cynlluniau ysgolion iach lleol mewn fframwaith cenedlaethol. Mae'r partneriaethau lleol hyn rhwng gwasanaethau iechyd a gwasanaethau addysgol yn annog ysgolion yn eu hardal i hyrwyddo bwyta'n iach.

Atodiad 1

AGChY: Y Fenter Addysg Gorfforol a Chwaraeon Ysgol

Dechreuodd y fenter AGChY yn 2001 ac un o'i nodau allweddol yw codi safonau mewn addysg gorfforol ledled Cymru. Dros y saith mlynedd diwethaf, mae arfarniadau cylch gwaith Estyn o'r fenter AGChY wedi cadarnhau ei fod wedi darparu cyfleoedd datblygiad proffesiynol da, yn bennaf i athrawon cynradd nad ydynt yn arbenigwyr. Mae'r hyfforddiant hwn wedi dylanwadu ar strategaethau addysgu ac wedi gwella gwybodaeth athrawon am addysg gorfforol, eu hymrwymiad iddi a'u dealltwriaeth ohoni.

Mae pedwar arfarniad cylch gwaith cynharach hefyd wedi cadarnhau bod safonau mewn addysg gorfforol, yn gyffredinol, wedi gwella bron ym mhob ysgol sy'n gysylltiedig â menter AGChY:

I ‘Y Fenter Addysg Gorfforol a Chwaraeon Ysgol – Cynnydd wrth weithredu mewn ysgolion Canolfannau Datblygu yng Nghymru 2004-05';

II ‘Golwg fanwl ar y cynnydd a wnaed wrth roi'r Cynllun Gweithredu AGChY ar waith' – 2006;

III ‘ Y cynnydd a wnaed wrth roi'r Cynllun Gweithredu Addysg Gorfforol a Chwaraeon Ysgol ar waith mewn ysgolion' – Mawrth 2007; a

IV ‘Cynnydd wrth roi'r Cynllun Gweithredu Addysg Gorfforol a Chwaraeon Ysgol ar waith' (Mai 2008).

Mae'r adroddiadau hyn ar gael ar wefan Estyn yn www.estyn.gov.uk