Arolwg Cenedlaethol Cymru 2019-20: Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Egnïol

Cipolwg ystadegol cyn yr achosion o'r Coronafeirws yng Nghymru.

sportwales
chwaraeoncymru

Crynodeb

- Mae'r adroddiad hwn yn cynnwys cyfnod o ddeuddeg mis cyn mis Ebrill 2020. O'r herwydd, mae'n cynrychioli cyflwr y genedl yn union cyn yr achosion o'r Coronafeirws (a'r mesurau cadw pellter cymdeithasol a'r cyfyngiadau symud dilynol). Yn yr ystyr hwn, mae canlyniadau'r arolwg yn sylfaen ar gyfer asesu unrhyw newidiadau ar raddfa genedlaethol yng ngweithgareddau cysylltiedig â chwaraeon oedolion yng Nghymru.

- Mae'r datganiad ystadegol hwn yn cyflwyno'r prif ganlyniadau ar gyfer cyfranogiad chwaraeon, galw cudd, profiadau o chwaraeon, annog cyfranogiad yn y dyfodol, aelodaeth o glwb chwaraeon, hyfforddi a gwirfoddoli mewn chwaraeon; y cyfan o Arolwg Cenedlaethol Cymru yn 2019-20. Dyma'r bedwaredd flwyddyn yn olynol i ganlyniadau ar gyfer chwaraeon a ffyrdd o fyw egnïol gael eu rhyddhau fel rhan o'r arolwg hwn. Mae'r arolwg wedi cael ei bwysoli er mwyn bod yn gynrychioliadol o oedolion sy'n byw ar aelwydydd yng Nghymru (2,525,000 o bobl)[1].

- Yn 2019-20, cyn y Coronafeirws, cymerodd 32% o oedolion (16+) ran mewn gweithgaredd chwaraeon dair gwaith neu fwy yr wythnos (808,000 o bobl). Cymerodd 7% ran oddeutu dwywaith yr wythnos (186,000 o bobl), cymerodd 11% ran oddeutu unwaith yr wythnos (268,000 o bobl) a chymerodd 49% ran lai nag unwaith yr wythnos (1,246,000 o bobl). Hefyd, ni chymerodd 41% o oedolion ran mewn unrhyw weithgaredd chwaraeon (1,040,000 o bobl) yn ystod y 4 wythnos flaenorol.

- Mae nodweddion gwarchodedig[2] yn gysylltiedig â chyfraddau amrywiol o gymryd rhan a gellir esbonio'r amrywiadau hyn ar sail gwahaniaethau sylfaenol mewn cymhelliant, hyder, ymwybyddiaeth o gyfleoedd, mynediad at gyfleoedd, a phrofiadau blaenorol o chwaraeon ymhlith pobl.

- Mae nifer y bobl sy'n cymryd rhan mewn gweithgaredd chwaraeon dair gwaith neu fwy yr wythnos yn ddangosydd cenedlaethol ar gyfer Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol 2015. Roedd hwn wedi cynyddu o 29% yn 2016-17 i 32% yn 2017-18, ac wedyn wedi parhau yn 32% yn ystod 2018-19. Mae'n parhau ar 32% eto ar gyfer 2019-20.

- Yn 2019-20, dywedodd 59% o oedolion (16+ oed) eu bod wedi cymryd rhan mewn rhyw weithgaredd chwaraeon yn ystod y pedair wythnos ddiwethaf (1,468,000 o bobl). Nid yw'r gyfradd hon wedi newid o gymharu â chanlyniadau'r blynyddoedd blaenorol (2016-17, 2017-18, a 2018-19). Mae nodweddion oedran, rhywedd, anabledd a siarad Cymraeg yn gysylltiedig â chyfraddau cymryd rhan amrywiol.

- Mae oedolion yng Nghymru'n fwy tebygol o fod yn cymryd rhan mewn gweithgareddau fel cerdded (2 filltir neu fwy; 792,000 o bobl), campfa neu ddosbarthiadau ffitrwydd (435,000 o bobl), nofio dan do (308,000 o bobl), rhedeg a loncian yn yr awyr agored (123,000 a 233,000 o bobl), beicio (214,000 o bobl), a phêl droed awyr agored (174,000 o bobl).

---

[1] Weithiau mae cyfran fechan o'r oedolion hyn yn cael eu heithrio o'r allbwn ystadegol am eu bod yn dewis peidio ag ymateb i rai cwestiynau penodol yn yr arolwg ac nid yw cwestiwn yn cael ei ofyn iddynt oherwydd llwybrau'r arolwg.

[2] Edrychwch ar https://www.diversecymru.org.uk/protected-characteristics/

- Oedolion sydd eisoes yn cymryd rhan mewn camp sydd fwyaf tebygol o fod eisiau gwneud mwy o weithgareddau chwaraeon. Byddai 49% o'r holl oedolion yn hoffi gwneud mwy o chwaraeon neu weithgarwch corfforol (1,236,000 o bobl). Y mesur cyfatebol oedd 50% yn 2018-19, 55% yn 2017-18, a 58% yn 2016-17. Mae hyn yn dynodi bod dirywiad tymor byr wedi bod yn y galw am wneud mwy o chwaraeon. Er hynny, ac yn debyg i'r blynyddoedd blaenorol, mae'r mathau o weithgareddau y mae'r mwyaf o alw amdanynt yn cynnwys nofio dan do (351,000 o bobl), campfa neu ddosbarthiadau ffitrwydd (210,000 o bobl) a beicio (201,000 o bobl).

- Mae'r arolwg yn gofyn i'r ymatebwyr am y mathau o bethau a fyddai'n eu hannog i gymryd rhan mewn mwy o chwaraeon. Y rheswm mwyaf poblogaidd a nodwyd gan oedolion yng Nghymru oedd 'Pe bawn i'n llai prysur yn y gwaith' (29%; 739,000 o bobl), ac wedyn 'Pe bawn i'n iau' (26%; 652,000 o bobl), ac wedyn 'Pe bai gen i lai o ymrwymiadau teuluol' (23%; 571,000) a 'Pe bawn i'n fwy heini' (22%; 555,000 o bobl).

- Mae bron i chwarter yr oedolion yn aelodau o glwb / sefydliad chwaraeon (23%: 574,000 o bobl). O blith yr oedolion hyn, mae 83% yn perthyn i un clwb / sefydliad chwaraeon, 14% yn perthyn i ddau, 2% yn perthyn i dri, ac 1% yn perthyn i fwy. Mae 55% o'r aelodau'n perthyn i glwb chwaraeon pur yn unig, mae 39% yn perthyn i ganolfan hamdden / ffitrwydd yn unig, a 6% yn perthyn i'r ddau. Roedd 18% o oedolion wedi cymryd rhan mewn camp mewn o leiaf un o'r lleoliadau hyn yn ystod y 12 mis diwethaf (463,000 o bobl), gydag 11% o oedolion hefyd yn derbyn rhyw fath o hyfforddiant, fel aelod, yn ystod y cyfnod hwnnw (276,000 o bobl). Roedd un y cant o oedolion wedi cael eu hyfforddi gan ddefnyddio'r Gymraeg.

- Roedd chwech y cant o oedolion (152,000 o bobl) wedi hyfforddi pobl eraill yn ystod y 12 mis diwethaf (ac 1% o oedolion wedi hyfforddi gan ddefnyddio'r Gymraeg).

- Dywedodd 10% o oedolion yng Nghymru eu bod yn gwirfoddoli mewn chwaraeon (241,000 o bobl). Darparu hyfforddiant (5%, 120,000 o bobl) oedd y gwirfoddolwyr yn fwyaf tebygol o'i wneud, ac wedyn gweinyddu (3%, 85,000 o bobl), dyfarnu/swyddog (2%, 61,000 o bobl), stiwardio (2%, 51,000 o bobl), cludiant (1%, 34,000 o bobl), ac wedyn arlwyo (1%, 27,000 o bobl). Hefyd, roedd 1% wedi gwirfoddoli mewn gweithgareddau eraill yn gysylltiedig â chwaraeon (30,000 o bobl). Roedd tua thraean o'r oedolion hyn sy'n gwirfoddoli wedi gwirfoddoli mewn mwy nag un o'r gweithgareddau hyn.

- Roedd bron pob oedolyn oedd wedi cymryd rhan mewn gweithgareddau chwaraeon yn ystod y 4 wythnos ddiwethaf wedi mwynhau eu profiad diwethaf. Roedd mwy na miliwn o oedolion yn teimlo bod y profiad yn 'bleserus iawn' (75%; 1,105,000 o bobl) gyda 22% o oedolion yn teimlo bod eu profiad chwaraeon diwethaf yn 'gymharol bleserus' (317,000 o bobl). Dim ond 3% o oedolion ddywedodd na wnaethant fwynhau'r profiad (43,000 o bobl). Roedd y rhan fwyaf o'r oedolion wedi mwynhau eu profiad diwethaf oherwydd y cyfle i gymdeithasu. Roedd teimlo'n gyfforddus, cyfleusterau da a chyrraedd nodau'n ffactorau cyffredin hefyd yn arwain at brofiad pleserus.

- Hefyd gofynnwyd i'r oedolion a oeddent yn mwynhau chwaraeon yn yr ysgol. Dywedodd 55% eu bod yn eu mwynhau 'yn fawr' (1,372,000 o bobl), 23% yn eu mwynhau 'ychydig' (570,000 o bobl), a 22% ddim yn eu mwynhau o gwbl (558,000 o bobl).

- Ers cynnal yr arolwg hwn, mae ymddygiad oedolion wedi newid yn sicr. Bydd graddfa lawn y newid mewn ymddygiad chwaraeon, yn berthnasol i'r sylfaen a geir yn yr adroddiad hwn, yn dod yn gliriach gydag amser. Fodd bynnag, yr hyn sy'n parhau'n glir yw pwysigrwydd chwaraeon i lesiant cenedlaethau'r dyfodol.

- Am fwy o wybodaeth gefndir am yr arolwg, edrychwch ar dudalennau Llywodraeth Cymru ar y we: https://llyw.cymru/arolwg-cenedlaethol-cymru