

Arolwg Cenedlaethol Cymru 2021-22

Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Actif: Adroddiad Cyflwr y Genedl



Mae Arolwg Cenedlaethol Cymru yn arolwg o sampl ar hap o aelwydydd o oedolion (16 oed a hŷn) ledled Cymru. Gweithredir yr arolwg hwn gan Lywodraeth Cymru ar ran cyrff cyhoeddus yng Nghymru.

Oherwydd newidiadau methodolegol i arolwg 2021-22, dylid cyfyngu ar gymariaethau rhwng ffigurau 2021-22 a ffigurau o arolygon blaenorol a'u trin yn ddoeth.

I gael rhagor o wybodaeth am y fethodoleg, edrychwch ar y Cyflwyniad.

Prif Ganfyddiadau:

Cyfranogiad:

- Cymerodd 56% o oedolion yng Nghymru ran mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol (o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos diwethaf).
- Roedd 34% o oedolion yng Nghymru yn cymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos (Dangosydd Cenedlaethau'r Dyfodol Rhif 38).
- Dywedodd mwy o oedolion eu bod yn cymryd rhan mewn 'Gweithgareddau ffitrwydd' (51%), o gymharu â 'Chwaraeon a Gemau' (14%), neu Weithgareddau Awyr Agored (6%) (Sylwer – gallai oedolion adrodd eu bod yn cymryd rhan mewn gweithgareddau niferus).
- Roedd oedolion yn fwyaf tebygol o gymryd rhan mewn Gweithgareddau Ffitrwydd sawl gwaith yr wythnos; roedd 59% o oedolion a gymerodd ran yn y math yma o weithgaredd yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos. Wrth gymharu, cymerodd 19% o'r rhai a gymerodd ran mewn Chwaraeon a Gemau, a 12% o'r rhai a gymerodd ran mewn Gweithgareddau Awyr Agored, ran yn y mathau yma o weithgareddau deirgwaith neu fwy yr wythnos.

Galw:

- Yn gyffredinol, dywedodd 31% o'r holl oedolion eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol.
- Roedd mwy o alw am 'Weithgareddau Ffitrwydd' na 'Chwaraeon a Gemau' a 'Gweithgareddau Awyr Agored'; dywedodd 20% o oedolion eu bod eisiau gwneud mwy o 'Weithgareddau Ffitrwydd', o gymharu â 10% o oedolion a ddywedodd bod galw am 'Chwaraeon a Gemau', a 5% am Weithgareddau Awyr Agored (Sylwer – gallai oedolion adrodd am alw am weithgareddau niferus). Of those who have a demand for more sport and/or physical activity, 43% already participate three or more times per week.
- O blith y rhai sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, mae 43% eisoes yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos.
- Dywedodd 20% o oedolion nad ydynt eisoes yn cymryd rhan mewn chwaraeon neu weithgarwch corfforol yr hoffent gymryd rhan mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol. Mae hyn yn cynrychioli 224,000 o bobl, ac yn cyfateb i 9% o gyfanswm y boblogaeth o oedolion yng Nghymru.



Y Weledigaeth ar gyfer Chwaraeon yng Nghymru

Mae'r adroddiad hwn wedi'i strwythuro o amgylch y Weledigaeth ar gyfer Chwaraeon yng Nghymru. Y Weledigaeth yw'r llwyfan ar gyfer ymgysylltu traws-sector mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol, ac mae'n ceisio trawsnewid Cymru yn genedl actif, lle gall pawb fwynhau chwaraeon a gweithgarwch corfforol am oes.

TCafodd y weledigaeth ei llunio ar y cyd ag ystod eang o randdeiliaid ac mae'n cynrychioli llais pobl Cymru. Bydd ymdrech gydweithredol i weithio tuag at y Weledigaeth yn cyflawni'r canlynol:

- Gwella iechyd a lles y boblogaeth
- Rhoi'r sgiliau i bobl Cymru gyrraedd eu potensial
- Cefnogi cymunedau i ffynnu
- Creu cyfleoedd i bawb ymuno
- Hyrwyddo Cymru i'r byd drwy ein hagwedd at chwaraeon

**GWELEDIGAETH AR GYFER
CHWARAEON**

Cynnwys:

I. Cyflwyniad

- **Tudalen 5:** Canllaw i Arolwg Cenedlaethol Cymru
- **Tudalen 5:** Methodoleg yr Arolwg
- **Tudalen 6:** Newidiadau Pwysig i Arolwg 2021-22

2. Cenedl Actif: Y Weledigaeth yw bod cymaint o bobl â phosibl i gael eu hysbrydoli i fod yn actif drwy chwaraeon

- **Tudalen 7:** Cyfranogiad Cenedlaethol
- **Tudalen 7:** Amledd Cenedlaethol y Cyfranogiad

3. Pawb: Mae'r weledigaeth ar gyfer pawb. O bobl nad ydynt yn gweld eu hunain fel rhai medrus mewn chwaraeon i'r rhai sy'n ennill medalau

- **Tudalen 9:** Daearyddiaeth
- **Tudalen 13:** Demograffeg

4. Gydol Oes: Mae'r weledigaeth am oes; mae'n ymateb i anghenion pobl mewn gwahanol gyfnodau yn eu bywyd

- **Tudalen 17:** Oedran
- **Tudalen 19:** Iechyd a Lles a Hunanadroddir
- **Tudalen 21:** Cyflogaeth a Chymwysterau
- **Tudalen 22:** Fforddiadwyedd Bwyd, Sefyllfa Byw, a Mynediad i Gerbydau.

5. Mwynhad: Mae'r weledigaeth yn canolbwyntio ar greu ystod o brofiadau cadarnhaol fel bod pawb yn gallu mwynhau chwaraeon

- **Tudalen 24:** Galw Cenedlaethol
- **Tudalen 33:** Galw Heb Ei Fodloni

6. Data Penodol i Chwaraeon:

- **Tudalen 35:** Y Gweithgareddau y Cymerwyd Rhan Ynddynt Fwyaf
- **Tudalen 36:** Y Gweithgareddau y Mae'r Galw Mwyaf Amdanynt

7. Atodiad

- **Tudalen 37:** Dosbarthu 'Gweithgarwch Ffitrwydd', 'Chwaraeon a Gemau', a 'Gweithgareddau Awyr Agored'
- **Tudalen 38:** Partneriaethau Chwaraeon Rhanbarthol
- **Tudalen 39:** Dadansoddiad Manwl o Chwaraeon a Gweithgarwch Corfforol

1. Cyflwyniad

Mae'r Adroddiad Cyflwr y Genedl yn edrych ar ganfyddiadau'r adran 'Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Actif' yn Arolwg Cenedlaethol Cymru, 2021-2022.

Mae Arolwg Cenedlaethol Cymru (ACC) yn arolwg o sampl ar hap o aelwydydd o oedolion (16 oed a hŷn) o bob rhan o Gymru. Gweithredir yr arolwg hwn gan Lywodraeth Cymru ar ran cyrff cyhoeddus yng Nghymru.

Cyn 2016, roedd Chwaraeon Cymru yn cynnal arolwg annibynnol o'r enw 'Yr Arolwg Oedolion Actif'. Ers hynny, mae arolygon cyrff cyhoeddus ar raddfa fawr wedi'u dwyn ynghyd i wella effeithlonrwydd wrth gasglu data ledled Cymru, gan ffurfio Arolwg Cenedlaethol Cymru fel y mae heddiw. O ganlyniad, mae cwestiynau arolwg Chwaraeon Cymru wedi'u hymgorffori bellach yn ACC, ac maent yn cael eu galw yn adran 'Chwaraeon a Ffordd o Fyw Actif' yr arolwg.

Methodoleg Arolwg Cenedlaethol Cymru

Mae Arolwg Cenedlaethol Cymru yn arolwg parhaus, gyda data'n cael eu casglu'n barhaus drwy gydol y flwyddyn er mwyn osgoi rhagfarn dymhorol o fewn y canlyniadau.

Bob Gwanwyn, mae cylch newydd yn dechrau, a dadansoddir data o'r 12 mis blaenorol i gynhyrchu crynodeb blynyddol o ymddygiad ymhlith oedolion yng Nghymru. Wedyn caiff y data eu pwysoli i gynrychioli nodweddion y boblogaeth gyffredinol yng Nghymru, sef tua 2.5 miliwn o oedolion. Cyhoeddir y prif ganlyniadau gan Lywodraeth Cymru yn ystod misoedd yr haf.

Mae'r prif ganfyddiadau a gwybodaeth gefndir ar gael ar wefan Llywodraeth Cymru: Arolwg Cenedlaethol Cymru | LLYW.CYMRU.

Gwybodaeth Allweddol:

- Yn 2021-22, cymerodd 12,500 o oedolion (16+ oed) ledled Cymru ran.
- Roedd adran "Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Actif" yr arolwg yn canolbwyntio ar gyfranogiad a galw mewn "Chwaraeon a Gweithgarwch Corfforol". Mae'r cwestiynau hyn o'r arolwg ar gael ar-lein (Tudalennau 130-143).
- Yn yr adroddiad hwn, mae'r term "Chwaraeon a / neu Weithgarwch Corfforol" yn cyfeirio at y gweithgareddau a restrir yn Atodiad 7.1.
- Er mwyn casglu ffigurau cyfranogiad, gofynnwyd i'r ymatebwyr am eu hymddygiad chwaraeon a gweithgarwch corfforol yn ystod y "...pedair wythnos flaenorol", gan fod hyn yn rhoi syniad o ymddygiad nodweddiadol yr unigolyn hwnnw.
- Mae'r cwestiynau yn yr adran hon yn yr arolwg yn galluogi adrodd ar "Canran y bobl sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau chwaraeon deirgwaith neu fwy yr wythnos". Mae hwn yn Ddangosydd Cenedlaethol (Rhif 38) ar gyfer Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015.
- Erbyn mis Ebrill 2023, bydd cylch casglu data blynyddol arall wedi dod i ben. Bydd y gyfres nesaf o ganlyniadau cymaradwy yn debygol o gael ei rhyddhau yn ystod yr Haf.

Newidiadau Pwysig i Arolwg Cenedlaethol Cymru 2021-22

Oherwydd y gwahaniaethau yn y fethodoleg a ddefnyddiwyd, ni ddylid cymharu canlyniadau adran Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Actif Arolwg Cenedlaethol Cymru 2021-22 yn uniongyrchol â chanlyniadau blaenorol Arolwg Cenedlaethol Cymru.

Addaswyd cylch arolygu 2020-21 ar gyfer ei ddefnyddio oherwydd pandemig COVID-19 ac, felly, ni ellid cynnwys yr adran Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Actif gan fod y cwestiynau gwreiddiol wedi'u cynllunio i'w gofyn wyneb yn wyneb drwy ddefnyddio cardiau arddangos. Yn ystod y cyfnod hwn, cwblhawyd gwaith ar addasu a threialu'r cwestiynau gwreiddiol, yn barod i'w cynnwys yn arolwg 2021-22.

Ar gyfer yr Adran Chwaraeon a Ffyrdd o Fyw Actif, roedd y newidiadau yn cynnwys y canlynol:

- Defnyddiwyd cyfweiliadau ffôn yn lle'r dull cyfweld wyneb yn wyneb a ddefnyddiwyd yn flaenorol.
- Adolygwyd cwestiynau i fod yn fwy addas i'w cyflwyno dros y ffôn, fel Gweithgareddau Chwaraeon yn cael eu categorioedd mewn grwpiau ehangach.
- Ni ellid defnyddio cardiau arddangos mwyach i roi rhestr o opsiynau ymateb i'r cyfranogwyr.

Mae'r newidiadau hyn wedi arwain at doriad yn y data tueddiadau rhwng 2019-20 a 2021-22. Yn eu tro, dylai'r cymariaethau dros amser fod yn gyfyngedig, a dylid eu trin yn ddoeth.

Fodd bynnag, er bod y newidiadau methodolegol diweddar yn effeithio ar gymariaethau â data blaenorol, ystyrir bod y fethodoleg newydd yn rhoi adlewyrchiad cywir o gyfranogiad a galw mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol ymhlith oedolion yng Nghymru.

Dehongli'r data:

Dylid nodi y bydd adegau drwy gydol yr adroddiad lle gall cyfansymiau'r tablau amrywio er gwaethaf adrodd ar yr un pwnc. Gall hyn ddigwydd pan fydd ymatebion sy'n cael eu dosbarthu fel data coll, er enghraifft, ymateb 'ddim yn gwybod'. Enghraifft arall o ble gallai hyn ddigwydd yw pan ofynnir cwestiwn penodol i is-sampl cynrychioliadol o'r arolwg.

Mae'r canrannau wedi'u talgrynnu i'r ganran agosaf, a phoblogaeth y mil agosaf. Mae'r gwahaniaethau rhwng pwyntiau data a'u grwpiau poblogaeth cysylltiedig wedi cael eu hamlygu drwy gydol yr adroddiad. Mae'r gwahaniaethau hyn yn ystadegol arwyddocaol, oni nodir yn wahanol.

2. Cenedl Actif

Y weledigaeth yw creu cenedl actif gyda chymaint o bobl â phosibl wedi'u hysbrydoli i fod yn actif drwy chwaraeon.

Mae'r adran hon yn edrych ar gyfranogiad cyffredinol ac amledd y cyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol ymhlith oedolion yng Nghymru. Mae'r ffigurau hyn yn ein galluogi i edrych ar y cynnydd tuag at y Weledigaeth ar gyfer Chwaraeon yng Nghymru.



2.1 Cyfranogiad Cenedlaethol

Ar draws y 2.5 miliwn o oedolion yng Nghymru, cymerodd 1,405,000 ran mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol, sef 56% o'r holl oedolion.

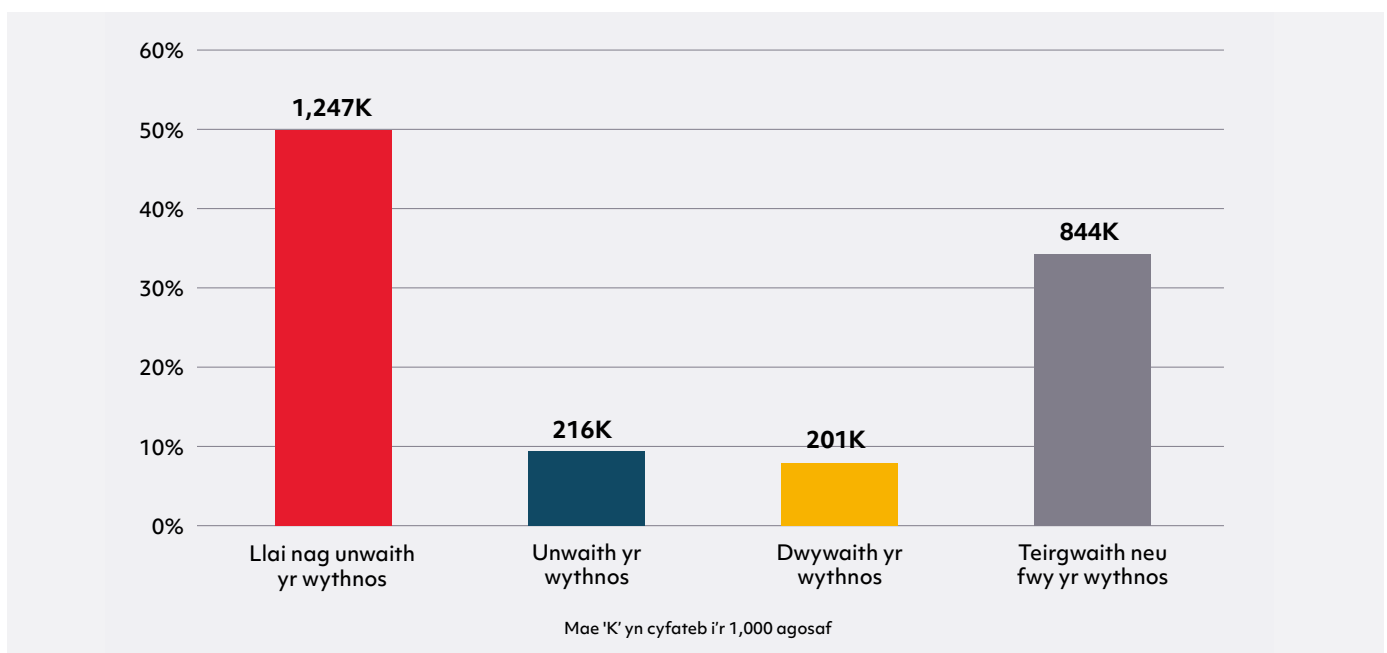
Mae'r adroddiad hwn yn categoreiddio chwaraeon a gweithgarwch corfforol yn 'Weithgareddau Ffitrwydd', 'Chwaraeon a Gemau' a 'Gweithgareddau Awyr Agored'. Ymhlith yr oedolion, cymerodd 51% (1,295,000 o bobl) ran mewn o leiaf un 'Gweithgaredd Ffitrwydd', cymerodd 14% (343,000 o bobl) ran mewn o leiaf un 'Chwaraeon a Gemau', a chymerodd 6% (145,000 o bobl) ran mewn o leiaf un 'Gweithgaredd Awyr Agored' yn ystod y pedair wythnos flaenorol.

2.2 Amledd y Cyfranogiad Cenedlaethol

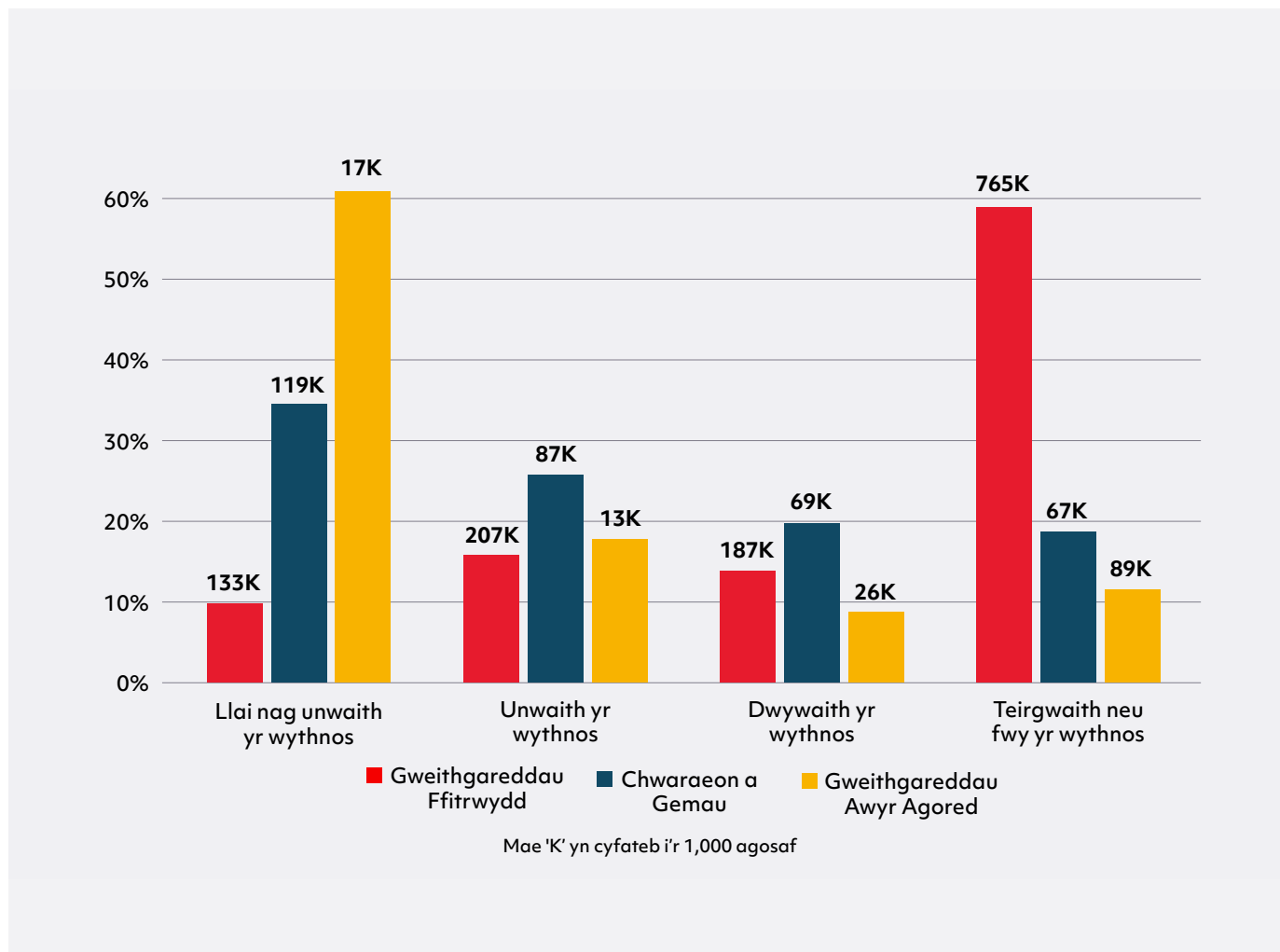
Cymerodd 34% o oedolion ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ystod y pedair wythnos flaenorol (Dangosydd Cenedlaethau'r Dyfodol Rhif 38).

I'r gwrthwyneb, cymerodd 50% o oedolion ran mewn chwaraeon neu weithgarwch corfforol lai nag unwaith yr wythnos, neu ddim o gwbl, yn ystod y pedair wythnos flaenorol (Graff 1).

Graff 1: Amledd Cenedlaethol Cyfranogiad Oedolion yn yr holl Chwaraeon a Gweithgarwch Corfforol.



Graff 2: Amledd Cyfranogiad Oedolion yn ôl Math o Weithgaredd.



Mae **Graff 2** yn dangos amledd cyfranogiad yr oedolion mewn pob math o weithgareddau yn eang.

Yr oedolion a gymerodd ran mewn 'Gweithgaredd Ffitrwydd' oedd fwyaf tebygol o adrodd eu bod yn cymryd rhan yn y math hwn o weithgaredd deirgwaith neu fwy yr wythnos, gydag oedolion a gymerodd ran mewn 'Chwaraeon a Gemau' neu 'Gweithgareddau Awyr Agored' yn fwy tebygol o gymryd rhan yn y mathau hyn o weithgarwch lai nag unwaith yr wythnos, gan ddangos bod Gweithgareddau Ffitrwydd yn fwy tebygol o gael eu cyflawni sawl gwaith yr wythnos, ond nid felly'r gweithgareddau eraill¹.

¹Sylwer: gall cyfranogwyr ymddangos mewn categorïau chwaraeon eang niferus, ond dim ond unwaith y cânt eu cyfrif ym mhob categori.

3. Pawb

Mae'r weledigaeth ar gyfer pawb. O bobl nad ydynt yn gweld eu hunain fel rhai medrus mewn chwaraeon i'r rhai sy'n ennill medalau.

Mae'r adran hon yn edrych ar gyfranogiad ac amledd y cyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol, yn ôl daearyddiaeth a grwpiau demograffig yng Nghymru. Mae'r ffigurau hyn yn helpu i edrych ar y tebygrwydd neu'r gwahaniaethau rhwng y grwpiau hyn i sicrhau bod manteision chwaraeon a gweithgarwch corfforol yn cyrraedd pawb ledled Cymru.



3.1 Daearyddiaeth

Tabl 1: Cyfranogiad mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol, yn ôl ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol², a Dwysedd Poblogaeth.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol		
Gogledd Cymru	58%	319,000
Canolbarth Cymru	52%	86,000
Gorllewin Cymru	52%	299,000
Canolbarth y De	58%	436,000
Gwent	56%	265,000
Dwysedd Poblogaeth³		
Trefol	56%	937,000
Gwledig	55%	468,000
Cyfanswm Cymru⁴	56%	1,405,000

Mae **Tabl 1** yn dangos nifer a chanran yr oedolion a gymerodd ran mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol, yn ôl ardal y Partneriaethau Chwaraeon Rhanbarthol (PChRh), ac yn ôl ardaloedd gwledig a threfol.

Yn 2021-22, Gogledd Cymru a Chanolbarth y De oedd â'r gyfran uchaf o oedolion yn cymryd rhan mewn o leiaf un gamp / gweithgaredd corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol (58%). Yng Nghanolbarth y De, roedd y gyfran hon yn cynrychioli 436,000 o oedolion – y ffigur uchaf a adroddwyd ar gyfer 'Unrhyw Gyfranogiad' yn 2021-22.

² Mae gwybodaeth am Bartneriaethau Chwaraeon ar gael yn Atodiad 7.2

³ Diffiniad o Ddwysedd Poblogaeth ar gael yma: <https://www.gov.uk/government/statistics/2011-rural-urban-classification>

⁴ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Roedd y ffigurau ar gyfer Gogledd Cymru a Chanolbarth y De yn uwch na'r ffigurau ar gyfer Canolbarth a Gorllewin Cymru. Roedd ffigurau Gwent yn debyg i'r cyfartaledd cenedlaethol.

Yn ogystal, er bod nifer yr oedolion a gymerodd ran mewn ardaloedd Trefol tua dwbl yr hyn a geir mewn ardaloedd Gwledig, roedd cyfran yr oedolion a gymerodd ran mewn Ardaloedd Trefol a Gwledig yn debyg, gyda gwahaniaeth o ddim ond 1 pwynt canran.

Tabl 2: Cyfranogiad mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol, yn ôl Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (WIMD):

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru		
Cwintel 1 (20% mwyaf difreintiedig)	43%	173,000
Cwintel 2	51%	239,000
Cwintel 3	56%	291,000
Cwintel 4	59%	326,000
Cwintel 5 (20% lleiaf difreintiedig)	66%	377,000
Cyfanswm Cymru⁵	56%	1,405,000

Mae **Tabl 2** yn dangos cyfran a nifer yr oedolion a gymerodd ran mewn unrhyw chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol, yn ôl cwintelau Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC). Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (WIMD) yw mesur swyddogol Llywodraeth Cymru o amddifadedd cymharol ar gyfer ardaloedd bychain yng Nghymru. Mae gan bob cwintel boblogaeth debyg o ran maint, ac felly gellir cymharu cyfran a nifer yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol yn erbyn ei gilydd.

Roedd cyfran yr oedolion a gymerodd ran mewn unrhyw chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn sylweddol is ymhlith y rhai a oedd yn byw yn yr 20% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig (C1) yng Nghymru. Roedd gwahaniaeth o 23 pwynt canran yng nghyfran yr oedolion a oedd yn cymryd rhan mewn unrhyw chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol rhwng y rhai sy'n byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig o gymharu â'r rhai sy'n byw yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig yng Nghymru. Mae hwn yn wahaniaeth o tua 204,000 o oedolion.

⁵ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Tabl 3: Cyfranogiad deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ôl ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol, a Dwysedd Poblogaeth

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol		
Gogledd Cymru	35%	191,000
Canolbarth Cymru	30%	50,000
Gorllewin Cymru	32%	181,000
Canolbarth y De	36%	266,000
Gwent	33%	155,000
Dwysedd Poblogaeth⁶		
Trefol	34%	563,000
Gwledig	33%	281,000
Cyfanswm Cymru⁷	34%	843,000

Mae **Tabl 3** yn edrych ar nifer a chanran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol, ac yn ôl ardaloedd gwledig a threfol.

Yn 2021-22, Canolbarth y De oedd â'r gyfran uchaf o oedolion yn cymryd rhan mewn chwaraeon / gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos (36%), sy'n cyfateb i 266,000 o oedolion.

Gogledd Cymru a Chanolbarth y De oedd â'r gyfran uchaf o oedolion yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos, gyda'r ffigurau a adroddwyd ar draws Gwent, Gorllewin Cymru a Chanolbarth Cymru yn is na'r cyfartaledd cenedlaethol. Fodd bynnag, nid oedd y gwahaniaethau yn y ffigurau rhwng y rhanbarthau yn ystadegol arwyddocaol.

Yn ogystal, er bod nifer yr oedolion a gymerodd ran mewn ardaloedd Trefol tua dwbl yr hyn a geir mewn ardaloedd Gwledig, roedd cyfran yr oedolion a gymerodd ran mewn Ardaloedd Trefol a Gwledig yn debyg, gyda gwahaniaeth o ddim ond 1 pwynt canran.

⁶ Diffiniad o Ddwysedd Poblogaeth ar gael yma: <https://www.gov.uk/government/statistics/2011-rural-urban-classification>

⁷ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Tabl 4: Cyfranogiad deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC):

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru		
Cwintel 1 (20% mwyaf difreintiedig)	25%	101,000
Cwintel 2	29%	135,000
Cwintel 3	33%	170,000
Cwintel 4	36%	201,000
Cwintel 5 (20% lleiaf difreintiedig)	42%	236,000
Cyfanswm Cymru⁸	34%	844,000

Mae **Tabl 4** yn dangos cyfran a nifer yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl cwintelau Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC). Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (WIMD) yw mesur swyddogol Llywodraeth Cymru o amddifadedd cymharol ar gyfer ardaloedd bychain yng Nghymru. Mae gan bob cwintel boblogaeth debyg o ran maint, ac felly gellir cymharu cyfran a nifer yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn erbyn ei gilydd.

Roedd cyfran yr oedolion a oedd yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn debyg ymhlith y rhai a oedd yn byw yn yr 20% a'r 40% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru (h.y., C1 a C2).

Fodd bynnag, roedd y rhai a oedd yn byw yn yr 20% a'r 40% o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru yn llai tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai a oedd yn byw yng Nghwintel 3, Cwintel 4 a Chwintel 5 (lleiaf difreintiedig).

Roedd gwahaniaeth o 17 pwynt canran yng nghyfran yr oedolion a oedd yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos rhwng y rhai sy'n byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig o gymharu â'r rhai sy'n byw yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig yng Nghymru. Mae hwn yn wahaniaeth o 135,000 o oedolion.

⁸ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

3.2 Demograffeg

Tabl 5: Cyfranogiad mewn o leiaf un Gamp neu Weithgaredd Corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol yn ôl (1) Rhyw, (2) Ethnigrwydd, (3) Salwch, Anabledd neu Lesgedd, (4) Amddifadedd Materol, a (5) Defnydd o'r Iaith Gymraeg.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Rhyw		
Benywod	52%	659,000
Gwrywod	61%	745,000
Ethnigrwydd⁹		
Gwyn (Cymreig, Seisnig, Prydeinig ac ati)	56%	1,295,000
Gwyn – Arall	61%	39,000
Unrhyw Grŵp Ethnig arall	63%	70,000
Salwch, Anabledd neu Lesgedd		
Â salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog	42%	486,000
Dim salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog	68%	916,000
Amddifadedd		
Byw mewn amddifadedd materol	37%	106,000
Ddim yn byw mewn amddifadedd materol	58%	1,299,000
Yr Iaith Gymraeg		
Pobl sy'n defnyddio'r Gymraeg yn eu bywyd bob dydd (FG36)	63%	183,000
Pobl nad ydynt yn defnyddio'r Gymraeg yn eu bywyd bob dydd	55%	1,222,000
Cyfanswm Cymru¹⁰	56%	1,405,000

⁹ Roedd y grwpiau ethnigrwydd yr adroddwyd arnynt yn adlewyrchu'r rhai sydd wedi'u mabwysiadu gan Lywodraeth Cymru.

¹⁰ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Mae **Tabl 5** yn cyflwyno data cyfranogiad yn ôl gwahanol grwpiau demograffig yng Nghymru.

Yn 2021-22, roedd benywod yn llai tebygol o adrodd eu bod wedi cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol o gymharu â Gwrywod, gyda gwahaniaeth o 11 pwynt canran.

Rhwng y grwpiau ethnigrwydd eang, roedd y rhai o 'Gwyn – Arall', ac 'Unrhyw Grŵp Ethnig Arall' yn fwy tebygol o adrodd eu bod wedi cymryd rhan yn ystod y 4 wythnos flaenorol.

Roedd yr oedolion a ddywedodd bod ganddynt salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog yn llai tebygol o fod wedi cymryd rhan yn ystod y pedair wythnos flaenorol o gymharu â'r rhai hebddynt, gyda gwahaniaeth o 26 pwynt canran.

Roedd yr oedolion a oedd yn byw mewn amddifadedd materol gryn dipyn yn llai tebygol hefyd o nodi eu bod wedi cymryd rhan yn ystod y pedair wythnos flaenorol, gyda gwahaniaeth o 21 pwynt canran.

Yn olaf, ymhlith y rhai sy'n defnyddio'r Gymraeg bob dydd, dywedodd cyfran sylweddol uwch eu bod wedi cymryd rhan yn ystod y pedair wythnos flaenorol o gymharu â'r rhai nad ydynt yn defnyddio'r Gymraeg bob dydd, gyda gwahaniaeth o 8 pwynt canran.



Tabl 6: Cyfranogiad mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ôl (1) Rhyw, (2) Ethnigrwydd, (3) Salwch, Anabledd neu Lesgedd, (4) Amddifadedd Materol, a (5) Defnydd o'r Iaith Gymraeg

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Rhyw		
Benywod	30%	380,000
Gwrywod	38%	463,000
Ethnigrwydd¹¹		
Gwyn (Cymreig, Seisnig, Prydeinig ac ati)	33%	779,000
Gwyn – Arall	36%	23,000
Unrhyw Grŵp Ethnig arall	38%	42,000
Salwch, Anabledd neu Lesgedd		
Â salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog	25%	289,000
Dim salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog	41%	552,000
Amddifadedd		
Byw mewn amddifadedd materol	19%	54,000
Ddim yn byw mewn amddifadedd materol	36%	790,000
Yr Iaith Gymraeg		
Pobl sy'n defnyddio'r Gymraeg yn eu bywyd bob dydd (FG36)	40%	116,000
Pobl nad ydynt yn defnyddio'r Gymraeg yn eu bywyd bob dydd	33%	727,000
Cyfanswm Cymru¹²	34%	844,000

¹¹ Roedd y grwpiau ethnigrwydd yr adroddwyd arnynt yn adlewyrchu'r rhai sydd wedi'u mabwysiadu gan Lywodraeth Cymru.

¹² Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Mae **Tabl 6** yn dangos bod Benywod, yn 2021-22, yn llai tebygol o adrodd eu bod wedi cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â Gwrywod, gyda gwahaniaeth o 9 pwynt canran.

Rhwng y grwpiau ethnigrwydd eang, roedd y rhai o 'Unrhyw Grŵp Ethnig Arall' yn fwy tebygol o adrodd eu bod wedi cymryd rhan yn ystod y pedair wythnos flaenorol, o gymharu â'r rhai a ddywedodd eu bod yn 'Gwyn Prydeinig'. Fodd bynnag, nid oedd y gwahaniaethau hyn yn ystadegol arwyddocaol, ac felly dylid eu trin fel rhai tebyg ar draws y grwpiau.

Roedd yr oedolion a oedd yn adrodd am salwch hirsefydlog, anabledd neu lesgedd yn llai tebygol o fod wedi cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai hebddynt, gyda gwahaniaeth o 16 pwynt canran.

Roedd yr oedolion a oedd yn byw mewn amddifadedd materol gryn dipyn yn llai tebygol hefyd o adrodd eu bod wedi cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos, gyda gwahaniaeth o 17 pwynt canran.

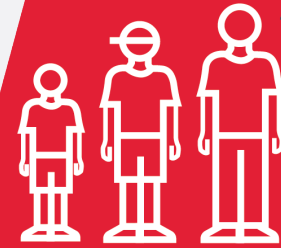
Yn olaf, ymhlith y rhai sy'n defnyddio'r Gymraeg bob dydd, dywedodd cyfran uwch o oedolion eu bod yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai nad dydynt yn defnyddio'r Gymraeg bob dydd, gyda gwahaniaeth o 7 pwynt canran.



4. Gydol Oes

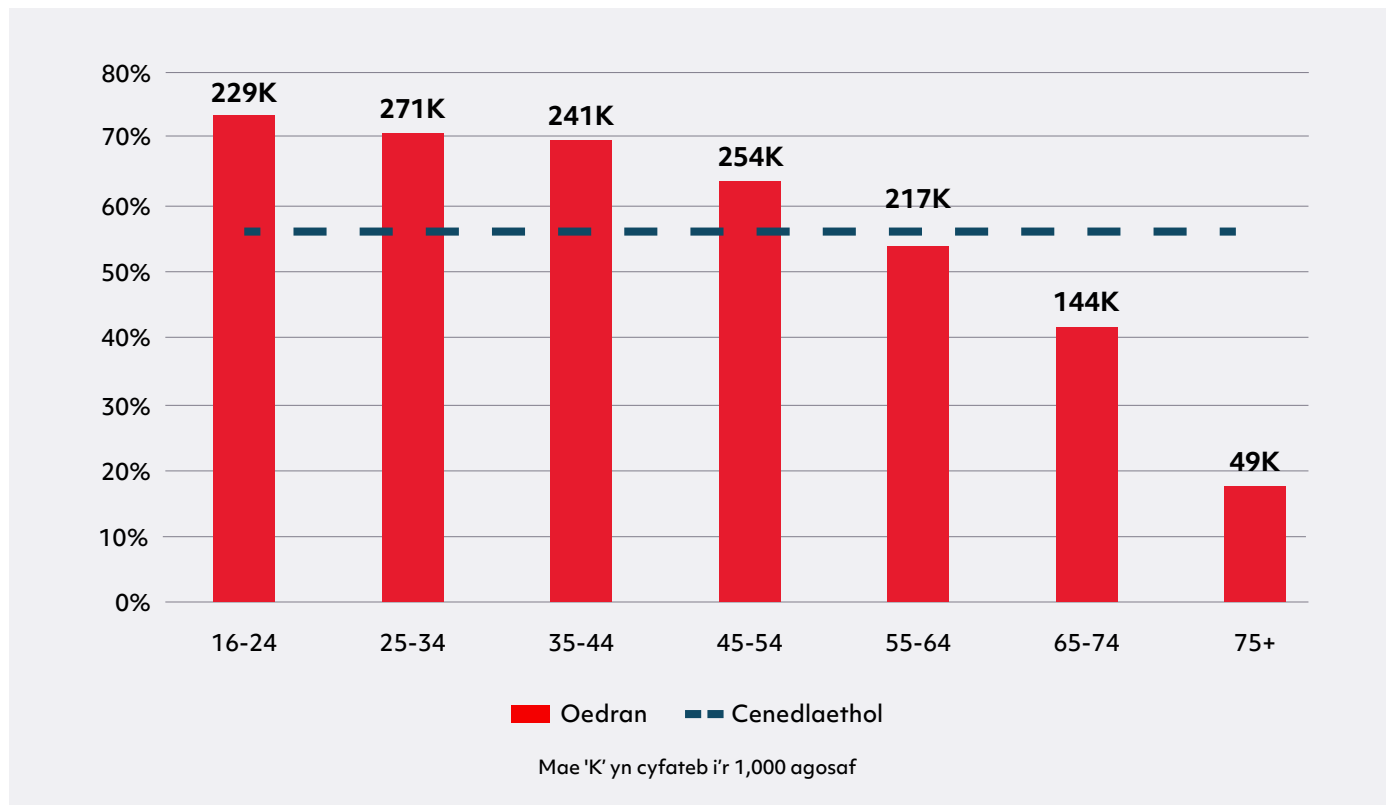
Mae'r weledigaeth am oes. Mae'n ymateb i anghenion pobl mewn gwahanol gyfnodau yn eu bywyd.

Mae'r adran hon yn edrych ar gyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol yn ôl Oedran, ynghyd â ffactorau bywyd ychwanegol a all effeithio ar wahanol bobl yn ystod gwahanol gyfnodau o'u bywyd.



4.1 Oedran

Graff 3: Cyfranogiad mewn o leiaf un Gamp neu Weithgaredd Corfforol yn ystod y Pedair Wythnos Flaenorol, yn ôl Grwpiau Oedran.



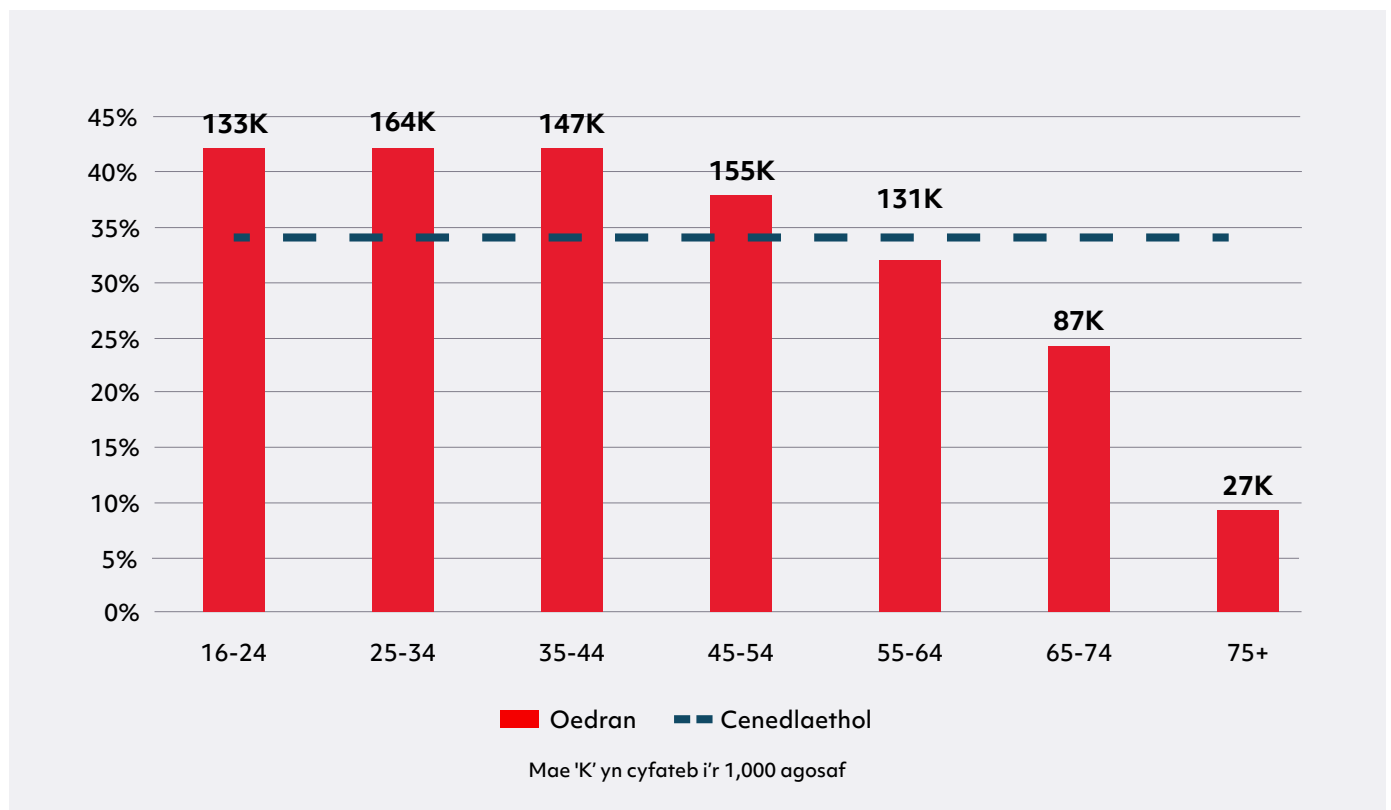
Mae **Graff 3** yn dangos cyfran yr oedolion ym mhob grŵp oedran a gymerodd ran mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol.

Gostyngodd cyfran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol wrth i'r oedran gynyddu.

Cymerodd cyfran uwch o oedolion 16 i 24 oed, 25 i 34 oed, 35 i 44 oed, a 45 i 54 oed ran o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol o gymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol (56%), ac i grwpiau oedran hŷn.

I'r gwrthwyneb, cymerodd cyfran is o oedolion ran o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol ymhlith y rhai 55 i 64 oed, 65 i 74 oed, a 75+ oed o gymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol (56%), ac i grwpiau oedran iau.

Graff 4: Cyfranogiad mewn Chwaraeon a / neu Weithgarwch Corfforol Deirgwaith neu Fwy yr Wythnos, yn ôl Grwpiau Oedran.



Roedd cyfran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ystod y pedair wythnos flaenorol yn hafal rhwng y rhai 16 i 24 oed, 25 i 34 oed, a 35 i 44 oed. Wrth i oedran gynyddu y tu hwnt i 45 oed, gostyngodd cyfran yr oedolion a gymerodd ran deirgwaith neu fwy yr wythnos.

Cymerodd cyfran uwch o oedolion ran deirgwaith neu fwy ymhlith y rhai 16 i 24 oed, 25 i 34 oed, 35 i 44 oed, a 45 i 54 oed o gymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol (34%), ac i oedolion 55 i 64 oed, 65 i 74 oed a 75+ oed.

Roedd y rhai 55 i 64 oed yn ystadegol debyg i'r cyfartaledd cenedlaethol (34%) ac yn llai tebygol o gymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â grwpiau oedran iau.

4.2 Iechyd a Lles a Hunanadroddir

Table 7: Nifer a chanran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon / gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl ymatebion i gwestiynau iechyd a lles.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Iechyd Cyffredinol		
Da iawn neu dda	40%	733,000
Gweddol	20%	97,000
Gwael neu wael iawn	7%	14,000
Unigrwydd		
Ddim yn unig	36%	262,000
Unig weithiau	34%	498,000
Unig	26%	84,000
Bodddhad gyda bywyd		
Mawr iawn	37%	299,000
Mawr	35%	432,000
Canolig	26%	90,000
Isel	17%	22,000
Hapusrwydd Cyffredinol		
Mawr iawn	36%	347,000
Mawr	35%	347,000
Canolig	30%	106,000
Isel	22%	43,000
Gorbryder Cyffredinol		
Isel iawn	34%	367,000
Isel	36%	181,000
Canolig	33%	128,000
Mawr	33%	166,000

4.2 Iechyd a Lles a Hunanadroddir (parhau)

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Graddfa gyffredinol y teimlad bod y pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil		
Mawr iawn	37%	357,000
Mawr	34%	389,000
Canolig	27%	80,000
Isel	13%	14,000
Ag ymdeimlad o gymuned (perthyn; gwahanol gefndiroedd yn cyd-dynnu, trin gyda pharch)		
Oes	34%	526,000
Nac oes	34%	275,000
Cyfanswm Cymru¹³	34%	844,000

Mae **Tabl 7** yn dangos sut ymatebodd pobl a gymerodd ran mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos i gwestiynau iechyd a lles a hunanadroddir.

Roedd y rhai a ddywedodd bod eu hiechyd cyffredinol yn 'Dda lawn neu'n Dda' yn fwy tebygol o gymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos na'r rhai a nododd bod eu hiechyd yn 'Gweddol' neu 'Drwg neu wael iawn'. I'r gwrthwyneb, roedd 93% (194,000) o oedolion ag iechyd 'Drwg neu Wael lawn' yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol lai na thair gwaith yr wythnos.

Yn yr un modd, roedd y rhai a ddywedodd eu bod yn cael boddhad cyffredinol 'Mawr iawn' neu 'Mawr' â bywyd, ochr yn ochr â'r rhai a nododd hapusrwydd cyffredinol 'Mawr iawn' neu 'Mawr', yn fwy tebygol o gymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai a ddywedodd Boddhad bywyd a hapusrwydd cyffredinol 'Canolig' neu 'Isel'. Yn eu tro, roedd 78% (149,000) o oedolion a nododd hapusrwydd 'Isel', ac 83% (107,000) o oedolion a ddywedodd bod eu boddhad mewn bywyd yn 'Isel', yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol lai na theirgwaith yr wythnos.

Ymhellach, roedd y rhai a ddywedodd eu bod yn 'Unig' yn llai tebygol o adrodd eu bod yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai a ddywedodd eu bod yn 'Unig Weithiau' neu 'Ddim yn Unig'. Yn eu tro, roedd 74% (236,000) o oedolion a ddywedodd eu bod yn 'Unig' yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol lai na theirgwaith yr wythnos.

Roedd cyfran yr oedolion a gymerodd ran deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ystadegol debyg ar draws y gwahanol lefelau o orbryder a hunanadroddir.

¹³ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Ymhellach, nid oedd unrhyw wahaniaeth yng nghyfran yr oedolion a oedd yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos rhwng y rhai a ddywedodd bod ganddynt ymdeimlad o berthyn i'w cymuned a'r rhai a ddywedodd nad oedd ganddynt ymdeimlad o'r fath.

4.3 Cyflogaeth a Chymwysterau

Tabl 8: Nifer a chanran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon / gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl Statws Cyflogaeth ac Addysg.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Cyflogaeth¹⁴		
Mewn cyflogaeth	42%	594,000
Di-waith	26%	15,000
Economaidd anweithgar	23%	234,000
Cymhwyster Uchaf a Sicrhawyd		
Lefel Gradd	44%	350,000
HNC, HND, BTEC Uwch, neu gyfatebol	38%	132,000
Safon Uwch neu Uwch Gyfrannol neu gyfatebol	40%	117,000
Prentisiaeth	30%	25,000
Graddau Lefel O / TGAU A i C, neu gyfatebol	30%	107,000
Graddau Lefel O / TGAU D i G, neu gyfatebol	23%	21,000
Cymwysterau eraill	24%	59,000
Dim cymwysterau	11%	31,000
Cyfanswm Cymru¹⁵	34%	844,000

Mae **Tabl 8** yn dangos sut adroddodd pobl a gymerodd ran mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos ar eu cyflogaeth a'u cymhwyster addysg uchaf.

Roedd y rhai mewn cyflogaeth yn fwy tebygol o adrodd eu bod yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai a ddywedodd eu bod yn ddi-waith neu'n economaidd anweithgar.

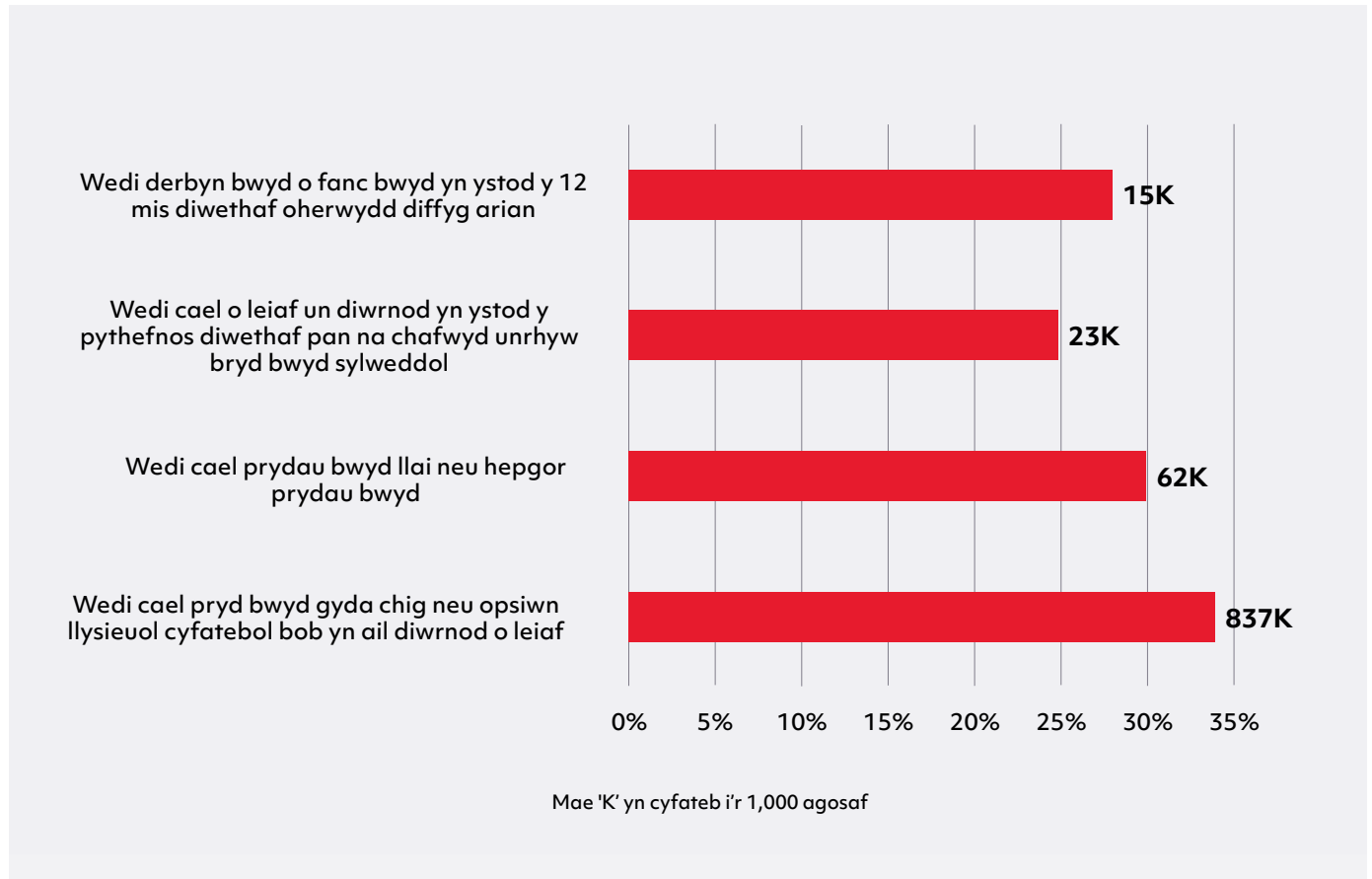
Roedd y rhai a adroddodd eu bod wedi ennill Gradd, Safon Uwch / Uwch Gyfrannol, neu HNC / HND / BTEC Uwch (neu gyfatebol) yn fwy tebygol o adrodd eu bod yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai yr oedd eu cyrhaeddiad uchaf yn Brentisiaeth, TGAU / Lefel O neu Arall. Y rhai nad oedd ganddynt unrhyw gymwysterau oedd leiaf tebygol o gymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos.

¹⁴ Gwelwyd Cyfyngau Hyder Eang rhwng categorïau 'Cyflogaeth'.

¹⁵ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

4.4 Fforddiadwyedd Bwyd, Sefyllfa Byw, a Mynediad i Gerbydau.

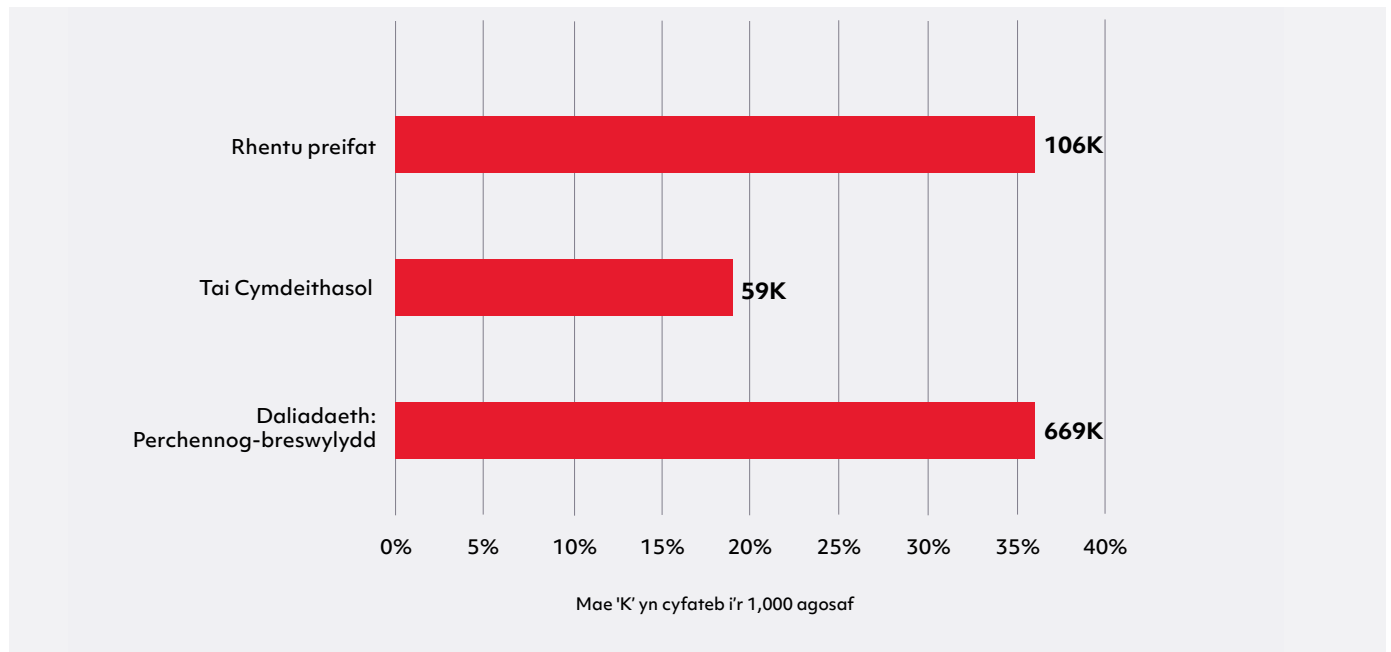
Graph 5: Canran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl fforddiadwyedd bwyd.



Mae **Graff 5** yn cyflwyno cyfran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon / gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ôl cwestiynau fforddiadwyedd bwyd.

Roedd y rhai a brofodd un diwrnod neu fwy yn ystod y pythefnos diwethaf heb unrhyw brydau bwyd sylweddol yn llai tebygol o gymryd rhan mor aml â hyn, o gymharu â'r rhai a oedd wedi cael pryd o fwyd gydag opsiwn cig / llysieuol cyfatebol bob yn ail ddiwrnod o leiaf.

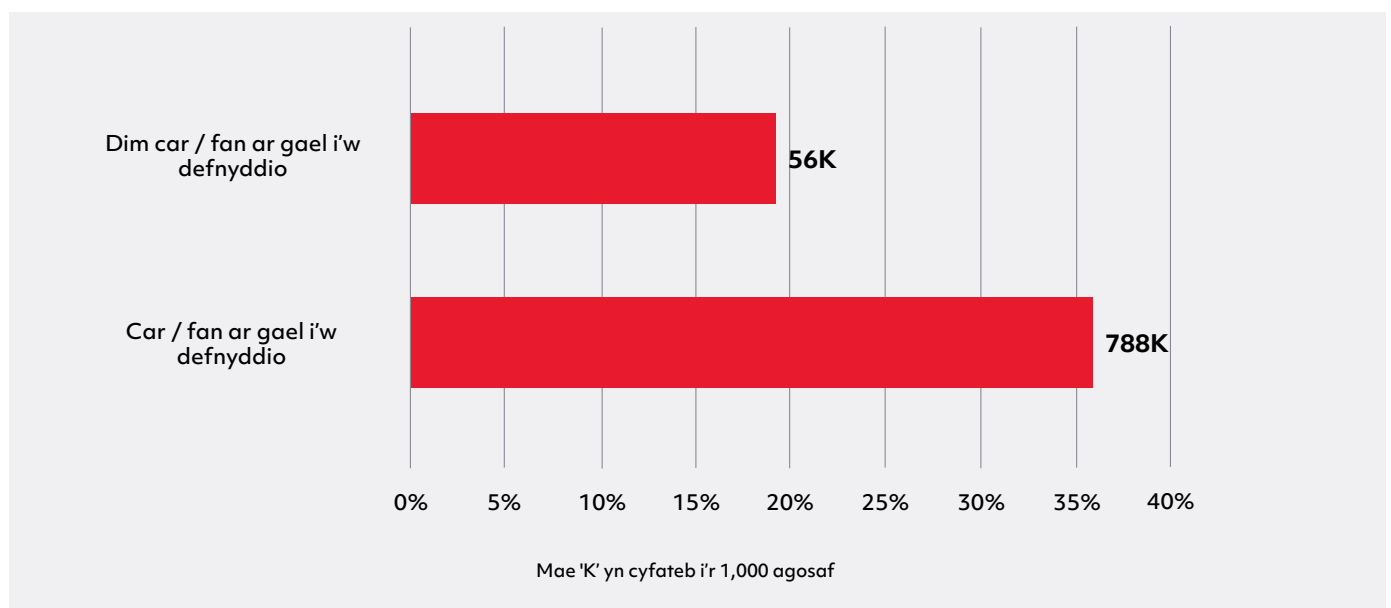
Graff 6: Canran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl Sefyllfa Byw.



Fel y dangosir yng Ngraff 6, roedd y rhai a oedd yn rhentu'n breifat neu'n byw mewn eiddo yr oeddent yn berchen arno yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon / gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â'r rhai a oedd yn byw mewn tai cymdeithasol.

Roedd canran yr oedolion a oedd yn byw mewn tai cymdeithasol ac yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos (19%) yn sylweddol is na'r cyfartaledd cenedlaethol (34%).

Graff 7: Canran yr oedolion a gymerodd ran mewn chwaraeon deirgwaith neu fwy yr wythnos, yn ôl mynediad i gerbyd.



Fel y dangosir yng Ngraff 7, roedd y rhai sydd â defnydd o gar neu fan yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon / gweithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos.

Roedd canran yr oedolion nad oedd ganddynt gar neu fan ac a oedd yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos yn sylweddol is na'r cyfartaledd cenedlaethol o 34%.

5. Mwynhad

Mae'r weledigaeth yn canolbwyntio ar greu ystod eang o brofiadau cadarnhaol, fel bod pawb yn gallu mwynhau chwaraeon a gweithgarwch.

Mae'r adran hon yn canolbwyntio ar edrych ar y 'Galw' a'r 'Galw Heb ei Fodloni' am chwaraeon a gweithgarwch corfforol ymhlith oedolion. Mae'r ffigurau hyn yn dangos lle mae gan weithgareddau y potensial i gynyddu ac, yn ei dro, darparu mwy o gyfleoedd i oedolion eu mwynhau.

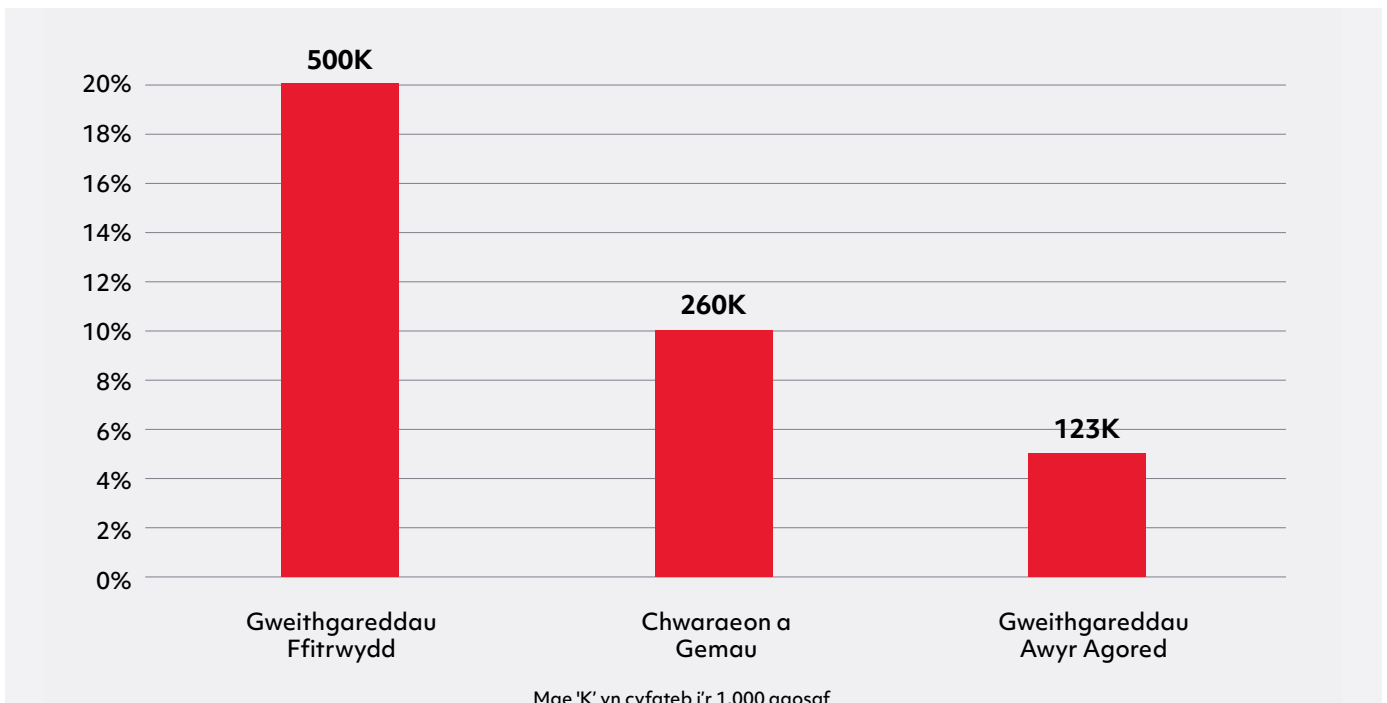


5.1 Galw Cenedlaethol

Mae oedolion â 'Galw' yn cyfeirio at y rhai a ddywedodd eu bod eisiau gwneud mwy o chwaraeon a / neu weithgarwch. Efallai bod yr oedolion hyn eisoes yn cymryd rhan mewn chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol.

Ar draws y 2.5 miliwn o oedolion yng Nghymru, dywedodd 773,000 bod ganddynt alw i gymryd rhan mewn o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol, sef 31% o'r holl oedolion.

Graff 8: Cyfran yr oedolion sydd â galw am o leiaf un math o weithgaredd



Ar draws y categorïau gweithgarwch eang, roedd gan 20% (500,000 o bobl) alw am o leiaf un 'Gweithgaredd Ffitrwydd', roedd gan 10% (260,000 o bobl) alw am o leiaf un gweithgaredd 'Chwaraeon a / neu Gêm', ac roedd gan 5% (123,000 o bobl) alw am o leiaf un 'Gweithgaredd Awyr Agored'.

Mae hyn yn cyfateb i tua 1 miliwn o gyfleoedd ychwanegol ar gyfer cyfranogiad ar draws y boblogaeth o oedolion.

Tabl 9: Cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw am fwy o weithgarwch, yn ôl amledd y cyfranogiad.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Wedi cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos	43%	328,000
Wedi cymryd rhan 2 waith yr wythnos	10%	79,000
Wedi cymryd rhan 1 waith yr wythnos	11%	82,000
Wedi cymryd rhan llai nag unwaith yr wythnos	37%	281,000

Ymhlith oedolion sydd â galw am chwaraeon, cymerodd 43% ran, ar gyfartaledd, deirgwaith neu fwy yr wythnos yn ystod y pedair wythnos flaenorol. I'r gwrthwyneb, roedd 37% o oedolion oedd â galw wedi cymryd rhan lai nag unwaith yr wythnos ar gyfartaledd, neu ddim o gwbl, yn ystod y pedair wythnos flaenorol.

5.2 Daearyddiaeth

Tabl 10: Cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon / gweithgarwch corfforol, yn ôl Ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol		
Gogledd Cymru	30%	165,000
Canolbarth Cymru	33%	55,000
Gorllewin Cymru	27%	156,000
Canolbarth y De	35%	265,000
Gwent	28%	132,000
Dwysedd Poblogaeth¹⁶		
Trefol	32%	529,000
Gwledig	29%	244,000
Cyfanswm Cymru¹⁷	31%	773,000

¹⁶ Diffiniad o Ddwysedd Poblogaeth ar gael yma: <https://www.gov.uk/government/statistics/2011-rural-urban-classification>

¹⁷ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Canolbarth y De oedd â'r gyfran uchaf o oedolion â galw am o leiaf un math o chwaraeon / gweithgarwch corfforol (35%), sef 265,000 o oedolion. Mae cyfran yr oedolion sydd â galw yng Nghanolbarth y De yn sylweddol uwch na Gogledd Cymru, Canolbarth Cymru, Gorllewin Cymru a Gwent.

Ymhellach, roedd cyfran yr oedolion â galw yng Ngorllewin Cymru a Gwent yn sylweddol is o gymharu â'r cyfartaledd cenedlaethol o 31%.

Yn ogystal, roedd nifer yr oedolion sydd â galw am o leiaf un math o chwaraeon / gweithgarwch corfforol mewn ardaloedd Trefol yn fwy na dwbl yr hyn a geir mewn ardaloedd Gwledig, gan gynrychioli cyfran ystadegol wahanol o alw rhwng poblogaethau â nodweddion dwysedd amrywiol.

Tabl 11: Cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, yn ôl Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC):

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru		
Cwintel 1 (20% mwyaf difreintiedig)	28%	113,000
Cwintel 2	27%	126,000
Cwintel 3	31%	164,000
Cwintel 4	30%	168,000
Cwintel 5 (20% lleiaf difreintiedig)	35%	202,000
Cyfanswm Cymru¹⁸	31%	773,000

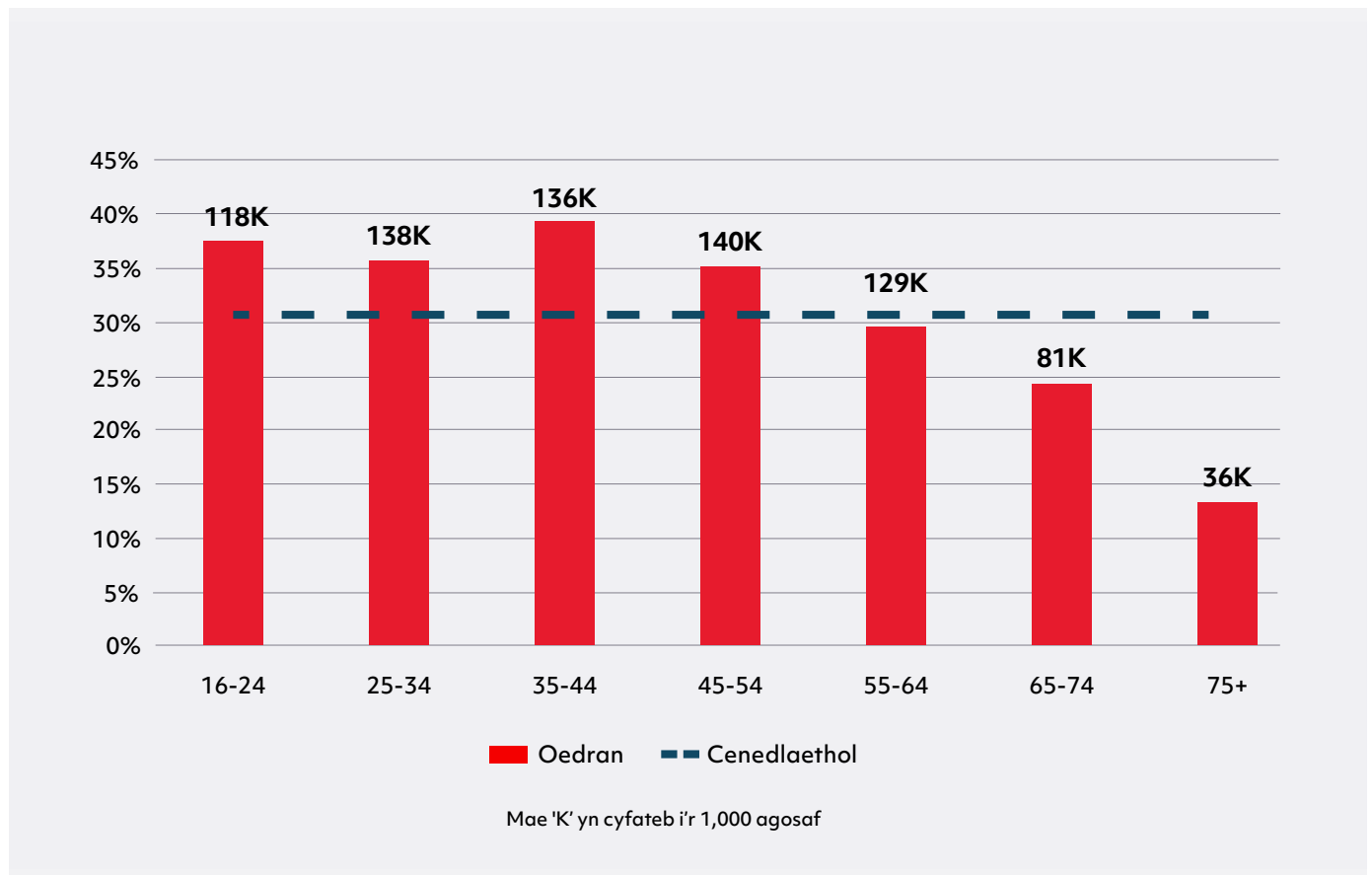
Mae **Tabl 11** yn dangos cyfran a nifer yr oedolion oedd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn ôl cwintelau Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC). Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (WIMD) yw mesur swyddogol Llywodraeth Cymru o amddifadedd cymharol ar gyfer ardaloedd bychain yng Nghymru. Mae gan bob cwintel boblogaeth debyg o ran maint, ac felly gellir cymharu cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn erbyn ei gilydd.

Roedd gwahaniaeth sylweddol o 7 pwynt canran yng nghyfran yr oedolion a oedd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol rhwng y rhai sy'n byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig o gymharu â'r rhai sy'n byw yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig yng Nghymru. Mae hyn yn wahaniaeth o 89,000 o oedolion.

¹⁸ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

5.3 Oedrannau

Graff 9: Cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, yn ôl Grŵp Oedran



Yn gyffredinol, mae cyfran yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn gostwng gydag oedran. Roedd y rhai rhwng 16 i 24 oed, 25 i 34 oed, 35 i 44 oed, a 45 i 54 oed yn fwy tebygol o adrodd am alw i gymryd rhan o gymharu â'r rhai 55 i 64 oed, 65 i 74 oed a 75+ oed.

5.4 Demograffeg

Tabl12: Cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw i wneud mwy o un math o chwaraeon neu weithgarwch corfforol o leiaf.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Rhyw		
Benywod	32%	382,000
Gwrywod	30%	390,000
Ethnigrwydd¹⁹		
Gwyn (Cymreig, Seisnig, Prydeinig ac ati)	30%	697,000
Gwyn – Arall	40%	26,000
Unrhyw Grŵp Ethnig arall	44%	49,000
Salwch, Anabledd neu Lesgedd		
Â salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog	28%	341,000
Dim salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog	32%	430,000
Amddifadedd		
Byw mewn amddifadedd materol	31%	89,000
Ddim yn byw mewn amddifadedd materol	31%	684,000
Yr Iaith Gymraeg		
Pobl sy'n defnyddio'r Gymraeg yn eu bywyd bob dydd (FG36)	33%	94,000
Pobl nad ydynt yn defnyddio'r Gymraeg yn eu bywyd bob dydd	30%	678,000
Cyfanswm Cymru²⁰	31%	773,000

¹⁹ Roedd y grwpiau ethnigrwydd yr adroddwyd arnynt yn adlewyrchu'r rhai sydd wedi'u mabwysiadu gan Lywodraeth Cymru.

²⁰ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Mae **Tabl 12** yn dangos cyfran yr oedolion a ddywedodd bod ganddynt alw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, yn ôl nodweddion demograffig.

Rhwng y grwpiau ethnigrwydd eang, roedd y rhai a ddywedodd eu bod yn 'Gwyn – Arall', ac 'Unrhyw Grŵp Ethnig Arall' yn fwy tebygol o adrodd bod ganddynt alw am o leiaf un gamp neu weithgaredd corfforol. Roedd gan y ddau grŵp yma fwy o alw am fwy o weithgarwch o gymharu â'r rhai a ddywedodd eu bod yn 'Gwyn – (Cymreig, Seisnig, Prydeinig, ac ati)'

Ymhellach, roedd y rhai na ddywedodd bod ganddynt salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog yn fwy tebygol o adrodd am alw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o gymharu â'r rhai oedd â salwch, anabledd neu lesgedd hirsefydlog.

I'r gwrthwyneb, ni chanfuwyd unrhyw wahaniaethau rhwng Gwrywod a Benywod, y rhai sy'n byw ac nad ydynt yn byw mewn amddifadedd materol, a'r rhai sy'n siarad Cymraeg a'r rhai nad ydynt yn siarad Cymraeg bob dydd.

5.5 Iechyd a Lles a Hunanadroddir

Tabl 13: Nifer a chanran yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, yn ôl ymatebion i gwestiynau iechyd a lles.

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Iechyd Cyffredinol		
Da iawn neu dda	32%	587,000
Gweddol	29%	142,000
Gwael neu wael iawn	21%	44,000
Unigrwydd		
Ddim yn unig	24%	177,000
Unig weithiau	33%	484,000
Unig	35%	111,000
Bodddhad gyda bywyd		
Mawr iawn	27%	214,000
Mawr	33%	407,000
Canolig	32%	111,000
Isel	30%	39,000

5.5 Iechyd a Lles a Hunanadroddir (parhau)

	Canran o Oedolion (%)	Nifer yr Oedolion
Hapusrwydd Cyffredinol		
Mawr iawn	27%	263,000
Mawr	33%	325,000
Canolig	34%	122,000
Isel	33%	63,000
Gorbryder Cyffredinol		
Isel iawn	27%	292,000
Isel	34%	174,000
Canolig	33%	130,000
Mawr	34%	176,000
Graddfa gyffredinol y teimlad bod y pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil		
Mawr iawn	28%	268,000
Mawr	32%	369,000
Canolig	34%	101,000
Isel	31%	32,000
Ag ymdeimlad o gymuned (perthyn; gwahanol gefndiroedd yn cyd-dynnu, trin gyda pharch)		
Oes	29%	451,000
Nac oes	34%	296,000
Cyfanswm Cymru²¹	31%	773,000

²¹ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

Mae **Tabl 13** yn dangos sut ymatebodd pobl sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol i gwestiynau iechyd a lles a hunanadroddir.

Roedd y rhai a ddywedodd bod eu hiechyd cyffredinol yn 'Dda lawn neu Dda' yn fwy tebygol o fod â galw am chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o gymharu â'r rhai a ddywedodd eu bod yn dioddef o iechyd 'Drwg neu wael iawn'.

Roedd cyfraddau'r galw ar draws y grwpiau a ymatebodd i 'Bodddhad Bywyd Cyffredinol' a 'Hapusrwydd Cyffredinol' yn gymysg. Roedd y rhai a nododd bod ganddynt hapusrwydd cyffredinol 'Isel' neu 'Ganolig', ochr yn ochr â'r rhai a nododd 'Isel', 'Canolig' neu 'Mawr' am Fodddhad mewn Bywyd yn llawer mwy tebygol o fod â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o gymharu â'r rheini a adroddodd hapusrwydd 'Mawr lawn' a bodddhad mewn bywyd.

Roedd y rhai a ddywedodd eu bod yn 'Unig' neu'n 'Unig Weithiau' yn fwy tebygol o fod â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o gymharu â'r rhai a ddywedodd eu bod 'Ddim yn Unig'.

Ymhellach, roedd cyfran yr oedolion â galw am chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol yn uwch ymhlith oedolion a nododd lefelau 'Uchel' o orbryder cyffredinol o gymharu â'r rhai a nododd orbryder cyffredinol 'Isel lawn'.

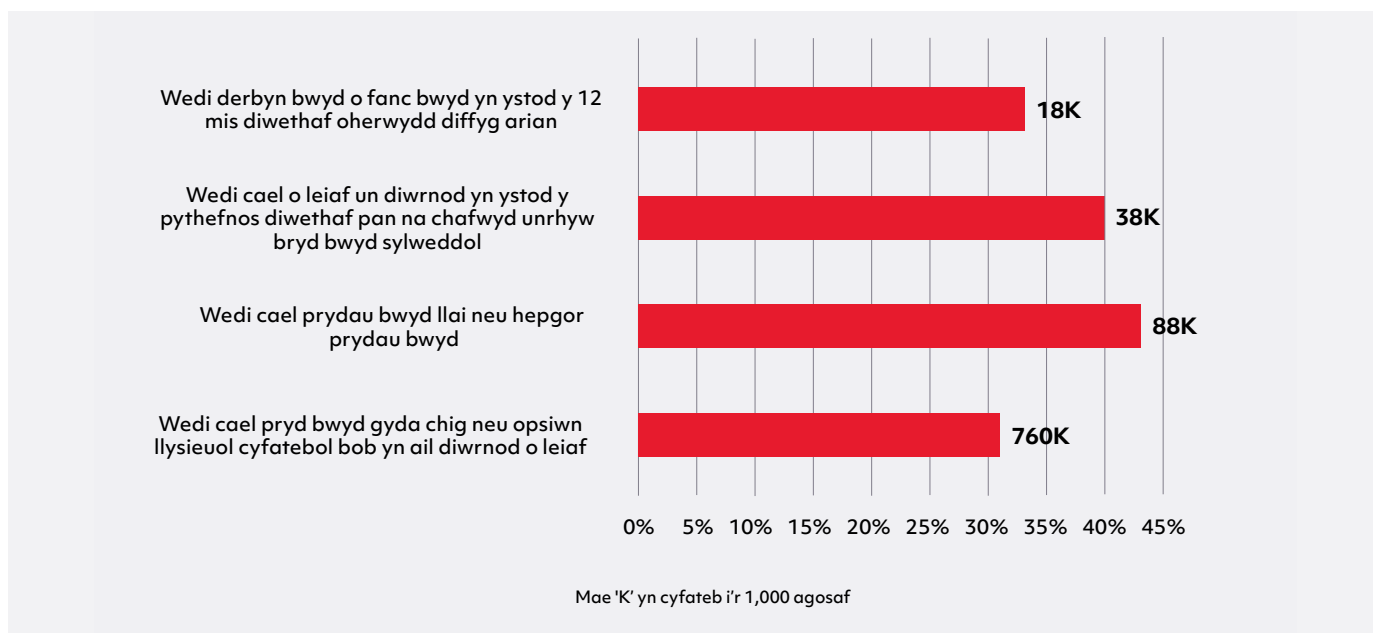
Roedd cyfran yr oedolion a oedd â galw am fwy o chwaraeon / gweithgarwch corfforol yn ystadegol debyg ar draws y grwpiau ymateb 'Graddfa gyffredinol y teimlad bod y pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil'.

Yn olaf, roedd y rhai nad oes ganddynt ymdeimlad o gymuned yn fwy tebygol o adrodd bod ganddynt alw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o gymharu â'r rhai sydd ag ymdeimlad o gymuned.



5.6 Fforddiadwyedd Bwyd, Sefyllfa Byw, a Mynediad i Gerbydau.

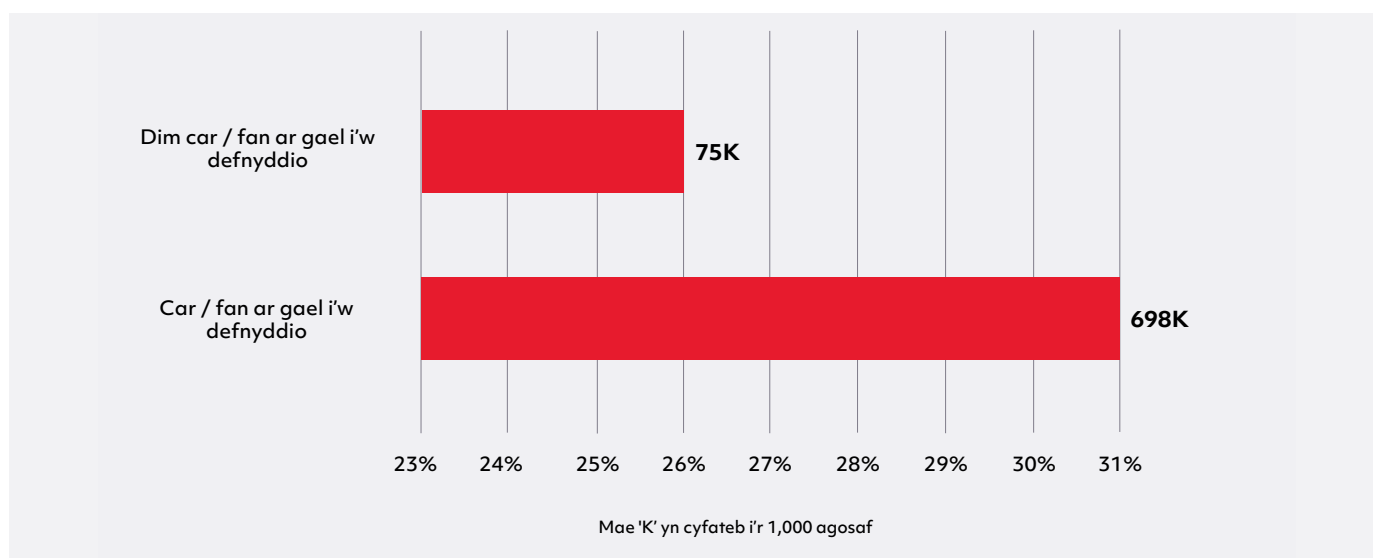
Graff 10: Canran yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, yn ôl fforddiadwyedd bwyd²².



Mae **Graff 10** yn cyflwyno cyfran yr oedolion sydd â galw am fwy o chwaraeon / gweithgarwch corfforol yn ôl cwestiynau fforddiadwyedd bwyd

Roedd y rhai a ddywedodd eu bod wedi cael pryd o fwyd gyda'r hyn oedd yn cyfateb i gig / opsiwn llysieuol bob yn ail ddiwrnod o leiaf yn llai tebygol o adrodd bod ganddynt alw am fwy o chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o'u cymharu â'r rhai a oedd wedi cael prydau llai neu wedi hepgor prydau bwyd, neu wedi cael diwrnod yn ystod y pythefnos blaenorol heb bryd o fwyd sylweddol.

Graff 11: Canran yr oedolion sydd â galw am chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol, yn ôl mynediad i gerbydau.



Fel y dangosir yng Ngraff 11, roedd y rhai sydd â defnydd o gar neu fan yn fwy tebygol o adrodd bod ganddynt alw am chwaraeon / gweithgarwch corfforol o gymharu â'r rhai nad oes ganddynt ddefnydd o gerbyd.

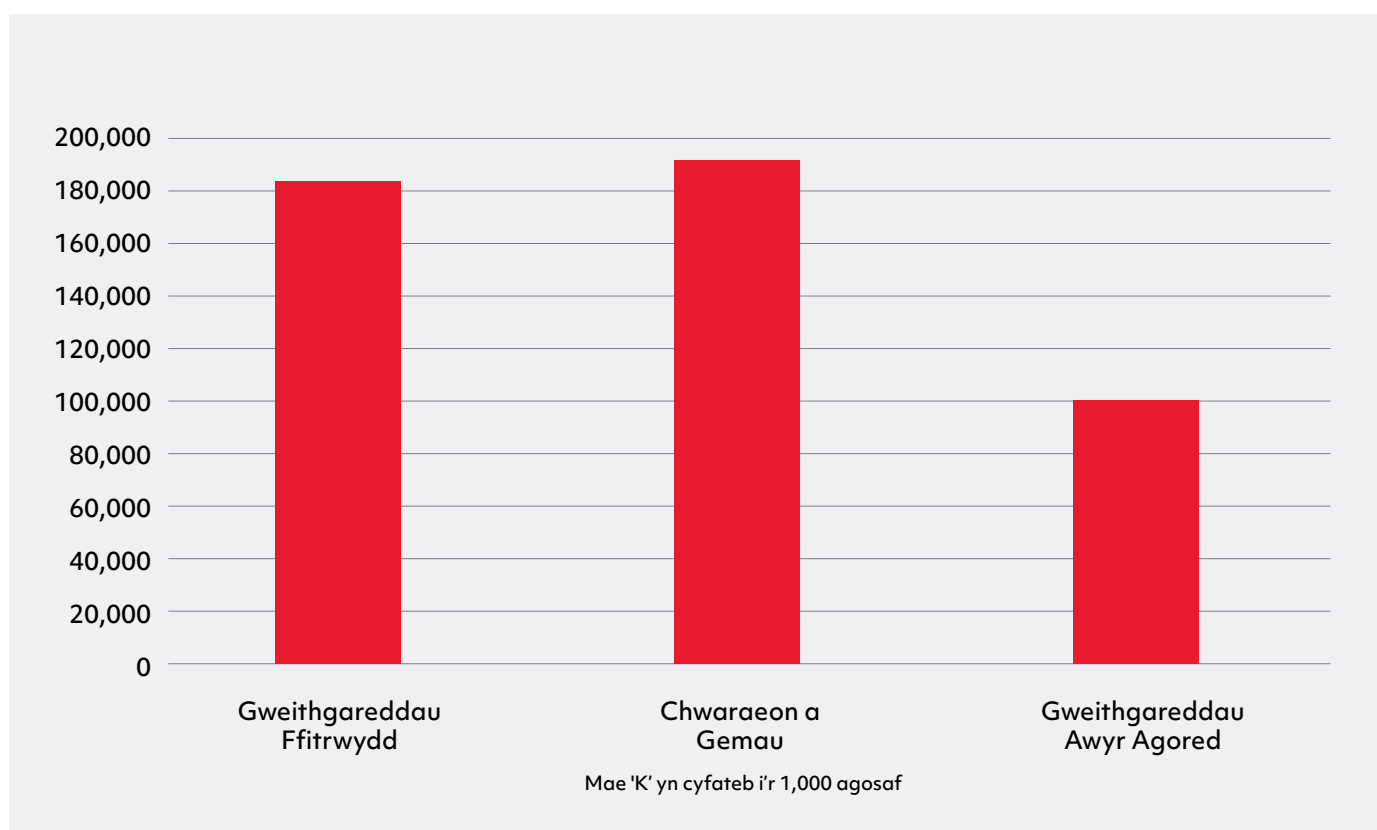
²² Sylwer: Gwelwyd Cyfyngau Hyder Eang rhwng y categorïau 'Fforddiadwyedd Bwyd'.

5.7 Galw Heb ei Fodloni²³

At ddibenion yr adroddiad hwn, mae'r rhai sydd â 'Galw Heb ei Fodloni' yn cyfeirio'n benodol at y rhai nad oeddent wedi cymryd rhan mewn camp / gweithgaredd eisoes, ond a ddywedodd yr hoffent wneud hynny yn y dyfodol.

Yn 2021-22, dywedodd 44% neu 1,104,000 o oedolion nad oeddent wedi cymryd rhan mewn unrhyw chwaraeon neu weithgarwch corfforol yn ystod y pedair wythnos flaenorol. Fodd bynnag, dywed 20% o'r oedolion hyn eu bod eisiau cymryd rhan mewn o leiaf un math o chwaraeon neu weithgarwch corfforol. Mae hyn yn cynrychioli 224,000 o bobl, neu 9% o gyfanswm y boblogaeth o oedolion yng Nghymru.

Graff 12: Nifer yr oedolion nad ydynt eto'n cymryd rhan mewn Gweithgareddau Ffitrwydd, Chwaraeon a Gemau a / neu Weithgareddau Awyr Agored, ond sy'n dweud yr hoffent wneud hynny²⁴.



Mae **Graff 12** yn dangos bod 183,000 o oedolion yn 2021-22 na chymerodd ran mewn unrhyw 'Weithgaredd Ffitrwydd' ond a ddywedodd yr hoffent wneud hynny. Ymhellach, dywedodd 191,000 o oedolion nad oeddent wedi cymryd rhan mewn unrhyw 'Chwaraeon neu Gemau', ond a ddywedodd yr hoffent wneud hynny. Yn olaf, dywedodd 101,000 o oedolion nad oeddent yn cymryd rhan mewn Gweithgaredd Awyr Agored, ond yr hoffent wneud hynny.

Yn gyffredinol, mae hyn yn cyfateb i bron i hanner miliwn o gyfleoedd mewn chwaraeon ymhlith oedolion, oedd eto i'w cyflawni yn ystod 2021-22.

²³ Sylwer: gall y diffiniad ar gyfer 'galw heb ei fodloni' fod yn wahanol yn yr Adroddiad Cyflwr y Genedl ar gyfer Chwaraeon Ysgol

²⁴ Sylwer: gall cyfranogwyr ymddangos mewn sawl categori eang, ond dim ond unwaith y cânt eu cyfrif ym mhob categori

Tabl 14: Cyfran a nifer yr oedolion sydd â galw heb ei fodloni am weithgarwch, yn ôl Ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol.

	Oedolion â Galw Heb Ei Fodloni (%)	Oedolion â Galw Heb Ei Fodloni
Ardal Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol		
Gogledd Cymru	8%	44,000
Canolbarth Cymru	10%	17,000
Gorllewin Cymru	9%	49,000
Canolbarth y De	11%	79,000
Gwent	8%	36,000
Dwysedd Poblogaeth²⁵		
Trefol	10%	161,000
Gwledig	7%	64,000
Cyfanswm Cymru²⁶	9%	224,000

Canolbarth y De oedd â'r gyfran uchaf o oedolion â galw heb ei fodloni am chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol o ystyried cyfanswm yr oedolion yn y rhanbarth hwn. Mae cyfradd y galw heb ei fodloni yng Nghanolbarth y De yn uwch nag yng Ngogledd Cymru a Gwent. Mae Tabl 14 yn dangos bod llawer mwy o oedolion â galw heb ei fodloni yng Nghanolbarth y De na sydd mewn rhannau eraill o Gymru. Er enghraifft, er bod y gyfradd yn debyg i gyfradd Canolbarth Cymru, mae nifer gwirioneddol yr oedolion sydd â galw heb ei fodloni yng Nghanolbarth y De fwy na 4 gwaith yn fwy.

Ymhellach, nododd cyfran uwch o oedolion o ardaloedd trefol alw heb ei fodloni am chwaraeon a / neu weithgarwch corfforol na mewn ardaloedd gwledig. Hefyd, mae tua 2.5 gwaith y nifer o oedolion â galw heb ei fodloni yn byw mewn ardaloedd trefol o gymharu ag ardaloedd gwledig.

²⁵ Diffiniad o Ddwysedd Poblogaeth ar gael yma: <https://www.gov.uk/government/statistics/2011-rural-urban-classification>

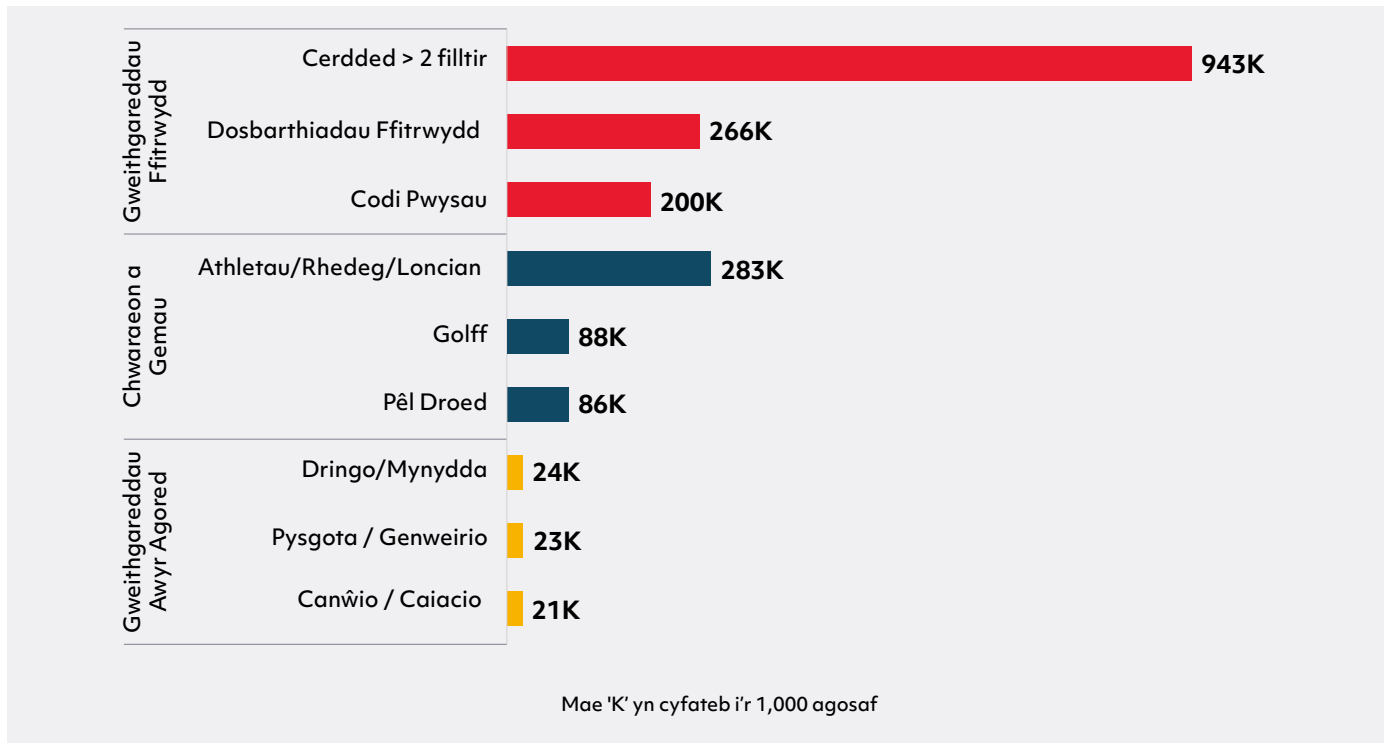
²⁶ Mae gwybodaeth am gyfansymiau dehongli ar gael ar [dudalen 6](#)

6. Data Penodol i Chwaraeon

Yn gyffredinol, y gweithgaredd mwyaf cyffredin yr adroddodd oedolion eu bod yn cymryd rhan ynddo oedd 'Cerdded (mwy na 2 filltir)'; dywedodd 37% o oedolion eu bod wedi cymryd rhan yn y gweithgaredd hwn o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol, sy'n cyfateb i 943,000 o bobl.

Y gamp neu'r gweithgaredd corfforol oedd â'r galw mwyaf oedd Nofio, gyda 9% o oedolion yn dweud yr hoffent wneud mwy ohono, sy'n cyfateb i 234,000 o bobl.

Graff 13: Y tri phrif weithgaredd cyfranogiad, yn ôl categori eang.



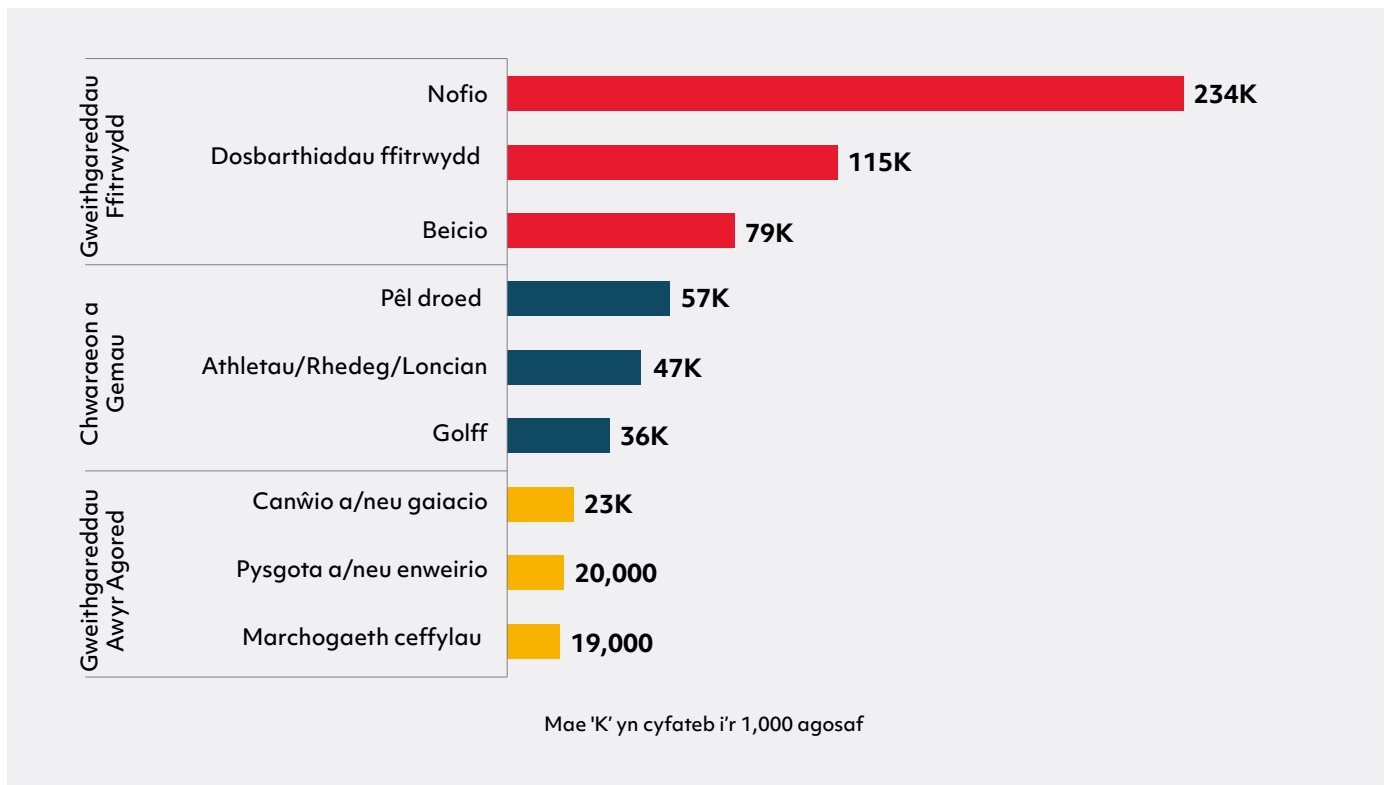
Mae **Graff 13** yn dangos y tri gweithgaredd ym mhob categori eang a oedd â'r nifer uchaf o oedolion yn cymryd rhan yn ystod y pedair wythnos flaenorol.

O fewn gweithgareddau ffitrwydd, y gweithgaredd mwyaf cyffredin yr adroddodd oedolion eu bod yn cymryd rhan ynddo oedd Cerdded (mwy na 2 filltir), gyda 943,000 o oedolion wedi cymryd rhan yn ystod y pedair wythnos flaenorol. Yn dilyn hyn, dywedodd 266,000 o oedolion eu bod wedi cymryd rhan mewn Dosbarthiadau Ffitrwydd, a dywedodd 200,000 o oedolion eu bod wedi cymryd rhan mewn Codi Pwysau.

O fewn Gemau a Chwaraeon, y categori cyfun o 'Athletau, Rhedeg a / neu Loncian' oedd y gweithgaredd mwyaf cyffredin yr adroddodd oedolion eu bod wedi cymryd rhan ynddo; roedd 283,000 o oedolion wedi cymryd rhan o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol. Yn dilyn hyn, cymerodd 88,000 o oedolion ran mewn Golff, a chymerodd 86,000 o oedolion ran mewn Pêl Droed.

O fewn Gweithgareddau Awyr Agored, y gweithgaredd Dringo a / neu Fynydda oedd y mwyaf cyffredin; cymerodd 24,000 o oedolion ran o leiaf unwaith yn ystod y pedair wythnos flaenorol yn y math hwn o weithgaredd. Yn dilyn hyn, cymerodd 23,000 o oedolion ran mewn Pysgota a / neu Enweirio, a chymerodd 21,000 o oedolion ran mewn Canwio a / neu Gaiacio.

Graff 14: Y tri phrif weithgaredd y mae gan oedolion alw amdanynt, yn ôl categori eang.



Mae **Graff 14** yn dangos y tri phrif weithgaredd yr oedd oedolion eisiau gwneud mwy ohonynt, o fewn pob categori eang.

O fewn Gweithgareddau Ffitrwydd, y gweithgaredd mwyaf cyffredin yr adroddodd oedolion alw amdano oedd Nofio, gyda 234,000 o oedolion yn dweud eu bod eisiau gwneud mwy. Yn dilyn hyn, dywedodd 115,000 o oedolion eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o Ddosbarthiadau Ffitrwydd, a dywedodd 79,000 o oedolion eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o Feicio.

O fewn Gemau a Chwaraeon, y gweithgaredd mwyaf cyffredin yr adroddodd oedolion alw amdano oedd Pêl Droed, gyda 57,000 o oedolion yn dweud eu bod eisiau gwneud mwy. Yn dilyn hyn, dywedodd 47,000 o oedolion eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o Athletau, Rhedeg a / neu Loncian, a dywedodd 36,000 o oedolion eu bod eisiau chwarae mwy o Golff.

O fewn Gweithgareddau Awyr Agored, y gweithgaredd mwyaf cyffredin yr adroddodd oedolion alw amdano oedd Canwio a / neu Gaiacio, gyda 23,000 o oedolion yn dweud eu bod eisiau gwneud mwy. Yn dilyn hyn, dywedodd 20,000 o oedolion eu bod eisiau cymryd rhan mewn mwy o Bysgota a / neu Enweirio, a dywedodd 19,000 o oedolion eu bod eisiau gwneud mwy o Farchogaeth Ceffylau.

7. Atodiad

7.1 Dosbarthiadau o 'Weithgareddau Ffitrwydd', 'Chwaraeon a Gemau', a 'Gweithgareddau Awyr Agored':

Grŵp Eang	Is-gategori
Gweithgaredd Ffitrwydd	Dosbarthiadau Ffitrwydd ²⁷
	Gweithgareddau campfa e.e. Codi Pwysau
	Dosbarthiadau Dawns
	Beicio
	Nofio
	Cerdded / Crwydro (mwy na 2 filltir)
	Loncian neu Redeg
Gemau a Chwaraeon	Chwaraeon Tîm
	Chwaraeon Raced
	Gemau Dan Do
	Bowlio neu Fowls
	Chwaraeon Ymladd neu Grefftau Ymladd
	Golff
	Saethu neu Saethyddiaeth
	Athletau
	Triathlon, deuathlon neu aml - chwaraeon eraill
Gweithgareddau Awyr Agored	Chwaraeon mynydd fel dringo neu sgïo
	Chwaraeon modur
	Pysgota neu enweirio
	Marchogaeth ceffylau
	Sglefrio neu sglefrfyrdio
	Chwaraeon dŵr (caiacio, syrffio, hwylio)

²⁷ Mae enghreifftiau o ddosbarthiadau ffitrwydd (wyneb yn wyneb / ar-lein) yn cynnwys: loga, Pilates, Gwersyll Ymarfer, Hyfforddiant Cylchedau, Swmba, Aerobics, HIIT, Sbin, Dosbarthiadau Bowns.

Dangosir y rhestr lawn o weithgareddau yn holiadur yr arolwg: <https://gov.wales/sites/default/files/statistics-and-research/2022-05/national-survey-for-wales-questionnaire-april-2021-to-march-2022.pdf> (English)

<https://llyw.cymru/sites/default/files/statistics-and-research/2022-05/arolwg-cenedlaethol-cymru-holiadur-ebrill-2021-i-fawrth-2022.pdf> (Cymraeg)

7.2 Partneriaethau Chwaraeon Rhanbarthol:

Partneriaeth Chwaraeon Ranbarthol	Ardal Leol
Gogledd Cymru	Ynys Môn
	Gwynedd
	Conwy
	Sir Ddinbych
	Sir y Fflint
	Wrecsam
Canolbarth Cymru	Powys
	Ceredigion
Gorllewin Cymru	Sir Benfro
	Sir Gaerfyrddin
	Abertawe
	Castell-nedd Port Talbot
Canolbarth y De	Pen-y-bont ar Ogwr
	Bro Morgannwg
	Caerdydd
	Rhondda Cynon Taf
	Merthyr Tydfil
Gwent	Caerffili
	Blaenau Gwent
	Torfaen
	Sir Fynwy
	Casnewydd

Mae gwybodaeth am y Partneriaethau Chwaraeon Rhanbarthol yng Nghymru ar gael yma:

<https://www.sport.wales/content-vault/play-your-part/#:~:text=Designed%20to%20overcome%20ongoing%20and,a%20lifelong%20enjoyment%20of%20sport.>

7.3 Dadansoddiad Manwl o Weithgareddau 2021-22

Atodiad 2.7: Cyfranogiad Cenedlaethol yn ôl Math o Weithgaredd (2021-22)

Math o Weithgaredd	Cyfranogiad	Cyfranogiad	Galw	Galw
Cerdded mwy na 2 filltir	943,000	37%	59,000	2%
Athletau a / neu redeg / loncian	283,000	11%	47,000	2%
Dosbarthiadau ffitrwydd	266,000	11%	115,000	5%
Codi pwysau	200,000	8%	27,000	1%
Beicio	181,000	7%	79,000	3%
Nofio	158,000	6%	234,000	9%
Golff	88,000	3%	36,000	1%
Pêl droed	86,000	3%	57,000	2%
Beicio mynydd	49,000	2%	-	-
Pŵl	45,000	2%	-	-
Dosbarthiadau dawns	38,000	2%	27,000	1%
Tennis	31,000	1%	30,000	1%
Dartiau	30,000	1%	-	-
Bowlio (deg)	24,000	1%	-	-
Dringo neu fynydda	24,000	1%	17,000	1%
Pysgota neu enweirio	23,000	1%	20,000	1%
Canwïo a / neu gaiacio	21,000	1%	23,000	1%
Rygbîr undeb	21,000	1%	12,000	<1%
Chwaraeon ymladd a chrefftau ymladd	20,000	1%	35,000	1%
Gymnasteg a / neu drampolinio	20,000	1%	16,000	1%
Chwaraeon rhwyfo	19,000	1%	12,000	<1%
Marchogaeth ceffylau	18,000	1%	19,000	1%
Sglefrio neu sglefrfyreddio	17,000	1%	7,000	<1%
Badminton	16,000	1%	27,000	1%
Tennis bwrdd	16,000	1%	-	-

7.3 Dadansoddiad Manwl o Weithgareddau 2021-22 (parhau)

Math o Weithgaredd	Cyfranogiad	Cyfranogiad	Galw	Galw
Bowls dan do a / neu awyr agored	15,000	1%	14,000	1%
Chwaraeon modur	13,000	1%	-	-
Saethu targedau	11,000	<1%	-	-
Syrffio	11,000	<1%	13,000	<1%
Snwcer	10,000	<1%	-	-
Hwyllo	7,000	<1%	6,000	<1%
Sboncen	-	-	16,000	1%
Pêl rwyd	-	-	16,000	1%
Sgïo a / neu eirafyrddio	-	-	13,000	<1%
Hoci iâ	-	-	11,000	<1%
Aerobics dŵr	-	-	9,000	<1%
Saethyddiaeth	-	-	9,000	<1%

Sylwer: Mae “-” yn cynrychioli llai na 30 o ymatebion heb eu pwysoli. Roedd gan yr holl weithgareddau eraill (heb eu rhestru uchod) yn yr arolwg lai na 30 o ymatebion heb eu pwysoli ar gyfer cyfranogiad a galw (o arolwg o 12,000 o oedolion).