

Arolwg Chwaraeon Addysg Bellach 2015

HOOKED ON SPORT
WEDI GWIRIONI AR
CHWARAEON

sportwales
chwaraeoncymru

Penawdau

- Arolwg Chwaraeon Addysg Bellach 2015 yw'r arolwg cyntaf ar fyfyrwyr mewn colegau addysg bellach yng Nghymru. Llenwodd 4,568 o fyfyrwyr holiadur ar-lein rhwng mis Ebrill a mis Gorffennaf 2015.
- Mae 49% o fyfyrwyr 'wedi gwirioni ar chwaraeon' ac yn cymryd rhan mewn chwaraeon neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos. Dywedodd 32% nad ydynt yn gwneud unrhyw weithgarwch yn rheolaidd.
- Fel gyda chanfyddiadau arolygon eraill, mae bwlch rhwng y rhywiau mewn cymryd rhan. Mae 59% o'r myfyrwyr gwrywaidd wedi gwirioni ar chwaraeon o gymharu â 40% o'r myfyrwyr benywaidd. Mae'r bwlch hwn o bedwar ar bymtheg pwynt canran yn fwy nag a welwyd yn yr Arolwg ar Oedolion Egniol a'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol.
- Cymerodd 34% o'r myfyrwyr ran mewn camp neu weithgaredd corfforol unwaith yr wythnos o leiaf yn y coleg (41% gwrywaidd a 27% benywaidd). Y tu allan i'r coleg, cymerodd 64% ran unwaith yr wythnos neu'n amlach - 71% o'r myfyrwyr gwrywaidd a 57% o'r myfyrwyr benywaidd. Mae myfyrwyr 16-19 oed yn fwy tebygol o fod yn gyfranogwyr rheolaidd na myfyrwyr 20 oed neu hŷn.
- Dywed mwyafrif y myfyrwyr bod eu hiechyd yn dda neu'n dda iawn – 60% yn gyffredinol. Roedd 18% yn meddwl bod y coleg yn helpu 'llawer' arnynt i fyw'n iach ac roedd y myfyrwyr gwrywaidd (21%) yn fwy tebygol na'r myfyrwyr benywaidd (15%) o ddweud hyn.
- Mae 62% o'r myfyrwyr yn hyderus i roi cynnig ar chwaraeon newydd (73% o'r myfyrwyr gwrywaidd a 50% o'r myfyrwyr benywaidd).
- Roedd 23% o'r myfyrwyr wedi gwirfoddoli mewn chwaraeon yn ystod y 12 mis diwethaf, gan roi o'u hamser yn wirfoddol, heb gyflog, i helpu gyda chynnal gweithgareddau chwaraeon. Roedd myfyrwyr fwyaf tebygol o wirfoddoli fel hyfforddwyr (71%) neu swyddogion/dyfarnwyr (19%), gan helpu i gefnogi'r gwaith o gyflwyno chwaraeon.

Cyflwyniad

Mae'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol cyfredol yn brosiect mawr i Chwaraeon Cymru, gan gyflwyno amrywiaeth o allbynnau i'r sefydliad a'i bartneriaid eu defnyddio i wella'r gwaith o gyflwyno a chynllunio chwaraeon. Mae'r arolwg yn cynnwys disgyblion Blynyddoedd 3-11, ac rydym yn gwybod nawr bod 48% o'r disgyblion hyn yn cymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol deirgwaith yr wythnos o leiaf yn 2015. Roedd hyn yn gynnydd ar ganran o 40% o ddisgyblion wedi gwirioni ar chwaraeon yn 2013¹.

Er bod gennym gyfoeth o ddata am farn disgyblion ar les a'u hagweddau tuag at gymryd rhan mewn chwaraeon yn awr, nid oes gwybodaeth ar yr un lefel ar gael am fyfyrwyr Addysg Bellach (AB) yng Nghymru. Er mwyn datblygu ein dealltwriaeth o sut mae myfyrwyr AB yn cael mynediad at chwaraeon a gweithgarwch corfforol ac yn cymryd rhan ynddynt, cafodd Arolwg ar Chwaraeon Ysgol 2015 ei ymestyn a'i ddatblygu er mwyn casglu data sylfaen am gyfranogiad myfyrwyr mewn colegau AB yng Nghymru.

Cyflwynir addysg bellach (AB) gan golegau AB ar sawl lefel. Mae addysg bellach yn rhychwantu Lefel 1 (cymwysterau fel TGAU graddau D-G) i Lefel 3 (cyfatebol i o leiaf ddwy lefel A*-C).

Mae'r ystadegau a gyflwynir yn y papur hwn ac yn y gyfres genedlaethol o dablau data AB sy'n cyd-fynd yn canolbwyntio ar fyfyrwyr 16 oed a hŷn sy'n mynychu Colegau Addysg Bellach Cymru.

Dull

Cynhaliwyd yr **Arolwg Chwaraeon Addysg Bellach** yn ystod tymor yr haf 2015 rhwng 14^{eg} Ebrill a 21^{ain} Gorffennaf. Gan weithio gyda ColegauCymru², datblygodd Chwaraeon Cymru yr holiadur i ddisgyblion a ddefnyddiwyd yn yr Arolwg ar Chwaraeon Ysgol i greu fersiwn ar gyfer myfyrwyr. Cyfrannodd Chwaraeon Colegau Cymru hefyd fel corff rheoli chwaraeon AB. Mae'r mesurau craidd, sef lles ac amledd y cymryd rhan mewn chwaraeon, yn parhau o'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol, er mwyn cofnodi lefelau cymryd

¹ Mae disgyblion yn cael eu cyfrif fel disgyblion sydd 'wedi gwirioni ar chwaraeon' os ydynt yn cymryd rhan mewn chwaraeon allgyrsiol yn yr ysgol, neu chwaraeon gyda chlwb heb fod yn yr ysgol, deirgwaith neu fwy yr wythnos. Mae hyn yn rhoi i ni fesur o'u cyfranogiad mewn gweithgareddau strwythuredig

² <http://www.collegeswales.ac.uk/>
<http://www.collegeswales.ac.uk/cy-GB/hafan-1.aspx>
www.chwaraeoncolegau.cymru

rhan pobl ifanc ym myd addysg rhwng 7 hyd at 25+ oed. Roedd y ffocws ar ieuencid 16-19 oed sy'n fyfyrwyr llawn amser ond roedd yr arolwg yn agored i unrhyw fyfyrwr AB a oedd yn astudio mewn coleg addysg bellach yng Nghymru. Mae hyn yn eithrio chweched dosbarth mewn ysgolion – gwahoddwyd y myfyrwyr hynny i gymryd rhan yn yr Arolwg ar Chwaraeon Ysgol.

Llenwodd y myfyrwyr holiadur ar-lein am eu cyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol, am wirfoddoli, ac am eu hagweddau at chwaraeon. Gallai'r myfyrwyr lenwi'r arolwg ar unrhyw adeg yn ystod y cyfnod o waith maes ar unrhyw ddyfais gyda mynediad i'r rhyngwyd.

Ymateb

Cymerodd deuddeg allan o'r tri ar ddeg o golegau AB yng Nghymru ran yn yr arolwg a llenwodd 4,568 o'r myfyrwyr holiadur, 9.3% o'r dysgwyr cymwys o 12 (92.3%) o'r colegau.

Roedd cyfran y dysgwyr addysg bellach a ymatebodd i'r Arolwg Chwaraeon Addysg Bellach yn amrywio o tua 3.5% yng Ngholeg Caerdydd a'r Fro i 28.9% yng Ngholeg Sir Benfro.

Ymatebodd dysgwyr o fathau amrywiol o gyrsiau i'r arolwg. Mae Tabl 1 yn dangos y manylion.

Tabl 1: Math o gwrs a'r ymateb	Nifer yr ymatebwyr
AS neu lefel A	916
Mynediad	50
Celf a Dylunio	128
Busnes, Cyfryngau a TG	497
Gofal Plant	150
Adeiladu	264
Diwydiannau Creadigol / Celfyddydau Perfformio	117
Peirianeg / Cerbydau Modur	410
Saesneg i Siaradwyr Ieithoedd Eraill	11
Gwallt a Harddwch	217
Gofal Iechyd	107
Lletygarwch, Arlwyo a Thwristiaeth	259
Sgiliau Byw'n Annibynnol	134
Tir Seiliedig, Amaethyddiaeth, Gofalu am Anifeiliaid a Marchogol	180
Arall	210
Gwyddoniaeth, Mathemateg, Technoleg	31

Chwaraeon, Hamdden a Gwasanaethau Cyhoeddus	887
Cyfanswm	4568

Pwysolir y data yn ôl oedran, rhyw a choleg, i gywiro am yr amherffeithrwydd anochel yn sampl yr ymatebion a gasglwyd a allai arwain, fel arall, at ragfarn a gwyro arall rhwng y sampl a'r boblogaeth. Mae amherffeithrwydd o'r fath yn cynnwys, er enghraifft, diffyg ymateb, a allai arwain at anghydbwysedd yng nghyfran y colegau a'r myfyrwyr sy'n llenwi'r arolwg, a sylw anghyflawn i'r boblogaeth, sy'n golygu nad yw dosbarthiad yr amrywiadau allweddol o ddiddordeb, a allai effeithio ar gyfranogiad mewn chwaraeon, yn gynrychioliadol o'r boblogaeth. Mae'r pwysoli ar y sampl yn gwneud iawn am yr amherffeithrwydd hwn a gellir ei ddefnyddio i greu amcangyfrifon manwl gywir o nodweddion poblogaeth o ddiddordeb a hefyd eu camgymeriadau samplu cysylltiedig.

Mae data Cyfrifiad Llywodraeth Cymru am nifer y dysgwyr addysg bellach llawn amser o golegau AB yng Nghymru (ar gyfer blwyddyn academaidd 2013/14) yn darparu i ni ddsbarthiad poblogaeth colegau a disgyblion addysg bellach yng Nghymru³.

Canlyniadau

Cyflwynir canlyniadau'r arolwg yn yr adrannau canlynol:

1. Wedi gwirioni ar chwaraeon – amledd y cymryd rhan ar gyfer:
 - yr holl fyfyrwyr
 - elfennau cydraddoldeb
 - math o gwrs a choleg
 - gwahanol leoliadau – yn y coleg a'r tu allan i'r coleg
2. Gwybodaeth i'n helpu ni i ddeall sut mae myfyrwyr yn dod yn egniol:
 - cymhelliant
 - hyder
 - cyfleoedd ac adnoddau
 - y profiad

³ <https://statswales.wales.gov.uk/Catalogue/Education-and-Skills/Post-16-Education-and-Training/Further-Education-and-Work-Based-Learning/Learners>

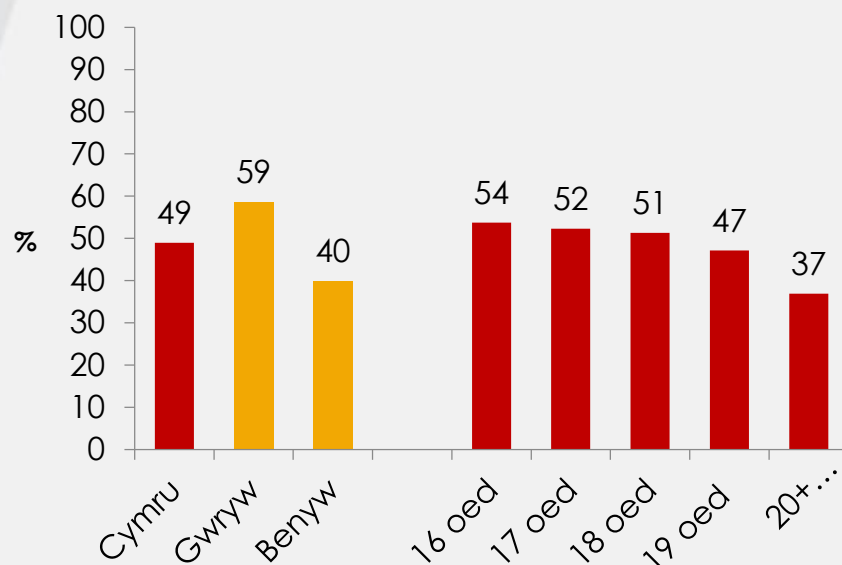
1. Wedi Gwirioni ar Chwaraeon: Amledd y cymryd rhan

Ers 2011, mae'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol wedi casglu darlun manwl o amledd y cymryd rhan, fel ein bod yn gallu edrych ar y nifer o weithiau yr wythnos mae disgyblion yn cymryd rhan mewn chwaraeon a hamdden trefnus y tu allan i'r cwricwlwm. Yng Nghymru yn 2015, mae 48% o ddisgyblion Blynyddoedd 3 i 11 yn cymryd rhan mewn gweithgarwch trefnus ar wahân i weithgarwch y cwricwlwm (h.y. chwaraeon allgyrsiol neu glwb) deirgwaith neu fwy yr wythnos. Mae'r Weledigaeth ar gyfer Chwaraeon yng Nghymru yn cyfeirio at hyn fel 'wedi gwirioni ar chwaraeon'.

Credir bod myfyrwyr Addysg Bellach 'wedi gwirioni ar chwaraeon' os ydynt yn cymryd rhan mewn chwaraeon/gweithgarwch corfforol (yn y coleg neu'r tu allan i'r coleg) deirgwaith neu fwy yr wythnos.

Mae'r arolwg cyntaf ar fyfyrwyr AB yn rhoi i ni sylfaen o'u cyfraddau cymryd rhan. Mae Ffigur 1 isod yn dangos canran y myfyrwyr AB sydd wedi gwirioni ar chwaraeon.

Ffigur 1: Canran y myfyrwyr sydd wedi gwirioni ar chwaraeon – oedran a rhyw



Yn gyffredinol, dywedodd 49% o fyfyrwyr eu bod wedi gwirioni ar chwaraeon ac yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos. Dyma ganran debyg i ganfyddiadau Arolwg ar Chwaraeon Ysgol 2015.

Hefyd mae'r canlyniadau'n adlewyrchu canfyddiadau'r Arolwg ar Oedolion Egniol, sydd wedi bod yn casglu data am gyfranogiad chwaraeon ymhlith poblogaeth Cymru am fwy nag 20 mlynedd. Mae Arolwg 2012 ar Oedolion Egniol yn dangos cyfraddau uwch o gyfranogiad ar gyfer pobl yn y grŵp oedran 15-24, gyda 56% wedi gwirioni yn 2012, a 47% o'r rheiny yn y grŵp oedran 25-34.

Ethnigrwydd

Yn ôl grŵp ethnig, roedd myfyrwyr o grwpiau ethnig cymysg/niferus yn fwy tebygol o fod wedi gwirioni ar chwaraeon na myfyrwyr gwyn, gyda 59% yn dweud eu bod yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos o gymharu â 49% o fyfyrwyr gwyn. Fel gyda chanfyddiadau'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol, dywedodd llai o fyfyrwyr Asiaidd/Asiad Prydeinig eu bod wedi gwirioni ar chwaraeon (38%). Y tro hwn, nid oedd modd i ni adrodd ar ganran y myfyrwyr Du/Du Prydeinig a oedd wedi gwirioni ar chwaraeon, oherwydd yr ymateb cadarnhaol is i'r mesur hwn gan y grŵp yma.

Anabledd

Mae canfyddiadau'r Arolwg diweddar ar Oedolion Egniol ac ar Chwaraeon Ysgol yn dangos bod pobl sy'n dweud bod ganddynt anabledd neu nam yn llai tebygol o fod wedi gwirioni ar chwaraeon na'r rhai heb adrodd am anabledd neu nam. Canfu arolwg ar chwaraeon ysgol 2015 fwlch o naw pwynt canran yn y cyfraddau wedi gwirioni ar gyfer disgyblion ag anableddau (40% o gymharu â 49%, gan gau ryw fymryn o gymharu â bwlch o ddeg pwynt canran yn 2013). Yn yr un modd, dangosodd yr Arolwg ar Oedolion Egniol yn 2012 bod 29% o oedolion ag anabledd wedi gwirioni o gymharu â 45% o oedolion heb anabledd - bwlch o 16 pwynt canran.

Mae'r arolwg AB yn dangos gwahaniaeth mwy o ran y cyfraddau cymryd rhan rheolaidd rhwng myfyrwyr gyda neu heb anableddau. Roedd 32% o'r myfyrwyr ag anabledd wedi gwirioni ar chwaraeon o gymharu â 51% o'r rhai heb unrhyw anabledd wedi'i gofnodi.

Wedi gwirioni ar chwaraeon a siaradwyr Cymraeg

Mae'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol a'r Arolwg ar Oedolion Egniol ill dau'n dangos bod ymatebwyr sy'n siarad Cymraeg yn fwy tebygol o fod yn cymryd rhan yn rheolaidd na'r rhai nad ydynt yn siarad Cymraeg. Mae'r Arolwg Chwaraeon AB yn adlewyrchu'r patrwm hwn - yn gyffredinol, mae

58% o siaradwyr Cymraeg wedi gwirioni ar chwaraeon o gymharu â 46% o'r rhai nad ydynt yn siarad Cymraeg.

Math o gwrs ac wedi gwirioni ar chwaraeon

Ymatebodd myfyrwyr o amrywiaeth eang o gyrsiau i'r arolwg (gweler Tabl 1 uchod) ac mae'r arolwg yn dangos bod myfyrwyr ar gyrsiau Chwaraeon, Hamdden a Gwasanaethau Cyhoeddus yn fwy tebygol o fod wedi gwirioni ar chwaraeon o gymharu â'r myfyrwyr ar gyrsiau eraill. Mae 91% o'r myfyrwyr hyn yn cymryd rhan deirgwaith neu fwy yr wythnos, o gymharu â 38% o fyfyrwyr sy'n astudio cyrsiau eraill.

Wedi gwirioni ar chwaraeon a safle'r coleg

Mae Tabl 2 isod yn cyflwyno'r cyfraddau wedi gwirioni ar chwaraeon ar gyfer y colegau amrywiol ledled Cymru.

Tabl 2: Canran y myfyrwyr sydd wedi gwirioni ar chwaraeon - yn ôl coleg a rhyw

Coleg	Canran wedi gwirioni ar chwaraeon		
	Y myfyrwyr i gyd	Gwrywaidd	Benywaidd
Coleg Pen-y-bont ar Ogwr	39	48	31
Coleg Caerdydd a'r Fro	51	57	_*
Coleg Cambria	52	58	47
Coleg Gwent	47	58	38
Coleg Sir Gâr	65	72	57
Coleg Y Cymoedd	50	59	42
Coleg Gŵyr Abertawe	64	73	54
Grŵp Llandrillo Menai	68	83	52
Grŵp NPTC	44	50	37
Coleg Merthyr Tudful	49	74	29
Coleg Sir Benfro	44	55	31
Coleg Chweched Dosbarth Catholig Dewi Sant	59	79	39

* Mae'r gwerth wedi'i gyfyngu oherwydd maint bychan y gell (h.y. roedd < 30 o'r myfyrwyr benywaidd a atebodd y cwestiwn hwnnw 'wedi gwirioni ar chwaraeon')

2. Deall sut mae myfyrwyr yn dod yn egniol

Mae'r Arolwg Chwaraeon AB yn cynnwys cwestiynau i fesur agweddau myfyrwyr tuag at chwaraeon, iechyd a lles. Mae'r cwestiynau hyn yn cydfynd â'r rhai a ddefnyddiwyd i olrhain y dangosyddion allweddol yr adroddwyd arnynt yn yr Arolwg ar Chwaraeon Ysgol – fel mwynhad, hyder, ffordd o fyw iach a llais y dysgwyr. Gellir defnyddio'r mesurau hyn fel tystiolaeth i werthuso a yw'r canlyniadau lles y tynnir sylw atynt yn Fframwaith Arolygu Cyffredin Estyn a'r ddogfen 'Canllawiau ar gyfer arolygu Addysg Bellach o fis Medi 2015 ymlaen'⁴ yn cael sylw.

Dyma ganlyniadau lles y Fframwaith:

- agweddau at gadw'n iach a diogel
- cyfranogiad a mwynhad wrth ddysgu
- ymwneud â'r gymuned a gwneud penderfyniadau
- sgiliau cymdeithasol a bywyd

Ar ôl edrych ar ba fyfyrwyr sy'n cymryd rhan ac ymhle, mae'r adrannau canlynol yn cyflwyno ystadegau sy'n gallu ein helpu ni i ddeall rhai o'r ffactorau sy'n cael effaith ar lefelau cymryd rhan.

Cymhelliant

Sut mae myfyrwyr yn blaenoriaethu eu hamser hamdden?

Gofynnir i fyfyrwyr ddynodi oddi ar restr o weithgareddau, a) pa rai maent yn cymryd rhan ynddynt yn eu hamser hamdden pan **nad ydynt yn y coleg** ac o blith y rhain, b) pa dri pheth maent yn treulio'r rhan fwyaf o amser yn eu gwneud.

Mae Tabl 3 isod yn dangos y deg gweithgaredd uchaf a ddewiswyd gan y myfyrwyr yng nghwestiwn a:

Tabl 3: Y gweithgareddau hamdden y mae myfyrwyr AB yn cymryd rhan ynddynt - yn ôl rhyw

Myfyrwyr gwrywaidd	%	Myfyrwyr benywaidd	%
Gwrandu ar gerddoriaeth	69	Gwrandu ar gerddoriaeth	81

4

http://www.estyn.gov.wales/sites/default/files/documents/Guidance%20for%20the%20inspection%20of%20further%20education%20institutions%20-%202015_3.pdf

Gwyllo'r teledu	68	Gwyllo'r teledu	73
Chwarae gemau cyfrifiadurol / Wi / PlayStation / Xbox	65	Treulio amser gyda theulu	72
Mynd ar y cyfrifiadur / defnyddio'r Rhynggrwyd	61	Mynd i gerdded	70
Mynd allan gyda ffrindiau	60	Treulio amser gyda ffrindiau	70
Treulio amser gyda ffrindiau	59	Mynd allan gyda ffrindiau	69
Treulio amser gyda theulu	53	Mynd ar y cyfrifiadur / defnyddio'r Rhynggrwyd	64
Ymlacio	53	Ymlacio	63
Cymryd rhan mewn chwaraeon	49	Mynd i siopa	62
Gwyllo chwaraeon	46	Mynd i'r sinema	56

O blith y gweithgareddau hyn a ddewiswyd gan y myfyrwyr, y tri y dywedodd y myfyrwyr eu bod yn treulio'r rhan fwyaf o'u hamser yn eu gwneud oedd:

- Gwrando ar gerddoriaeth (28%)
- Defnyddio cyfrifiadur / y rhynggrwyd (23%) a
- Gwyllo'r teledu (22%).

Roedd mynd i gerdded (21%) a chymryd rhan mewn chwaraeon (19%) yn dilyn y gweithgareddau hyn.

Roedd rhai gwahaniaethau nodedig yn ôl rhyw: dewisodd 34% o'r myfyrwyr gwrywaidd chwarae gemau cyfrifiadurol o gymharu â 6% o'r myfyrwyr benywaidd, ynghyd â chymryd rhan mewn chwaraeon (32% gwryw, 8% benyw) a gwyllo chwaraeon (10% o fyfyrwyr gwrywaidd a 2% o fyfyrwyr benywaidd). Roedd y myfyrwyr benywaidd yn fwy tebygol o dreulio amser yn mynd allan i gerdded (28% o gymharu â 12% o fyfyrwyr gwrywaidd), treulio amser gyda'r teulu (24% o gymharu â 12% o fyfyrwyr gwrywaidd) ac astudio (17% o fyfyrwyr benywaidd o gymharu â 7% o fyfyrwyr gwrywaidd).

Beth fyddai'n annog y myfyrwyr i wneud mwy o weithgarwch?

Cafodd y myfyrwyr restr o opsiynau a gofynnwyd iddynt dicio unrhyw rai a oedd yn rhesymau a fyddai'n eu cymell i wneud mwy o chwaraeon. Yr opsiwn a ddewiswyd amlaf oedd 'Pe bai gen i fwy o amser' - ymatebodd 43% o'r myfyrwyr drwy ddweud hyn (35% o fyfyrwyr gwrywaidd a 51% o fyfyrwyr benywaidd). Cafodd 'Pe bai fy ffrindiau'n cadw cwmni i mi' ei nodi gan 29% hefyd (26% gwrywaidd a 32% benywaidd). Tynnwyd sylw at gost - roedd 'pe bai'n rhatach' yn opsiwn a ddewiswyd gan 28% ac roedd y

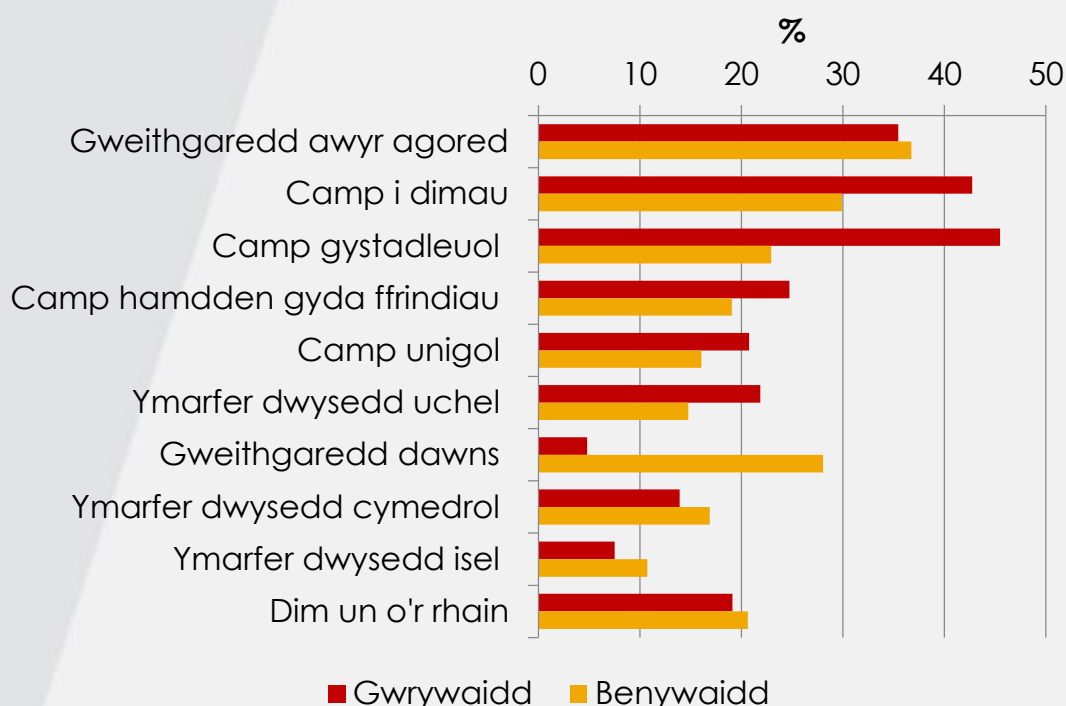
menywod (35%) yn fwy tebygol na'r gwrywod (20%) o roi'r rheswm yma. Dywedodd ychydig dros un rhan o bump (21%) y byddent yn gwneud mwy pe baent yn fwy heini, gyda mwy o ferched yn dynodi hwn fel rheswm (26%) o gymharu â 15% o'r myfyrwyr gwrywaidd.

Pa fath o weithgareddau (os o gwbl) fyddai'r myfyrwyr yn hoffi gwneud mwy ohonynt?

Er mwyn ein helpu ni i ddeall mwy am y mathau o ddarpariaeth a allai annog mwy o gymryd rhan a gwell profiad, rydym yn gofyn i fyfyrwyr pa fathau o weithgareddau (os o gwbl) yr hoffent wneud mwy ohonynt.

Mae Ffigur 2 yn dangos y canlyniadau.

Ffigur 2: Canran y myfyrwyr a hoffai wneud mwy o'r gweithgareddau canlynol



Gweithgaredd awyr agored oedd y gweithgaredd y dangosodd y myfyrwyr gwrywaidd a benywaidd ddiddordeb mewn cymryd mwy o ran ynddo. Roedd chwaraeon fîm a chwaraeon cystadleuol yn boblogaidd ymhlith y myfyrwyr gwrywaidd a benywaidd - yn enwedig y rhai gwrywaidd, gyda gweithgaredd dawn yn boblogaidd ymhlith y myfyrwyr benywaidd.

Dyweddod 62% o fyfyrwyr eu bod yn 'hyderus iawn' neu'n 'hyderus' i roi cynnig ar chwaraeon newydd. Fel gyda chanfyddiadau'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol, roedd gwahaniaeth rhwng y rhywiau. Dywedodd 73% o'r myfyrwyr gwrywaidd a 50% o'r myfyrwyr benywaidd eu bod yn hyderus i roi cynnig ar chwaraeon newydd. Mae myfyrwyr sy'n fwy hyderus yn fwy tebygol yn gyffredinol o fod 'wedi gwirioni ar chwaraeon'.

Mynegwyd diffyg hyder ymddangosiadol ymhlith y menywod hefyd yn y cwestiwn a oedd yn gofyn beth fyddai'n annog y myfyrwyr i wneud mwy o chwaraeon. Dewisodd mwy o fyfyrwyr benywaidd na'r rhai gwrywaidd yr ateb 'Pe bawn i'n fwy heini' fel rheswm a fyddai'n gwneud iddynt wneud mwy o chwaraeon. Gallai hyn fod yn gysylltiedig â'u hyder. Dywedodd 26% o'r myfyrwyr benywaidd y byddent yn gwneud mwy 'Pe bawn i'n fwy hyderus', o gymharu â 12% o fyfyrwyr gwrywaidd.

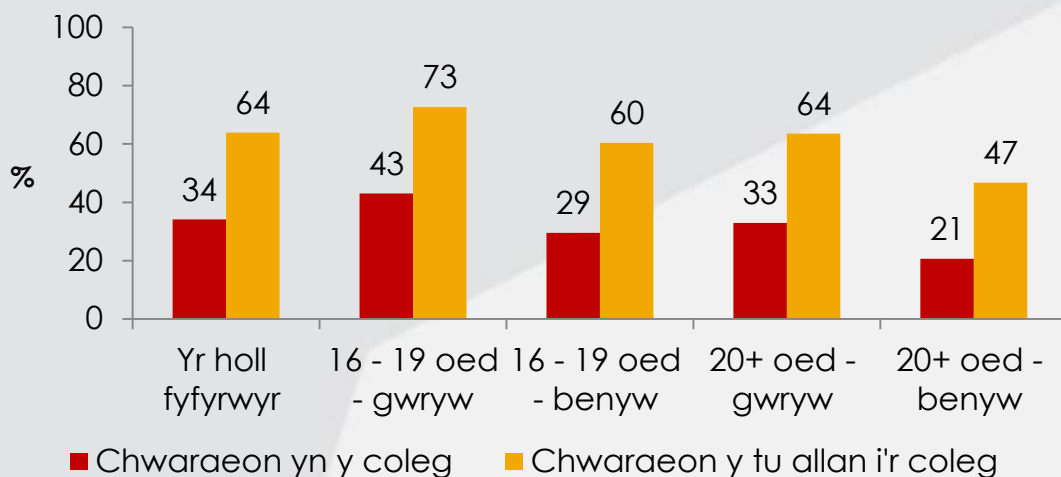
Cyfleoedd ac Adnoddau

Ble mae myfyrwyr yn cymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol?

Mae deall cynnwys y mesur 'wedi gwirioni ar chwaraeon' yn gallu ein helpu ni i adnabod gwahanol gyfraniadau a'r effaith y gall darparwyr ei chael ar y cyfleoedd i fod yn egniol yn aml. Er enghraifft, gallai myfyriwr fod wedi gwirioni ar chwaraeon drwy gymryd rhan mewn tri gweithgaredd yr wythnos yn y coleg, ond eto nid oes cyfleoedd ar gael iddo yn y gymuned pan nad yw yn y coleg. Yn yr un modd (a chan ystyried y gwahanol fathau o gyfleusterau sydd ar gael mewn colegau ac ar gampysau amrywio), efallai bod lefel uchel o ddarpariaeth a chyfranogiad cymunedol ond lefel isel o gyfranogiad yn y coleg. Efallai nad yw myfyrwyr yn cael cyfleoedd i gymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol mewn rhai lleoliadau, oherwydd rhwystrau ymarferol neu ddiffyg darpariaeth. Hefyd, efallai nad ydynt yn teimlo bod y ddarpariaeth yn briodol i'w hanghenion - gan ddewis peidio â chymryd rhan wedyn.

Mae Ffigur 3 isod yn dangos amledd y cymryd rhan mewn chwaraeon yn y coleg o gymharu â chyfranogiad y tu allan i'r coleg, gan ddefnyddio'r mesur 'unwaith yr wythnos o leiaf'.

Ffigur 3: Cyfranogiad unwaith yr wythnos o leiaf mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol yn y coleg a'r tu allan i'r coleg



Mae Ffigur 3 yn dangos bod myfyrwyr yn fwy tebygol o fod yn cymryd rhan unwaith yr wythnos o leiaf mewn lleoliadau y tu allan i'r coleg. Y myfyrwyr gwrywaidd yn y categori 16-19 oed yw'r mwyaf tebygol o gymryd rhan mewn chwaraeon unwaith yr wythnos o leiaf yn y naill leoliad neu'r llall.

Pa chwaraeon mae'r myfyrwyr yn cymryd rhan ynddynt?

Mae Tabl 4 yn dangos y deg camp a gweithgaredd mae myfyrwyr fwyaf tebygol o ddweud eu bod yn cymryd rhan ynddynt, yn ôl rhyw.

Tabl 4: Cyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol – y deg gweithgaredd uchaf

	% Gwryw		% Benyw
<i>Camp/Gweithgaredd</i>	2015	<i>Camp/Gweithgaredd</i>	2015
Pêl droed	64	Rhedeg neu loncian	49
Rhedeg neu loncian	50	Dosbarthiadau ffitrwydd	47
Nofio	38	Nofio	43
Rygbi	36	Pêl droed	27
Dosbarthiadau ffitrwydd	35	Beicio	25
Pêl fasged	34	Dawns	23
Beicio	33	Pêl rwyd	21
Badminton	28	Badminton	20
Tennis bwrdd	28	Rownderi/Pêl fas/Pêl feddal	16
Golff	27	Pêl fasged	16

Mae'r chwaraeon a'r gweithgareddau'n adlewyrchu canfyddiadau'r Arolwg ar Chwaraeon Ysgol, gyda phêl droed, nofio, beicio, rygbi, dawns, pêl rwyd a rownderi wedi bod yn gyson boblogaidd ymhlith disgyblion, a badminton a phêl faseded yn boblogaidd ymhlith disgyblion hŷn a disgyblion o gymunedau o leiafrifoedd ethnig.

Gwirfoddoli

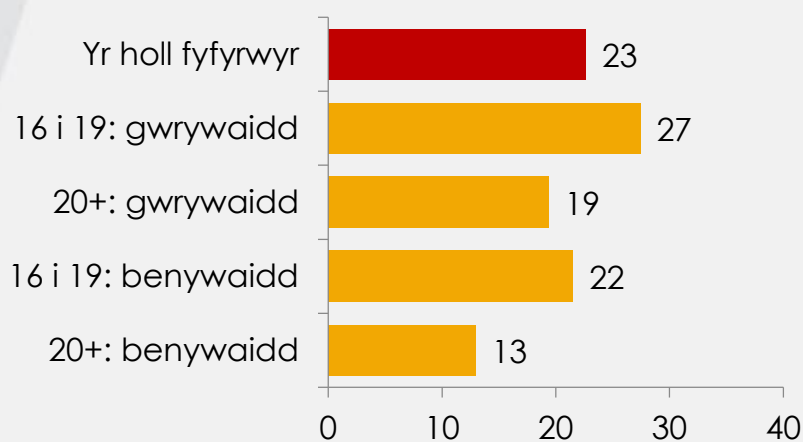
Mae gwirfoddolwyr yn chwarae rhan allweddol mewn sicrhau bod cyfleoedd i chwaraeon gael eu cynnal, gan helpu i gyflwyno'r ddarpariaeth.

Yn gyffredinol, dywedodd 23% (1,100 allan o 4,568 o ymatebwyr) o fyfyrwyr eu bod wedi gwirfoddoli, fel ymateb i'r cwestiwn canlynol:

Yn ystod y 12 mis diwethaf, ydych chi wedi rhoi eich amser ar sail wirfoddol a digyflog i helpu gyda chynnal unrhyw weithgaredd chwaraeon e.e. helpu gyda phethau fel gweinyddu, hyfforddi, arlwyyo, cludiant?

Mae Ffigur 4 isod yn dangos y cyfraddau gwirfoddoli yn ôl oedran a rhyw.

Ffigur 4: Canran y myfyrwyr sy'n gwirfoddoli mewn chwaraeon



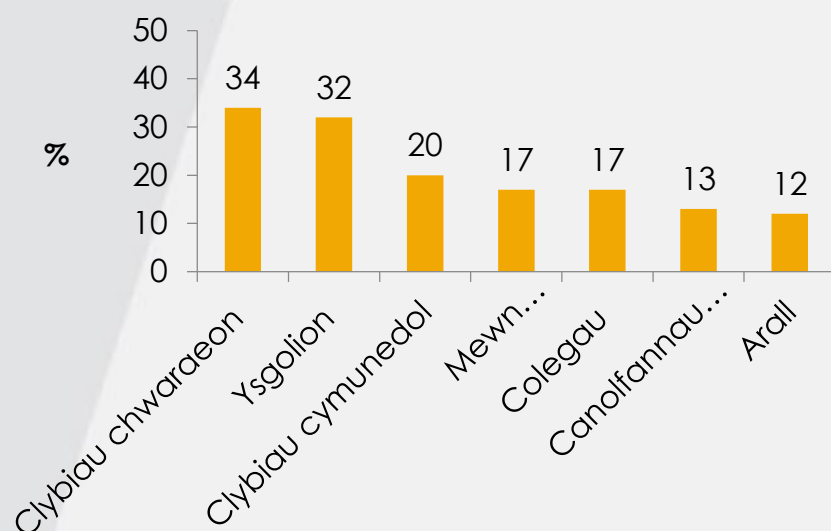
Ar draws yr holl grwpiau oedran, roedd 26% o'r myfyrwyr gwrywaidd yn wirfoddolwyr o gymharu â 19% o'r myfyrwyr benywaidd. Roedd y myfyrwyr yn yr ystod oedran 16 i 19 oed yn fwy tebygol o fod yn wirfoddolwyr na myfyrwyr 20+ oed a myfyrwyr gwrywaidd 16 i 19 oed oedd fwyaf tebygol o wirfoddoli.

Myfyrwyr chwaraeon, hamdden a gwasanaethau cyhoeddus oedd y mwyaf tebygol o fod yn wirfoddolwyr - roedd 60% wedi gwirfoddoli yn ystod y 12 mis diwethaf o gymharu â 23% o fyfyrwyr AS neu lefel A a 12% o fyfyrwyr ar gyrsiau eraill heb gysylltiad â chwaraeon.

Ble mae'r myfyrwyr yn gwirfoddoli?

O blith y myfyrwyr a oedd yn gwirfoddoli, roedd y rhan fwyaf yn cefnogi clybiau chwaraeon ac ysgolion, ac wedyn clybiau cymunedol. Mae Ffigur 5 yn dangos y manylion.

Ffigur 5: Canran y myfyrwyr sy'n gwirfoddoli mewn lleoliadau gwahanol



Pa fathau o weithgareddau gwirfoddoli mae myfyrwyr yn ymwneud â hwy?

Roedd y myfyrwyr a oedd yn gwirfoddoli yn fwy tebygol o fod yn ymwneud â hyfforddi – roedd 71% o'r gwirfoddolwyr yn hyfforddi. Roedd dyfarnu/gweithredu fel swyddog (19%) a bod yn stiward (11%) yn dilyn hyn. Dywedodd 8% eu bod yn ymwneud â gweinyddu, 6% ag arlwyyo a 4% â chludiant. Efallai bod y gwirfoddolwyr wedi ymwneud â mwy nag un gweithgaredd.

Roedd rhai gwahaniaethau yn y gweithgareddau gwirfoddoli yn ôl rhyw. Roedd y gwrywod yn fwy tebygol na'r menywod o hyfforddi (roedd 75% o'r myfyrwyr gwrywaidd yn hyfforddi o gymharu â 66% o'r myfyrwyr benywaidd) ac roeddent hefyd yn fwy tebygol o ymwneud â dyfarnu/gweithredu fel swyddog (22% o gymharu â 16%).

Y profiad

Agweddau at gadw'n iach a diogel

Gofynnir i'r myfyrwyr faint mae'r coleg yn helpu arnynt i fyw bywyd iach yn eu barn hwy. Dywedodd 18% 'llawer' (21% o fyfyrwyr gwrywaidd o gymharu â 15% o fyfyrwyr benywaidd), dywedodd 42% 'ychydig' a dywedodd 40% 'dim o gwbl'.

Mwynhau chwaraeon y tu allan i'r coleg

Dywedodd mwy na thri chwarter (76%) y myfyrwyr eu bod yn mwynhau chwaraeon y tu allan i'r coleg (81% o fyfyrwyr gwrywaidd a 71% o fyfyrwyr benywaidd). Ymhlith yr ystod oedran 16 i 19 oed, roedd 77% yn mwynhau chwaraeon o gymharu â 69% o fyfyrwyr 20 oed neu hŷn.

Mae gwrando ar y defnyddiwr yn y pen draw yn gallu dylanwadu'n gadarnhaol ar lefelau mwynhad ac mae pobl sy'n mwynhau cymryd rhan yn fwy tebygol o fod â lefel uwch o gyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol⁵. Mae creu cyfleoedd ac amgylchedd i roi adborth yn gallu helpu i ymgysylltu â myfyrwyr. Dywedodd 32% o fyfyrwyr eu bod yn rhoi eu syniadau am chwaraeon 'bob amser' neu 'weithiau' (40% o fyfyrwyr gwrywaidd a 26% o fyfyrwyr benywaidd). Roedd 10% o fyfyrwyr yn teimlo bod eu syniadau'n cael sylw 'bob amser' (12% o wrywod a 7% o fenywod). Dywedodd 56% bod eu syniadau'n cael sylw 'weithiau' a dywedodd rhyw draean (35%) nad oedd eu syniadau'n cael sylw 'byth'.

Iechyd a lles

Yn gyffredinol, rydym wedi gweld bod 49% o fyfyrwyr wedi gwirioni ar chwaraeon ac yn cymryd rhan mewn chwaraeon neu weithgarwch corfforol deirgwaith neu fwy yr wythnos. Mae'r rhain yn fanteision clir sydd i'w cael o gymryd rhan mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol, ac mae'r dystiolaeth yn dangos y manteision i iechyd⁶.

Mae'r Arolwg AB yn rhoi gwybodaeth i ni am statws iechyd ymddangosiadol y myfyrwyr. Dywedodd 60% o'r myfyrwyr bod eu hiechyd yn 'dda' neu'n 'dda iawn'. Y ffigur cyfatebol ar gyfer holl oedolion Cymru ar sail Arolwg ar Oedolion Egnïol 2012 oedd 68%, gydag oedolion iau'n cofnodi lefelau uwch o iechyd sy'n 'dda' neu'n 'dda iawn'.

⁵ Arolwg ar Chwaraeon Ysgol 2015 www.schoolsportsurvey.org.uk

⁶ http://sportwales.org.uk/media/1643565/sport_health_evidence_paper_final.pdf

Roedd ychydig o wahaniaeth rhwng y rhywiau, gyda 63% o wrywod a 58% o fenywod yn cofnodi iechyd sy'n dda neu'n dda iawn. Yn ôl oedran, roedd y lefelau'n debyg iawn - yn amrywio o rhwng 59% a 62%.

Ar gyfer y mesur hwn, yn Nhabl 5 rydym yn gallu adrodd yn ôl fesul grŵp ethnig, ac eithrio ar gyfer y rhai a ddywedodd eu bod yn perthyn i 'grŵp ethnig arall', gyda llai na 30 wedi ymateb.

Tabl 5: Hunan-ddatgan iechyd ac ethnigrwydd

Grŵp ethnig	% y myfyrwyr a ddywedodd bod eu hiechyd yn 'dda' neu'n 'dda iawn'
Gwyn	60
Grwpiau ethnig cymysg/niferus	73
Asiaidd/Asiaidd Prydeinig	58
Du/Affricanaidd/Caribiaidd/Du Prydeinig	68

Yn olaf, dywedodd 56% o'r myfyrwyr a nododd bod ganddynt anabledd bod eu hiechyd yn dda neu'n dda iawn o gymharu â 61% o'r rhai heb anabledd.

Crynodeb

Mae'r arolwg cyntaf hwn ar fyfyrwyr Addysg Bellach yng Nghymru'n rhoi i ni gyfres o ystadegau i gofnodi'r cyfranogiad mewn chwaraeon a gweithgarwch corfforol ymhlith grŵp newydd o boblogaeth Cymru. Mae'r canfyddiadau'n adlewyrchu'r rhai a welwyd fel rhan o arolygon eraill ar raddfa fawr o ran lefelau cymryd rhan, y gwahaniaethau rhwng y rhywiau a'r farn am chwaraeon a lles. Mae'r arolwg yn darparu gwybodaeth newydd am lefelau gwirfoddoli a sut mae myfyrwyr AB yn helpu i gefnogi'r gwaith o ddarparu chwaraeon yng Nghymru.

Mae rhagor o wybodaeth am yr arolwg ar gael ar wefan Chwaraeon Cymru.

<http://sport.wales/> <<http://sport.wales/>>