

Achrediad Clybiau a Chymdeithasau



Pecyn Cymorth Chwaraeon Cystadleuol

Mae'r pecyn hwn yn cynnwys yr holl wybodaeth sydd ei hangen arnoch i gwblhau'r elfen Chwaraeon Cystadleuol o Achrediad yr UM.



Cynnwys

Gweithgaredd ar gyfer yr Elfen Chwaraeon Cystadleuol:	2
<i>Gweithgareddau'r elfen hon:</i>	2
AC: Mynychu Ffair y Glas a chynnal 'Rhowch Gynnig Arni'	3
AC: Cynnal 1 Digwyddiad Codi a Rhoi (RAG) a Chynnal 1 Digwyddiad Codi Arian:	6
AC: Darparu rhestr gyfoes o offer	8
AC: Cael 2 aelod i fynychu hyfforddiant Cymorth Cyntaf:.....	9
AC: Cynnal 1 digwyddiad ar-lein i hyrwyddo cynhwysiad myfyrwyr sy'n byw oddi ar y safle:	9
Sicrhau bod gennych chi dîm ar gyfer pob gêm BUCS (neu gyfwerth) sydd ar yr amserlen a gemau Cwpan Her; os yw hynny'n berthnasol.....	11
Taliadau i Ddyfarnwyr	13
Cyflwyno 2 adroddiad ar gemau, ar ffurf blog neu vlog, i'r UM i'w hyrwyddo.....	13
Taflen Dwylo ar gyfer Blog	14
Cynnal gweithgaredd 'Rhowch Gynnig Arni' ychwanegol yn ystod y flwyddyn.	17
Trefnu gemau ychwanegol i alluogi mwy o bobl i gymryd rhan yn y gamp.....	17
Datblygu Clwb trwy archwilio cyfleoedd ar gyfer hyfforddiant.....	18



Gweithgaredd ar gyfer yr Elfen Chwaraeon Cystadleuol:

Mae'r elfen Chwaraeon Cystadleuol yn cynnwys gweithgareddau sydd â'r nod o'ch helpu chi i dyfu'ch cymdeithas o ran cystadlu'n effeithiol yn y gamp o'ch dewis. Nod y pecyn cymorth hwn yw eich cynorthwyo chi wrth gwblhau'r gweithgareddau hyn gyda'ch clwb.

Gweithgareddau'r elfen hon:

- Amcanion Cyffredin
 - o Mynychu Ffair y Glas a chynnal 'Rhowch Gynnig Arni'
 - o Cynnal 1 Digwyddiad Codi a Rhoi (RAG)
 - o Cynnal 1 Digwyddiad Codi Arian
 - o Darparu rhestr gyfoes o offer
 - o Cael 2 aelod i fynychu hyfforddiant Cymorth Cyntaf
 - o Cynnal 1 digwyddiad ar-lein i hyrwyddo cynhwysiad myfyrwyr sy'n byw oddi ar y safle
- Sicrhau bod gennych chi dîm ar gyfer pob gêm BUCS (neu gyfwerth) sydd ar yr amserlen a gemau Cwpan Her, os yw hynny'n berthnasol
- Cyflwyno 2 adroddiad ar gemau, ar ffurf blog neu vlog, i'r UM i'w hyrwyddo
- Cynnal gweithgaredd 'Rhowch Gynnig Arni' ychwanegol yn ystod y flwyddyn.
- Trefnu gemau ychwanegol i alluogi mwy o bobl i gymryd rhan yn y gamp
- Nodi meysydd ar gyfer datblygu'r clwb trwy chwilio am gyfleoedd ar gyfer hyfforddiant.

Cymorth ar gyfer Amcanion Cyffredin:

Mae'r gweithgareddau Amcanion Cyffredin yn bresennol ym mhob elfen o'r Achrediad, a dim ond unwaith y mae angen eu cwblhau. Mae hyn yn golygu, os byddwch chi'n eu cwblhau ar gyfer Achrediad eich Clwb, ond eich bod yn dymuno symud i ail (neu drydedd) elfen, byddwch eisoes wedi gwneud cynnydd sylweddol yn y maes hwnnw. **AC:** Mae hyn o flaen teitl gweithgaredd yn nodi y bydd cwblhau'r gweithgaredd hwnnw'n cyfrif ar gyfer pob elfen o'r achrediad!

Rydym wedi cynnwys rhai adnoddau cymorth ar gyfer yr amcanion cyffredin isod, ond os ydych chi'n dal i fod yn ansicr ynghylch y camau nesaf, cysylltwch â'ch Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr:

- Llambod: laura-cait.driscoll@uwtsd.ac.uk
- Abertawe: Andrew.g.jones@uwtsd.ac.uk
- Caerfyrddin: Laura.yates@uwtsd.ac.uk
- Campysau Cyswllt: Rebecca.crane@uwtsd.ac.uk



Un o'r cyfnodau mwyaf cyffrous yn y flwyddyn academiaidd, i fyfyrwyr newydd a myfyrwyr sy'n dychwelyd, yw'r cychwyn cyntaf. Pan fydd myfyrwyr newydd yn cyrraedd, maent wrthi'n chwilio am rywbeth i gymryd rhan ynddo; mae gan rai rywbeth penodol iawn mewn golwg, ond mae yna rai eraill sydd dim ond am roi cynnig ar rywbeth newydd a gwneud y gorau o'u profiad prifysgol. Mae hyn yn wir am fyfyrwyr sy'n dychwelyd hefyd. Mae'n bosib bod rhai myfyrwyr wedi cael syniad dros gyfnod yr haf ac wedi penderfynu: "Rydw i'n mynd i gymryd rhan mewn clwb neu gymdeithas eleni" a dyna pam mai Ffair y Glas yw eich cyfle i ddal sylw'r myfyrwyr hyn.

Pethau i'w gwneud:

- Gwnewch yn sicr fod eich stondin yn Ffair y Glas yn ddiddorol ac yn cynrychioli'ch clwb neu'ch cymdeithas yn weithredol
- Sicrhewch fod aelodau'ch tîm/pwyllgor sy'n gyfrifol am siarad â myfyrwyr newydd yn mynnu eu sylw ac yn groesawgar
- Dilynwch yr holl reoliadau GDPR a osodwyd gan yr UM, er enghraifft, dim copïau caled o wybodaeth sensitif. Rhowch gynnig ar ddefnyddio'r rhaglenni ar wefan yr UM a grwpiau cyfryngau cymdeithasol i osgoi mynd yn groes i'r rheoliadau hyn.
- Byddwch yn brydlon!
- Meddyliwch pa neges yr hoffech chi ei rhoi i fyfyrwyr am eich cymdeithas tra byddwch wedi mynnu eu sylw am y cyfnod byr

Pethau i'w hosgoi:

- Peidiwch ag ymddwyn mewn ffordd a fydd yn rhwystro pobl rhag mynd at eich bwrdd - meddyliwch yn ôl i'ch diwrnod / wythnos gyntaf chi, a sut roeddech chi'n teimlo bryd hynny; ceisio osgoi dychryn pobl i ffwrdd.
- Peidiwch â gorfodi unrhyw un i ymuno â'r clwb neu'r gymdeithas - gallwch geisio eu perswadio, ond peidiwch byth â rhoi pwysau ar rywun i ymuno â'ch tîm gan wneud iddyn nhw deimlo'n anghyfforddus
- Peidiwch â gadael eich bwrdd yn wag ac yn anniddorol
- Peidiwch ag anwybyddu unrhyw fyfyrwyr sy'n dangos diddordeb yn eich clwb/cymdeithas

Rhowch Gynnig Arni



Yn y bôn, sesiwn 'flasu' yw sesiwn
Rhowch Gynnig Arni. Mae'n caniatáu i

bobl roi cynnig ar weithgaredd / sesiwn / cymdeithas neu glwb cyn ymrwymo i ymuno. Dyma'ch cyfle i chwilio am y myfyrwyr hynny nad ydynt efallai wedi mynychu Ffeiriau'r Glas neu a allai fod eisiau rhoi cynnig ar rywbeth newydd. Pwy a wŷr, efallai mai eich clwb / cymdeithas chi yw'r ateb?

Mae llawer o'r un egwyddorion yn berthnasol i gynnal sesiwn RhGA â Ffair y Glas; ond y tro hwn mae'r ffocws i gyd ar yr hyn sydd gennych chi i'w gynnig, ac mae'r bobl sy'n mynychu yn bendant â diddordeb.

Mae'r UM wedi creu ffurflen i chi ddeall yn well pam y byddwch chi am gynnal sesiwn RhGA a'r pethau y bydd eu hangen arnoch chi gan eich tîm, ni yn yr UM ac aelodau'r pwyllgor.

Manteision cynnal sesiwn Rhowch Gynnig Arni:

- Potensial i arwain sesiynau hyfforddi a datblygu'ch hun
- Bydd y clwb yn datblygu o ran gallu cynnig gwell sesiynau hyfforddi neu gael eu harwain mewn ffordd fwy adeiladol
- Bydd yn gwella profiad y myfyrwyr / aelodau'r clwb
- Bydd myfyrwyr sy'n cael profiad cadarnhaol yn creu bwrlwm o amgylch y campws ac o bosibl yn annog mwy o aelodau

Gwnewch yn sicr eich bod yn:

- Cynllunio'ch sesiwn ymlaen llaw - gwnewch yn siŵr eich bod chi'n meddwl am yr hyn rydych chi am ei gynnwys ar gyfer aelodau newydd cyn y digwyddiad
- Mae'n bwysig ystyried efallai mai hwn yw'r tro cyntaf i'r myfyriwr roi cynnig ar y gweithgaredd, felly byddwch yn amyneddgar, ac ystyriwch y risgiau wrth wneud hynny
- Meddyliwch am sesiynau dilynol, felly pryd mae'ch hyfforddiant neu ddigwyddiad cymdeithasol nesaf ar gyfer y clwb/cymdeithas, y gallant eu mynychu os ydynt wedi mwynhau'r profiad?
- Meddyliwch sut y gallwch chi gysylltu â nhw / sut y gallan nhw gysylltu â chi yn y dyfodol - cyfryngau cymdeithasol neu'r wefan efallai?



AC: Cynnal 1 Digwyddiad Codi a Rhoi (RAG) a Chynnal 1 Digwyddiad Codi Arian:

Mae dau fath o ddigwyddiad y gall Clybiau a Chymdeithasau gymryd rhan ynddyn nhw o ran arian. Mae yna ddigwyddiadau Codi a Rhoi, sy'n canolbwyntio ar waith elusennol, a Chodi Arian, sy'n canolbwyntio ar godi arian ar gyfer cronfa'ch clwb.

Mae gwaith Codi a Rhoi a chodi arian i'ch clwb fel arfer yn golygu digwyddiadau tebyg iawn, ac mae'r canllawiau'r un fath yn aml. Rydym wedi cynnwys rhywfaint o wybodaeth am y 'rheolau' ynghylch codi arian isod:

Pethau i'w gwneud:

- Rhaid codi arian mewn modd moesegol, tryloyw a chyfreithlon.
- Rhaid i chi fod yn gwrtais ac yn broffesiynol.
- Ni ddylech feirniadu na sarhau pobl neu sefydliadau eraill yn annheg.
- Dylid casglu pob arian yn y tuniau casglu diogel a ddarperir.
- Rhaid i ddau aelod o'ch tîm gyfrif yr holl arian a godir.
- Rhaid dod â'r holl arian a godir i UM PCyDDS cyn pen 7 diwrnod ar ôl diwedd y gweithgaredd codi arian.
- Rhaid i chi storio'r arian a godir yn ddiogel nes iddo gyrraedd UM PCyDDS.

Pethau i'w hosgoi:

- Gweithredu mewn ffordd a allai achosi lefelau uchel o straen i aelodau'r cyhoedd.
- Bod yn anonest neu'n ystrywgar.
- Gweithredu mewn ffordd a allai niweidio enw da UM PCyDDS neu'r Brifysgol, er enghraifft:
 - Ysmygu neu yfed wrth godi arian.
 - Cymryd, neu fod o dan ddylanwad, cyffuriau anghyfreithlon.
 - Ymddwyn yn anweddus, yn ymosodol neu regi.
 - Peidiwch ag ysgwyd y tun.
 - Rhoi pwysau gormodol ar aelodau'r cyhoedd neu fyfyrwyr eraill i gyfrannu.
 - Manteisio ar eich swyddogaeth er budd personol.
 - Ymelwa ar amgylchiadau personol unigolyn.
 - Cymryd mantais ar rywun na all ddeall y sefyllfa yn llawn.
 - Gofyn am roddion gan rywun o dan 18 oed.



- Rhaid i chi osgoi achosi rhwystr, tagfeydd ar y palmant neu fod yn niwsans i'r cyhoedd.
- Rhaid i chi beidio â rhwystro nac ymyrryd ag aelodau staff o fusnesau lleol, na'u hamharchu.

Y Rheol Tri Cham

- Wrth godi arian, rhaid i chi gydymffurfio â'r rheol 'tri cham'.
 - Rhaid i chi beidio â chymryd mwy na thri cham ochr yn ochr â'r person na'u dilyn.
 - Os nad yw'r aelod o'r cyhoedd wedi dod i stop o fewn y tri cham, rhaid i chi ddod â'ch ymgais i siarad â nhw i ben.
 - Ni ddylech ddilyn person y tu hwnt i'r rheol 'tri cham'.

Rydym hefyd wedi cynnwys enghraifft o'r ffurflen y mae'n rhaid i chi ei llenwi i dalu unrhyw 'arian parod' i mewn i'ch cyfrif banc UM neu ei roi i'r elusen o'ch dewis; mae'n hynod bwysig nad ydych chi'n dal eich gafael mewn arian parod lle bynnag y bo modd.

Edrychwch ar Wefan yr Undeb i gael mwy o wybodaeth am godi arian neu cysylltwch â'ch Cydlynnydd Cyfleodd Myfyrwyr gydag unrhyw gwestiynau.

[Codi a Rhoi @ Undeb Myfyrwyr PCyDDS \(uwtsdunion.co.uk\)](http://uwtsdunion.co.uk)



AC: Darparu rhestr gyfoes o offer

Mae darparu rhestr gyfoes o offer yn cyflawni nifer o bethau. Yn gyntaf, mae'n eich helpu chi fel cymdeithas i gadw golwg ar ba offer sydd gennych chi. Os oes unrhyw beth wedi mynd ar goll neu ei ddifrodi, a bod angen prynu eitem newydd yn ei le o bosib, gall eich helpu wrth wneud cais am arian Grant ar gyfer offer neu weithgareddau newydd.

Yn ail, mae'n ein helpu ni yn Undeb y Myfyrwyr i wybod beth rydych chi'n berchen arno fel clwb at ddibenion yswiriant.

Dylech wirio'ch rhestr eiddo o leiaf unwaith y flwyddyn, ei chymharu â rhestr eiddo'r flwyddyn flaenorol a gweld a oes unrhyw beth ar goll. Os oes, rhowch wybod i'ch Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr ar unwaith.

Rydym wedi cynnwys templed i chi isod!



Rhestr Offer Clybiau a Chymdeithasau UM PCyDDS

Enw'r Clwb neu Gymdeithas:		Cwblhawyd gan:		Rôl:		Dyddiad:	
Eitem: (Beth yw hwn?)	Nifer: (Faint o'r rhain sydd gennych chi?)	Ansawdd: (Ydy hwn yn newydd? Oes yna unrhyw ddifrod? Oes rhannau o set ar goll?)	Ble mae'n cael ei storio? (A yw'n ddiogel?)	Sut ydych chi'n cael gafael arno? (Pwy sydd â'r offer? A yw'n cael ei storio ar y safle?)	Pa mor hen yw e? (os yw'n hysbys)	Cost/gwerth yn fras: (os yw'n hysbys)	Nodiadau:



AC: Cael 2 aelod i fynychu hyfforddiant Cymorth Cyntaf:

Cynigir hyfforddiant cymorth cyntaf i aelodau Pwyllgor Gwaith pob clwb a chymdeithas, bob blwyddyn Academiaidd. Ar gyfer yr elfen hon o'r Amcanion Cyffredin, rydym am i chi gynnig dau aelod ar gyfer hyfforddiant Cymorth Cyntaf.

Ar ôl iddynt gael eu hyfforddi, rydym yn disgwyl i o leiaf un o'ch aelodau sydd wedi derbyn hyfforddiant Cymorth Cyntaf i fynychu eich digwyddiadau a'ch gweithgareddau.

Bydd y dyddiadau ar gyfer yr hyfforddiant yn cael eu rhannu bob blwyddyn Academiaidd gan eich Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr, felly gwnewch yn siŵr bod rhestr aelodaeth eich Pwyllgor Gwaith yn gyfoes!

AC: Cynnal 1 digwyddiad ar-lein i hyrwyddo cynhwysiad myfyrwyr sy'n byw oddi ar y safle:

Ar gyfer y gweithgaredd hwn rydym am i chi gynnal digwyddiad ar-lein; gallai hyn fod yn unrhyw beth o gwis i ddigwyddiad cymdeithasol. Mae cyfnodau clo wedi tynnu sylw at sut y gall digwyddiadau ar-lein gynyddu eich aelodaeth trwy gynnwys myfyrwyr na allent fynychu sesiynau traddodiadol, gan gynnwys dysgwyr o bell i'r rhai sydd â chyfrifoldebau gofalu.

Pethau i'w hystyried wrth gynllunio digwyddiad ar-lein.

- Meddyliwch pa fath o ddigwyddiad yr hoffech chi ei gynnal, ac a yw'n bosibl gwneud hynny ar-lein. Os ydych chi'n ei chael yn anodd dod o hyd i syniadau, gallwch edrych ar y ddolen hon gan Organised Fun - [Syniadau ar gyfer digwyddiadau ar-lein i gymdeithasau a chlybiau Undeb y Myfyrwyr sy'n ddiogel o ran COVID-19 - Hwyl wedi'i Drefnu](#), neu cysylltwch â'r UM i drafod rhai syniadau a pha mor ymarferol ydyn nhw.
- Yn union fel archebu lleoliad, bydd angen i chi ddewis platfform a fydd yn caniatáu i chi gynnal eich digwyddiad; gallai hyn fod yn gyfryngau cymdeithasol fel Instagram neu Facebook. Gallwch hefyd ddefnyddio llwyfannau fel Teams a Zoom. Bydd hefyd angen i chi weld faint o bobl y bydd y platfform yn caniatáu i chi eu gwahodd a sut y gall myfyrwyr ymuno.



- Cyllideb - Bydd angen i chi gofio meddwl am unrhyw arian y gallai fod angen ei wario ar ddigwyddiad ar-lein. Efallai y bydd angen i chi dalu am weithgaredd penodol fel ystafell ddianc ar-lein. Neu efallai y byddwch chi'n cynnal digwyddiad sy'n ei gwneud yn ofynnol i adnoddau gael eu hanfon allan at fyfyrwyr, e.e. cynhwysion ar gyfer sesiwn goginio
- Hyrwyddo - Gall fod yn anoddach hysbysebu digwyddiad ar-lein na digwyddiad wyneb-yn-wyneb. Y ffordd orau o hysbysebu'r digwyddiad fyddai trwy'r dulliau canlynol: Taflenni / posteri o amgylch y campws, postiad ar gyfryngau cymdeithasol, postiad ar wefan yr UM, e-bost at yr holl fyfyrwyr ac anfon negeseuon at staff a myfyrwyr allweddol ar bob campws i ledaenu'r gair.
- Cofiwch fod â Chynllun B - Mae digwyddiadau ar-lein fel arfer yn gofyn am gysylltiad rhyngrwyd da a bod gan bawb fynediad a gwybodaeth ynghylch sut i gael mynediad i'r gweithgaredd. Meddyliwch am yr hyn a allai fynd o'i le, yn union fel y byddech chi ar gyfer asesiad risg, a gwnewch yn siŵr fod gennych chi gynllun wrth gefn. Er enghraifft, gallwch fod yn cynnal cwis a gofyn i fyfyrwyr lenwi ffurflenni Microsoft. Efallai na fydd gan rai myfyrwyr fynediad at hyn, a dylech sicrhau bod ffordd arall y gallant gyflwyno eu hatebion; gallai hyn fod yn dynnu llun o'u hatebion a'u hanfon trwy e-bost at y cwis-feistr.

Gellir dod o hyd i ragor o awgrymiadau da ar gyfer digwyddiadau ar-lein ar Eventbrite - [Sut i gynnal Digwyddiad Rhithiol: Y Canllaw Hanfodol \(eventbrite.com\)](https://www.eventbrite.com)



Gweithgareddau ar gyfer Elfen Chwaraeon Cystadleuol:

Dim ond tuag at gynnydd yr Elfen Chwaraeon Cystadleuol y bydd y gweithgareddau hyn yn cyfrif.

Sicrhau bod gennych chi dîm ar gyfer pob gêm BUCS (neu gyfwerth) sydd ar yr amserlen a gemau Cwpan Her; os yw hynny'n berthnasol

Mae cystadlu mewn gemau BUCS a Chwaraeon Cystadleuol yn ffordd wych i chi gynrychioli'r Brifysgol a'r UM ar lefel uchel. Mae'n gyfle gwyh i chi gwrdd â ffrindiau ac ymweld â gwahanol rannau o'r wlad wrth wneud rhywbeth rydych chi'n ei garu. Mae'n bwysig eich bod chi'n deall gofynion cystadlu yn BUCS / cynghreiriau lleol / neu gemau cyfeillgar sy'n cael eu trefnu, gan fod yna weithiau bethau y mae pobl yn eu hanwybyddu. Rydym wedi llunio rhestr yma i'ch helpu chi i ddeall beth sydd angen ei wneud er mwyn cwblhau'r elfen hon.

1. Gwnewch nodyn o'r holl gemau sydd wedi'u trefnu gennych trwy gydol y flwyddyn, a thynnwch sylw at unrhyw broblemau a allai godi cyn gynted â phosibl. Er enghraifft, os ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n cael trafferth i gael tîm at ei gilydd oherwydd terfynau amser, myfyrwyr ar leoliad gwaith neu deithiau maes, neu ffactorau allanol eraill.
 - a. Gallwch ddod o hyd i restr gemau BUCS ar Wefan BUCS.
 - b. Gallwch weithio gyda'r UM i nodi ble hoffech chi gynnal gemau
 - c. Rhannwch y dyddiadau ar gyfer gemau gyda'ch tîm fel y gallant dynnu sylw at unrhyw anawsterau posib
2. Gadewch i'r UM wybod a oes unrhyw broblemau cyn gynted â phosibl
 - a. Mae'n fwy na thebyg y bydd yr UM yn gallu aildrefnu os byddwch chi'n rhoi digon o rybudd i ni - nid yw ychydig o ddiwrnodau cyn y gêm yn ddigonol
3. Meddyliwch am drafnidiaeth
 - a. Mae gan yr UM fysiau-mini y gellir eu defnyddio gan fyfyrwyr sydd wedi cael hyfforddiant MiDAS.
 - i. Gallwch ofyn i'ch Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr pryd mae'r hyfforddiant MiDAS nesaf, er mwyn i chi allu gyrru bysiau-mini'r UM.
 - ii. Mae'r gofynion a sut i archebu'r bws-mini wedi'u hamlinellu yma - <https://www.uwtsdunion.co.uk/student-resources/minibus>



4. Paratowch eich cit ymlaen llaw
 - a. Gwnewch yn sicr eich bod wedi golchi pob cit, a'i fod yn barod i fynd o leiaf erbyn y noson gynt
5. Mae angen i chi ymddwyn yn gyfrifol pan fyddwch chi'n cynrychioli'r Brifysgol
6. Sicrhewch fod gan bob chwaraewr Aelodaeth TSD, gan na fydd chwaraewyr sy'n chwarae heb aelodaeth yn gymwys ar gyfer yswiriant, a gallai hyn arwain at weithred ddisgyblu yn y pen draw.
 - a. Cyfrifoldeb y pwyllgor yw sicrhau bod pob chwaraewr yn Aelodau TSD (wedi talu eu Haelodaeth Chwaraeon TSD), gan fod hyn yn golygu bod chwaraewyr yn gymwys ar gyfer yswiriant. Peidiwch â gadael i aelodau tîm nad ydyn nhw'n aelodau o'r UM gymryd rhan mewn ymarferion na gemau cystadleuol.
 - i. Gallwch wirio pwy sydd wedi talu eu Haelodaeth Chwaraeon TSD ar Wefan yr UM - bydd hyn yn cael ei amlinellu yn eich Hyfforddiant Gwefan unwaith y bydd gennych yr hawliau gweinyddol perthnasol.

Manteision sicrhau bod gennych chi dîm ar gyfer pob gêm BUCS (neu gyfwerth) sydd ar yr amserlen a gemau Cwpan Her, yw:

- Ni osodir unrhyw ddirwyon yn erbyn eich clwb, sy'n caniatáu i chi wario arian ar offer ac adnoddau datblygu eraill.
- Mae'n caniatáu i ni gadw golwg ar bwy sy'n chwarae o ran yswiriant
- Yr agwedd gymdeithasol ar gystadlu mewn chwaraeon gydag aelodau eraill eich tîm.
- Y buddion corfforol ac o ran llesiant sy'n gysylltiedig â chymryd rhan mewn chwaraeon



Taliadau i Ddyfarnwyr

Trwy gydol y flwyddyn, bydd yn ofynnol talu dyfarnwyr ar gyfer gemau. Bydd arian yn cael ei drosglwyddo i aelod a enwebir o'r clwb, a fydd yn gyfrifol am dalu'r dyfarnwr. RHAID i dderbynneb gael ei chwblhau gan y sawl sy'n derbyn yr arian a'r aelod sy'n gyfrifol am wneud y taliad.

- Ni dderbynnir ffurflenni sydd wedi'u llenwi'n anghywir
- Rhaid dychwelyd y dderbynneb i Gydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr y Campws o fewn 24 awr i'r gêm
- Ni chaiff unrhyw arian pellach ei ryddhau ar gyfer talu dyfarnwyr os na ddaw derbynebau i law.

Cyflwyno 2 adroddiad ar gemau, ar ffurf blog neu vlog, i'r UM i'w hyrwyddo

Mae ysgrifennu Adroddiad ar Gêm yn ffordd wych o adeiladu cyffro o amgylch eich clwb. Efallai eich bod wedi cael buddugoliaeth o drwch blewyn yr hoffech chi ddweud wrth y byd amdani? Perfformiad rhagorol y mae angen creu adroddiad amdano o bosib? Neu efallai dim ond ymdrech wych gan y tîm, a'ch bod yn falch ohono. Gall fod yna lawer o resymau pam y dylech chi fod eisiau llunio adroddiad ar gêm, a byddem ni wrth ein bodd pe baech chi'n mynd ati i'w hysgrifennu!

Buddion ysgrifennu Adroddiad ar Gêm:

- Potensial i recriwtio chwaraewyr / hyfforddwyr / aelodau pwyllgor newydd sy'n gweld yr adroddiadau
- Codi proffil eich clwb
- Cryfhau eich timau o ran aelodau, gan ei gwneud hi'n haws ffurfio timau - nerth mewn dyfnder

Ceisiwch roi blas o'r ornest i ni ...

- Oedd hi'n gêm agos?
- Pwy wnaeth beth?
- Ambell ddigwyddiad cyffrous
- Ceisiwch ein harwain trwy'r gêm a mynd â ni ar y daith gyda chi



gêm ar gyfer eich tîm, gallwch fwrw golwg ar y ddolen isod:

<https://blog.pitchero.com/how-to-write-a-match-report>

Peidiwch ag anghofio cynnwys lluniau a hyd yn oed mewnosod fideo; os yw'r rhain ar gael i chi. Bydd hyn wir yn dod â'ch erthygl yn fyw ac yn annog pob darpar fyfyrwr i ymuno! Rydym hefyd wedi cynnwys Taflen Dwylo ar gyfer Blog isod i'ch rhoi ar ben ffordd!

Taflen Dwylo ar gyfer Blog

Efallai bod ysgrifennu Blog yn ymddangos yn dasg heriol, ond gyda'r Daflen Dwylo isod, gallwn eich helpu i fynd â'ch clwb i'r lefel nesaf; neu efallai hyd yn oed eich helpu chi i ddod yn ohebydd chwaraeon o fri!

Bydd hwn yn arf defnyddiol iawn ar gyfer hyrwyddo eich clwb a'ch helpu chi i godi ei broffil. Peidiwch â phoeni os mai dyma'r tro cyntaf i chi ysgrifennu rhywbeth fel hyn, bydd ein Cydlynwyr Cyfleoedd Myfyrwyr wrth law i helpu gyda'ch drafftiau a'ch cefnogi ar hyd y ffordd. Gallwch weld enghreifftiau eraill o flogiau yma:

[Newyddion @ Undeb Myfyrwyr PCyDDS \(uwtsdunion.co.uk\)](http://Newyddion@UndebMyfyrwyrPCyDDS.uwtsdunion.co.uk)

Buddion ysgrifennu blog ar gyfer gwefan yr UM:

- Bydd hyn yn caniatáu i'r holl fyfyrwyr yn PCyDDS weld y gweithgareddau rydych chi wedi bod yn cymryd rhan ynddyn nhw.
- Potensial i recriwtio chwaraewyr / hyfforddwyr / aelodau pwyllgor newydd sy'n gweld yr adroddiadau
- Codi proffil eich clwb
- Gwella'ch sgiliau ysgrifennu adroddiad / hyrwyddo



Rhy Hir, Heb ei Ddarllen.

- Mae angen i chi fod â theitl, cynnwys a delweddau. Dylech osgoi waliau o destun a'i rannu'n baragraffau cryno.

Teitl

Cadwch hwn yn fyr, yn fachog ac yn llawn gwybodaeth.

- Peidiwch â newid teitl eich blog ar ôl ei rannu ar gyfryngau cymdeithasol. Mae newid y teitl hefyd yn newid yr URL a gall arwain at ddolenni'n cael eu torri.

Cynnwys

Rydyn ni eisiau i bawb deimlo'n hyderus yn ysgrifennu blog, dyna pam rydyn ni wedi casglu ynghyd ychydig o awgrymiadau a chyfarpar.

- Mae'n bwysig bod cywair ein llais yn gyfeillgar, ond eto nid yn amhroffesiynol.
- Dylech osgoi waliau o destun. Rhannwch y testun yn baragraffau, ychwanegwch ddelweddau, a defnyddiwch deitlau i'w rannu. Mae darnau llai o destun yn symlach i weithio trwyddyt.
- Dylai eich paragraff cyntaf amlinellu'r blog.
- Os ydych chi'n cynnwys galwad i weithredu, gwnewch hwnnw'n fotwm trwy ychwanegu'r 'botwm' i'r maes Dosbarth.

Ychydig o help ychwanegol

Ddim yn ysgrifennwr hyderus? Peidiwch â phoeni. Gallwch ddefnyddio offer fel *Cysill* a *Cysgeir*. Byddant yn helpu gyda sillafu, gramadeg, strwythur brawddegau a mwy.

Llunio Drafft

Mae croeso i chi arbed eich blog ar ffurf drafft a gofyn i'r tîm Cyfathrebu edrych drosto.

Cyfieithu



Trinity Saint David
**Students'
Union**

**Undeb
Myfyrwyr**
Y Drindod Dewi Sant

Rydyn ni'n cyhoeddi ein blogiau yn
Saesneg a Chymraeg, ar yr un

pryd. Unwaith y byddwch chi wedi gorffen ysgrifennu'ch blog, anfonwch ef at eich
Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr i'w gyfieithu:

Abertawe - Andrew - Andrew.g.jones@uwtsd.ac.uk

Caerfyrddin - Laura - laura.yates@uwtsd.ac.uk

Llambed - Laura-Cait - laura-cait.driscoll@uwtsd.ac.uk

Mae ein gwasanaeth cyfieithu ar contract allanol; felly, mae y tu hwnt i reolaeth yr
UM. Gall cyfieithu gymryd hyd at bythefnos, yn dibynnu ar lwyth gwaith Geoff a faint
o destun y mae angen ei gyfieithu. Sicrhewch eich bod yn ystyried hyn wrth
ysgrifennu eich cynnwys, a gorau po gyntaf y gallwch ei anfon atom.

Ychwanegu Llun Bach

Nawr ychwanegwch ddelwedd sy'n mynd i ddenu sylw. Yn dechnegol gallwch
gyhoeddi blog heb ddelwedd, ond rydym yn annog yn gryf eich bod yn cynnwys un.

Hawlfraint Delweddau

Rhaid i chi sicrhau bod gennym y caniatâd hawlfraint i ddefnyddio'r ddelwedd, neu
gallem fynd i drwbl. Mae'r holl ddelweddau ar *Unsplash* am ddim i'w defnyddio:
<https://unsplash.com/>

Tocio Logo

Rhaid i'ch delwedd fod yn 320px x 220px, neu bydd y wefan yn ei dangos yn
anghywir. Os oes angen i chi olygu delwedd, defnyddiwch y golygydd ar-lein am
ddim *Photopea*. Y cyfan sydd angen i chi ei wneud yw creu cynfas newydd 320px
wrth 220px, llusgo'ch delwedd i'r cynfas, newid ei faint, yna ei arbed.

<https://www.photopea.com/>



flwyddyn.

Yn y bôn, sesiwn 'flasu' yw sesiwn Rhowch Gynnig Arni. Mae'n caniatáu i bobl roi cynnig ar weithgaredd / sesiwn / cymdeithas neu glwb cyn ymrwymo i ymuno. Dyma'ch cyfle i chwilio am y myfyrwyr hynny nad ydynt efallai wedi mynychu Ffeiriau'r Glas neu a allai fod eisiau rhoi cynnig ar rywbeth newydd. Pwy a wŷr, efallai mai eich clwb / cymdeithas chi yw'r ateb?

Llenwch y templed yn eich pecyn i ddeall yn well pam y byddwch chi am gynnal sesiwn RhGA a'r pethau y bydd eu hangen arnoch chi gan eich tîm, ni yn yr UM ac aelodau'r pwyllgor.

Mae angen i chi gyflwyno'r ffurflen hon i'ch Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr (CCM) i'w chymeradwyo. Ni chaniateir sesiynau RhGA oni bai eu bod wedi'u cymeradwyo gan y CCM.

Manteision cynnal sesiwn Rhowch Gynnig Arni:

- Potensial i arwain sesiynau hyfforddi a datblygu'ch hun
- Bydd y clwb yn datblygu o ran gallu cynnig gwell sesiynau hyfforddi neu gael eu harwain mewn ffordd fwy adeiladol
- Bydd yn gwella profiad y myfyrwyr / aelodau'r clwb
- Bydd myfyrwyr sy'n cael profiad cadarnhaol yn creu bwrlwm o amgylch y campws ac o bosibl yn annog mwy o aelodau

Os oes angen cymorth arnoch chi o hyd, cysylltwch â'ch Cydlynwyr Cyfleoedd Myfyrwyr.

Trefnu gemau ychwanegol i alluogi mwy o bobl i gymryd rhan yn y gamp



Bydd gemau ychwanegol yn caniatáu i chi ddatblygu fel clwb a bydd yn rhoi

cyfle cyfartal i'r holl aelodau sy'n ymwneud â'r clwb. Gallwch hefyd ystyried yr opsiwn o gynnal gemau i godi arian at achos penodol; yn y gorffennol mae timau wedi cynnal gemau elusennol, rygbi yn erbyn pêl-droed, menywod yn erbyn dynion. Yn yr amgylchiadau hyn, mae cystadleuwyr fel arfer yn talu ffi i chwarae ac mae'r timau dan sylw yn dewis elusen yr hoffent gyfrannu iddi. Bydd trefnu'r gemau hyn y tu allan i strwythur cynghrair penodol nid yn unig yn codi proffil y clwb, ond bydd hefyd yn gwella profiad myfyrwyr ac yn cynnig cyfleoedd ychwanegol

Pethau i'w hystyried:

- Ymgynghorwch â'ch tîm ynghylch y digwyddiad
 - o Po gyntaf y byddwch chi'n eu cael yn rhan o drefnu'r prosiect, mwyaf tebygol ydyn nhw o gyfranogi, gan ei wneud yn llwyddiant
 - o Meddyliwch pa dasgau sydd angen eu cyflawni, a holwch a oes unrhyw un yn barod i helpu
- Pwy yw'r gwrthwynebwyr?
 - o A fyddwch chi'n chwarae gartref neu oddi cartref?
- Dewiswch ddyddiad
- Dewiswch leoliad
 - o Ystyriwch a fydd angen i chi archebu'r cae a faint fydd y gost
- Hysbysebwrch y gêm ar wefan yr UM i geisio creu cyffro o amgylch y digwyddiad
 - o Ystyriwch wneud fideo i'w hyrwyddo
 - o Beth am gasglu rhywfaint o luniau ar y diwrnod i'w hyrwyddo ar ôl y digwyddiad?
 - Meddyliwch am gyfweled â phobl a gofynnwch am eu profiadau

Buddion cwblhau'r elfen hon:

- Bydd hyn yn rhoi cyfle i'r **holl** aelodau gael chwarae
- Cyfle i chwaraewyr newydd gael blas o gêm gystadleuol
- Yr agwedd gymdeithasol ar gystadlu mewn chwaraeon gydag aelodau eraill eich tîm.

Y buddion corfforol ac o ran llesiant sy'n gysylltiedig â chymryd rhan mewn chwaraeon

Datblygu Clwb trwy archwilio cyfleoedd ar gyfer hyfforddiant



Weithiau gall chwaraeon prifysgol olygu mai'r capten a'r pwyllgor yw'r bobl sy'n

trefnu ac yn cynnal y sesiynau hyfforddi. Gall hyn fod oherwydd bod pobl yn eu gweld nhw fel arweinwyr y grŵp, ond rydyn ni am i chi fod yn barod am hyn os mai dyma sy'n digwydd. Rydym am i chi ddatblygu'ch sgiliau yn eich maes dewisol er mwyn mynd â'r sgiliau trosglwyddadwy hynny gyda chi; nid yn unig er budd eich tîm, ond ar gyfer eich datblygiad parhaus. Mewn rhai achosion, mae timau'n ceisio sicrhau bod ganddyn nhw hyfforddwr ymroddedig sy'n gallu gwneud penderfyniadau a chynllunio sesiynau hyfforddi ar gyfer y chwaraewyr sy'n chwarae. Yn niffyg hyn, rydym am i chi ystyried cyrsiau ar gyfer hyfforddwyr a allai fod yn berthnasol i chi.

Rhai Pethau i Feddwl Amdanynt

- Nid yw'r UM yn mynd i ariannu cwrs prifysgol 3 blynedd i'ch tîm chwaraeon gan fod ein cyllideb yn gyfyngedig, er y byddem wrth ein bodd yn gwneud hynny; ceisiwch chwilio am gyrsiau byr y gellir eu cyflawni mewn cyfnod rhesymol o amser
- Sicrhewch ei fod yn berthnasol i'ch tîm
- Oes gennych chi'r amser i gwblhau'r cwrs ac ymrwymo iddo? Rydyn ni'n gwybod bod gennych chi fel myfyrwyr ac aelodau pwyllgor amserlenni prysur, felly cyn archwilio'r cyfleoedd hyn, gwnewch yn siŵr bod gennych chi'r amser
- Gofynnwch i'ch Cydlynnydd Cyfleoedd Myfyrwyr neu'r Swyddog Sabothol ar eich Campws am help

Manteision gwneud hyn yw:

- Potensial i arwain sesiynau hyfforddi a datblygu'ch hun
- Bydd y clwb yn datblygu o ran gallu cynnig gwell sesiynau hyfforddi neu gael eu harwain mewn ffordd fwy adeiladol
- Bydd yn gwella profiad y myfyrwyr / aelodau'r clwb
- Bydd myfyrwyr sy'n cael profiad cadarnhaol yn creu bwrlwm o amgylch y campws ac o bosibl yn annog mwy o aelodau