BRITISH CANOEING
AWARDING BODY

Hyfforddwr Chwaraeon Padlo

Canllaw Cwrs

Corff Dyfarnu Canŵio Prydain

Canllaw Cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo.

Hawlfraint BCAB 2018

Mae'r Canllaw Cwrs hwn yn hawlfraint Corff Dyfarnu Canŵio Prydain a Chanŵio Prydain. Cedwir pob hawl. Ni chaniateir ailgynhyrchu'r cyhoeddiad hwn, ei storio ar unrhyw ffurf neu ffordd yn electronig, yn fecanyddol, ar ffurf ffilm neu fel arall heb ganiatâd ymlaen llaw gan berchennog yr hawlfraint. Caiff deunydd wedi'i ddiweddaru a'i uwchraddio ei ddiogelu ar yr un sail.

Cydnabyddiaeth

Gweithiodd Corff Dyfarnu Canŵio Prydain mewn partneriaeth ag ystod eang o arbenigwyr wrth ddatblygu'r cymhwyster hwn. Roedd y rhain yn cynnwys canolfannau cyflwyno, cyflogwyr, ymgeiswyr presennol a phosibl ac arbenigwyr addysgol a chwaraeon padlo.

Cyhoeddwyd a Dosbarthwyd gan

Gorff Dyfarnu Canŵio Prydain
Canolfan Chwaraeon Dŵr Genedlaethol
Adbolton Lane
Holme Pierrepont
Nottingham NG12 2LU

Ffôn: 0300 0119 500
E-bost: enquiries@britishcanoeingawarding.org.uk
Gwefan: www.britishcanoeingawarding.org.uk

Cynnwys

Corff Dyfarnu Canŵio Prydain 0
Canllaw Cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo 1
Cynnwys 2
Rhagarweiniad 3
    Rhagarweiniad 5
Llwybr y Cymhwyster 6
Cyn y Cwrs 7
    Gwefannau 7
    E-ddysgu Hyfforddwr Chwaraeon Padlo 7
    Aelodaeth a Chofrestru 9
    Cymhwysedd Padlo Personol ac Achub Hanfodol 9
Cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo 9
  Cynnwys y Cwrs 9
    Sgiliau ymarferol (canolbwyntio ar hyfforddi): 10
    Sgiliau meithrin perthnasoedd ac ymgysylltu (canolbwyntio ar hyfforddi): 10
    Safonau proffesiynol (asesiad ffurfiannol): 10
    Sgiliau padlo personol ac achub (a asesir): 10
    Gwybodaeth bellach 11
Ar ôl y Cwrs 11
    Ardystio 11
    Eich Gorchwyl 11
    Ymestyn sgiliau yn y cwch y tu hwnt i'r rhai a asesir 12
    Safonau Sylfaenol 13
    Cynllun Diweddaru 13
    Datblygiad Proffesiynol Parhaus 14
    Ystyriaethau amgylcheddol 14
Mynd â'ch Cymwysterau Ymhellach 15
Polisïau Ategol 17
Manylion Cyswllt 19
Atodiad 1: Sgiliau Padlo Personol ac Achub 20
Rhestr Wirio Hyfforddwr Chwaraeon Padlo 21

Rhagarweiniad

Croeso i Ganllaw Cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo. Mae'r canllaw hwn yn eich cyflwyno i strwythur a chynnwys y cymhwyster.

Pam dewis Cymhwyster Corff Dyfarnu Canŵio Prydain?

- mae ein cymwysterau yn rhoi gwybodaeth ymarferol a'r gallu i gyflwyno sesiynau chwaraeon padlo;
- Mae gan Gorff Dyfarnu Canŵio Prydain dros 40 mlynedd o brofiad o gynnal cymwysterau hyfforddi;
- ein bwriad yw eich cefnogi beth bynnag yw eich profiad, eich sgiliau neu'ch anghenion penodol;
- mae ein cymwysterau wedi cael eu derbyn fel safonau diwydiannol ers dros 35 o flynyddoedd;
- mae ein cymwysterau wedi'u cynnwys yn y Gofrestr o Gymwysterau Rheoledig;
- ein bwriad yw darparu cymwysterau addas at eu diben drwy wasanaeth o safon sy'n gost-effeithiol;
- ni yw'r unig Gorff Dyfarnu sy'n cynnig cymhwyster Hyfforddwr Chwaraeon Padlo.

Cawn ein cydnabod a'n rheoleiddio gan y Swyddfa Rheoleiddio Cymwysterau ac Arholiadau (Ofqual), y Cyngor Cwricwlwm, Arholiadau ac Asesu (CCEA), a Chymwysterau Cymru. Golyga hyn y gallwch fod yn gwbl hyderus o ran cadernid a'r gweithdrefnau sy'n sail i gynllun a darpariaeth y cymhwyster.

Mae cymhwyster Hyfforddwr Chwaraeon Padlo Corff Dyfarnu Canŵio Prydain ar Gofrestr Ofqual o Gymwysterau Rheoledig ar Lefel 1.

Mae ein datganiad gwasanaethau cwsmeriaid ar gael ar ein gwefan: (www.britishcanoeingawarding.org.uk).

Caiff cyrsiau Hyfforddwr Chwaraeon Padlo eu cyflwyno mewn 'Canolfannau Cyflwyno Gwledydd Cartref' sydd wedi'u dilysu'n allanol gan Gorff Dyfarnu Canŵio

Prydain. Mae’r Canolfannau Cyflwyno Gwledydd Cartref yn gyfrifol am werthuso’n fewnol ac am recriwtio darparwyr i gynnal safonau a chysondeb.

Athroniaeth Addysgol Corff Dyfarnu Canŵio Prydain

Mae Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yn credu mewn ymagwedd a arweinir gan gyfranogwr wrth greu a galluogi profiad y bydd pobl yn ei fwynhau, yn dysgu ohono ac yn datblygu ohono drwy chwaraeon padlo. Mae’r cyrsiau Hyfforddwr Chwaraeon Padlo wedi cael eu llunio i gefnogi hyfforddwyr i ddarparu sesiynau chwaraeon padlo diogel, diddorol sy’n grymuso ac sy’n hwyl, gan roi’r rhwyfwr wrth wraidd y broses; gan hefyd feithrin ymdeimlad cymunedol ymysg rhwyfwyr a chefnogi’r agweddau cymdeithasol cynhenid ar y chwaraeon. Drwy’r ymagwedd hon, rydym yn gobeithio y bydd y rhwyfwyr yn llwyddo ac yn dathlu’r llwyddiant hwnnw (a hynny drwy ganolbwyntio ar y daith, ac nid ar ben y daith).

Dylai profiad yr hyfforddwr drwy’r llwybr cymhwyster fod yn ddiogel, yn ddiddorol ac yn hwyl hefyd; a dylai’r hyfforddwr allu llywio ei ddysgu a’i ddatblygu ei hun. Dylai ein tiwtoriaid gyflwyno’r rhaglen drwy ddefnyddio dull cynorthwyol a grymusol i feithrin angerdd byw am chwaraeon padlo yn ogystal â hyfforddi. Bodlonir anghenion unigolion drwy feithrin cymuned rhwyfo a datblygu dealltwriaeth o’r amgylchedd y mae’r chwaraeon padlo yn cael eu cynnal ynddo a pharch tuag ato.

Hyfforddwr Chwaraeon Padlo Corff Dyfarnu Canŵio Prydain

Rhagarweiniad

Mae'r cymhwyster Hyfforddwr Chwaraeon Padlo ar gyfer hyfforddwyr a fydd yn cynnal sesiynau rhagflas/cychwynnol ar chwaraeon padlo o fewn systemau rheoli diogel clybiau, canolfannau neu sefydliadau eraill mewn:

- **amgylcheddau 'Dŵr Cysgodol Iawn';**
- **cychod yr ystyrir i fod yn addas i bobl yn eu sesiwn gyntaf oll.**

Prif rôl yr Hyfforddwr Chwaraeon Padlo yw cyflwyno sesiynau rhagflas/cychwynnol diogel a hwyl yn seiliedig ar anghenion a dyheadau'r grŵp. Bydd y cymhwyster yn cefnogi'r hyfforddwr drwy ddysgu sgiliau ymarferol iddo megis rhoi offer i grŵp ac arnofio ar y dŵr, gweithgareddau ymgyfarwyddo cychwynnol, gemau a gweithgareddau i helpu'r dysgu a sut i ddefnyddio teithiau bach i helpu'r dysgu, ysbrydoli antur a menter. Caiff hyn ei ategu gan gymorth ar sut i gyflwyno'r sesiynau mewn modd sy'n hwyl, yn ddiogel ac yn werthfawr.

Rydym yn rhagweld y bydd y cymhwyster yn debygol o gael ei ddefnyddio gan hyfforddwyr mewn clybiau, canolfannau, ysgolion, Dug Caeredin, Grwpiau Ieuenctid, Grwpiau Unffurf, etc. Hyfforddwyr sydd ynghlwm wrth gynnal sesiynau rhagflas/cychwynnol ar gyfer:

- **plant a phobl ifanc fel rhan o brofiad addysgol ehangach;**
- **pobl fel rhan o brofiad hamdden, cymdeithasol, gweithgaredd neu wyliau;**
- **pobl sydd am 'roi cynnig' ar y gamp; efallai fel chwaraeon newydd rheolaidd posibl.**

Nod y broses o gwblhau'r cymhwyster yw helpu i baratoi ymgeiswyr at eu rôl gyntaf fel hyfforddwyr chwaraeon padlo; 'wedi'u paratoi ac yn barod'.

Mae'r cymhwyster wedi'i gynllunio mewn modd sy'n galluogi'r hyfforddwr i ddewis y cwch y mae am weithio ohono (un ai; caiac, canŵ agored, bwrdd padlo i eistedd arno **neu** sefyll arno); ac i ofalu am eraill mewn ystod o gychod sefydlog (caiacau, canŵs agored, padlfyrddau i eistedd arnynt a sefyll arnynt); fel fflyd gymysg a disgyblaeth sengl.

Ceir rhagor o ganllawiau ar sut i'w defnyddio yn yr adran 'Ar ôl y Cwrs'.

Llwybr y Cymhwyster

Mae'r diagram canlynol yn dangos gwahanol elfennau llwybr yr hyfforddwr:

Cam 1
Datblygu Sgiliau Achub a Phersonol

Ffocws: Datblygu'r sgiliau personol a'r sgiliau achub angenrheidiol drwy hyfforddiant ac ymarfer mewnol neu annibynnol.

Mynychu Hyfforddiant Diogelwch ac Achub Sylfaenol Corff Dyfarnu Canŵio Prydain.

▼

Cam 2 Cwrs
Hyfforddwr Chwaraeon Padlo

Ffocws: Cwrs ymarferol sy'n cyfuno hyfforddi ac asesu ac sy'n canolbwyntio ar ddysgu sut i gyflwyno sesiynau rhagflas/cychwynnol mewn chwaraeon padlo.

Mae'n cynnwys cadarnhad o allu o ran sgiliau personol a sgiliau achub; gweithgareddau sy'n canolbwyntio ar hyfforddi ac adborth ar rinweddau hyfforddi penodol a welwyd.

▼

Cam 3
Cyflwyno'r Sesiynau Rhagflas/Cychwynnol

Ffocws: Mae'r hyfforddwr yn dechrau cyflwyno sesiynau o fewn systemau cynorthwyol ei gyflwynydd. Cyflawnir y gwaith o sefydlu, ymgyfarwyddo â'r safle, hyfforddiant cymorth cyntaf, hyfforddiant diogelu, datgeliad etc yn unol â gweithdrefnau diogelwch arferol y cyflwynydd.

Mae cwrs e-ddysgu Hyfforddwr Chwaraeon Padlo Corff Dyfarnu

▼

Ar ôl meddu ar y cymhwyster a chael ychydig o brofiad yn y maes, byddwn yn disgwyl y gellir defnyddio Hyfforddwyr Chwaraeon Padlo i gynnal sesiynau rhagflas/cychwynnol eu hunain.

Cyn y Cwrs

Cyn cofrestru ar gyfer cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo, mae'n **bwysig** eich bod:

1. yn sicrhau bod yr Hyfforddwr Chwaraeon Padlo yn addas i'r rôl rydych yn awyddus i ymgymryd â hi;
2. yn bodloni'r rhagofynion.

Mae nifer o adnoddau i'ch helpu i wneud hyn:

Gwefannau

Mae gwefannau Corff Dyfarnu Canŵio Prydain a'r Ganolfan Gyflwyno'n amlinellu'r wybodaeth am yr ystod o gymwysterau sydd ar gael i'ch helpu i ddewis y cymhwyster addas a'r pwynt mynediad hefyd. Fe'ch cynghorir i drafod yr opsiynau â Chanolfan Gyflwyno eich Gwlad Gartref neu â thiwtor y cwrs er mwyn eich helpu i wneud penderfyniad gwybodus.

E-ddysgu Hyfforddwr Chwaraeon Padlo

Mae'r pecyn e-ddysgu hwn yn ymdrin ag amrywiaeth o bynciau perthnasol yn y maes llafur. Mae'n rhoi gwybodaeth am gynnwys yr ymdrinnir ag ef yn ystod y cwrs ac yn rhoi cynnwys ychwanegol i helpu hyfforddwyr ar y maes. Mae'n gwrs mynediad agored ac yn rhoi blas ar rai o'r cynnwys y byddwch yn debygol o ddod ar ei draws yn ystod y cwrs. Gellir ei gyrchu drwy wefan Corff Dyfarnu Canŵio Prydain.

Beth yw'r Rhagofynion?

Y rhagofynion ar gyfer cofrestru ar y cwrs yw:

- Aelodaeth lawn o Ganolfan Gyflwyno'r Wlad Gartref;
- Wedi cofrestru gyda Chanolfan Gyflwyno'r Wlad Gartref;
- Wedi mynychu Hyfforddiant Diogelwch ac Achub Sylfaenol Corff Dyfarnu Canŵio Prydain
- Sgiliau padlo personol ac achub;
- 14 oed neu hŷn.

Dylai ymgeiswyr dan 18 oed wirio pa mor addas yw'r cwrs gyda thiwtor cyn mynychu'r cwrs.

Aelodaeth a Chofrestru

Mae rhagor o fanylion am aelodaeth a chofrestru ar gael yn uniongyrchol gan y Canolfannau Cyflawni, manylion cyswllt isod. Mae cofrestru yn sbarduno mynediad at ddeunyddiau cymorth perthnasol ac yn cynorthwyo prosesau gweinyddol cefndirol.

Cymhwysedd Padlo Personol ac Achub Hanfodol

Cyn mynychu cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo, disgwylir i chi fod wedi datblygu sgiliau padlo personol ac achub yn y math o gwch o'ch dewis. Bydd ymgeiswyr yn dewis padlo **un** math o gwch ar gyfer yr asesiad o'u sgiliau padlo personol ac achub; caiac, canŵ agored, padlfwrdd i eistedd arno **neu** badlfwrdd i sefyll arno. Asesir y sgiliau hyn yn ystod y cwrs (ond nid ydynt yn cael eu haddysgu).

Dylech siarad â darparwr eich cwrs os ydych yn ansicr ynghylch lefel eich sgil. Gellir defnyddio'r Rhestr Wirio Sgiliau fel aide memoire, ac mae'r 'Canllawiau Asesu Hyfforddwyr Chwaraeon Padlo' yn rhoi gwybodaeth bellach, fanwl am y safonau asesu gofynnol.

Cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo

I feddu ar y cymhwyster Hyfforddwr Chwaraeon Padlo, bydd angen i chi gwblhau cwrs wyneb yn wyneb sy'n cyfuno hyfforddi ac asesu ac yn cyflwyno'r cynnwys sy'n berthnasol i bob hyfforddwr sy'n cynnal sesiynau rhagflas/cychwynnol.

Bydd y cwrs yn cael ei gynnal dros ddau ddiwrnod o leiaf ac yn cynnwys o leiaf 15 awr o amser cyswllt addysgu/dysgu. Gellir cynnal y cyrsiau dros gyfnod hirach i gynnwys amser ychwanegol er mwyn canolbwyntio ar sgiliau personol, sgiliau achub neu ddatblygu sgiliau hyfforddi.

Cynnwys y Cwrs

Mae'r maes llafur wedi'i seilio ar y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau y mae eu hangen ar yr hyfforddwyr i sicrhau eu bod yn darparu'n briodol ar gyfer y cyfranogwyr yn eu gofal. Mae hyn yn cynnwys:

Sgiliau ymarferol (canolbwyntio ar hyfforddi):

- y gallu i baratoi grŵp yn effeithiol am weithgaredd (e.e. paratoi offer a mynd ar y dŵr);
- stôr o weithgareddau i annog y grŵp (e.e. gemau, tasgau a theithiau);
- amrywiaeth o weithgareddau a gemau ysgogol sy'n ategu'r dysgu;
- amrywiaeth o strategaethau i ddefnyddio teithiau byr i annog antur;
- sut i helpu cyfranogwyr i ddysgu rhai sgiliau sylfaenol;
- Sïon sicr a datrysiadau cyflym i heriau cyffredin er mwyn cyflymu'r dysgu pan fo angen;
- dewis o offer addas ar gyfer cyfranogwyr;
- sut i gynnal diogelwch y cyfranogwyr;
- deall materion sy'n ymwneud â defnyddio adnoddau.

Sgiliau meithrin perthnasoedd ac ymgysylltu (canolbwyntio ar hyfforddi):

- y gallu i feithrin perthnasoedd yn gyflym ag aelodau'r grŵp, yn ofalgar, yn gyfeillgar ac yn hawdd mynd ato;
- y gallu i ysgogi ac ysbrydoli'r grŵp;
- y gallu i wneud penderfyniadau'n effeithiol i gyflwyno (ac addasu) sesiynau sy'n ddiogel ac yn hwyl;
- sgiliau cyfathrebu.

Safonau proffesiynol (asesiad ffurfiannol):

- ymddygiad proffesiynol;
- gweithio fel rhan o dîm;
- cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol;
- osgoi achosi effaith negyddol ar yr amgylchedd a defnyddwyr eraill;
- cymryd rhan weithredol mewn dysgu a datblygiad personol.

Sgiliau padlo personol ac achub (a asesir):

Gweler y rhestr wirio yn Atodiad 1; mae wedi'i selio ar y gofynion asesu.

Gwybodaeth bellach

Mae'r 'Canllawiau Asesu Hyfforddwr Chwaraeon Padlo' yn rhoi gwybodaeth bellach am feini prawf asesu'r dyfarniad.Gellir ei lawrlwytho o www.britishcanoeingawarding.org.uk

Ar ôl y Cwrs

Ar ôl i chi orffen eich cymhwyster, gobeithiwn y byddwch yn mynd allan ac yn mwynhau defnyddio a pharhau i ddatblygu eich sgiliau. Dylai'r cymhwyster gefnogi eich gwaith o gyflwyno sesiynau rhagflas/cychwynnol mewn rolau cyflogedig neu wirfoddol priodol.

Ardystio

Bydd cwblhau'r holl dasgau asesu a'r cwrs yn llwyddiannus yn golygu y byddwch yn cael eich cymeradwyo ar gyfer ennill y cymhwyster Hyfforddwr Chwaraeon Padlo. Bydd tiwtor y cwrs yn anfon eich gwaith papur i Ganolfan Gyflawni'r Wlad Gartref i'w ddilysu. Yna, caiff ei anfon i Gorff Dyfarnu Canŵio Prydain i'w ardystio.

Ar ddiwedd y cwrs, os nad ydych wedi bodloni'r safon ofynnol, bydd eich tiwtor(iaid) yn eich helpu i geisio deall y meysydd sydd angen i chi eu datblygu ymhellach a'ch helpu i lunio cynllun gweithredu addas i gefnogi'ch datblygiad.

Eich Gorchwyl

Y cymhwyster Hyfforddwr Chwaraeon Padlo Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yw'r cymhwyster cywir ar gyfer hyfforddwyr a fydd yn cynnal sesiynau rhagflas/cychwynnol ar chwaraeon padlo mewn **'Dŵr Cysgodol Iawn** o fewn systemau rheoli diogel clybiau, canolfannau neu sefydliadau eraill. Yr ethos cyffredinol yw y bydd yr Hyfforddwr Chwaraeon Padlo yn gweithredu mewn amodau diogel a mwyn.

Ar ôl meddu ar y cymhwyster a chael ychydig o brofiad yn y maes, byddwn yn disgwyl y gellir defnyddio Hyfforddwyr Chwaraeon Padlo i gynnal sesiynau rhagflas/cychwynnol eu hunain.

Mae ‘Diffiniadau a Chanllawiau Amgylcheddol Corff Dyfarnu Canŵio Prydain i Drefnwyr, Hyfforddwr ac Arweinwyr’ yn rhoi canllawiau pellach ar drefnu hyfforddwyr cymwysedig Corff Dyfarnu Canŵio Prydain.

Diffiniad o ‘Ddŵr Cysgodol Iawn’

Mae diffiniad o ddŵr cysgodol iawn yn cynnwys:

- camlesi tawel gyda mynediad hawdd i mewn ac allan o’r glannau;
- llynnoedd bach, nad ydynt yn ddigon mawr, ac nad oes iddynt fannau glanio anodd, i broblemau godi os bydd newidiadau sydyn yn yr amodau;
- safleoedd penodol ar afonydd tawel ac araf;
- pyllau nofio caeedig.

Mae’r diffiniad yn awgrymu amodau arferol pan na fydd y tywydd yn ei hun yn debygol o achosi problemau. Rhoddir cyngor i fod yn ofalus pan fydd tymheredd y dŵr yn isel. Ni ddylai’r sawl sy’n padlo fod yn bellach na 50 medr o’r glannau ar unrhyw adeg.

Ymestyn sgiliau yn y cwch y tu hwnt i’r rhai a asesir

Byddwn gan amlaf yn disgwyl i ymgeiswyr weithredu o'r fath o gwch a nodir ar eu tystysgrif oni bai bod ganddynt brofiad neu hyfforddiant pellach sy’n awgrymu fel arall.

Mae’n bosibl y bydd trefnwyr yn dymuno defnyddio Dyfarniadau Perfformiad Personol Corff Dyfarnu Canŵio Prydain i brofi cymhwysedd mewn cwch nad yw’n cael ei nodi ar Dystysgrif Hyfforddwr Chwaraeon Padlo yr ymgeisydd. Argymhellir y dyfarniadau canlynol (gellir defnyddio Dyfarniad 3 Seren perthnasol hefyd):

Cwch	Teitl y Dyfarniad
Canŵ	Dyfarniad Canŵ, Dyfarniad Canŵ Teithio
Caiac neu Eistedd Arno	Dyfarniad Dŵr Gwyn, Dyfarniad Canŵ Teithio, Dyfarniad Caiac Môr, Dyfarniad Caiac Beiston
Padlfwrdd Sefyll	Dyfarniad Padlfwrdd Sefyll (Dŵr Cysgodol), Dyfarniad Canŵ Teithio

Ar ôl cyflawni'r Dyfarniad Perfformiad Personol, cynghorir bod y trefnydd yn gwirio sgiliau a gallu'r rhwyfwr. Yna, byddai Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yn rhagweld y gellid defnyddio Hyfforddwyr Chwaraeon Padlo yn y cwch arall.

Safonau Sylfaenol

Mae'n gyfrifoldeb ar y trefnydd i sicrhau bod gan hyfforddwyr y sgiliau, y wybodaeth a'r ddealltwriaeth gywir i gefnogi'r rôl a gynigir. Mae Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yn argymell y canlynol fel y safonau sylfaenol ar gyfer hyfforddwyr:

- hyfforddiant cymorth cyntaf cyfredol a pherthnasol;
- yswiriant atebolrwydd;
- hyfforddiant diogelu cyfredol a pherthnasol
- cynnal sgiliau personol, sgiliau achub/diogelwch, sgiliau hyfforddi cyfredol;
- o oedran addas.

Noder na ellir ystyried person ifanc yn gyfrifol am arwain yn ôl y gyfraith tan iddynt droi'n 18 oed.

Cynllun Diweddaru

Mae Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yn cynnig cynllun Diweddariad i Hyfforddwyr drwy Ganolfannau Cyflwyno'r Wlad Gartref i sicrhau bod yr hyfforddwr yn bodloni'r safonau sylfaenol. Os ydych am gael y gydnabyddiaeth hon, mae angen i chi fodloni meini prawf penodol. Mae gwybodaeth bellach am sut y gall Canolfan Gyflwyno eich Gwlad Gartref eich cefnogi yn y meysydd hyn ar gael ar eu gwefannau.Caiff cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo ei gydnabod gan Ganolfannau Cyflwyno'r Gwledydd Cartref yn dystiolaeth ddilys o Ddatblygiad Personol Parhaus ar gyfer y Cynllun Diweddaru i Hyfforddwyr.

Datblygiad Proffesiynol Parhaus

Rydym yn eich annog i ddatblygu eich dysgu a'ch gwybodaeth am y chwaraeon drwy weithio gyda hyfforddwyr mwy profiadol a thrwy hyfforddiant pellach. Mae cyfleoedd ar gael yn aml drwy raglenni Canolfannau Cyflwyno'r Wlad Gartref, neu gallwch gyrchu cyrsiau eraill sy'n ymwneud â hyfforddi neu arwain. Mae'n bosibl y byddwch am ystyried ail-wneud cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo hefyd i ategu eich dysgu a'ch datblygiad parhaus.

Ystyriaethau amgylcheddol

Mae'n gyfrifoldeb ar bob rhwyfwr i fod yn sensitif i'r amgylchedd amgylcheddol, cymunedau lleol a defnyddwyr eraill yn yr ardal lle bydd yn rhwyfo, ac i leihau ei effaith arnynt cymaint â phosibl.

Mynd â'ch Cymwysterau Ymhellach

Ar ôl i chi ennill ychydig o brofiad, neu os ydych yn dymuno cymryd rolau gwahanol, efallai y byddwch yn dewis gweithio tuag at gymwysterau eraill Corff Dyfarnu Canŵio Prydain neu fodiwlau hyfforddi. Gallwch gael rhagor o fanylion ynghylch y cyrsiau hyn ar wefan Corff Dyfarnu Canŵio Prydain.

Cymhwyster Arwain Chwaraeon Padlo: Mae hyfforddwr sy'n ddeiliad cymhwyster Arwain a Hyfforddi Chwaraeon Padlo mewn safle da i gyflawni ei ddyletswyddau hyfforddi yn fwy annibynnol. Mae'r cymhwyster Arwain Chwaraeon Padlo yn cynnwys lefel uwch o asesu diogelwch, sgiliau achub a sgiliau personol, a chaiff ei ategu gan brofiad ehangach a dyfnach. Gellir defnyddio'r cymhwyster Arwain Chwaraeon Padlo i ehangu gorchwyl yr hyfforddwr i amgylcheddau 'Dŵr Cysgodol'.

Cymhwyster Arweinydd Teithiol Chwaraeon Padlo: Mae hyfforddwr sydd ag Arweinydd Teithiol Chwaraeon Padlo a Hyfforddwr Chwaraeon Padlo mewn sefyllfa dda i gyflawni eu dyletswyddau hyfforddi gyda mwy o ymreolaeth. Mae cymhwyster Arweinydd Teithiol Chwaraeon Padlo yn cynnwys lefelau uchel o ddiogelwch, achub a sgiliau personol ac fe'i cefnogir gan ystod ehangach a dyfnach o brofiad. Gellir defnyddio'r cymhwyster Arweinydd Teithiol Chwaraeon Padlo i ymestyn cylch gwaith yr hyfforddwr i Ddŵr Mewndirol Cymedrol ac ar afonydd sydd hyd at ond heb gynnwys gradd 2.

Dyfarniadau Arwain Eraill: Mae Dyfarniadau Arwain ar gael i rwyfwyr sy'n dymuno arwain teithiau mewn Caiac Môr, Caiac Beiston, Caiac Agored a Dŵr Gwyn. Yn y rhan fwyaf o achosion, mae dwy lefel i'r dyfarniad; un ar gyfer amodau dŵr cymedrol, ac un arall ar gyfer amodau dŵr mwy heriol.

Modiwlau Arwain: Mae amrywiaeth o fodiwlau ar gael i hyfforddwyr sy'n cynnig gweithgareddau a arweinir, yn enwedig i'r rhai sy'n gweithio ym maes Twristiaeth Antur. Mae'r pynciau'n cynnwys trefnu/cynllunio taith, technegau arwain, gofal cwsmeriaid a gwersylla. Yn gysylltiedig â'r modiwlau hyn, mae cydnabyddiaeth drwy Ardystiad Arwain Corff Dyfarnu Canŵio Prydain.

Modiwl Cynorthwyol Padlfwrdd Sefyll: Diben y modiwl hwn yw cefnogi hyfforddwyr sy'n dymuno deall gweithgaredd padlfwrdd sefyll yn well.

Bwrdd Padlo Stand Up (SUP) Mwy Diogel: Mae'r cwrs 4 awr hwn yn ymdrin â diogelwch penodol ar y Bwrdd Padlo Stand Up mewn amgylchedd dŵr cysgodol.

Dyfarniadau Hyfforddi: Mae’n bosibl y byddwch am ddilyn Dyfarniad Hyfforddi os oes gennych ddiddordeb mewn helpu pobl i ddatblygu eu sgiliau chwaraeon padlo. Mae’r rhain yn gymwysterau ar gyfer y rheini sy’n dymuno hyfforddi dechreuwyr neu gynnal sesiynau cychwynnol a cheir ystod o ddyfarniadau sy’n benodol i ddisgyblaeth sy’n ymdrin â’r ystod eang o’n disgyblaethau arbenigol.

Cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo: Mae’n bosibl y byddech yn dymuno ail-wneud y cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo. Bydd hwn yn rhoi’r cyfle i chi adolygu a datblygu eich sgiliau presennol neu ganolbwyntio ar weithio o wahanol fathau o gychod. Fe’ch cynghorir i siarad â darparwr y cwrs cyn cadw lle ar gwrs ailadrodd i sicrhau ei fod yn addas ar gyfer eich anghenion dysgu.

Polisïau Ategol

Apeliadau: Os ydych yn credu bod penderfyniad asesu yn anghywir, mae gennych hawl i apelio drwy Ganolfan Gyflwyno eich Gwlad Gartref. Dylech gyflwyno eich ymholiadau, neu gofrestru eich bwriad i gyflwyno apêl, o fewn 30 niwrnod ar ôl penderfyniad yr asesiad. Gellir ymestyn y cyfnod hwn mewn amgylchiadau eithriadol yn unig.

Cwynion: Os hoffech wneud cwyn am y ffordd y mae staff y cwrs wedi'ch trin, neu am y ffordd y cafodd y cwrs ei gynnal, cysylltwch â Chanolfan Gyflwyno'r Wlad Gartref berthnasol.

Cyfleoedd Cyfartal: Rydym yn ymrwymedig i sicrhau tegwch a mynediad i asesiad, a hynny i bob ymgeisydd ni waeth hil, tarddiad ethnig neu genedlaethol, rhyw, cyfeiriadedd rhywiol, anabledd, oed, statws priodasol, dosbarth cymdeithasol, credoau a chysylltiadau gwleidyddol neu grefyddol neu nodweddion personol neu broffesiynol eraill nad ydynt yn cael effaith ar asesiad, a hynny wrth ddiogelu uniondeb y cymwysterau ar yr un pryd. Mae'r 'Polisi Cyfleoedd Cyfartal ar gyfer Tegwch a Mynediad i Asesiad' ar gael gan Ganolfannau Cyflwyno'r Gwledydd Cartref.

Problemau'n Codi yn ystod yr Asesiad: Gallwch wneud cais am ystyriaeth arbennig os ydych yn colli sesiwn asesu, yn cyflwyno gwaith ysgrifenedig yn hwyr, neu'n perfformio'n wael yn sgil afiechyd, anaf neu anhwylder dros dro a ddioddefir adeg yr asesiad. Am ragor o fanylion, gweler 'Polisi ac Arferion Ystyriaethau Arbennig' sydd ar gael gan Ganolfannau Cyflwyno'r Gwledydd Cartref.

Addasiadau Rhesymol: Mae Polisi Addasiadau Rhesymol Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yn disgrifio sut y gall asesiadau gael eu haddasu ar gyfer dysgwyr ag anabledd ac anawsterau eraill. Os ydych yn debygol o gael anhawster o ran y dulliau asesu, rhaid i chi drafod unrhyw bryderon â thiwtor eich cwrs. Bydd tiwtor y cwrs yn sicrhau eich bod yn cael eich asesu mewn modd addas yn unol â'r polisi.

Achredu Dysgu Blaenorol: Os ydych yn teimlo eich bod wedi cwblhau cynnwys y cwrs drwy gyfleoedd dysgu eraill, gallwch wneud cais i Ganolfan Gyflwyno eich Gwlad Gartref am Achrediad Profiad a Dysgu Blaenorol (APL). Gellir defnyddio tystiolaeth o astudiaeth, cyflogaeth neu waith gwirfoddol. Mae'n bosibl y bydd ymgeiswyr â chymwysterau a phrofiad perthnasol am ddefnyddio Achrediad Dysgu

Blaenorol i wneud cais am fynediad uniongyrchol i Asesiad Dyfarniad Hyfforddi. Gallwch gael rhagor o fanylion ar wefannau Canolfan Cyflwyno'r Wlad Gartref.

Camymddygiad: Ni oddefir camymddygiad. Rhaid adrodd am unrhyw amheuon o gamymddygiad gan ymgeiswyr, darparwyr neu unrhyw un arall sydd ynghlwm wrth ddarparu cymwysterau Corff Dyfarnu Canŵio Prydain i Ganolfan Gyflwyno'r Wlad Gartref berthnasol. Bydd unrhyw un sy'n methu ag adrodd am amheuon o gamymddygiad yn cael ei archwilio a gall fod yn destun camau disgyblu. Yn ogystal, bydd Corff Dyfarnu Canŵio Prydain yn cynnal ymchwiliad llawn i bob achos o gamymddygiad honedig neu yr amheuir pryd bynnag y bydd ganddynt reswm i amau uniondeb y broses asesu a/neu ddilysrwydd ceisiadau am ardystiad a bydd yn cymryd y camau sy'n briodol i gynnal uniondeb y cymwysterau perthnasol.

Manylion Cyswllt

Gallwch gael rhagor o fanylion ynglŷn â chyrsiau, aelodaeth a chofrestru yn uniongyrchol gan Ganolfannau Cyflwyno'r Gwledydd Cartref:

Paddles Up Training
Adbolton Lane, Holme Pierrepont
Nottingham NG12 2LU
Ffôn: 0300 0119 500
coaching@paddlesuptraining.com
www.paddlesuptraining.com

Paddle Cymru
Canolfan Dŵr Gwyn Genedlaethol
Frongoch, y Bala
Gwynedd LL23 7NU
Ffôn: 01678 521199
admin@paddlecymru.org.uk
www.paddlecymru.org.uk

Paddle Scotland

Grandtully Station Park
Grandtully
Pitlochry PH9 0PL
Ffôn: 01887 292040

coaching@paddlescotland.org.uk
www.paddlescotland.org.uk

Paddle Northern Ireland

Belfast Boat Club
12 Lockview Road
Belfast BT9 5FJ
Ffôn: 07526 691171

admin@paddleni.org.uk
www.paddleni.org.uk

Atodiad 1: Sgiliau Padlo Personol ac Achub

Cyn mynychu cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo, mae angen i chi fod wedi datblygu eich sgiliau padlo personol ac achub.

Er y bydd cyfle i badlo amrywiaeth o gychod yn ystod y cwrs, bydd angen i chi ddewis eich hoff fath o gwch ar gyfer yr asesiad padlo personol a sgiliau achub. Gallwch ddewis un o blith y canlynol:

- caiac (gall fod yn dwll eistedd agored neu gaeedig);
- canŵ agored;
- padlfwrdd eistedd;
- padlfwrdd sefyll.

Bydd y cwch a ddefnyddir yn cael ei nodi ar eich tystysgrif.

Bydd eich sgiliau padlo personol ac achub yn cael eu hasesu yn ystod y cwrs Hyfforddwr Chwaraeon Padlo (ond ni chânt eu haddysgu). Rydym wedi darparu rhestr wirio drosodd i'ch helpu i adolygu eich sgiliau. Mae wedi'i seilio ar y safon sydd ei hangen yn yr asesiad. Dylech drafod â darparwr y cwrs os ydych yn ansicr o ran lefel eich sgiliau.

Sylwer bod angen i'r holl ymgeiswyr allu berfformio'r **holl** achubiadau a restrir drosodd, ni waeth pa gwch maent yn dewis ei rwyfo eu hunain.

Mae'r 'Canllawiau Asesu Hyfforddwr Chwaraeon Padlo' yn rhoi gwybodaeth fanwl bellach am safonau gofynnol yr asesiad.

Rhestr Wirio Hyfforddwr Chwaraeon Padlo			
CWCH: caiac ○; canŵ agored ○; padlfwrdd eistedd ○; padlfwrdd sefyll ○			
Padlo Personol (mae angen perfformiad cyson) **Mae'r hyfforddwr yn dangos:**	**1**	**2**	**3**
dewis a gosod y cwch yn briodol (e.e. maint, troedfainc/cynhalydd cefn, rhaffau clymu, esgidiau bwrdd, etc);			
technegau codi a chario diogel (argymhellir cael cymorth);			
gallu i lansio a glanio'n effeithiol ac yn ddiogel o amrywiaeth o fannau mynediad/allanfa rhesymol gyda'r cwch/bwrdd ar wyneb y dŵr (e.e. glanfa, grisiau, ymyl traeth, traeth), heb ddefnyddio'r rhwyf na chael cymorth;			
gallu i reoli'r cwch mewn llinell syth, gan ddefnyddio ychydig iawn o strociau cywiro neu frecio;			
gallu i lywio'r cwch yn gywir (troi, llywio, cyflymu/arafu, mynd am yn ôl, mynd tua'r ochr);			
gallu i reoli ei hun o fewn fframweithiau diogelwch a ddewiswyd ei hun.			
gallu i gyflwyno ei hun fel esiampl dda i'w dilyn.			
Padlo Personol (derbynnir perfformiad ysbeidiol) **Mae'r hyfforddwr yn dangos:**	**1**	**2**	**3**
osgo rhagweithiol gan ddefnyddio cyhyrau mwyaf y corff (fel sy'n briodol i'r cwch);			
tensiynu'r cyhyrau a 'pharodrwydd' drwy'r cyhyrau allweddol, gyda lefel sylfaenol o dyndra a symudiadau effeithlon a diwastraff;			
yn gytbwys, ystwyth ac yn medru rheoli symudiad y corff, y rhwyfau a'r cwch;			
yn defnyddio pwyntiau'r corff sydd mewn cyswllt â'r cwch, a lefel sylfaenol o dyndra'r cyhyr drwy'r craidd, i 'gysylltu'r' cwch/bwrdd a'r corff;			
trosi pŵer yn effeithiol o'r corff a'r dŵr i symud y cwch/bwrdd;			
strociau effeithiol a chydlynol gan ddefnyddio'r traed, y coesau, y torso a rhan uchaf y corff (fel y bo'n briodol i'r cwch);			
yn defnyddio pŵer i symud i fyny at y rhwyf, y tu hwnt iddi neu o'i hamgylch (heb geisio tynnu'r rhwyf drwy'r dŵr);			
cydbwysedd a sefydlogrwydd pan ddefnyddir grym ar strociau;			

defnyddio trim, gogwydd a/neu ymyl i helpu o ran effeithlonrwydd.			
Sgiliau Achub (mae angen perfformiad cyson ac effeithiol) **Gall yr hyfforddwr:**	1	2	3
achub unigolyn o ganŵ sydd wedi troi drosodd a'i gyfarpar mewn dŵr dwfn;			
achub unigolyn o gaiac (twll eistedd agored, caeedig neu gaiac eistedd) sydd wedi troi drosodd a'i gyfarpar o ddŵr dwfn;			
adennill padlfyrddiwr sefyll i fyny, a'u hoffer, sydd wedi disgyn oddi ar eu bwrdd o ddŵr dwfn;			
achub nofiwr i'r glannau gan ddefnyddio dull achub sy'n seiliedig ar gwch/bwrdd;			
achub unigolyn mewn canŵ ar ei sefyll sydd wedi'i analluogi i'r glannau;			
achub unigolyn o gaiac (twll eistedd agored, caeedig, neu gaiac eistedd) ar ei sefyll sydd wedi'i analluogi i'r glannau;			
achub unigolyn ar fwrdd padlo sefyll sydd wedi'i analluogi i'r glannau;			
achub caiacwr anymwybodol o gaiac â thwll eistedd caeedig sydd wedi troi drosodd yn y dŵr:			
achub rhwyfwr sydd wedi'i ddal o ganŵ sydd wedi troi drosodd:			
troi drosodd a chyflawni hunan-achub yn effeithiol.			

1 = yn gwneud hyn yn dda yn gyson

2 = yn perfformio'n ysbeidiol neu'n ddigonol

3 = yn anaml neu â diffyg sylweddol