



**Dyfarniad Hyfforddwr Padfwrdd
Sefyll Lefel 1 BCAB
Canllawiau Aseu**

Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB

Canllawiau Asesu

Rhagarweiniad

Mae'r ddogfen hon yn rhoi canllawiau penodol i ddysgwyr, tiwtoriaid ac aseswyr ar yr asesiad, a'r meini prawf a'r safonau sydd eu hangen ar gyfer Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB. Ceir crynodeb o'r meini prawf asesu ym 'Mhecyn Datblygu Dysgwr Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB' a chânt eu hegluro ymhellach yma yn y 'Canllawiau Asesu'. Defnyddir y canllawiau yn y ddogfen hon i lywio penderfyniadau asesu.

Dylid darllen y Canllawiau Asesu hyn ynghyd â'r dogfennau canlynol:

- Pecyn Datblygu Dysgwr Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB;
- Manyleb y Cymhwyster Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB;
- Canllaw Cwrs Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB.

Mae'r 'Canllaw Cwrs' yn rhoi manylion am y dyfarniad a'r gofynion cyffredinol, ac mae'r 'Nodiadau i Diwtoriaid' cysylltiedig yn egluro'r materion sefydliadol sy'n ymwneud â hyfforddi ac asesu. Ceir manylion pellach am y cynnwys sy'n gysylltiedig â'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth sylfaenol drwy'r pecyn e-ddysgu Hyfforddwr BCAB, Rhaglen y Tiwtor a Chynlluniau Gwersi, a Manyleb y Cymhwyster.

Ystod Amgylcheddol

Mae'r cwrs/cymhwyster Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB (a'r holl weithgareddau asesu) wedi'i fframio gan sesiynau rhagflas/cychwynnol Padlfwrdd Sefyll (SUP) sy'n cael eu cyflwyno mewn amodau **Dŵr Cysgodol lawn**.

Mae'r **Diffiniad o Ddŵr Cysgodol lawn** yn cynnwys:

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

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 metr o'r glannau ar unrhyw adeg.

Byrddau

Dylid dewis SUPs sefydlog y gellir dysgu i'w rheoli'n gyflym yn gyffredinol, gan eu bod yn fwy addas ar gyfer sesiynau rhagflas/cychwynnol SUP lle mae'r pwyslais ar 'padlo' yn hytrach na 'dysgu padlo'.

Noder nad yw byrddau bordhwylio'n cael eu hystyried yn ddewis amgen priodol i badlfyrddau sefyll.

Meini Prawf Asesu

Erbyn diwedd y cwrs hwn, disgwylir i ddysgwyr fod wedi dangos gwybodaeth a sgiliau fel y nodir yn y tri maes canlynol:

1. Safonau Proffesiynol
2. Sgiliau Padlo Personol
3. Sgiliau Achub

1. Safonau Proffesiynol

Erbyn diwedd y cwrs, disgwylir i'r dysgwr ddangos ystod o safonau proffesiynol sy'n nodweddiadol o rôl Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll.

Defnyddir dulliau asesu ffurfiannol i roi adborth ansoddol i'r dysgwr ar ei ymddygiad a'i rinweddau. Dylai hyn helpu i'w baratoi i weithio mewn clybiau, canolfannau neu gyda darparwyr chwaraeon padlo eraill, gan helpu'r dysgwr i ddatblygu ei hun yn hyfforddwr gosodadwy. Bydd yr asesiad ffurfiannol yn cynnwys elfennau:

- hunanasesu;
- asesu cyfoedion a thrafodaeth;
- aseswr yn arsylwi a thrafodaeth broffesiynol.

Mae'r Pecyn Datblygu i Ddysgwyr yn rhoi adnoddau cymorth hanfodol ar gyfer yr elfen hon o'r asesiad.

Ystyrir y rhinweddau canlynol yn hanfodol i'r rôl Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll a byddant yn llunio'r sail i'r asesiad ffurfiannol hwn:

1.1 cynnal enw da'r proffesiwn a'r gamp:

Mae'n bwysig bod yr hyfforddwr yn ymddangos:

- yn lân, wedi'i wisgo'n addas;
- ar amser;
- yn ddigynnwrf;
- i fod yn dilyn codau ymddygiad perthnasol;
- yn dangos esiampl dda.

1.2 gweithio fel rhan o dîm i hwyluso gweithgaredd padlfwrdd:

Mae'n bwysig bod yr hyfforddwr:

- yn gweithio yn rhan o dîm i baratoi sesiynau ymarferol a thacluso ar eu hôl;
- yn dangos ymagwedd broffesiynol o ran sut mae'n trin eraill (yn gwrtais, yn barod i helpu, yn gefnogol, yn sylwgar, â pharch ac yn deg);
- yn ennyn parch a ffydd gan eraill;
- yn gyffredinol hwyliog;
- yn cyfathrebu'n glir ac yn effeithiol.

1.3 yn dewis ymddygiad sy'n osgoi achosi effaith negyddol ar yr amgylchedd a defnyddwyr eraill:

Mae'n bwysig bod yr hyfforddwr:

- yn lleihau cymaint â phosib/osgoi sbwriel ac erydiad;
- yn osgoi achosi gofid i fywyd gwylt a defnyddwyr eraill drwy gynnal agwedd sensitif wrth ddewis safle, defnyddio ardaloedd glannau a rennir a lefel sŵn;
- yn dilyn unrhyw godau ymarfer perthnasol

1.4 yn cymryd rhan weithredol yn ei ddysgu ei hun i ddatblygu ei sgiliau a'i rinweddau proffesiynol ei hun.

Mae'n bwysig bod yr hyfforddwr:

- Yn cymryd rhan yn weithredol ym mhob agwedd ar y cwrs Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB;
- yn dangos y cymhelliant a'r chwilfrydedd i barhau i ddatblygu'n bersonol y tu hwnt i'r cwrs.

2. Sgiliau Padlo Personol

Erbyn diwedd y cwrs, disgwylir i'r dysgwr allu dangos ei fod wedi meddu ar y sgiliau padlo personol gofynnol i gefnogi ei ddyletswyddau fel hyfforddwr yn y dyfodol. Mae'r elfen hon o'r cwrs yn cael ei hasesu'n gyfannol drwy gydol y cwrs Dyfarniad Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll Lefel 1 BCAB.

Mae angen i'r hyfforddwr ddangos sgiliau personol effeithiol ac effeithlon ar Padlfwrdd Sefyll, mewn amgylchedd Dŵr Cysgodol iawn. Caiff hwn ei fframio gan y gofyniad i'r hyfforddwr allu:

- hwyluso'r gwaith o gyflwyno sesiynau hwyl;
- manteisio'n llawn ar y cyfleoedd a gynigir gan yr amgylchedd dŵr cysgodol iawn;
- cefnogi diogelwch cyfranogwyr a'i hun;
- cyflawni achubiadau;
- ysbrydoli a magu hyder eraill.

Rhaid i'r hyfforddwr:

2.1 ddewis a pharatoi ei fwrdd:

Mae'r hyfforddwr yn dangos y cymhwysedd, y gallu i ddehongli sefyllfaoedd a'r sgiliau gwneud penderfyniadau i ddewis bwrdd priodol i hyfforddi ohono, sy'n cyd-fynd â'i gymhwysedd a'i brofiad personol. Bydd angen iddo baratoi ei fwrdd yn gywir (e.e. tennyn, esgyll, wedi'i lenwi'n briodol, ac ati).

2.2 defnyddio technegau codi a chario diogel:

Mae'r hyfforddwr yn defnyddio technegau codi a chario diogel yn gyson i symud byrddau rhwng cerbyd/trelar/storfa a'r safle lansio.

2.3 lansio a glanio'n effeithiol:

Mae'r hyfforddwr yn dangos ei allu i lansio a glanio'n gyson o amrywiaeth o fannau mynediad/allanfa rhesymol gyda'r bwrdd ar wyneb y dŵr (e.e. glanfa, grisiau, ymyl traeth, traeth).

2.4 symud a rheoli ei fwrdd yn ddiogel ac yn effeithiol:

Caiff sgiliau personol eu hasesu'n gyfannol drwy gydol y cwrs mewn amgylchedd dŵr cysgodol iawn. Dylai'r hyfforddwr allu symud ei fwrdd yn gywir ac yn effeithiol o amgylch yr amgylchedd gan ddefnyddio ei stoc o sgiliau.

Mae'n rhesymol disgwyl bod yr hyfforddwr yn sefyll ac yn gallu defnyddio sgiliau o'i stoc a fydd yn ei alluogi i wneud y canlynol mewn modd **cyson a manwl gywir**:

- cadw rheolaeth mewn llinell syth, gan ddefnyddio strociau cywiro priodol;
- padlo cwrs sy'n rhesymol syth, gyda rhai troadau llyfn o bryd i'w gilydd
- dod i stop mewn modd rheoledig o fewn nifer fach o strociau (tua 4);
- troi troadau tynn yn effeithiol o amgylch pwynt, ac yna cyflymu i gyfeiriad newydd;
- gallu gwneud troad agored o amgylch pwynt heb golli cyflymder.

Noder na ddylid ystyried y rhain yn rhestr o dechnegau i'w ticio.

Er bod angen i ddysgwyr fod yn gyson ac yn fanwl gywir wrth symud eu byrddau yn effeithiol, cydnabyddir y gallai eu technegau fod yn y cam ymarfer o ddysgu o hyd. Mae'n bosibl y bydd angen i'r hyfforddwr feddwl am y pwyntiau technegol penodol, gallent fod yn anghyson a/neu gallai fod angen eu hatgoffa ohonynt. Dylent fod yn ymwybodol o'r elfennau o

ansawdd perfformiad, gallu eu gweithredu o fewn eu perfformiad o leiaf ar adegau a dangos y cymhellant i barhau i ddysgu a datblygu mewn meysydd yn ôl yr angen.

Disgwylir y rhinweddau canlynol, er bod perfformiad ysbeidiol yn dderbyniol:

- ystum rhagweithiol gan ddefnyddio cyhyrau mwyaf y corff;
- tensiwn y cyhyrau a 'pharodrydd' 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 badl a'r bwrdd;
- trosi pŵer yn effeithiol o'r corff a'r dŵr i symud y bwrdd;
- strociau effeithiol a chydlynol gan ddefnyddio'r traed, y coesau, y torso a rhan uchaf y corff;
- yn defnyddio pŵer i symud i fyny at y badl, y tu hwnt iddi neu o'i hamgylch (heb geisio tynnu'r badl drwy'r dŵr);
- cydbwysedd a sefydlogrwydd pan ddefnyddir grym ar strociau;
- defnyddio trim, gogwydd a/neu ymyl (defnyddio rheiliau) i helpu o ran effeithlonrwydd.

Mae anghysondeb gyda thechnegau'n anochel yn y cam ymarfer o ddysgu. Fodd bynnag, nid yw arferion gwael sy'n rhoi'r corff mewn perygl o anaf yn dderbyniol a rhaid eu cywiro a llunio camau gweithredu ar eu cyfer bob tro.

2.5 rheoli ei hun o fewn fframweithiau diogelwch a ddewiswyd ganddo.

Er enghraifft:

- dangos agwedd briodol ar risg a hydradu, maethu a chynhesrwydd personol;
- dangos ymwybyddiaeth o ffactorau risg, yn effro i ffactorau newidiol/perthnasol;
- defnyddio sgiliau, technegau a thactegau sy'n lleihau'r risg o anaf i'w hun.

2.6 yn dangos esiampl dda i'w dilyn:

Er enghraifft:

- arwain drwy esiampl ac ymddwyn yn y modd yr hoffai i aelodau'r grŵp ymddwyn;
- gofalu am yr amgylchedd a'i barchu;
- gofalu am badlwyr eraill a'u parchu;
- dangos angerdd a brwdfrydedd tuag at chwaraeon padlo, y gweithgaredd a'r dasg dan sylw;
- gofalu am yr offer;
- dangos arfer da a gallu o ran sgiliau padlo personol;
- dangos ei fod yn agored ac yn ymrwymedig i ddysgu;
- ennyn parch a ffydd gan eraill;
- yn gyffredinol hwyliog ac yn gwmni pleserus.

3. Sgiliau Achub

Erbyn diwedd y cwrs, rhaid i'r dysgwr fod wedi dangos y gallu, y sgiliau dehongli a'r sgiliau gwneud penderfyniadau sydd eu hangen i ymdrin ag amrywiaeth o sefyllfaoedd achub yn ddiogel. Rhaid i ddysgwyr ddangos eu bod yn medru ymdrin â **phob un** o'r sefyllfaoedd a nodir yn 3.1-3.5. Rhaid iddynt:

- ddewis techneg achub addas;
- dilyn y protocol hunan-tîm-anafus-cyfarpar;
- rhoi cyfarwyddiadau clir a chywir;
- cyflawni'r achubiad yn effeithiol;
- adfer y claf yn effeithiol (a'i gyfarpar);
- cymryd rhagofalon diogelwch personol priodol (gan gynnwys symud a chario diogel);
- ymddwyn mewn modd priodol (yn bwylllog a chan reoli'r sefyllfa).

Bydd senarios sy'n nodweddiadol o sesiwn rhagflas/cychwynnol SUP yn cael eu defnyddio, a'u perfformio mewn amgylchedd dŵr cysgodol iawn. Rhaid i'r tiwtor gynnal asesiadau risg trylwyr cyn rhoi padlwyr mewn sefyllfaoedd risg uchel yn fwriadol, a dewis senarios sy'n ei alluogi i asesu'n ddiogel ac yn effeithiol. Gall tiwtoriaid ychwanegu at eu harsylwadau drwy gwestiynu i

archwilio ymhellach i allu'r dysgwr i gynnal achubiadau mewn sefyllfaoedd go iawn.

Mae'r achubiadau canlynol yn ofynnol:

3.1 Achub padlwr a'i gyfarpar mewn dŵr dwfn:

Mae angen i ddysgwyr ddangos y gallant achub unigolyn ar fwrdd padlo sefyll sydd wedi troi drosodd mewn dŵr dwfn:

Rhaid i'r dysgwr ddechrau o 10 metr i ffwrdd a rhaid iddo ddangos y gall unioni bwrdd sydd wyneb i waered, a helpu cyfranogwr sydd mewn trafferth i ddychwelyd ar ei fwrdd o ddŵr dwfn. Mae gallu achub y senario heb ddychwelyd i'r glannau yn cael ei ystyried yn sgil craidd i Hyfforddwr Padlfwrdd Sefyll.. Rhaid ymarfer y sgil hwn a llunio camau gweithredu i'w ddatblygu os oes angen.

Dylai'r dysgwr fod wedi sefydlogi'r sefyllfa o fewn 3 munud ar ôl i'r nofiwr gwmpo i'r dŵr, gan sicrhau bod:

- y nofiwr allan o'r dŵr;
- bwrdd y nofiwr dan reolaeth;
- padl y nofiwr dan reolaeth;
- y bwrdd wedi cael ei unioni.

Dylai senarios adlewyrchu sefyllfaoedd cyffredin a allai ddigwydd mewn sesiwn ragflas/cychwynnol SUP. Gall hyn gynnwys nofiwr sydd mewn cyflyrau amrywiol o ddigyffro/pryder, neu sy'n hyblyg neu'n ystwyth i raddau amrywiol.

Rhaid i'r dysgwr ddewis y dull mwyaf priodol ar gyfer y sefyllfa benodol.

3.2 Achub nofiwr i'r glannau gan ddefnyddio dull achub sy'n seiliedig ar fwrdd ar ei fol:

Mae angen i ddysgwyr badlo 50 metr ar eu boliau i achub nofiwr o ddŵr dwfn. Unwaith y byddant wedi cyrraedd y nofiwr, dychwelyd i'r glannau heb ddefnyddio'r badl dros bellter o 50 metr o fewn 3 munud ar ôl mynd i mewn i'r dŵr.

3.3 Achub padlwr sydd wedi'i analluogi i'r glannau:

Rhaid i'r hyfforddwr achub padlwr ymwybodol, ond sydd wedi'i analluogi, i'r glannau (gan deithio pellter o 10 metr o leiaf), gan ddefnyddio dull addas, e.e.:

- gwthio'r padlwr i'r glannau;
- dod â'r padlwr ar ei fwrdd ei hun;
- defnyddio hwyltraffau, webinau neu systemau byrfyfyr eraill i halio.

Gall y dysgwr ddewis ei hoff ddull halio. Dylai'r dysgwr fod wedi achub y padlwr i'r glannau o fewn 2 funud ar ôl i'r achubiad ddechrau.

Dylai senarios adlewyrchu sefyllfaoedd cyffredin a allai ddigwydd mewn sesiwn ragflas/cychwynnol SUP. Er enghraifft, i helpu rhywun sydd wedi'i anafu, sy'n flinedig, sy'n methu llywio'r cwch neu sydd wedi colli ei rwyf.

3.4 Sefydlogi person anymwybodol yn y dŵr:

Rhaid i ddysgwyr ddangos y gallent sefydlogi padlwr anymwybodol yn y dŵr. Mae disgwyl i ddysgwyr ymateb yn ddiogel ac yn gyflym:

- troi a sefydlogi'r padlwr anymwybodol;
- cynnal llwybr anadlu;
- galw am help.

Dylai'r achubwr fod wedi sefydlogi'r sefyllfa o fewn 1 funud o'r digwyddiad, gan gynnwys sicrhau bod gan y padlwr anymwybodol lwybr anadlu agored a bod y sefyllfa wedi'i sefydlogi. Disgwylir bod y dysgwr wedyn yn gallu dychwelyd i'r glannau nid mwy na 10 metr i ffwrdd gyda'r claf.

Dylai senarios chwarae rôl adlewyrchu sefyllfaoedd a allai ddigwydd mewn sesiwn ragflas/cychwynnol SUP. Er enghraifft, anaf neu salwch sy'n arwain at golli ymwybyddiaeth. Er na ddylai hyn ddigwydd yn aml iawn, gallai'r modd y mae'r hyfforddwr yn gweithredu achub bywydau.

Yn y senario, mae'n dderbyniol i'r achubwr fod wedi'i leoli yn agos at y padlwr anymwybodol, i ganolbwyntio ar asesu ei allu i sefydlogi (yn hytrach na'i sgil symud sy'n cael ei asesu rhywbryd arall).

3.5 Cwmpo oddi ar y bwrdd a mynd yn ôl arno mewn dŵr dwfn:

Rhaid i'r hyfforddwr ddangos ei allu i adfer os bydd yn cwmpo oddi ar ei fwrdd mewn dŵr dwfn wrth fod yn gyfrifol am grŵp.

Wrth gwmpo oddi ar eu byrddau mewn dŵr dwfn, rhaid i ddysgwyr unioni eu byrddau a mynd yn ôl arno heb gymorth.

Rhaid i ddysgwyr allu achub eu hunain i'r pwynt lle gallant barhau â'u cyfrifoldebau fel hyfforddwyr.

Dylai senarios adlewyrchu sefyllfaoedd a allai ddigwydd mewn sesiwn ragflas/cychwynnol SUP; er enghraifft, cwmpo i'r dŵr ar ddamwain wrth chwarae gemau.

Y Weithdrefn Apeliadau

Trefniadau Apeliadau

Pryd bynnag nad yw Canolfannau Cyflawni neu ymgeiswyr yn cytuno â phenderfyniadau asesu Corff Dyfarnu Canŵio Prydain (BCAB) neu benderfyniadau eraill sy'n effeithio arnynt, gallant gyflwyno apêl ffurfiol. P'un a yw'n ganolfan neu'r ymgeisydd sy'n dymuno apelio, rhaid i'r Ganolfan Gyflawni gyflwyno apêl bob amser ac amlinellu'n glir y rheswm pam y caiff ei chyflwyno. Dylai ymgeiswyr nodi bod yn rhaid i apeliadau fynd drwy'r broses briodol, ac mae'n fwy na thebyg y caiff y rhain eu datrys ar lefel aseswr a Chanolfan Gyflenwi. Ar gyfer proses o'r fath, dylai ymgeiswyr gysylltu â'r Ganolfan Gyflawni benodol sy'n gyfrifol am yr asesiad, yn hytrach na'r Ganolfan Gyflawni y maent wedi'u cofrestru, os yw hyn yn wahanol. Dylid gwneud apeliadau ar benderfyniad Corff Dyfarnu Canŵio Prydain o fewn mis i'r penderfyniad gael ei wneud a dylid eu cyfeirio at Swyddog Cyfrifol y CDCP (BCAB). Bryd hynny, oherwydd apêl yn erbyn penderfyniad a wnaed naill ai gan y Swyddog Cyfrifol neu Bwyllgor Dyfarnu Canŵio Prydain, bydd yr apêl yn cael ei dyrchafu i'r Adran Llywodraethu am adolygiad a phenderfyniad annibynnol.