**DISGRIFIAD SWYDD A MANYLEB PERSON**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cyfadran:** | Gwasanaethau Cymuned a Gwasanaethau i Blant |
| **Uwchadran:** | Carfan Iechyd a Diogelwch y Cyhoedd |
| **Isadran:** | Hamdden, Parciau a Chefn Gwlad |
| **Uned:** | Canolfan Chwaraeon Abercynon, Pwll Nofio Bronwydd, Canolfan Hamdden y Ddraenen Wen, Canolfan Hamdden Llantrisant, Canolfan Chwaraeon Llanilltud Faerdref, Canolfan Hamdden Rhondda Fach, Canolfan Chwaraeon Cwm Rhondda, Canolfan Hamdden Sobell, Canolfan Hamdden Tonyrefail |
| **Teitl y Swydd:** | Cynorthwy-ydd yr Ystafell Ffitrwydd |
| **Rhif y Swydd ar Vision:** | 14079 - Canolfan Chwaraeon Abercynon, 14951 - Pwll Nofio Bronwydd, 3571 - Canolfan Hamdden y Ddraenen Wen, 4418 - Canolfan Hamdden Llantrisant, 13120 - Canolfan Chwaraeon Llanilltud Faerdref, 7856 - Canolfan Chwaraeon Cwm Rhondda Fach, 3410 - Canolfan Chwaraeon Cwm Rhondda, 3682 - Canolfan Hamdden Sobell, 3668 - Canolfan Hamdden Tonyrefail |
| **Gradd:** | Gradd 4 |
| **Yn atebol i:** | Rheolwr Hamdden |
| **Swyddi sy'n atebol i'r swydd yma:** | Dd/B |
| **Carfan:** | Dd/B |
| **Lefel Gwiriad y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd:** | Manwl |
| **Swyddfa / Canolfan:** | Canolfan Chwaraeon Abercynon, Pwll Nofio Bronwydd, Canolfan Hamdden y Ddraenen Wen, Canolfan Hamdden Llantrisant, Canolfan Chwaraeon Llanilltud Faerdref, Canolfan Hamdden Rhondda Fach, Canolfan Chwaraeon Cwm Rhondda, Canolfan Hamdden Sobell, Canolfan Hamdden Tonyrefail |
| **Dyddiad y Disgrifiad:** | 13/12/2016 |

**AMCANION ALLWEDDOL**

**Rhoi cyngor arbenigol ar faterion iechyd a ffitrwydd gyda golwg ar gynnal a datblygu lefelau gwasanaethau i gwsmeriaid.**

**CYFRIFOLDEBAU PENODOL**

* Rhoi cyflwyniad i'r ystafell ffitrwydd i aelodau newydd, ymgymryd ag asesiadau iechyd a ffitrwydd a rhoi hyfforddiant ar sut i ddefnyddio'r offer.
* Paratoi rhaglenni hyfforddi'n rheolaidd i ddiwallu anghenion cwsmeriaid unigol.
* Ymgymryd â gwaith ataliol a mân ofynion gwaith cynnal a chadw offer yn y gampfa.
* Paratoi cynlluniau a mentrau yn rheolaidd er mwyn cadw cwsmeriaid.
* Gofalu bod gwasanaethau i gwsmeriaid o safon uchel bob amser.
* Dilyn y camau gweithredu ar gyfer achosion o argyfwng a'r camau gweithredu arferol. Cyfeirio at lawlyfr y staff yn ôl yr angen a chydymffurfio â'r gweithdrefnau sydd ynddo'n barod ac unrhyw ddiwygiadau iddyn nhw.
* Sicrhau iechyd a diogelwch y cyhoedd ac aelodau eraill o staff.
* Gofalu bod cyfleusterau'n cael eu cynnal a'u cadw a'u glanhau ac ymgymryd â thasgau perthnasol yn ôl cyfarwyddyd neu yn ôl yr amserlen waith.
* Goruchwylio cwsmeriaid ym mhob rhan o'r adeilad a chynnig cyngor a chyfarwyddyd yn ôl yr angen.
* Mynd i gyfarfodydd yn ôl yr angen.
* Rhoi sesiynau ymsefydlu i aelodau newydd o staff yn ôl yr angen.

Gweithredu cyfrifoldebau iechyd a diogelwch yn unol â dogfen ‘Cyfrifoldebau Iechyd a Diogelwch yr Uwch-adran’.

Cyflawni unrhyw ddyletswyddau a chyfrifoldebau rhesymol eraill sy'n gymesur â'r swydd ar gais y Cyfarwyddwr Gwasanaeth neu yng ngoleuni cyfle cytûn i ddatblygu'n broffesiynol.

**BYDD CYNNWYS Y DDOGFEN YMA YN CAEL EI ADOLYGU O BRYD I'W GILYDD GAN YMGYNGHORI Â DEILIAD Y SWYDD. MAE'N BOSIBL BYDD Y DISGRIFIAD SWYDD YN NEWID YN SGIL HYNNY.**

***Mae diogelu plant ac oedolion agored i niwed yn gyfrifoldeb craidd pob un o'n gweithwyr. Dylech chi roi gwybod i Hwb Diogelu Amlasiantaeth Cwm Taf am unrhyw bryderon sydd gyda chi o ran diogelu.***

**MANYLEB PERSON**

Mae'r fanyleb yma'n nodi gwybodaeth a/neu gymwysterau, profiad a chymwyseddau personol a fyddai'n ddelfrydol ar gyfer y swydd benodol yma.

Mae'r adrannau **Gwybodaeth/Cymwysterau a Phrofiad** yn disgrifio'r gallu technegol sy'n angenrheidiol er mwyn gwneud y swydd yma yn llwyddiannus.

Mae'r adran **Cymwyseddau** yn disgrifio'r mathau o sgiliau (heb fod yn dechnegol), y galluoedd, a'r nodweddion personol, a fyddai gyda'r person sy'n ddelfrydol ar gyfer y swydd benodol yma. Mae'r cymwyseddau yn disgrifio sut byddai'r person hwnnw, yn ddelfrydol, yn gweithio gyda phobl eraill a sut y byddai'n ymgymryd â'i gyfrifoldebau.

Mae'r adran **Amodau Arbennig a Gofynion Proffesiynol** yn disgrifio unrhyw briodoleddau eraill sy'n briodol i'r amgylchiadau penodol a fo'n ymwneud â'r swydd yma.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PRIODOLEDD** | HANFODOL | **DYMUNOL** |
| GWYBODAETH / ADDYSG  | Cymhwyster Cynorthwy-ydd yr Ystafell Ffitrwydd CYQ Lefel 2 (neu gymhwyster cyfatebol – Cymhwyster Galwedigaethol Cenedlaethol Lefel 2 mewn Ymarfer Corff a Ffitrwydd). Cymorth Cyntaf yn y Gwaith.Sgiliau Cymraeg Lefel 1 – Bydd raid i bob gweithiwr gymryd rhan mewn sesiwn cyflwyniad i'r Gymraeg i gyrraedd y lefel yma. Edrychwch ar y Canllaw Sgiliau Iaith Gymraeg ar-lein: <www.rctcbc.gov.uk/SgiliauCymraeg> | Bod ar gofrestr y Gweithwyr Ymarfer Corff Proffesiynol.Cymhwyster Hyfforddi.Tystysgrif Cyfarwyddyd Dosbarth Ffitrwydd.Therapi Diffib ac Ocsigen.Sgiliau Cymraeg Lefel 2 i Lefel 5. I gael gwybodaeth am y lefelau, mynnwch olwg ar ein canllawiau Lefelau Sgiliau Cymraeg, sydd i'w gweld yn adran y Gwasanaethau Cymraeg ar wefan Cyngor RhCT. |
| PROFIAD |  | Profiad o weithio mewn swydd debyg. |
| **CYMWYSEDDAU**  Gwasanaethau Rheng Flaen a Gofal i Gwsmeriaid  | **Rheng-flaen a Gofal i Gwsmeriaid** |
| Gweithio gydag eraill | Bod yn bwyllog, cwrtais a pharchus tuag at bobl eraillCefnogi a chynorthwyo aelodau eraill o’r garfan pan fo angen, yn enwedig aelodau newyddCeisio mynd ati i atal gwrthdaro neu'i ddatrys |
| **Cyfathrebu'n effeithiol** | **Gwrando ar eraill a gwneud pob ymdrech i sicrhau dealltwriaeth** |
| **Diwallu Anghenion Defnyddwyr y Gwasanaeth** | **Rhoi anghenion Defnyddwyr y Gwasanaeth yn gyntaf bob amser.**Ystyried anghenion grwpiau gwahanol o bobl, e.e. plant, pobl mewn oed, pobl anablRhagweld anghenion posibl eraill y cwsmeriaid, a'u diwallu heb fod rhaid gofyn. |
| **Arddangos Gallu Technegol** | Deall materion diogelu data a ddim yn datgelu gwybodaeth breifat mewn ffordd amhriodol.**Bod yn gyfrifol am ddiweddaru unrhyw wybodaeth ddiweddar a pherthnasol ynghylch y swydd.** |
| Sicrhau Canlyniadau | Bob amser yn brydlon, ac yn barod i ddechrau’r gwaith mewn da brydDangos blaengarwch a bod â'r gallu i weithio heb oruchwyliaeth agos |
| Cynnal Diogelwch a Lles | Archwilio offer bob dydd (os yw hynny’n berthnasol). Gofalu bod offer ac adnoddau yn cael eu cynnal, cadw a'u gwaredu yn unol â’r arfer amgylcheddol orau.Rhagweld unrhyw risgiau a diffygion, ac yn rhoi gwybod amdanyn nhw i’r bobl gywir mewn da bryd. |
| Dangos proffesiynoldeb | Bod yn berson cyfrifol a dibynadwy y mae'n bosibl ymddiried ynddo, ac yn derbyn atebolrwydd personol am y gwaithAros yn bwyllog ac yn ceisio tawelu sefyllfaoedd dirdynnol/ymosodol. |
| **AMODAU ARBENNIG A GOFYNION PROFFESIYNOL** | Bydd gofyn i chi weithio sifftiau fydd yn cynnwys penwythnosau, nosweithiau a gwyliau banc.Rhaid gwisgo'r wisg sydd wedi'i darparu ar bob adeg.Y modd i weithio mewn canolfannau eraill sy'n rhan o'r gwasanaeth yn ôl yr angen. |

**GOFYNION Y SWYDD - RHESTR WIRIO**

**ADRAN: Gwasanaethau'r Amgylchedd**

**IS-ADRAN: Parciau a Hamdden**

**SWYDD: Cynorthwy-ydd yr Ystafell Ffitrwydd**

**Diffiniadau Amlder:**

**W**eithiau - Gweithgarwch sy'n digwydd hyd at 1/3 o'r amser wrth wneud y dasg.

**A**ml: - Gweithgarwch sy'n digwydd rhwng 1/3 a 2/3 o'r amser wrth wneud

 y dasg.

**C**yson - Gweithgarwch sy'n digwydd dros 2/3 o'r amser wrth wneud y dasg.

**Ai**ladroddus - Gweithgarwch sy'n cynnwys symudiadau ailadroddus.

**Dd/B** - Ddim yn berthnasol.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **AMLDER** |
| **GOFYNION** | **DISGRIFIAD** | **W** | **A** | **C** | **Ai** | **Dd/B** |
| **Gofynion y Tasgau ar y Corff** |
| Penlinio/Cyrcydu | Mae'r tasgau'n ymwneud â phlygu'r pengliniau a'r fferau, a'r canol o bosibl er mwyn gweithio ar lefelau isel. | X |  |  |  |  |
| Symud y coesau/traed | Mae'r tasgau'n ymwneud â defnyddio'r coesau a/neu'r traed i weithredu peiriannau. |  |  |  |  | X |
| Symud y Dwylo/Breichiau | Mae'r tasgau'n golygu defnyddio'r dwylo/breichiau – e.e. pentyrru, mopio, ysgubo, didoli, arolygu, gofal personol. |  | X |  |  |  |
| Plygu/Troi | Mae'r tasgau yn ymwneud â phlygu neu droi'r wasg ymlaen neu yn ôl. | X |  |  |  |  |
| Sefyll | Mae'r tasgau yn ymwneud â sefyll yn unionsyth heb symud. |  |  |  |  | X |
| Gyrru | Mae'r tasgau'n golygu defnyddio cerbydau modur amrywiol. Nodwch y math o gerbyd ……………………………………………… |  |  |  |  | X |
| Eistedd | Mae'r tasgau yn ymwneud ag aros ar eich eistedd trwy gydol y dasg. |  |  |  |  | X |
| Ymestyn | Mae'r tasgau'n ymwneud ag ymestyn y breichiau i fyny yn uwch na'r ysgwyddau neu ymestyn y breichiau ymlaen. | X |  |  |  |  |
| Cerdded  | Mae'r tasgau'n golygu cerdded ar arwynebau gwastad. | X |  |  |  |  |
| Mae'r tasgau yn ymwneud â cherdded ar arwynebau anwastad. |  |  |  |  | X |
| Mae'r tasgau yn ymwneud â cherdded i fyny llethrau serth. |  |  |  |  | X |
| Mae'r tasgau yn ymwneud â cherdded o amgylch traffig sy'n symud. |  |  |  |  | X |
| Mae'r tasgau yn ymwneud â cherdded i lawr llethrau serth. |  |  |  |  | X |
| Mae'r tasgau'n ymwneud â cherdded a gwthio/tynnu gwrthrychau. | X |  |  |  |  |
| Dringo | Mae'r tasgau yn ymwneud â dringo i fyny neu i lawr grisiau, ysgolion, sgaffaldiau, platfformau, coed, cerbydau, cloddiau ac ati. |  |  |  |  | X |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Parhad** |  | **AMLDER** |
| **GOFYNION** | **DISGRIFIAD** | **W** | **A** | **C** | **Ai** | **Dd/B** |
| **Gofynion y Tasgau ar y Corff** |
| Gweithio ar uchder | Mae'r tasgau'n ymwneud â defnyddio ysgolion, stoliau troed, sgaffaldiau ac ati - tasgau sy'n golygu bod person yn sefyll ar wrthrych yn hytrach nag ar y llawr. |  |  |  |  | X |
| Codi/Cario/Taflu(\*Dileu) | Mae'r tasgau'n ymwneud â chodi/gostwng neu symud gwrthrychau o un lefel/lle i'r llall, fel arfer gan ddal gwrthrych yn y dwylo/breichiau. |  |  |  |  |  |
| 1. Codi/cario/taflu rhywbeth ysgafn (0-9 cilogram). | X |  |  |  |  |
| 2. Codi/cario/taflu rhywbeth cymedrol (10-15 cilogram). | X |  |  |  |  |
| 3. Codi/cario/taflu rhywbeth trwm (16 cilogram neu fwy na hynny). | X |  |  |  |  |
| Gwthio/tynnu  | Mae'r tasgau'n ymwneud â gwthio gwrthrychau o'r corff neu dynnu gwrthrychau tuag at y corff. Gall hefyd gynnwys taro/bwrw neu ysgytio. | X |  |  |  |  |
| Gafael | Mae'r tasgau yn ymwneud â gwasgu, dal neu gydio yn rhywbeth yn dynn â bysedd neu ddwylo. | X |  |  |  |  |
| Medrusrwydd Llaw | Mae'r tasgau'n ymwneud â symudiadau bach gyda'r bysedd - h.y. defnyddio bysellfwrdd, ysgrifennu, rhoi meddyginiaeth. | X |  |  |  |  |
| Dirgryniad | Mae'r tasgau'n ymwneud â defnyddio offer sy'n dirgrynu h.y. peiriannau strimio gwair, byfferau diwydiannol, craeniau ac ati. |  |  |  |  | X |
| **Gofynion synhwyraidd y tasgau** |
| Golwg | Mae'r tasgau'n ymwneud â defnyddio'r llygaid (golwg) yn rhan annatod o gyflawni'r dasg - h.y. edrych ar sgrin/bysellfwrdd wrth ddefnyddio cyfrifiadur, gweithio mewn amgylchedd tywyll, dehongli mapiau a chynlluniau, dilyn cofnodion meddyginiaeth/cynlluniau gofal. |  |  | X |  |  |
| Clyw/Gwrando | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio mewn ardal swnllyd – e.e. gweithdy a/neu weithredu peiriannau/offer swnllyd neu glywed cerbydau sy'n dod tuag atoch chi. |  |  | X |  |  |
| Arogl | Mae'r tasgau yn ymwneud â defnyddio arogl yn rhan annatod o'r swydd - e.e. gweithio gyda chemegion. |  |  |  |  | X |
| Blas | Mae'r tasgau yn ymwneud â blasu yn rhan annatod o'r swydd. |  |  |  |  | X |
| Cyffwrdd | Mae'r tasgau yn ymwneud â chyffwrdd yn rhan annatod o'r swydd. |  |  |  |  | X |
| **Gofynion seicolegol** |
|  | Mae'r tasgau'n ymwneud â rhyngweithio â phobl sy'n gofidio. | X |  |  |  |  |
|  | Gweithio dros nos. |  |  |  |  | X |
|  | Mae'r tasgau'n golygu bod yn gyfrifol am grŵp o blant neu oedolion sy'n agored i niwed. |  | X |  |  |  |
|  | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio ar eich pen eich hun, lle nad oes modd i gydweithiwr, cleient neu aelod o'r cyhoedd ffonio'r gwasanaethau brys. |  |  |  |  | X |
|  | Mae'r tasgau'n ymwneud â chyfathrebu â phobl sydd â salwch iechyd meddwl/anabledd. | X |  |  |  |  |
|  | Mae'r tasgau'n ymwneud â bod yn dyst i amgylchiadau cythryblus neu o drallod. |  |  |  |  | X |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Parhad** |  | **AMLDER** |
| **GOFYNION** | **DISGRIFIAD** | **W** | **A** | **C** | **Ai** | **Dd/B** |
| **Amgylchedd Gwaith** |
| Llwch | Tasgau'n ymwneud â gweithio gyda sylweddau sydd â therfyn amlygiad yn y gweithle (WEL) neu sy'n gysylltiedig ag asthma galwedigaethol - tasgau sydd felly'n gofyn am arolygu iechyd a ffitrwydd rhywun i weithio. |  |  |  |  | X |
| Nwyon |  |  |  |  | X |
| Mygdarthau |  |  |  |  | X |
| Hylifau/Powdr | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio gyda hylifau/powdrau a all achosi adweithiau os ydyn nhw'n cyffwrdd â chroen - dermatitis. |  |  |  |  | X |
| Sylweddau Peryglus | Mae'r tasgau'n golygu ymdrin â sylweddau peryglus, gan gynnwys eu storio a'u/neu'u cludo. |  |  |  |  | X |
| Goleuo | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio mewn golau sy'n cael ei ystyried yn annigonol mewn perthynas â chyflawni tasg benodol - e.e. golau llachar, dim digon o olau naturiol. |  |  |  |  | X |
| Golau'r haul | Dod i gysylltiad â golau'r haul. |  |  |  |  | X |
| Tymheredd Eithafol | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio mewn tymereddau eithafol – e.e. gweithio mewn ystafell oerllyd, gweithio yn yr awyr agored, ystafell boeler, weldio ac ati. |  |  |  |  |  |
| Trydan | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio gyda (neu yn ymyl) gosodiadau, peiriannau neu offer trydanol byw.  |  |  |  |  | X |
| Mannau cyfyng | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio mewn mannau cyfyng. |  |  |  |  | X |
| **Peryglon Biolegol** |
| Cynhyrchion Biolegol | Mae'r tasgau'n ymwneud â gweithio gyda gwaed/cynhyrchion gwaed/hylifau'r corff. |  |  |  |  | X |

|  |
| --- |
| **Sylwadau ychwanegol:** |
| Nifer o dasgau yn yr amgylchedd gwaith a fyddai'n cael eu hystyried yn gyson, yn anghyson, h.y. llai na 1/3 o'r amser |
| **Wedi'i gwblhau gan: Keith Nicholls; Hywel George; Mair Taylor** |
| **Enw: Llofnod:** |
| **Dyddiad: 11 Ebrill 2014** |