

DISGRIFIAD SWYDD A MANYLEB PERSON

Cyfadrn:	Gwasanaethau Cymuned a Gwasanaethau i Blant
Uwchadrn:	Carfan Iechyd a Diogelwch y Cyhoedd
Isadrn:	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
gyda golwg ar gynnal a datblygu lefelau gwasanaethau i gwsmeriaid.

faterion iechyd a ffitrwydd

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.
- Goruchwyllo 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 HYNFY.

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 bwylllog, cwrtais a pharchus tuag at bobl eraill Cefnogi a chynorthwyo aelodau eraill o'r garfan pan fo angen, yn enwedig aelodau newydd Ceisio mynd ati i atal gwrthdaro neu'i ddatrys	
Cyfathrebu'n effeithiol	Gwrandao 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 anabl Rhagweld 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 ddiweddarau unrhyw wybodaeth ddiweddar a pherthnasol ynghylch y swydd.
Sicrhau Canlyniadau	Bob amser yn brydlon, ac yn barod i ddechrau'r gwaith mewn da bryd Dangos 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 amdany'n 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 gwaith Aros 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 Amllder:

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

Aml: - Gweithgarwch sy'n digwydd rhwng 1/3 a 2/3 o'r amser wrth wneud y dasg.

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

Ailadroddus - Gweithgarwch sy'n cynnwys symudiadau ailadroddus.

Dd/B - Ddim yn berthnasol.

		AMLDER				
GOFYNION	DISGRIFIAD	W	A	C	A i	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 gwrthio/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	A i 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 synhwyrdd 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/Gwranddo	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	A i	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