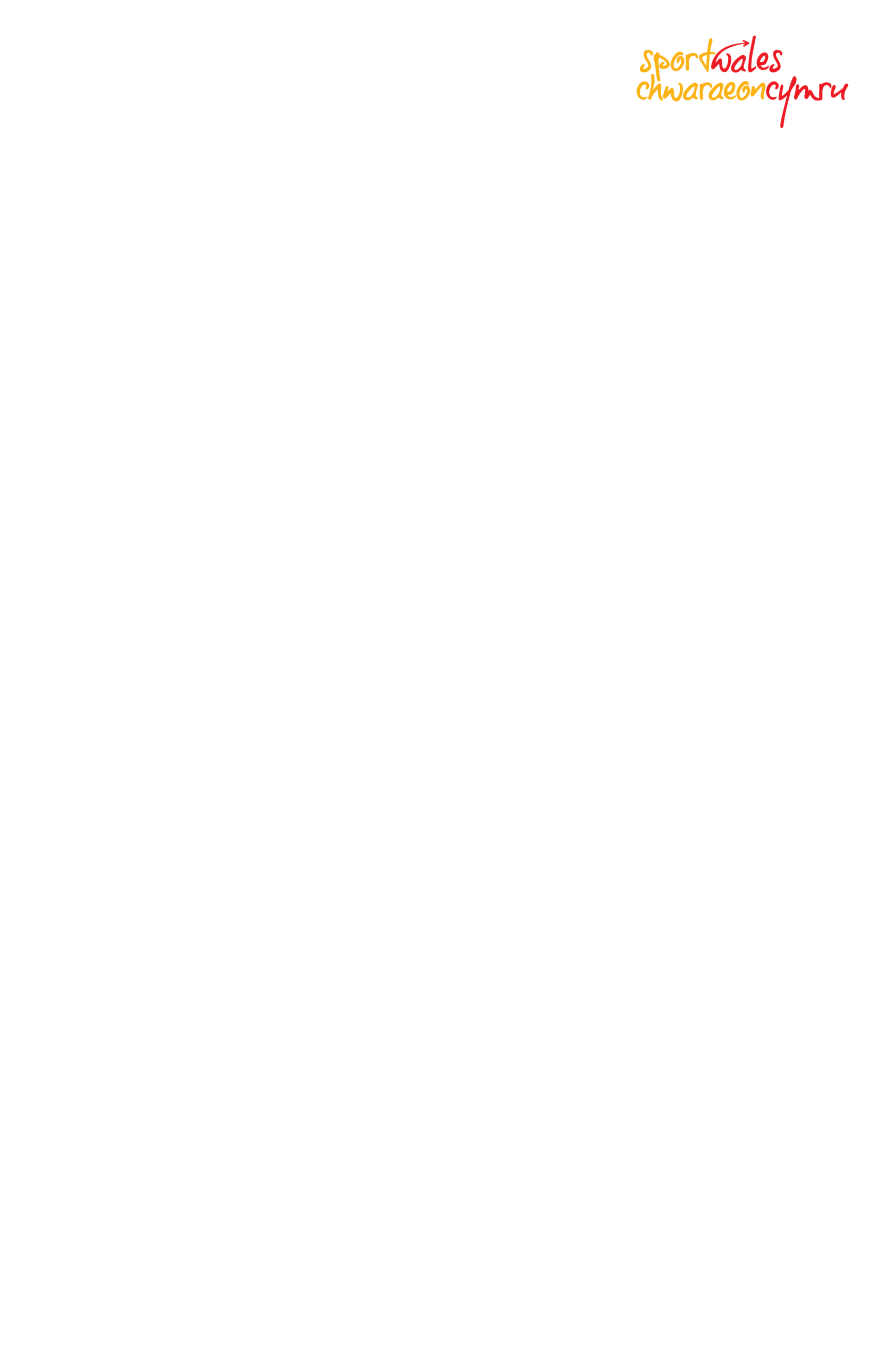
Amlinelliad o’r

**Rhaglen Arweinyddiaeth**

**2020/21**





# CYFLWYNIAD

Mae’r ddogfen hon yn amlinellu cynnwys Rhaglen Arweinyddiaeth 2018/19. Hefyd mae’n tynnu sylw at fanteision mynychu, i gyfranogwyr, eu sefydliad a’r sector chwaraeon/hamdden yng Nghymru. Mae’r rhaglen yn weithredol am yr eildro nawr, yn dilyn rhaglen gychwynnol hynod lwyddiannus yn 2016/17.

Mae rhaglenni datblygu arweinyddiaeth wedi esblygu’n sylweddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf, gan adeiladu ar ein gwybodaeth gynyddol am sut mae pobl yn meddwl, ymddwyn ac ymateb, yn unigol, mewn timau ac mewn sefydliadau.

Yn benodol, mae datblygiadau diweddar mewn gwyddoniaeth yr ymennydd wedi esblygu’n sylweddol y ddealltwriaeth o sut mae arweinwyr yn gallu gweithredu ar eu mwyaf effeithiol a sut dylid cyflwyno rhaglenni datblygu er mwyn sicrhau’r dysgu gorau posib.

Mae’r wybodaeth hon wedi’i chynnwys yn y Rhaglen Arweinyddiaeth, sy’n seiliedig ar arfer gorau a gwybodaeth gyfoes am arweinyddiaeth perfformiad uchel.

Bydd y rhaglen yn creu diwylliant casgliadol o arweinwyr uchelgeisiol a sbardunir gan ganlyniadau ledled y sector yng Nghymru.

Mae’r rhaglen yn cynnwys mentora am ddim am oes i’r cyfranogwyr i gyd. Hefyd mae’n rhoi mynediad i’r cyfranogwyr i Sefydliad uchel ei barch First Ascent, gan eu galluogi i sefydlu rhwydwaith cadarn gyda gweithredwyr eraill ar draws y byd chwaraeon, yn y sector cyhoeddus ac mewn busnesau corfforaethol.

Mae First Ascent yn arbenigo mewn darparu rhaglenni datblygu arweinyddiaeth a hyfforddi gweithredol ar gyfer cefnogi arweinwyr a thimau arweinyddiaeth ar draws amrywiaeth eang o sectorau. Mae gan y cwmni enw da am hyfforddiant a chefnogaeth egnïol ac ymarferol sy’n cyflwyno budd am oes i gyfranogwyr.

Mae First Ascent yn Ganolfan wedi’i hachredu gan y Sefydliad ar gyfer Arweinyddiaeth a Rheolaeth (ILM) ac mae’n aelod corfforaethol o’r Gymdeithas ar gyfer Hyfforddiant.

# MANTEISION MYNYCHU’R RHAGLEN

Bydd y manteision o fynychu’r rhaglen yn cronni i’r cyfranogwyr, eu sefydliadau ac i sector Chwaraeon/Hamdden Cymru.

**Cyfranogwyr**

* Rhaglen barhaus o ddatblygiad personol a fydd yn gwella’n sylweddol eu perfformiad arweinyddiaeth drwy gydol eu gyrfa.
* Yn dilyn pob modiwl, bydd gan y cyfranogwyr hyder, penderfyniad a chyffro i weithredu tri neu bedwar newid ymddygiad allweddol.
* Cyfle i ffurfio rhwydwaith agos o bobl ddibynadwy â’r un feddylfryd o’r sector yng Nghymru i wella eu perfformiad arweinyddiaeth personol.
* Mynediad at gefnogaeth fentora am oes a chyfleoedd DPP parhaus.

**Sefydliadau**

* Bydd arweinydd perfformiad uchel yn cael ei ddatblygu yn y sefydliad, a fydd yn gallu bod yn fodel rôl o arfer gorau yn y sefydliad.
* Effaith ar unwaith ar y timau, yr unigolion a’r prosiectau mae’r cyfranogwr yn eu harwain ac yn gweithio â hwy.
* Cyswllt â rhwydwaith o arweinwyr perfformiad uchel ledled Cymru (ac ehangach) i’w ddefnyddio i greu partneriaethau newydd, cyd-ddysgu a rhannu arfer gorau.

**Sector Chwaraeon/Hamdden Cymru**

* Dysgu arweinyddiaeth gynaliadwy fel sector, gydag effaith fawr ar y cyd o’r rhaglen.

* Gwelliant ar unwaith yn arferion gweithredol arweinyddiaeth cyffredinol y sector.
* Cyfrwng i rannu arfer gorau cynaliadwy o’r tu allan i’r sector y gellir ei weithredu i sbarduno perfformiad yn y sector.

# CYNNWYS Y RHAGLEN

Mae elfennau’r rhaglen fel a ganlyn:

**Modiwlau**

Mae pedwar modiwl, y cyntaf yn para 2 ddiwrnod, dau am 1 diwrnod a’r modiwl terfynol am 2 ddiwrnod.

Mae’r modiwlau’n rhyngweithiol a hynod ddifyr. Rydym yn defnyddio amrywiaeth o fformatau profiadol gan ddarparu dysgu manwl a chynaliadwy.

Sylwer: Mae’n fwriad gennym i gynnal y modiwlau wyneb yn wyneb ym mis Hydref 2020, mis Chwefror 2021 a mis Mawrth 2021. Os bydd y rheoliadau Covid yn dweud yn wahanol, bydd y ddarpariaeth yn newid i fod yn un rithiol, ond cymerwch yn ganiataol mai darpariaeth wyneb yn wyneb fydd yn cael ei chynnig wrth ymgeisio am y rhaglen. Bydd yr holl gamau gweithredu priodol i leihau risg yn rhan o’r fformat darparu a’r trefniadau preswyl.

Disgrifir y modiwlau ar y tudalennau canlynol.

|  |  |
| --- | --- |
| **Modiwl 1 (Modiwl Craidd) Arwain Fy Hun** (2 ddiwrnod, preswyl) | |
| **Diwrnod 1** | |
| Cyflwyniad | Croeso (gan uwch gynrychiolydd Chwaraeon Cymru)  Cyflwyniadau  Amlinelliad o Strwythur y Rhaglen a’r Gefnogaeth |
| Natur Arweinyddiaeth | Heriau, Cyfleoedd a Chyffro Arweinyddiaeth  Cymwyseddau Arweinyddiaeth Chwaraeon Cymru  Pwysigrwydd Llywodraethu  Y Gwahaniaeth rhwng Arweinyddiaeth a Rheolaeth |
| Gwyddoniaeth Arweinyddiaeth, Timau a Sefydliadau | Gwybodaeth am Wyddoniaeth Newydd Arweinyddiaeth  Ymarferion i ddangos sut gall ein Hymennydd gyfyngu ar ein Meddwl  Yr Ymennydd Cymdeithasol |
| Proffiliau Emergeneteg | Y Model Emergeneteg (Nodweddion Ymddygiad a Meddwl)  Dosbarthu Proffiliau Personol  Edrych ar Broffil y Grŵp Hwn |
| Hunanymwybyddiaeth Arweinyddiaeth | Ymarferion i Ymarfer Addasu a Dylanwadu ar Ymddygiad Eraill  Deall eich Cryfderau eich hun a Chyfleoedd Datblygu |
| Rhwydweithio Grŵp | Rhwydweithio dros Swper |

|  |  |
| --- | --- |
| **Diwrnod 2** | |
| Adlewyrchu | Adlewyrchu ar Ddoe |
| Meddylfryd Twf a Gwerthoedd | Rhoi a Derbyn Adborth  Ymwybyddiaeth o’ch Gwerthoedd eich Hun  Trosi Gwerthoedd Positif yn Ddull Arweinyddiaeth o Weithredu  Wynebu Heriau Newydd  Arweinyddiaeth Ddidwyll, yr Ystol Arweinyddiaeth a Modelau Rôl |
| Cadernid a Rheoli Egni | Elfennau Cadernid  Egni yn hytrach nag Amser fel Unigolyn yn Gwella Perfformiad  Rheoli Pwysedd a ‘Chimp’  Hunan-Ddiagnosis a Chynllun Gweithredu ar gyfer Cadernid ac Egni |
| Dyraniadau Hyfforddi | Cytundeb ynghylch pa Hyfforddwyr fydd yn gweithio gyda phob Cyfranogwr |
| Cyfresi Dysgu Gweithredol | Trafod a chytuno ar Bynciau CDG  Dosbarthu Cyfranogwyr i 3 Grŵp CDG  Cyfarfod Cynllunio CDG Cychwynnol |
| Cynllunio i Weithredu | Ffurfio Cynllun Gweithredu Datblygiad Personol  Ymrwymiadau ar Gamau Gweithredu Personol i adrodd arnynt, ym Modiwl 2 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Modiwl 2 Arwain Gydag Eraill** (1 diwrnod) | |
| Adolygu Camau Gweithredu | Cynnydd gyda Chamau Gweithredu Personol ers Modiwl 1 |
| Disgwyliadau Perfformiad | Yr Arweinydd fel Hyfforddwr Tîm  Datblygu a Chyfathrebu Disgwyliadau Perfformiad |
| Datblygu Timau Perfformiad Uchel | Datblygu Diwylliant Tîm Cydweithredol  Creu Diwylliant Grymusol Positif  Creu Timau Perfformiad Uchel Drwy Strategaethau Dylanwadu ac Ymgysylltu |
| Cyfleu Egni ac Ymddiriedaeth | Yr Angen am Gyfleu Egni  Sut mae’r Ymennydd yn Asesu Egni Pobl Eraill  Natur Ymddiriedaeth a Sut i’w Chreu |
| Datblygu Talent | Adnabod Ffurfiau Amrywiol ar Dalent  Rheoli Talent yn Effeithiol  Mentora fel Arweinydd |
| Cynllunio i Weithredu | Diweddariad Cynllun Gweithredu Datblygiad Personol  Ymrwymiadau ar Gamau Gweithredu Personol i adrodd arnynt, ym Modiwl 3 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Modiwl 3 Arwain ar gyfer Canlyniadau** (1 diwrnod) | |
| Adolygu Camau Gweithredu | Cynnydd gyda Chamau Gweithredu Personol ers Modiwl 2 |
| Atebolrwydd | Yr Ystol Sgyrsiau Anodd, Adborth a Hyfforddi  Cael Sgyrsiau Hyfforddi Effeithiol |
| Sgyrsiau Anodd | Mynd Dan Groen “Anodd”  Fframwaith ar gyfer (CEDAR) Ymdrin â Sgyrsiau Anodd |
| Cyfuno Atebolrwydd â Hyblygrwydd | Amsugno Cyd-destun Sydd Wedi Newid  Caniatáu Newidiadau i’r Cynllun Cyflawni |
| Gwneud Penderfyniadau | Blaenoriaethu a Phenderfyniadau Amserol  Dulliau Gwahanol o Wneud Penderfyniadau  Niwrowyddoniaeth Penderfyniadau |
| Annog Dysgu, Arloesi a Chydraddoldeb | Sefydlu Diwylliant Dysgu  Amrywiaeth fel Llwybr at Arloesi  Dull Disney o Feddwl yn Greadigol  Pŵer Cydraddoldeb |
| Cynllunio i Weithredu | Diweddariad Cynllun Gweithredu Datblygiad Personol  Ymrwymiadau ar Gamau Gweithredu Personol i adrodd arnynt, ym Modiwl 4 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Modiwl 4 Arwain ar gyfer y Dyfodol** (2 ddiwrnod, preswyl) | |
| Diwrnod 1 | |
| Adolygu Camau Gweithredu | Cynnydd gyda Chamau Gweithredu Personol ers Modiwl 3 |
| Pennu Gweledigaeth | Creu a Cyfathrebu Gweledigaeth  Pwysigrwydd Chwaraeon a Gweithgarwch mewn Cymdeithas |
| Diwylliant Arloesi | Pobl yn erbyn Diwylliannau Tasg  Dirprwyo, Grymuso a Chefnogi |
| Gwneud Newid yn Ysbrydoledig | Y Cromlin Newid  Model Gweithredu Newid |
| Newid Cyflym | Pecyn Adnoddau ar gyfer Creu Newid yn Gyflym  Ymarfer Defnyddio’r Pecyn Adnoddau |
| Arfer Gorau a Dylanwadu ar Newid | Adnabod Arfer Gorau a Meincnodi  Gweithredu gyda Ffocws ar Enillion Ymylol |
| Rhwydweithio Grŵp | Rhwydweithio dros Swper |

|  |  |
| --- | --- |
| Diwrnod 2 | |
| Adlewyrchu | Adlewyrchu ar Ddoe |
| Pwysigrwydd Pam | Pwysigrwydd “Pam?”  Ymarfer Cyflwyno “Pam?” |

|  |  |
| --- | --- |
| Sgiliau Dylanwadu | Elfennau Allweddol Sgiliau Dylanwadu  Llais, Iaith y Corff, Gwisg, Ystum  Pŵer Adrodd Straeon  Arfer Personol |
| Paratoi Cyflwyniad CDG | Adolygu’r Cynnydd gyda CDG a Pharatoi ar gyfer Cyflwyniad |
| Cyswllt y Grŵp yn y Dyfodol | Cytuno ar Sut Bydd y Grŵp yn Cefnogi Ei Gilydd yn y Dyfodol  Digwyddiadau’r Sefydliad a Mentora am Oes |
| Cynllunio Datblygiad Personol yn y Dyfodol | Cynllunio Personol ar gyfer DPP Arweinyddiaeth Parhaus  Cau a Dathlu’r Rhaglen |

**Proffil Emergeneteg**

Mae’r rhaglen yn cynnwys proffil seicometrig Emergeneteg ar gyfer pob cyfranogwr, sy’n adnabod meddwl unigol a dewisiadau ymddygiad. Mae’n darparu fframwaith ar gyfer datrys problemau a gwneud penderfyniadau effeithiol a strategol.

**Adborth Adroddiad 360**

Mae’r cyfranogwyr yn derbyn adroddiad 360 fel elfen integredig o’r rhaglen. Byddant yn cael cefnogaeth a hyfforddiant i ddehongli’r canlyniadau 360, adnabod eu cryfderau a’u hanghenion datblygu, ystyried eu steil arwain a’u heffaith ar eraill.

**Hyfforddiant Un i Un Gweithredol**

Mae pob cyfranogwr yn cael tri sesiwn hyfforddi unigol gan hyfforddwr gweithredol profiadol. Bydd y sesiwn hyfforddi un i un cyntaf yn digwydd yn gynnar yn y rhaglen, yn syth ar ôl Modiwl 1, adolygu canlyniadau Modiwl 1, yr Adroddiad 360 a’r Proffil Emergeneteg.

**Cyfresi Dysgu Gweithredol**

Mae datblygu rhwydwaith cydweithredol ymhlith arweinwyr chwaraeon/hamdden yng Nghymru’n nod allweddol gan y rhaglen. Bydd y ffordd mae’r modiwlau’n cael eu cyflwyno’n annog gweithio cydweithredol drwy’r amser.

I adeiladu ar hyn ac ymgorffori’r dull cydweithredol o weithredu mewn gwaith o ddydd i ddydd, mae ffurfio Cyfresi Dysgu Gweithredol (CDG) yn rhan o’r rhaglen.

Bydd tri Grŵp CDG yn cael eu ffurfio. Datblygir cysylltiadau rhwng cyfranogwyr a sefydliadau eraill drwy geisio cymariaethau arfer gorau ym mhob Cyfres Dysgu Gweithredol.

**Mentora Am Ddim Am Oes**

Bydd yr holl gyfranogwyr yn cael mynediad i fentora am ddim am oes heb gyfyngiadau gan First Ascent. Mae’r mecanwaith cefnogi unigryw hwn yn darparu mynediad 24/7 i’n tîm ni, i drafod heriau gwaith anodd ac i atgoffa am faterion a gafodd sylw yn ystod y rhaglen.

Mae’n darparu cefnogaeth, arweiniad a sicrwydd parhaus, heb gyfyngiad wrth iddynt deithio ar eu siwrnai arweinyddiaeth am oes.

Mae’r gefnogaeth hon yn elfen hanfodol o sicrhau bod yr hyn a ddysgwyd ar y rhaglen yn cael ei ymgorffori wrth wneud penderfyniadau allweddol ac wrth gyrraedd cerrig milltir allweddol ar siwrnai arweinyddiaeth pob cyfranogwr.

**Sefydliad Arweinyddiaeth First Ascent**

Bydd gan y cyfranogwyr i gyd fynediad am oes i ddigwyddiadau rheolaidd Sefydliad First Ascent bob blwyddyn. Mae’r rhain yn darparu cyfleoedd DPP parhaus gyda phob digwyddiad yn canolbwyntio ar agwedd benodol a pherthnasol ar arweinyddiaeth.

Mae’r digwyddiadau’n darparu cyfleoedd i rannu profiad a dysg gydag arweinwyr ac unigolion angerddol eraill ym maes arweinyddiaeth.

Sefydlwyd Sefydliad First Ascent gennym i roi cyfle i arweinwyr o wahanol sefydliadau ddod at ei gilydd i edrych ar y syniadau diweddaraf mewn arweinyddiaeth. Mae pob digwyddiad yn cynnwys swper rhwydweithio, llety dros nos a gweithdy diwrnod llawn.

**Briffiau Arweinyddiaeth**

Bydd y cyfranogwyr yn derbyn briffiau arweinyddiaeth rheolaidd bob un, gan gynnig y ffordd ddiweddaraf o feddwl ac arfer gorau mewn arweinyddiaeth.

Hefyd byddant yn derbyn briffiau Emergeneteg, gyda ffocws penodol ar y datblygiadau a’r dysgu diweddaraf yn maes gwyddoniaeth yr ymennydd ac arweinyddiaeth sy’n datblygu’n gyflym.

# 