

Job Title: Hyfforddwr Cryfder a Chyflyru Achlysurol

Unit/School: Chwaraeon Met Caerdydd.

Grade: 4A/B

Core purpose of role

Mae'r Tîm Cryfder a Chyflyru yn rhan o'r Tîm Gwasanaethau Perfformiad ac yn rhan o'r Tîm Systemau Chwaraeon, gan gyflawni ein rhaglenni perfformiad amrywiol gyda'r nod o ddarparu'r profiad gorau oll i fyfyrwyr ac athletwyr. Yn ogystal â'r wybodaeth ymarferol a phroffesiynol sydd ei hangen i roi cymorth S&C effeithiol a chadarn ar waith, bydd angen i'r ymgeisydd allu ymgysylltu â'n hathletwyr i roi pob cyfle iddynt gyrraedd eu potensial unigol. Er mwyn rhagori yn y rôl hon bydd angen i'r ymgeisydd fabwysiadu dull hyblyg o ymgysylltu â hyfforddwyr a staff cymorth eraill mewn amgylchedd aml-chwaraeon.

Bydd yr hyfforddwyr Cryfder a Chyflyru yn gyfrifol am weinyddu a chyflwyno darpariaeth S&C gadarn i naill ai Academi Pêl-droed Bechgyn Categori A Met Caerdydd neu raglenni Tîm Cymru i Gemau'r Gymanwlad a nodwyd. Byddwch yn darparu ystod o wasanaethau gan gynnwys ond heb fod yn gyfyngedig i; darpariaeth yn y gampfa ac yn y maes, cymorth adsefydlu, darpariaeth cyn-sefydlu / lliniaru anafiadau. Bydd gennych angerdd a phrofiad o weithio gydag athletwyr ifanc a/neu athletwyr perfformiad uchel. Gan weithio mewn amgylchedd aml-chwaraeon, byddwch yn cael y cyfle i weithio gydag amrywiaeth o athletwyr a thimau a ffurfio rhan o dîm amlddisgyblaethol gyda'n Tîm Cryfder a Chyflyru, hyfforddwyr a gwasanaethau cymorth eraill.

Key responsibilities and contributions

1. Cynllunio a darparu rhaglenni cryfder a chyflyru i Raglenni Perfformiad dethol i gynnwys;
 - o Cynllunio, cyflwyno, a myfyrio ar sesiynau cryfder a chyflyru
 - o Creu rhaglenni cyflyru unigol a thîm ar-lein ac mewn person
 - o Cynnal ac adrodd ar brofi myfyrwyr-athletwyr yn ganolog ac o bell
 - o Gweinyddu'r rhaglen i gynnwys cofrestrau sesiynau, proffiliau ac adolygiadau
2. Cynnal cyswllt rheolaidd â staff o Raglenni Perfformiad dethol megis Hyfforddwyr, Cyfarwyddwyr Perfformiad, Ffisiotherapyddion a staff cymorth eraill.
3. Mewnbyn i'r broses gynllunio ar gyfer Rhaglenni Perfformiad a lle bo'n briodol, y system chwaraeon gyfan.
4. Darparu arweiniad i fyfyrwyr lleoliad gwaith a rolau graddedigion.
5. Bod yn gyfrifol am iechyd a diogelwch mewn sesiynau.
6. Monitro cyflwr yr offer a'r cyfleusterau, gan roi unrhyw adborth, cyngor ac adroddiadau i'r Tîm Gweithrediadau a'r Pennaeth Cryfder a Chyflyru.
7. Cadwch yn gyfoes â'r tueddiadau diweddaraf a'r cyfleoedd DPP yn y maes cryfder a chyflyru, gan ymgysylltu â chyfleoedd mewnol ac allanol.
8. Cyflawni unrhyw ddyletswyddau eraill fel y bo'n briodol yn unol â gradd y rôl y gall y Pennaeth Cryfder a Chyflyru ofyn amdani.
9. Gweithredu fel hyrwyddwr brand i'r brifysgol trwy fyw ein gwerthoedd a'n hymddygiad, a sicrhau bod ein gwaith a'n dull gweithredu yn gyson â'n gwerthoedd a'n harferion gorau.



Manyleb Person

Cymwysterau Hanfodol ac Aelodaeth Broffesiynol

- Profiad o gyflwyno rhaglenni cryfder a chyflyru i athletwyr perfformiad
- Profiad o greu rhaglenni hyfforddi penodol ar gyfer unigolion a thimau
- Gwybodaeth am egwyddorion ac arferion sy'n sail i gryfder a chyflyru
- Profiad o brofi a monitro athletwyr
- Profiad o gyfathrebu a gweithio gyda hyfforddwyr neu Gyfarwyddwyr Perfformiad

Profiad, gwybodaeth a sgiliau hanfodol

- gallu i ddatblygu a chynnal perthnasoedd cadarnhaol gydag athletwyr
- Y gallu i ddatblygu a chynnal perthnasoedd cadarnhaol gydag ystod o staff a rhanddeiliaid
- Dealltwriaeth o bwysau myfyrwyr-athletwyr
- Sgiliau cyfathrebu ysgrifenedig a llafar rhagorol
- Sgiliau datrys problemau a gwneud penderfyniadau rhagorol
- Ymrwymiad amlwg i DPP
- Y gallu i weithio fel tîm
- Y gallu i weithio'n annibynnol

Dymunol

- Gradd ôl-raddedig Cryfder a Chyflyru neu gyfwerth
- Achrediad UKSCA, neu'r awydd a'r gallu i gyflawni
- Cymhwyster Cymorth Cyntaf a Diogelu.

Gofynion sgiliau Cymraeg

Mae'r Gymraeg yn hanfodol i'n myfyrwyr a'n staff ac yn rhan allweddol o'n darpariaeth a'n gwasanaethau. Ar gyfer pob swydd ym Met Caerdydd, mae hyfedredd yn y Gymraeg naill ai'n hanfodol neu'n ddymunol. Gallwch ddod o hyd i wybodaeth am y lefelau trwy edrych ar ein llyfryn: Sgiliau Cymraeg Os rhestrir sgil yn hanfodol yn y tabl isod, gwnewch yn siŵr eich bod yn dangos hyn yn eich ffurflen gais ar-lein.

Lefel iaith a disgrifydd cyffredinol	Gwrando	Darllen	Siarad	Ysgrifennu
A1 – Dechreuwr Yn gallu deall a defnyddio ymadroddion bob dydd cyfarwydd ac ymadroddion sylfaenol iawn yn y Gymraeg.	Dymunol	Dymunol	Dymunol	Dymunol
A2 - Defnyddiwr sylfaenol Yn gallu delio â gwybodaeth syml, syml a chyfathrebu mewn Cymraeg sylfaenol.				
B1 - Defnyddiwr canolradd Yn gallu cyfathrebu, i lefel gyfyngedig, yn Gymraeg am bethau cyfarwydd a/neu waith.				
B2 - Defnyddiwr canolradd uwch Yn gallu mynegi fy hun yn Gymraeg ar ystod o bynciau a deall y rhan fwyaf o sgwrs gyda siaradwr brodorol.				
C1 - Defnyddiwr rhugl Yn gallu cyfathrebu'n rhugl yn y Gymraeg.				
C2 - Prif ddefnyddiwr Yn gallu cyfathrebu'n rhugl ar faterion cymhleth ac arbenigol yn Gymraeg.				

Gofynion y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd

Mae'r swydd hon yn gofyn am wiriad manwl y DBS o restr gwahardd plant.

Gwybodaeth ategol

Mae'r Brifysgol yn sefydliad deinamig; felly, efallai y bydd angen newidiadau o bryd i'w gilydd. Ni fwriedir i'r disgrifiad swydd a manyleb y person fod yn hollgynhwysfawr.

Mae'r Brifysgol wedi ymrwymo i'r safonau ymddygiad moesegol a phroffesiynol uchaf. Felly, disgwylir i bob gweithiwr roi sylw dyledus i effaith eu hymddygiad a'u hymddygiad personol ar y Brifysgol, myfyrwyr, cydweithwyr, rhanddeiliaid busnes a'n cymuned. Rhaid i bob cyflogai ddangos ei fod yn glynu wrth ein Cod Ymddygiad Proffesiynol. Yn ogystal, dylai pob cyflogai roi sylw arbennig i'w gyfrifoldebau o dan bolisïau a gweithdrefnau Prifysgol Metropolitan Caerdydd.