

Teitl y Swydd: Hyfforddwr Cefnwyr Menywod

Uned/Ysgol: Chwaraeon Met Caerdydd

Gradd: 4A/B

HERA: CMETS142

Prif bwrpas y rôl

Darparu arbenigedd hyfforddi arbenigol i raglen perfformiad Rygbi Menywod gyda ffocws sylfaenol ar ddatblygu'r uned gefnwyr, gwella perfformiad cefnwyr ymosodol ac amddiffynol, a chyfrannu at lwyddiant cystadleuol Tîm 1af y Menywod yn BUCS Super Rygbi a chystadlaethau cysylltiedig. Bydd yr hyfforddwr hefyd yn cefnogi'r grŵp perfformiad ehangach i ddarparu gwybodaeth arbenigol a gweithio gyda chwaraewyr ar draws yr amgylcheddau perfformiad a datblygu.

Mae'r swydd yn cefnogi gweithredu model gêm Prif Hyfforddwr y Menywod ac yn cyfrannu at strategaeth berfformiad ehangach Rygbi Met Caerdydd. Bydd yr Hyfforddwr Cefnwyr yn arwain datblygiad technegol a thactegol yr uned gefnwyr, yn sicrhau cydlyniant rhwng amcanion unigol, uned a tîm, ac yn cyfrannu at recriwtio a dilyniant athletwyr-myfyrwyr sy'n perfformio'n uchel.

Cyfrifoldebau a chyfraniadau allweddol

Arweinyddiaeth Uned y Cefnwyr

- Arwain datblygiad technegol a thactegol yr uned gefnwyr, gan gynnwys pasio, trin, gwneud penderfyniadau, cicio, gwrthymosod, systemau amddiffynol, a threfnu cefnwyr. Integreiddio'r cydrannau technegol hyn o fewn model gêm cyffredinol y tîm i sicrhau eglurder rôl, gwneud penderfyniadau, a chyfraniad at strategaeth y tîm.

Cyflwyno Sesiynau Hyfforddi

- Cynllunio a chyflwyno sesiynau hyfforddi o ansawdd uchel, deniadol, a thargedig ar gyfer y cefnwyr sy'n meithrin sgiliau technegol unigol a pherfformiad cyfunol yr uned. Sicrhau bod sesiynau'n flaengar, yn cyd-fynd ag amcanion hyfforddi wythnosol, ac yn adlewyrchu mewnwelediadau dadansoddi perfformiad a phrosesau adolygu.

Paratoi a Chymorth Gêm

- Darparu mewnbyn penodol i gefnwyr yn ystod paratoi ar gyfer gemau, gan gynnwys cyfarfodydd rhagolwg, taith trwy'r uned, ac eglurder rolau mewn ymosod, amddiffyn, a throsglwyddo. Cefnogi gwneud penderfyniadau tactegol yn y gêm ar gyfer yr uned gefnwyr a chyfrannu at adolygiadau ar ôl gêm i ysgogi dysgu ac addasu.

Integreiddio Dadansoddi Perfformiad

- Gweithio gyda Phrif Hyfforddwr y Merched, Pennaeth Rygbi Perfformiad, a staff perfformiad i ddefnyddio data a dadansoddi fideo, sgowtio gwrthwynebwr, ac adolygiad ystadegol. Trosi'r mewnwelediadau hyn yn ymyriadau hyfforddi ymarferol ar gyfer datblygiad unigol ac uned, gan gynnwys DPP wedi'i dargedu ac adborth unigol.

Datblygu a Chynnydd Chwaraewyr

- Dylunio a chyflwyno cynlluniau datblygu unigol ar gyfer chwaraewyr cefn, gan osod nodau clir, mesuradwy sy'n cyd-fynd â model y gêm a gofynion safle. Darparu hyfforddiant un-i-un, cylchoedd adborth, ac ymyriadau datblygu sgiliau sy'n cefnogi cynnydd hirdymor athletwyr o fewn llwybr Rygbi Met Caerdydd a thu hwnt.

Cydweithio â Staff Hyfforddi a Chymorth

- Gweithio ar y cyd â Phrif Hyfforddwr y Merched, Pennaeth Rygbi Perfformiad, a hyfforddwyr arbenigol eraill i sicrhau cynllunio a chyflwyno cydlynol y rhaglen berfformiad. Ymgysylltu'n effeithiol â staff cymorth perfformiad (S&C, meddygol, dadansoddi perfformiad) i sicrhau dylunio hyfforddi integredig, rheoli adferiad, a chynllunio perfformiad ar gyfer chwaraewyr yr uned gefn.

Diwylliant Tîm a Lles Chwaraewyr

- Hyrwyddo diwylliant tîm positif, cynhwysol, ac sy'n cael ei yrru gan berfformiad sy'n pwysleisio atebolrwydd, parch, a lles athletwyr benywaidd o fewn rhaglen y menywod. Cefnogi rheoli llwyth, lles meddyliol, a'r cydbwysedd rhwng ymrwymadau academiaidd a rygbi ar gyfer myfyrwyr-athletwyr.

Cymorth Adnabod a Recriwtio Talent

- Cyfrannu at nodi ac ymgysylltu â thalent cefnwyr darpar trwy weithio gyda staff perthnasol i gynllunio a chefnogi rhaglen gydlynol o weithgarwch recriwtio. Ymgysylltu ag ysgolion a cholegau, rhaglenni PDC yng Nghymru a Lloegr, rhaglenni clybiau elitaidd, a thimau gradd oedran cenedlaethol, gan gynnwys trwy ddiwrnodau profiad, adolygu cofnodion, mynychu digwyddiadau recriwtio, a chyfarfodydd chwaraewyr unigol.

Alinio ac Adrodd Rhaglenni

- Sicrhewch fod yr holl weithgaredd hyfforddi, cynllunio unedau, ac amcanion perfformiad yn cael eu datblygu ar y cyd â Phrif Hyfforddwr y Merched a Phennaeth Rygbi Perfformiad ac yn cael eu hadrodd drwy systemau rheoli llinell adrannol.

Diogelu a Chydymffurfiaeth

- Ymgorffori a chynnal gofynion diogelu, iechyd a diogelwch, a rheoleiddio (URC/BUCS/Prifysgol) ym mhob agwedd ar hyfforddi, lles chwaraewyr, a chyflwyno rhaglenni.

Manyleb person

Cymwysterau hanfodol / Aelodaeth broffesiynol

- Cymhwyster Hyfforddi Lefel 2 (neu wobwr gydnabyddedig gyfwerth).

Profiad, gwybodaeth a sgiliau hanfodol

1. Dealltwriaeth dechnegol arbenigol o chwarae cefnau gan gynnwys gwella perfformiad cefnwyr ymosodol ac amddiffynnol.
2. Hanes cryf o gynllunio a chyflwyno sesiynau hyfforddi strwythuredig, cyfnodol.
3. Y gallu i drosi cysyniadau tactegol yn hyfforddiant ymarferol sy'n gwella perfformiad.
4. Profiad defnydd offerynnau dadansoddi perfformiad a chymhwyso adborth i ymarfer.
5. Gwybodaeth am strwythurau cystadlu BUCS a llwybrau perfformiad mewn addysg uwch.
6. Sgiliau cyfathrebu a rhyngpersonol effeithiol, gyda'r gallu i arwain dysgu chwaraewyr.
7. Y gallu i weithio ar y cyd o fewn timau perfformiad amlddisgyblaethol.
8. Sgiliau trefnu cryf gan gynnwys cynllunio sesiynau, adrodd ac ymarfer myfyriol.
9. Ymrwymiad i ddiogelu, ecwiti, cynhwysiant a lles athletwyr benywaidd.
10. Dull rhagweithiol, hunangymhellol o yrru safonau uned a gwelliant hirdymor.

Dymunol

1. Cymwysterau hyfforddi Lefel 3 neu gymwysterau hyfforddi pellach.
2. Cymwysterau hyfforddi blaenwyr arbenigol a/neu DPP.
3. Profiad o weithio gyda myfyrwyr-athletwyr, gan gydbwyso gofynion perfformiad ac ymrwymadau academiaidd.

Gofynion sgiliau Cymraeg

Mae'r Gymraeg yn hanfodol i'n myfyrwyr a'n staff ac mae'n 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 drwy edrych ar ein llyfryn: [Lefelau sgiliau Cymraeg](#). Os yw sgil wedi'i rhestru fel un hanfodol yn y tabl isod, gwnewch yn siŵr eich bod yn gwneud hyn glir yn eich ffurflen gais ar-lein.

Lefel iaith a disgrifydd	Gwranddo	Darllen	Siarad	Ysgrifennu
A1 – Dechreuwr Yn gallu deall a defnyddio dywediadau cyfarwydd bob dydd ac ymadroddion sylfaenol iawn yn y Gymraeg.	Dymunol	Dymunol	Dymunol	Dymunol
A2 - Defnyddiwr sylfaenol Yn gallu delio â gwybodaeth gyffredin a syml a chyfathrebu mewn Cymraeg sylfaenol.				
B1 - Defnyddiwr canolradd Yn gallu cyfathrebu, i lefel gyfyngedig, yn y Gymraeg am bethau sy'n gyfarwydd a/neu'n gysylltiedig â gwaith.				
B2 - Defnyddiwr canolradd uwch Yn gallu mynegi fy hun yn y Gymraeg ar ystod o bynciau a deall y rhan fwyaf o sgwrs â siaradwr brodorol.				
C1 - Defnyddiwr rhugl Yn gallu cyfathrebu'n rhugl yn y Gymraeg.				
C2 - Meistrolaeth 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 DBS sylfaenol.

Gwybodaeth ategol

Mae'r Brifysgol yn sefydliad deinamig ac efallai y bydd angen newidiadau o bryd i'w gilydd. Ni fwriedir i'r disgrifiad swydd a'r manyleb person hwn fod yn gynhwysfawr.

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 personol ar y Brifysgol, myfyrwyr, cydweithwyr, rhanddeiliaid busnes a'n cymuned. Rhaid i bob gweithiwr ddangos ei fod yn cydymffurfio â'n Cod Ymddygiad Proffesiynol. Yn ogystal, dylai pob gweithiwr roi sylw arbennig i'w cyfrifoldebau o dan bolisïau a gweithdrefnau Prifysgol Metropolitan Caerdydd.