Amcanion y tu hwnt i'r gêm: Archwiliad o sut y gall pêl-droed hwyliog adeiladu hyder plant ysgol gynradd yn y Gymraeg

Sara Hilton, Elen Mai Nefydd
ac Ieuan Jones-Wellstead

Cyfeirnod:
Hilton, S., Nefydd, E. M., a Jones-Wellstead, I. (2026), 'Amcanion y tu hwnt i'r gêm: Archwiliad o sut y gall pêl-droed hwyliog adeiladu hyder plant ysgol gynradd yn y Gymraeg', *Gwerddon*, 42. <https://doi.org/10.61257/GWER4202>

Cyhoeddwyd: Hydref 2026

Arfarnu:
Mae'r erthygl hon wedi cael ei harfarnu gan gymheiriaid drwy broses ddwbl-ddall *Gwerddon*, cyfnodolyn a gyhoeddir gan y Coleg Cymraeg Cenedlaethol.

Hawlfraint:
© 2026 Yr Awdur(on). Mae hon yn erthygl mynediad agored a ddosberthir o dan delerau'r Drwydded Ryngwladol Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0), sy'n caniatáu defnydd, dosbarthiad ac atgynhyrchu heb gyfyngiad mewn unrhyw gyfrwng, ar yr amod bod yr awdur a'r ffynhonnell wreiddiol yn cael eu cydnabod. Gweler http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/.

Mynediad agored:
Mae hon yn erthygl mynediad agored sydd wedi'i hadolygu gan gymheiriaid.

Amcanion y tu hwnt i'r gêm: Archwiliad o sut y gall pêl-droed hwyliog adeiladu hyder plant ysgol gynradd yn y Gymraeg

Sara Hilton, Elen Mai Nefydd ac Ieuan Jones-Wellstead

Crynodeb: Mae hyrwyddo defnydd naturiol o'r Gymraeg ymhlith plant ysgol gynradd yn allweddol er mwyn cyrraedd targedau Cymraeg 2050. Gan fod llawer o blant yn gweld y Gymraeg fel iaith ffurfiol, mae chwaraeon yn cynnig llwyfan anffurfiol a chymdeithasol i'w defnyddio. Mae'r astudiaeth ansoddol hon yn archwilio effaith sesiynau pêl-droed yn Gymraeg ar 20 o ddisgyblion (8–11 oed) mewn un ysgol gynradd yng ngogledd Cymru, ochr yn ochr â chyfweliad â'r pennaeth. Drwy ddadansoddiad thematig, amlygwyd pum thema: mwynhad, hyder ieithyddol, cefnogaeth gymunedol, hunaniaeth ddiwylliannol a chynaliadwyedd. Mae canfyddiadau'r astudiaeth yn awgrymu y gall chwaraeon weithredu fel cyfrwng effeithiol ar gyfer cefnogi defnydd naturiol o'r Gymraeg a chyfrannu at ei normaleiddio ymhlith plant ysgolion cynradd.

Allweddeiriau: Cymraeg, hyder, chwaraeon, plant, hunananiaeth.

Goals beyond the game: An exploration of how fun football can enhance primary school children's confidence in the Welsh language

Abstract: Promoting natural use of the Welsh language among primary school children is essential to achieving the ambitions of Cymraeg 2050. As many children perceive Welsh as a formal classroom language, sport offers an informal and social context for meaningful use. This qualitative study explores the impact of Welsh-medium football sessions on 20 pupils (aged 8–11) in a north Wales primary school, alongside a semi-structured interview with the headteacher. Thematic analysis identified five themes: enjoyment, linguistic confidence, community support, cultural identity, and sustainability. The findings of this study suggest that sport can serve as an effective medium for supporting the natural use of the Welsh language and contributing to its normalisation among primary school children.

Key words: The Welsh language, confidence, sport, children, identity.

Cyflwyniad

Bu sefyllfa'r Gymraeg yng Nghymru yn destun trafodaeth ac ymyrraeth polisi ers degawdau. Er bod polisïau cenedlaethol megis Cymraeg 2050 wedi gosod targed uchelgeisiol o gyrraedd miliwn o siaradwyr Cymraeg erbyn 2050, mae data Cyfrifiad 2021 yn dangos bod nifer a chanran y siaradwyr Cymraeg wedi gostwng o gymharu â Chyfrifiad 2011 (Llywodraeth Cymru 2023). Yn ogystal â chynyddu nifer y siaradwyr Cymraeg, mae polisïau a sefydliadau cenedlaethol wedi pwysleisio pwysigrwydd creu cyfleoedd i blant a phobl ifanc ddefnyddio'r Gymraeg mewn gweithgareddau cymdeithasol, diwylliannol a hamdden. Mae Comisiynydd y Gymraeg wedi tynnu sylw at bwysigrwydd sicrhau adnoddau a chyfleoedd cyfrwng Cymraeg o fewn chwaraeon a gweithgareddau cymunedol er mwyn cefnogi defnydd naturiol o'r iaith y tu allan i'r ystafell ddosbarth. Mae hyn yn adlewyrchu dealltwriaeth gynyddol nad addysg ffurfiol yn unig sy'n cyfrannu at gynnal iaith leiafrifol, ond hefyd y cyfleoedd i'w defnyddio mewn cyd-destunau ystyrlon sy'n rhan o fywyd bob dydd. Yn benodol, bu cyfraddau'r defnydd cymdeithasol o'r Gymraeg ymhlith plant a phobl ifanc yn peri pryder i ymchwilwyr ac ymarferwyr addysg (Jones 2018; Hodges 2020). Mae hyn yn codi'r cwestiwn sylfaenol: sut y gellir symud y Gymraeg o fod yn iaith y dosbarth i fod yn iaith y gymuned?

Yn unol â'r uchelgais hon, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru strategaeth *Cymraeg 2050*, sy'n gosod dau nod strategol: (1) cynyddu nifer y siaradwyr, a (2) cynyddu'r defnydd o'r Gymraeg ym mhob agwedd ar fywyd. Yn 2025, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru darged newydd pellach: sef sicrhau bod 50% o ddisgyblion Cymru mewn ysgolion cyfrwng Cymraeg erbyn 2050. Mae'r uchelgais hon yn cael ei hategu gan y Bil Addysg Gymraeg, sy'n rhoi sail statudol ar gyfer categoreiddio ysgolion yn ôl cyfran y ddarpariaeth Gymraeg, a chynyddu'r pwyslais ar addysg drwy gyfrwng yr iaith.

Fodd bynnag, mae nifer o ysgolheigion (e.e. Hodges 2020; Morris 2014) wedi rhybuddio nad yw addysg ffurfiol ar ei phen ei hun yn ddigon i greu newid ymddygiadol hirdymor. Gall plant feddu ar sgiliau iaith da, ond heb yr hyder a'r cyd-destunau cymdeithasol i'w defnyddio, ni fyddant yn trosglwyddo'r iaith i sefyllfaoedd bywyd go-iawn.

Dyma lle y daw chwaraeon a gweithgareddau anffurfiol yn berthnasol. Gall gweithgareddau sy'n cynnwys symudiad corfforol, emosiwn a chydweithredu greu profiadau cadarnhaol sy'n cael effaith ddyfnach na gweithgareddau dosbarth. Mae pêl-droed, fel un o'r chwaraeon mwyaf poblogaidd ymhlith plant yng Nghymru, yn cynnig llwyfan unigryw ar gyfer normaleiddio'r Gymraeg a'i gwneud yn iaith sy'n gysylltiedig â hwyl, bod yn rhan o dîm a hunaniaeth. Mae ymchwil flaenorol wedi dangos y gall gweithgareddau sy'n cynnwys symudiad corfforol, emosiwn a chydweithredu greu profiadau dysgu dyfnach (Light a Georgakis 2005; Sefton-Green 2013).

Mae'r astudiaeth hon yn archwilio'r syniad hwn drwy edrych ar brofiadau plant mewn un ysgol gynradd sy'n darparu sesiynau pêl-droed trwy gyfrwng y Gymraeg. Trwy gasglu lleisiau disgyblion a phrofiadau personol pennaeth ysgol, mae'r astudiaeth yn cynnig mewnwelediad gwerthfawr i'r modd y gall chwaraeon gefnogi targedau polisi iaith ar lefel micro ac yn ymarferol.

Mae'r angen i greu cyfleoedd ystyrlon i ddefnyddio'r Gymraeg y tu allan i'r ystafell ddosbarth wedi cael ei amlygu'n gyson mewn dogfennau polisi a llenyddiaeth academaidd. Er bod addysg cyfrwng Cymraeg yn chwarae rhan ganolog wrth ddatblygu sgiliau ieithyddol, mae nifer o ymchwilwyr wedi nodi bod defnydd cymdeithasol yr iaith yn ffactor hollbwysig wrth gynnal defnydd hirdymor ac wrth ddatblygu hyder i ddefnyddio'r Gymraeg mewn bywyd bob dydd (Baker 2011; Llywodraeth Cymru 2017). O ganlyniad, gwelwyd diddordeb cynyddol mewn archwilio sut y gall gweithgareddau cymunedol ac allgyrsiol gyfrannu at greu amgylcheddau lle y mae'r Gymraeg yn cael ei defnyddio'n naturiol. Yng nghyd-destun y drafodaeth hon, mae chwaraeon yn cynrychioli maes sydd wedi derbyn llai o sylw ymchwil, er gwaethaf ei botensial i greu profiadau cymdeithasol cadarnhaol a chyfleoedd rheolaidd i ddefnyddio'r iaith. Er bod tystiolaeth ryngwladol yn tyfu ynghylch rôl chwaraeon wrth gefnogi ieithoedd lleiafrifol, mae ymchwil empirig yn y cyd-destun Cymreig yn parhau'n gyfyngedig.

Nod yr astudiaeth hon yw archwilio sut y mae sesiynau pêl-droed cyfrwng Cymraeg yn effeithio ar hyder ieithyddol plant ysgol gynradd, a sut y gall cyd-destunau chwaraeon anffurfiol gefnogi defnydd naturiol o'r Gymraeg y tu allan i'r dosbarth.

Adolygiad llenyddiaeth

1. Dysgu anffurfiol a chyd-destunau ystyrlon

Mae corff sylweddol o lenyddiaeth wedi dangos bod dysgu anffurfiol yn chwarae rôl hollbwysig wrth feithrin sgiliau iaith, cymdeithasol ac emosiynol ymhlith plant (Sefton-Green 2013; Rogoff 2008). Yn wahanol i ddysgu ffurfiol, sydd fel arfer wedi'i strwythuro o amgylch amcanion penodol ac asesu, mae dysgu anffurfiol yn digwydd mewn lleoliadau naturiol lle y mae plant yn cymryd rhan oherwydd eu bod yn dymuno cymryd rhan, nid oherwydd bod yn rhaid iddynt. Mae hyn yn creu amgylcheddau lle y mae cyfranogiad yn cael ei yrru gan ddiddordeb, chwant ac ymrwymiad emosiynol — ffactorau a ddangoswyd yn aml i gynyddu ymgysylltiad a chadw gwybodaeth (Rogoff 2008).

Mae Light a Georgakis (2005) yn dadlau bod chwaraeon yn un o'r cyd-destunau anffurfiol mwyaf effeithiol ar gyfer dysgu. Nid yn unig y mae plant yn dysgu trwy weithredu — gan roi eu cyrff a'u meddyliau ar waith — ond maent hefyd yn dysgu trwy arsylwi, cyfathrebu a datrys problemau ar y cyd. Mae gweithgareddau chwaraeon yn gofyn am benderfyniadau sydyn, cydweithio trwy gyfathrebu, a'r gallu i addasu iaith i wahanol sefyllfaoedd. Mae hyn yn cyd-fynd ag ymchwil sy'n pwysleisio gwerth dysgu drwy gyfuniad o brofiadau synhwyraidd, symudiad a rhyngweithio.

Yn achos dysgu iaith yn benodol, mae'r ffaith bod chwaraeon yn gofyn am ryngweithio digymell yn golygu bod plant yn defnyddio iaith mewn ffordd sy'n gryno, pendant a pherthnasol. Mae hyn yn cyd-fynd â damcaniaeth 'istantaneity of communication' Swain (1995), lle y mae plant yn defnyddio iaith yn syth er mwyn cyflawni nod gweithredol. Yn y cyd-destun hwn, mae iaith yn arf gweithredu, nid yn darged dysgu. O ganlyniad, mae dysgu iaith yn digwydd yn fwy naturiol ac yn llai ffurfiol, gan arwain at fwy o hyder a mwy

o ddefnydd gwirfoddol o iaith.

Er bod addysg cyfrwng Cymraeg yn chwarae rhan allweddol wrth ddatblygu gallu ieithyddol plant, mae ymchwil yn dangos nad yw meddu ar sgiliau ieithyddol ynddo'i hun yn sicrhau defnydd rheolaidd o'r Gymraeg y tu allan i'r ystafell ddosbarth (Baker 2011; Cummins 2000). Yn hytrach, mae cael cyfleoedd i ddefnyddio'r iaith mewn cyd-destunau cymdeithasol ac ystyrlon yn hanfodol er mwyn datblygu hyder ieithyddol a chynnal defnydd hirdymor o'r Gymraeg. Yn y cyd-destun hwn, mae gweithgareddau allgyrsiol megis chwaraeon yn cynnig cyfleoedd unigryw i blant ddefnyddio'r Gymraeg mewn ffordd naturiol, gydweithredol ac ymarferol sy'n ymestyn y tu hwnt i ddysgu ffurfiol.

2. Hyder ieithyddol a hunaniaeth

Mae Cummins (2000) yn gwahaniaethu rhwng dau fath o allu ieithyddol:

1. Cymhwysedd sylfaenol rhyngbersonol (Basic Interpersonal Communicative Skills – BICS) – yr iaith bob dydd a ddefnyddir mewn sefyllfaoedd cymdeithasol.
2. Cymhwysedd academaidd gwybyddol (Cognitive Academic Language Proficiency – CALP) – iaith sy'n ddefnyddiol mewn cyd-destunau academaidd neu ffurfiol.

Mae'n dadlau bod hyder ieithyddol yn rhan hanfodol o ddatblygu'r ddau gymhwysedd. Heb hyder, nid yw dysgwyr yn cymryd risgiau ieithyddol, yn gofyn cwestiynau, nac yn defnyddio iaith y tu allan i'r dosbarth. Felly, dylai cyd-destunau cymdeithasol anffurfiol, lle y mae dysgwyr yn teimlo'n fwy cyfforddus i ddefnyddio'r iaith heb ofni gwneud camgymeriadau, fod yn bwysig wrth feithrin y gallu a'r hyder i ddefnyddio iaith mewn sefyllfaoedd bob dydd. Yn ychwanegol at hyn, mae Bourdieu (1991) yn cyflwyno'r cysyniad o gyfalaf ieithyddol, gan ddadlau nad yw iaith byth yn niwtral; mae'n cario statws cymdeithasol a symbolaidd. Os yw plant yn teimlo bod iaith yn gysylltiedig â chryfder, hunaniaeth neu berfformiad, maent yn fwy tebygol o'i gweld fel rhywbeth gwerthfawr. Yn y cyd-destun Cymreig, mae ymchwil wedi awgrymu y gall chwaraeon weithredu fel gofodau cymdeithasol a diwylliannol sy'n cyfrannu at normaleiddio'r Gymraeg a chryfhau cysylltiadau rhwng iaith, hunaniaeth a chymuned (Evans et al. 2019; Hodges a Prys 2019).

Mae hefyd yn berthnasol i ddulliau hunaniaeth cymdeithasol (Tajfel a Turner 1986). Pan fo plant yn gweld eu hunain fel aelodau o 'dîm Cymraeg', mae'r defnydd o'r iaith yn dod yn rhan o'r hunaniaeth honno. Mae ymchwil ym maes addysg dwyieithog yn dangos bod plant sy'n gweld iaith fel rhan o'u hunaniaeth bersonol neu gymdeithasol yn fwy tebygol o gynnal defnydd hirdymor ohoni, hyd yn oed mewn amgylcheddau Saesneg eu hiaith (Hodges 2020).

Yn y cyd-destun pêl-droed, lle y mae perfformiad yn aml yn gysylltiedig â chydweithio effeithiol, eglurder cyfathrebu a pherthyn i grŵp, mae'r Gymraeg yn dod yn iaith sy'n gwneud synnwyr o safbwynt cymdeithasol, ac nid addysgol yn unig.

Mae ymchwil ehangach yn awgrymu bod hyder ieithyddol yn ffactor allweddol sy'n dylanwadu ar ba mor barod yw unigolion i ddefnyddio iaith leiafrifol mewn cyd-destunau cymdeithasol. Yn ôl Cummins (2000), mae cyfleoedd rheolaidd i ddefnyddio iaith mewn sefyllfaoedd ystyrlon yn cyfrannu at ddatblygu hyder cyfathrebol ac yn annog defnydd pellach o'r iaith. Yn yr un modd, mae Norton (2013) yn dadlau bod defnydd iaith a hunaniaeth wedi'u cysylltu'n agos, gyda chyfleoedd i gymryd rhan mewn cymunedau ymarfer yn gallu cryfhau ymdeimlad unigolion o berthyn a buddsoddiad yn yr iaith. Yn y cyd-destun hwn, gellir dadlau bod y sesiynau pêl-droed wedi darparu gofod cymdeithasol lle yr oedd y Gymraeg yn cael ei defnyddio fel rhan naturiol o weithgaredd grŵp, gan gyfrannu nid yn unig at hyder ieithyddol ond hefyd at ddatblygu cysylltiadau cadarnhaol rhwng yr iaith a hunaniaeth gymdeithasol y plant.

3. Iaith a chwaraeon mewn cyd-destun rhyngwladol

Yn y cyd-destun Cymraeg, mae Evans et al. (2019) yn dangos bod chwaraeon cymunedol yn gallu gweithredu fel cyfrwng effeithiol i annog defnydd o'r Gymraeg mewn cyd-destunau anffurfiol. Mae'r berthynas rhwng iaith a chwaraeon wedi cael sylw cynyddol yn y degawd diwethaf gan lywodraethau ac academyddion sy'n ceisio ffyrdd arloesol o hybu ieithoedd lleiafrifol. Mae'r diddordeb cynyddol hwn yn adlewyrchu newid ehangach yn y llenyddiaeth ar gynllunio ac adfywio ieithoedd lleiafrifol. Er bod addysg ffurfiol yn parhau'n elfen ganolog o strategaethau iaith, mae ysgolheigion wedi dadlau'n gynyddol nad yw'r ystafell ddosbarth ar ei phen ei hun yn ddigon i sicrhau defnydd hirdymor o iaith leiafrifol (Fishman 1991; Baker 2011; Hornberger 2006). Yn hytrach, mae cynaliadwyedd ieithyddol yn dibynnu ar greu cyfleoedd i ddefnyddio'r iaith mewn cyd-destunau cymdeithasol ystyrlon lle y mae cyfathrebu'n digwydd yn naturiol ac at ddibenion go-iawn. Yn y cyd-destun hwn, mae chwaraeon wedi denu sylw cynyddol oherwydd eu gallu i greu cymunedau ymarfer lle y mae unigolion yn cydweithio, yn gwneud penderfyniadau ac yn datrys problemau drwy gyfrwng yr iaith. O ganlyniad, nid yw chwaraeon bellach yn cael eu hystyried yn weithgareddau hamdden yn unig, ond yn weithgareddau a gynhelir mewn gofodau cymdeithasol sy'n gallu cyfrannu at normaleiddio defnydd iaith, datblygu hunaniaeth ieithyddol a chryfhau ymdeimlad o berthyn o fewn cymunedau ieithyddol. Mae tystiolaeth o sawl cyd-destun gwledig, rhanbarthol a chenedlaethol yn dangos rôl chwaraeon fel llwyfan ar gyfer normaleiddio iaith:

- Basgeg (Euskadi): Dangosodd Echeverria (2003) fod rhaglenni chwaraeon rhanbarthol yn cynyddu defnydd cymdeithasol o'r Fasgeg trwy greu lleoliadau anffurfiol lle y mae'r iaith yn cael ei defnyddio fel iaith arferol gweithredu.
- Gaeleg yr Alban: Mae McLeod (2014) yn dangos sut y mae gwersylloedd haf a chlybiau cymunedol wedi cynyddu'r defnydd naturiol o'r iaith drwy gyfuno symudiad, diwylliant a gweithgareddau grŵp.

- Gwyddeleg: Mae Ó Riagáin (2015) yn nodi bod clybiau GAA yn gweithredu fel un o'r ffyrdd pwysicaf o normaleiddio'r Wyddeleg ymhlith pobl ifanc drwy greu amgylcheddau cymdeithasol lle y defnyddir yr iaith yn naturiol ac at ddibenion ystyrlon.
- Catalaneg: Yn Catalwnia, mae chwaraeon – yn enwedig pêl-droed – wedi chwarae rôl allweddol wrth atgyfnerthu hunaniaeth a'r iaith (Huguet 2007). Bu FC Barcelona, fel symbol cenedlaethol, yn llwyfan ar gyfer hyrwyddo'r iaith yn gyhoeddus.
- Maori: Mae Houkamau (2012) yn dangos sut y mae rhaglenni chwaraeon ysgolion a chymunedol yn cysylltu iaith â hunaniaeth Maori trwy symudiad, siantau a pherfformiad corfforol.

Mae'r enghreifftiau rhyngwladol hyn yn dangos bod chwaraeon nid yn unig yn fecanwaith cymdeithasol, ond yn arf polisi iaith cryf a all greu cyfleoedd i blant ddefnyddio iaith mewn cyd-destunau emosiynol, gweithredol a chymunedol.

Er bod y cyd-destunau rhyngwladol hyn yn amrywio'n sylweddol o ran hanes, diwylliant, polisïau iaith a strwythurau chwaraeon, mae patrwm cyffredin yn dod i'r amlwg ar draws y llenyddiaeth. Yn hytrach na dibynnu ar addysg ffurfiol yn unig, mae'r astudiaethau hyn yn dangos bod chwaraeon yn gallu gweithredu fel gofod cymdeithasol lle y mae ieithoedd lleiafrifol yn cael eu defnyddio'n naturiol wrth gyfathrebu, cydweithio a datrys problemau. Mae hyn yn awgrymu bod gwerth chwaraeon yn ymestyn y tu hwnt i ddatblygu sgiliau corfforol neu dechnegol, gan gyfrannu hefyd at normaleiddio defnydd iaith, meithrin ymdeimlad o berthyn, a chryfhau hunaniaeth ddiwylliannol. Er nad yw'r dystiolaeth yn awgrymu bod chwaraeon yn gallu gwrthdroi dirywiad ieithoedd lleiafrifol ar eu pennau eu hunain, mae'r llenyddiaeth yn dangos yn gyson eu bod yn gallu ategu polisïau addysgol ac ieithyddol drwy greu cyfleoedd dilys ac ystyrlon i ddefnyddio'r iaith mewn bywyd bob dydd. Er bod y cyd-destun Cymreig yn unigryw, mae'n rhannu nifer o'r heriau sy'n wynebu ieithoedd lleiafrifol eraill, yn enwedig yr angen i gynyddu defnydd cymdeithasol o'r iaith ymhlith plant a phobl ifanc. Yn y cyd-destun hwn, mae'r dystiolaeth ryngwladol yn darparu fframwaith defnyddiol ar gyfer dehongli canfyddiadau'r astudiaeth bresennol ac yn awgrymu y gall sesiynau pêl-droed cyfrwng Cymraeg ddarparu cyfrwng ymarferol ar gyfer creu cyfleoedd naturiol i ddefnyddio'r Gymraeg, gan gyfrannu at y drafodaeth ryngwladol ehangach ar rôl chwaraeon wrth gefnogi cynaliadwyedd ieithoedd lleiafrifol.

4. Polisi iaith yng Nghymru

Mae strategaeth Cymraeg 2050 (Llywodraeth Cymru 2017) wedi gosod y targed uchelgeisiol o sicrhau miliwn o siaradwyr Cymraeg erbyn 2050, ac yn fwy diweddar, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru (2025) nod ychwanegol: 50% o blant Cymru mewn addysg cyfrwng Cymraeg erbyn 2050. Yn unol â hyn, mae'r Bil Addysg Gymraeg (Senedd Cymru 2024) yn ceisio sicrhau cynnydd sylweddol yn y ddarpariaeth Gymraeg mewn ysgolion, gan nodi'n

statudol bod canran o ddysgu drwy'r Gymraeg yn ddyletswydd ar bob ysgol.

Mae'r dogfennau polisi hyn yn pwysleisio'n glir nad addysg ffurfiol yw'r unig allwedd i gynyddu defnydd o'r Gymraeg — rhaid hybu cyfleoedd i siarad Cymraeg mewn gweithgareddau y tu allan i'r ystafell ddosbarth hefyd. Mae'r polisi'n cydnabod bod plant yn fwy tebygol o ddefnyddio'r Gymraeg pan fo'r iaith wedi'i gwreiddio mewn gweithgareddau y maent yn eu mwynhau.

Er hyn, mae ymchwil gan Williams (2019) a Prys a Hodges (2019) yn dangos bod diffyg gweithgareddau chwaraeon neu glybiau trwy gyfrwng y Gymraeg mewn sawl ardal, gan greu bylchau rhwng polisi a realiti. Nodir bod llawer o weithgareddau allgyrsiol yn dal i gael eu cynnal trwy gyfrwng y Saesneg, sy'n golygu bod cyfleoedd naturiol i ddefnyddio'r Gymraeg yn cael eu colli.

Yn y cyd-destun hwn, mae'r astudiaeth bresennol yn cynnig model ymarferol sy'n gallu ategu polisi'r Llywodraeth trwy greu gweithgareddau iaith naturiol, pleserus ac effeithiol i blant.

Dulliau

Dyluniad ymchwil

Mae'r astudiaeth wedi'i lleoli o fewn safbwynt deongliadol (interpretivist), gan geisio deall profiadau a safbwyntiau'r cyfranogwyr mewn perthynas â defnyddio'r Gymraeg mewn cyd-destun chwaraeon anffurfiol. Defnyddiwyd dull ansoddol er mwyn deall profiadau plant a safbwyntiau staff ysgol mewn ffordd fanwl. Roedd y dyluniad yn canolbwyntio ar ddal profiadau byw cyfranogwyr ac ar ddeall sut y mae sesiynau pêl-droed trwy gyfrwng y Gymraeg yn effeithio ar hyder ieithyddol plant mewn cyd-destunau anffurfiol. Roedd y cyfuniad o grŵp ffocws a chyfweliad hanner-strwythuredig yn galluogi archwiliad cynhwysfawr o'r effaith ar lefel unigol ac ar lefel ysgol.

Cyfranogwyr

Cymerodd 20 o ddisgyblion ran yn y broses casglu data drwy dri grŵp ffocws bach, gan gynnwys 18 bachgen a dwy ferch. Roedd pob un yn mynychu ysgol gynradd cyfrwng Cymraeg yng ngogledd Cymru. Lleolir yr ysgol mewn ardal lle y mae defnydd cymdeithasol o'r Gymraeg yn gymharol gyfyngedig y tu allan i'r ysgol, gan ddarparu cyd-destun pwysig ar gyfer archwilio sut y gall gweithgareddau allgyrsiol gyfrannu at gynyddu defnydd naturiol o'r Gymraeg. Roedd y cyfranogwyr i gyd yn rhan o'r un rhaglen pêl-droed cyfrwng Cymraeg a gynigiwyd fel gweithgaredd allgyrsiol. Cynhaliwyd cyfweliad â phennaeth yr ysgol, gan ddarparu safbwynt proffesiynol ac ehangach ar effaith y rhaglen ar hyder ieithyddol, defnydd y Gymraeg, a datblygiad diwylliant Cymraeg yn yr ysgol.

Casglu data

Casglwyd data drwy ddau ddull: grŵp ffocws gyda'r plant a chyfweliad â phennaeth yr ysgol. Roedd y dulliau hyn yn ategu ei gilydd, gan gyfuno llais uniongyrchol

y disgyblion â phersbectif arweinyddol ar y prosiect. Defnyddiwyd cwestiynau agored a gweithgareddau rhyngweithiol er mwyn meithrin awyrgylch cyfforddus ar gyfer y plant, gan eu galluogi i fynegi eu profiadau'n rhydd.

Grŵp ffocws

Defnyddiwyd y meini prawf cynhwysiant canlynol: (a) bod yn ddisgybl yn yr ysgol dan sylw, a (b) bod wedi mynychu'r sesiynau pêl-droed allgyrsiol drwy gydol y tymor. Roedd y sesiynau'n strwythuredig ac wedi'u cynllunio ymlaen llaw, gyda ffocws ar eirfa allweddol yn gysylltiedig â thema pob sesiwn, ynghyd â defnyddio Cymraeg sgyrsiol drwy gydol y gweithgareddau. Roedd pob cyfranogwr yn rhan o'r un rhaglen bêl-droed cyfrwng Cymraeg a gynigiwyd fel gweithgaredd allgyrsiol. Cynhaliwyd cyfweliad â phennaeth yr ysgol, lle y bu i'r pennaeth ddarparu safbwynt proffesiynol ac ehangach ar effaith y rhaglen ar hyder ieithyddol, defnydd y Gymraeg, a datblygiad diwylliant Cymraeg o fewn yr ysgol. Cynhaliwyd pob grŵp ffocws mewn amgylchedd anffurfiol a chyfforddus, gyda'r ymchwilydd a'r disgyblion yn eistedd ar yr un lefel er mwyn lleihau unrhyw ganfyddiad o hierarchaeth a chefnogi trafodaeth agored. Defnyddiwyd gweithgareddau torri'r iâ a gemau iaith byr er mwyn creu awyrgylch hamddenol ac er mwyn annog cyfranogiad gan bob plentyn. Defnyddiwyd cwestiynau agored a chwestiynau dilynol anffurfiol er mwyn archwilio profiadau'r disgyblion o'r sesiynau pêl-droed gan ganolbwyntio ar eu mwynhad, y geiriau a'r ymadroddion Cymraeg a ddefnyddiwyd, a'u canfyddiadau o effaith y sesiynau ar eu hyder i ddefnyddio'r Gymraeg o fewn a thu allan i'r ysgol. Roedd y dull hwn yn galluogi casglu data cyfoethog a myfyriol a oedd yn adlewyrchu profiadau byw'r cyfranogwyr.

Cyfweliad â phennaeth

Cynhaliwyd cyfweliad hanner-strwythuredig, tua 45 munud o hyd, â phennaeth yr un ysgol. Roedd y cyfweliad yn archwilio effaith tymor byr y sesiynau ar ddefnydd iaith a hyder y plant, yn ogystal â'r potensial tymor hir o ran datblygu darpariaeth Gymraeg mewn chwaraeon. Trafodwyd heriau trefniadol megis amserlennu, adnoddau a darpariaeth staff, yn ogystal â lefel y gefnogaeth gan rieni. Trwy hyn, roedd y pennaeth yn gallu darparu mewnwelediad gwerthfawr i sut y mae'r rhaglen yn cyd-fynd â strategaethau iaith yr ysgol ac â blaenoriaethau cenedlaethol fel Cymraeg 2050.

Moeseg

Cafwyd cymeradwyaeth foesegol gan Brifysgol Wrecsam. Sicrhawyd bod yr holl weithdrefnau'n cydymffurfio â safonau moesegol ar gyfer ymchwil gyda phlant. Darparwyd gwybodaeth eglur i rieni, a sicrhawyd eu caniatâd, ynghyd â chydsyniad gwybodus gan y plant eu hunain. Cadwyd cyfrinachedd llawn, gan ddefnyddio codau dienw a storio data yn ddiogel. Defnyddiwyd iaith syml a gweithgareddau diogel yn ystod y grŵp ffocws er mwyn sicrhau bod y plant yn teimlo'n hyderus ac yn deall y broses ymchwil yn llawn. Roedd y dull moesegol hwn yn sylfaenol i sicrhau y bu'r ymchwil yn barchus, yn ofalus ac yn ddiogel

i bob cyfranogwr.

Dadansoddi data

Defnyddiwyd dadansoddiad thematig (Braun a Clarke 2006), gan ddilyn chwe cham: (1) ymgyfarwyddo â'r data, (2) cynhyrchu codau cychwynnol, (3) chwilio am themâu, (4) adolygu themâu, (5) diffinio ac enwi themâu, a (6) cynhyrchu'r adroddiad. Defnyddiwyd nodiadau myfyriol ('memos') i gefnogi'r broses ddadansoddi, gan sicrhau tryloywder a chysondeb yn y dehongliad.

Canfyddiadau

Cyflwynir y canlyniadau fesul pum thema allweddol a nodwyd drwy'r dadansoddiad thematig, gan gyflwyno dyfyniadau uniongyrchol ac adroddiadau o brofiadau'r cyfranogwyr.

1. Mwynhad a chymhelliant

Roedd mwynhad yn thema drawiadol a chyson a gododd o'r grŵp ffocws, ac fe'i mynegwyd yn glir gan bron pob plentyn. Dangosodd y plant frwdfrydedd sylweddol tuag at y sesiynau, gyda'u hymatebion yn pwysleisio natur hwylus, egnïol a deinamig y gweithgareddau. Pan ofynnwyd iddynt nodi eu hoff rannau o'r sesiynau, ymatebwyd gydag ymadroddion byr ac emosiynol:

> 'Penalties!'
> 'Star Wars!'
> 'Pan dwi'n gallu taclo fy ffrindiau!'

Dywedodd rhai plant hefyd eu bod yn edrych ymlaen at y sesiynau bob wythnos:

> 'Dwi wastad yn edrych ymlaen at y pêl-droed.'
> 'Mae'n fwy o hwyl na gwers arferol.'
> 'Dwi'n hoffi chwarae gemau efo pawb.'

Roedd y dyfyniadau hyn yn awgrymu bod y sesiynau'n cael eu gweld fel gweithgaredd pleserus ac ysgogol. Ategwyd hyn gan sylwadau'r pennaeth, a nododd fod plant yn gofyn yn rheolaidd pryd fyddai'r sesiwn nesaf a bod rhieni'n ymholi ynghylch parhad y ddarpariaeth. Gyda'i gilydd, mae'r data'n awgrymu bod mwynhad yn elfen bwysig o brofiad y plant ac yn ffactor a allai gyfrannu at eu hymgysylltiad parhaus â'r sesiynau.

Soniodd y pennaeth hefyd fod y brwdfrydedd hwn yn ymledu y tu hwnt i'r cae chwarae. Dywedodd fod plant yn gofyn yn wythnosol, 'pryd mae'r sesiwn nesa?', a bod rhieni hyd yn oed yn gofyn a oedd y sesiynau'n cael eu cynnal ar ôl hanner tymor. Mae hyn yn tanlinellu paradocs cadarnhaol: er bod y gweithgareddau'n hyrwyddo'r Gymraeg, nid dyna'r hyn sy'n denu'r plant mewn gwirionedd — mae'r hwyl yn gwneud defnydd o'r Gymraeg yn fwy

naturiol ac ystyrlon

2. Datblygu sgiliau iaith a hyder

Roedd datblygiad sgiliau iaith yn thema eang a dwfn, gyda sawl plentyn yn gallu ailadrodd a defnyddio geiriau Cymraeg a ddysgwyd yn ystod y sesiynau. Dywedodd y plant eu bod wedi cofio ac yn defnyddio geiriau fel:

> 'gwagle'
> 'cadw agos'
> 'rheoli'r bêl'
> 'drag-back'.

Pan ofynnwyd sut yr oeddent yn defnyddio'r geiriau hyn, disgrifiodd rhai o'r plant eu defnydd ohonynt mewn cyd-destunau eraill:

> 'Dwi wedi defnyddio "cadw agos" yn fy mharagraff.'
> 'Dwi'n defnyddio'r geiriau pan dwi'n chwarae efo fy ffrindiau.'
> 'Dwi'n cofio'r geiriau achos dwi'n eu clywed bob wythnos.'
> 'Dwi'n gwybod mwy o eiriau pêl-droed Cymraeg nawr.'

Mae'r dyfyniadau hyn yn awgrymu bod rhai o'r plant yn cofio ac yn defnyddio'r eirfa a gyflwynwyd yn ystod y sesiynau mewn cyd-destunau eraill. Er na ellir mesur maint y trosglwyddiad hwn yn uniongyrchol o'r data presennol, mae'r sylwadau'n awgrymu defnydd o'r geiriau y tu hwnt i'r gweithgareddau pêl-droed eu hunain.

Roedd nifer o'r plant hefyd yn trafod eu hyder wrth ddefnyddio'r Gymraeg:

> 'Mae'n haws siarad Cymraeg pan dwi'n chwarae.'
> 'Dwi ddim yn poeni gymaint am wneud camgymeriad.'
> 'Mae pawb arall yn siarad Cymraeg hefyd.'

Ategwyd hyn gan y pennaeth, a nododd:

> 'Mae'r plant sy'n dod i'r sesiynau hyn yn fwy hyderus na'r lleill.'

Gyda'i gilydd, mae'r data'n awgrymu y gallai'r sesiynau fod wedi cyfrannu at greu amgylchedd lle yr oedd y plant yn teimlo'n fwy cyfforddus wrth ddefnyddio'r Gymraeg mewn cyd-destun cymdeithasol ac anffurfiol.

3. Cefnogaeth gymunedol

Roedd cefnogaeth gan rieni a'r gymuned ehangach yn thema ganolog a hanfodol. Nododd y

pennaeth fod rhieni'n cysylltu'n rheolaidd i ofyn:

> 'Ydy'r sesiynau'n parhau wythnos nesa'?'
> 'Dwi'n dweud y geiriau wrth mam.'
> 'Mae dad yn gofyn beth dwi wedi dysgu.'
> 'Dwi wedi dangos rhai geiriau i fy mrawd.'

Mae hyn yn awgrymu lefel uchel o gysylltiad teuluol â'r rhaglen. Roedd rhai plant hyd yn oed yn nodi eu bod yn dysgu geiriau Cymraeg i'w rhieni:

> 'Dwi'n dysgu mam a dad Cymraeg.'

Mae'r sylwadau hyn yn awgrymu bod rhai o'r plant yn trafod cynnwys y sesiynau gartref ac yn rhannu geirfa Gymraeg gydag aelodau o'r teulu. Roedd hyn yn thema gyson ar draws nifer o'r grwpiau ffocws ac yn dangos bod dylanwad y sesiynau yn ymestyn y tu hwnt i'r ysgol.

4. Hunaniaeth a Chymru

Roedd cysylltiad rhwng hunaniaeth genedlaethol, chwaraeon a'r Gymraeg yn thema amlwg. Dywedodd un plentyn:

> 'Os wyt ti'n chwarae i Gymru, maen nhw'n siarad Cymraeg.'

Nid yw'r sylw hwn yn awgrymu bod y plentyn yn ystyried y gallu i siarad Cymraeg yn ofyniad ar gyfer cynrychioli Cymru. Yn hytrach, gellir ei ddehongli fel cysylltiad a wnaed gan y plentyn rhwng y Gymraeg, cynrychiolaeth genedlaethol a chwaraeon. Dywedodd un arall:

> 'Mae'r Gymraeg yn iaith "special".'

Mae'r dyfyniadau hyn yn awgrymu bod rhai o'r plant yn cysylltu'r Gymraeg â Chymru, chwaraeon cenedlaethol a theimladau cadarnhaol o falchder a pherthyn.

5. Cynaliadwyedd

Roedd consensws cryf gan y pennaeth a'r plant eu hunain bod y model yn gynaliadwy ac yn addas i'w ehangu. Dywedodd y pennaeth:

> 'Hoffwn ei ymestyn i flynyddoedd 3 i 6.'

Yn ddiddorol, nid oedd y plant yn awyddus i newid y model, ond gwnaethant gynnig

syniadau creadigol i'w wella, gan gynnwys dull cofio geirfa:

> 'Brechdanau Cymraeg — Cymraeg, Saesneg, Cymraeg!'

Dangosodd plant hefyd ddiddordeb mewn cael timau wedi'u harwain gan gynrychiolwyr, a hyd yn oed mewn chwarae gemau 'bechgyn yn erbyn genod'. Mae'r sylwadau hyn yn awgrymu bod y plant yn awyddus i gymryd rhan yn natblygiad y sesiynau ac i gyfrannu syniadau ar gyfer eu datblygu ymhellach.

Trafodaeth

Mae canfyddiadau'r astudiaeth yn cynnig mewnwelediad i'r modd y gall chwaraeon gyfrannu at greu cyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg ymhlith plant ysgol gynradd. Yn y drafodaeth hon, caiff y prif themâu eu hystyried mewn perthynas â'r llenyddiaeth, polisi iaith, yn ogystal â damcaniaethau cymdeithasol ac ieithyddol cyfoes.

1. Chwaraeon fel cyd-destun ar gyfer defnyddio'r Gymraeg

Mae'r data'n dangos bod chwaraeon yn darparu amgylchedd unigryw ar gyfer defnyddio ac ennyn diddordeb yn yr iaith. Mae hyn yn cyd-fynd â gwaith Light a Georgakis (2005), sy'n dadlau bod chwaraeon tîm yn cynnwys elfennau dysgu trwy symudiad, cydweithio, rhythm a gwneud penderfyniadau amser real, gyda phob un yn hyrwyddo dysgu iaith anffurfiol.

Gwelir hefyd fod gweithgareddau chwaraeon, yn enwedig gemau strwythuredig fel *Star Wars* neu *penalties*, yn creu sefyllfaoedd lle y mae angen cyfathrebu, cydweithio a gwneud penderfyniadau. Mae angen iaith yn y fan a'r lle — gan roi cyd-destun uniongyrchol a pherthnasol i'r eirfa newydd. Mae hyn yn cyd-fynd â model Swain (1995) o 'output hypothesis', sy'n pwysleisio bod cyfleoedd i gynhyrchu iaith lafar mewn cyd-destunau cymhellol yn gwneud cyfraniad hanfodol i hyfedredd ieithyddol plant.

Yn ogystal, mae chwaraeon yn chwalu hierarchaeth iaith draddodiadol yr ystafell ddosbarth, lle y mae athro yn siarad ac yn barnu perfformiad iaith disgyblion. Yma, mae'r hyfforddwr yn rhannu'r awdurdod gyda'r plant: maent yn cyfathrebu gyda'i gilydd, nid dim ond ag oedolion.

Mae'r newid hwn mewn deinameg yn lleihau'r pwysau ieithyddol ac yn gwneud defnydd mwy democrataidd o'r Gymraeg — rhywbeth a nodwyd fel elfen allweddol gan Sefton-Green (2013) a Rogoff (2008) wrth drafod dysgu ystyrlon mewn sefyllfaoedd cymdeithasol.

2. Hyder ieithyddol

Mae'r data'n awgrymu datblygiad posibl mewn hyder ieithyddol ymhlith rhai o'r cyfranogwyr. Yn unol â Cummins (2000), mae hyder ieithyddol yn datblygu pan fo plentyn yn teimlo ei fod yn gallu gweithredu'n gymdeithasol drwy gyfrwng yr iaith. Nid yw hyder yn ganlyniad i hyfforddiant gramadegol, ond yn ganlyniad i gyfleoedd i ddefnyddio iaith at ddibenion ystyrlon mewn sefyllfaoedd byw.

Mae'r astudiaeth hon yn dangos bod defnyddio'r Gymraeg mewn pêl-droed – sef gweithgaredd sy'n dod yn naturiol iawn i blant – yn newid eu hagwedd at yr iaith. Nid yw'r Gymraeg bellach yn gysylltiedig â gwaith ysgrifenedig neu asesu, ond yn hytrach â hwyl, cyfeillgarwch a datblygu sgiliau newydd. Mae'r newid mewn cyd-destun yn arwain at newid mewn hunanymwybyddiaeth ieithyddol.

Mae nifer o'r plant yn defnyddio'r eirfa a ddysgasant yn ystod y sesiynau yn eu gwaith ysgol. Mae'r canfyddiadau hyn yn gyson â'r syniad o 'transfer of proficiency' a drafodir gan Cummins (2000), gan awgrymu y gall geirfa a ddysgir mewn cyd-destun chwaraeon gael ei defnyddio mewn sefyllfaoedd academaidd neu gymdeithasol eraill. Nid yn unig hynny: dywedodd y pennaeth fod y plant hyn yn dangos mwy o fenter i siarad Cymraeg yn ystod amseroedd chwarae ac yn y coridorau. Mae hyn yn arwydd o ddatblygiad cyffredinol mewn 'dewrder ieithyddol', lle y mae plant yn barod i wneud camgymeriadau ac i ddysgu'n gymdeithasol. Mae hyn yn ffactor allweddol mewn normaleiddio defnydd dyddiol o'r iaith.

3. Cymuned fel ecosystem iaith

Mae'r canfyddiadau'n datgelu rhywbeth pwysig iawn: roedd y sesiynau'n cael effaith y tu hwnt i'r cae pêl-droed. Roedd rhieni yn gofyn pryd oedd y sesiynau'n digwydd, roedd plant yn 'dysgu geiriau i mam a dad', ac roeddent yn defnyddio'r iaith gartref.

Mae'r llif ieithyddol hwn rhwng cartref, ysgol a'r maes chwarae yn adlewyrchu cysyniad Hornberger (2006) o ecosystem iaith, sy'n pwysleisio pwysigrwydd ystod o gyd-destunau a chyfleoedd cymdeithasol wrth gefnogi defnydd o ieithoedd lleiafrifol, yn hytrach na dibynnu ar yr ysgol yn unig. Mae'r canfyddiadau'n dangos bod y sesiynau wedi creu cysylltiadau rhwng yr ysgol, y cartref a'r gymuned ehangach. Roedd plant yn rhannu geirfa Gymraeg â'u rhieni, roedd rhieni'n dangos diddordeb gweithredol yn y ddarpariaeth, ac roedd rhai o'r plant yn cysylltu'r Gymraeg â Chymru a'i thimau cenedlaethol. Gyda'i gilydd, mae'r elfennau hyn yn awgrymu bod y sesiynau wedi cyfrannu at greu ecosystem ieithyddol sy'n ymestyn y tu hwnt i furiau'r ysgol.

Yn nhermau polisi iaith, mae hyn yn hollbwysig. Mae Cymraeg 2050 yn pwysleisio'r angen i greu llwybrau naturiol i ddefnyddio'r Gymraeg y tu hwnt i'r dosbarth. Mae'r model hwn yn cynnig un o'r llwybrau hynny.

4. Hunaniaeth, statws a chyfalaf diwylliannol

Roedd y plant yn cysylltu'r Gymraeg â Chymru, chwaraeon cenedlaethol a rhywbeth 'special'. Yn ôl Bourdieu (1991), pan fo iaith yn cael ei gweld fel cyfalaf diwylliannol – rhywbeth sy'n rhoi statws neu falchder – mae unigolion yn fwy tebygol o'i defnyddio. Gellir dadlau bod y Gymraeg yn cael ei chyflwyno fel ffurf o gyfalaf diwylliannol sy'n gysylltiedig â statws, balchder a pherthyn. Roedd y plant yn cysylltu'r iaith â chwaraeon cenedlaethol ac â Chymru ei hun, gan awgrymu bod y Gymraeg yn cael ei gweld fel rhywbeth cadarnhaol, perthnasol a gwerthfawr yn y cyd-destun hwn. Mae hyn yn bwysig iawn mewn cyd-destun lle y mae llawer o blant yn gweld y Gymraeg yn ffurfiol neu hyd yn oed fel 'baich ysgol'.

Mae chwaraeon, fel maes sy'n ennyn brwdfrydedd naturiol, yn ei wneud yn ased, nid yn ddyletswydd.

Yn ogystal, mae'r data'n dangos sut y mae gweithgareddau fel pêl-droed Cymraeg yn helpu i feithrin teimlad o berthyn i gymuned Gymraeg, hyd yn oed os nad yw'r plant yn dod o gartrefi Cymraeg eu hiaith. Mae hyn yn hanfodol i bolisïau iaith Cymru sy'n ceisio ehangu cymunedau iaith gweithredol.

Mae'r canfyddiadau hyn hefyd yn cyd-fynd â'r dystiolaeth ryngwladol sy'n archwilio rôl chwaraeon wrth gefnogi ieithoedd lleiafrifol. Mewn cyd-destunau megis Gwlad y Basg, Iwerddon, yr Alban a chymunedau Māori, mae ymchwil wedi dangos bod chwaraeon yn gallu gweithredu fel cyfrwng ar gyfer trosglwyddo gwerthoedd diwylliannol, meithrin ymdeimlad o berthyn, a chryfhau'r cysylltiad rhwng iaith a hunaniaeth (Echeverria 2003; Ó Riagáin 2015; McLeod 2014; Houkamau 2012). Er bod y cyd-destunau hyn yn wahanol i Gymru o ran eu hanes a'u trefniadau ieithyddol, maent yn rhannu'r un egwyddor sylfaenol: mae cyfleoedd i ddefnyddio iaith leiafrifol mewn gweithgareddau cymdeithasol ystyrlon yn gallu cryfhau ei statws a'i gwerth ymhlith pobl ifanc. O ganlyniad, mae canfyddiadau'r astudiaeth hon yn cyfrannu at gorff cynyddol o dystiolaeth sy'n awgrymu bod chwaraeon yn cynnig mwy na manteision corfforol neu gymdeithasol yn unig; gallant hefyd weithredu fel cyfrwng ar gyfer cefnogi defnydd, hunaniaeth a chynaliadwyedd ieithoedd lleiafrifol.

5. Goblygiadau ar gyfer polisi iaith yng Nghymru

Mae'r canfyddiadau'n cyd-fynd yn agos â blaenoriaethau Cymraeg 2050, sy'n pwysleisio'r angen i greu mwy o gyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg mewn cyd-destunau anffurfiol. Yn yr un modd, mae'r Bil Addysg Gymraeg (2024) yn ceisio ehangu cyfleoedd dysgu a defnyddio'r Gymraeg, ac mae'r model a archwiliwyd yn yr astudiaeth hon yn cynnig enghraifft ymarferol o sut y gellir ategu'r nodau hyn drwy weithgareddau allgyrsiol. O safbwynt ysgolion, roedd y pennaeth yn gweld potensial i ehangu'r ddarpariaeth i grwpiau blynyddoedd eraill, gan awgrymu bod ysgolion yn agored i fabwysiadu dulliau iaith arloesol sy'n ymgorffori chwaraeon. Gallai'r model hwn ddod yn rhan o strategaethau lleol neu ranbarthol ar gyfer hyrwyddo'r Gymraeg drwy weithgareddau cymunedol a chwaraeon.

Cyfyngiadau'r astudiaeth

Er bod yr astudiaeth hon yn cynnig mewnwelediad gwerthfawr i brofiadau plant mewn sesiynau pêl-droed cyfrwng Cymraeg, dylid cydnabod nifer o gyfyngiadau. Cynhaliwyd yr ymchwil mewn un ysgol yn unig ac roedd y sampl yn gymharol fach, sy'n cyfyngu ar drosglwyddadwyedd y canfyddiadau. Yn ogystal, dibynnodd yr astudiaeth ar ddata hunanadroddedig gan blant a'r pennaeth, ac ni chynhaliwyd arsylwadau uniongyrchol o'r sesiynau. Gallai ymchwil yn y dyfodol gynnwys sampl ehangach, arsylwadau systematig a safbwyntiau rhieni neu hyfforddwyr er mwyn datblygu dealltwriaeth fwy cynhwysfawr o effaith chwaraeon ar ddefnydd y Gymraeg.

Yn ogystal, nid oedd yr astudiaeth yn cynnwys mesurau cyn ac ar ôl ymyrraeth, ac

felly ni ellir priodoli unrhyw newidiadau canfyddedig mewn hyder neu ddefnydd o iaith yn uniongyrchol i'r sesiynau pêl-droed.

Casgliad

Mae'r astudiaeth hon yn awgrymu bod sesiynau pêl-droed cyfrwng Cymraeg yn gallu darparu cyd-destun ystyrlon a phleserus ar gyfer defnyddio'r Gymraeg ymhlith plant ysgol gynradd.

Roedd y canfyddiadau'n dangos bod y sesiynau'n gysylltiedig â lefel uchel o fwynhad, cyfleoedd i ddefnyddio geirfa Gymraeg mewn sefyllfaoedd ymarferol, a datblygiad posibl mewn hyder ieithyddol. Yn ogystal, amlygwyd rôl chwaraeon wrth gryfhau cysylltiadau rhwng yr iaith, hunaniaeth Gymreig a'r gymuned ehangach.

Mae'r canfyddiadau'n cyd-fynd â blaenoriaethau polisi megis Cymraeg 2050 a'r Bil Addysg Gymraeg, gan ddangos sut y gall gweithgareddau allgyrsiol gyfrannu at gynyddu defnydd naturiol o'r Gymraeg y tu allan i'r ystafell ddosbarth. Er bod yr astudiaeth wedi'i chyfyngu i un ysgol a sampl gymharol fach, mae'n cynnig tystiolaeth gychwynnol bod chwaraeon yn gallu cefnogi normaleiddio'r Gymraeg mewn ffordd sy'n berthnasol ac yn ddeniadol i blant.

Yn ymarferol, mae'r astudiaeth yn awgrymu y gall partneriaethau rhwng ysgolion, darparwyr chwaraeon a chymunedau lleol gynnig dull effeithiol o gefnogi defnydd cymdeithasol o'r Gymraeg. Byddai ymchwil bellach ar draws ystod ehangach o ysgolion a chyd-destunau yn helpu i ddatblygu dealltwriaeth ddyfnach o botensial chwaraeon fel cyfrwng ar gyfer hyrwyddo'r Gymraeg ymhlith pobl ifanc.

Deallusrwydd Artiffisial

Mae'r awduron yn cadarnhau na ddefnyddiwyd unrhyw offer deallusrwydd artiffisial cynhyrchiol (AI) wrth baratoi, ysgrifennu, dadansoddi na golygu'r llawysgrif hon.

Llyfryddiaeth

Baker, C. (2011), *Foundations of Bilingual Education and Bilingualism*, 5ed argraffiad (Bristol: Multilingual Matters).

Bourdieu, P. (1991), *Language and Symbolic Power* (Cambridge: Polity Press).

Braun, V., a Clarke, V. (2006), 'Using thematic analysis in psychology', *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77–101.

Comisiynydd y Gymraeg (2025), *Y defnydd o'r Gymraeg ymysg plant a phobl ifanc*, 30 Mai. Ar gael yn: <https://www.comisiynyddygymraeg.cymru/cyhoeddiadau/y-defnydd-or-gymraeg-ymysg-plant-a-phobl-ifanc> [Cyrchwyd: 15 Mehefin 2026].

Cummins, J. (2000), *Language, Power and Pedagogy: Bilingual Children in the Crossfire* (Clevedon: Multilingual Matters).

Deci, E., a Ryan, R. (1985), *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior* (New York: Plenum).

Echeverria, B. (2003), 'Language and sport in the Basque Country', *International Journal of the Sociology of Language*, 164, 85–104.

Evans, L., et al. (2019), '"Defnyddiwch y Gymraeg": community sport as a vehicle for encouraging the use of the Welsh language', *Sport in Society*, 22 (6), 1115–29.

Fishman, J. A. (1991), *Reversing Language Shift: Theoretical and Empirical Foundations of Assistance to Threatened Languages* (Clevedon: Multilingual Matters).

Hodges, R. (2020), *Children's Welsh Language Use in School Contexts* (Cardiff: University of Wales Press).

Hodges, R. S., a Prys, C. (2019), 'The community as a language planning crossroads: macro and micro language planning in communities in Wales', *Current Issues in Language Planning*, 20 (5), 517–37. <https://doi.org/10.1080/14664208.2018.1495370>

Hornberger, N. (2006), 'Frameworks and models in language policy and planning', yn Ricento, T. (gol.), *An Introduction to Language Policy* (Oxford: Blackwell).

Houkamau, C. (2012), 'Maori identity and sports participation', *Journal of Indigenous Studies*, 5 (1), 33–51.

Huguet, A. (2007), 'Sports, identity and Catalan language revitalisation', *Catalan Review*, 21 (1), 45–60.

Light, R. (2008), 'Learning and identity in youth sport', *Physical Education and Sport Pedagogy*, 13 (2), 115–31.

Light, R., a Georgakis, S. (2005), 'Integrating movement, learning and culture in sport', *Sport, Education and Society*, 10 (1), 81–97.

Llywodraeth Cymru (2017), *Cymraeg 2050: Miliwn o Siaradwyr* (Caerdydd: Llywodraeth Cymru).

Llywodraeth Cymru (2023), *Y Gymraeg yng Nghyfrifiad 2021* (Caerdydd: Llywodraeth Cymru).

Llywodraeth Cymru (2025), 'Rhoi'r cyfle i bob plentyn allu siarad Cymraeg yn hyderus', <https://www.llyw.cymru/rhoir-cyfle-i-bob-plentyn-allu-siarad-cymraeg-yn-hyderus>

[Cyrchwyd: 13 Hydref 2025].

McLeod, W. (2014), *Gaelic in Contemporary Scotland: Educational and Community Practices* (Edinburgh: Edinburgh University Press).

Morris, Jonathan (2014), 'The influence of social factors on minority language engagement amongst young people: an investigation of Welsh-English bilinguals in North Wales', *International Journal of the Sociology of Language*, 230, 65–89. <https://doi.org/10.1515/ijsl-2014-0027>

Norton, B. (2013), *Identity and Language Learning: Extending the Conversation*, 2il argraffiad (Bristol: Multilingual Matters).

Ó Riagáin, P. (2015), 'The Irish language and the GAA', *Irish Studies Review*, 23 (3), 345–60.

Rogoff, B. (2008), *The Cultural Nature of Human Development* (Oxford: Oxford University Press).

Sefton-Green, J. (2013), *Learning at Not-School: A Review of Study, Theory, and Advocacy for Education in Non-Formal Settings* (Cambridge, MA: MIT Press).

Senedd Cymru (2024), *Bil y Gymraeg ac Addysg (Cymru)* (Caerdydd: Senedd Cymru). Ar gael yn: <https://senedd.cymru/media/zkudqvbp/cr-ld16587-w.pdf> [Cyrchwyd: 18 Tachwedd 2025].

Swain, M. (1995), 'Output hypothesis: Theory and research', yn Gass, S., a Selinker, L. (goln), *Second Language Acquisition: An Introductory Reader* (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum).

Tajfel, H., a Turner, J. (1986), 'The social identity theory of inter-group behaviour', yn Worchel, S., ac Austin, W. (goln), *Psychology of Intergroup Relations* (Chicago: Nelson-Hall).

Williams, C. H. (2000), 'Adfer yr Iaith', yn *'Eu Hiaith a Gadwant'? Y Gymraeg yn yr Ugeinfed Ganrif* (Caerdydd: Gwasg Prifysgol Cymru).

Atodiad 1: Cwestiynau cyfweliad â'r brifathrawes

1. Cefndir a chyd-destun

- **1.1.** Allwch chi ddweud ychydig am pam y penderfynwyd cyflwyno sesiynau pêl-droed Cymraeg yn eich ysgol?
- **1.2.** Beth oedd y nodau neu'r disgwyliadau gwreiddiol?

2. Effaith ar y plant

- **2.1.** O'ch safbwynt chi, sut mae'r plant wedi ymateb i'r sesiynau?
- **2.2.** Ydych chi wedi sylwi ar unrhyw newid yn hyder y plant i ddefnyddio'r Gymraeg?
- **2.3.** Ydy'r plant yn fwy parod i siarad Cymraeg y tu allan i'r dosbarth erbyn hyn?

3. Cymraeg mewn cyd-destun anffurfiol

- **3.1.** Sut mae sesiynau fel hyn yn wahanol i ddysgu Cymraeg yn y dosbarth traddodiadol?
- **3.2.** Ydy'r agwedd at y Gymraeg wedi newid ymhlith y plant neu'r staff?

4. Ymarferoldeb a chynaliadwyedd

- **4.1.** Sut gafodd y sesiynau eu trefnu'n ymarferol? A oedd unrhyw rwystrau neu heriau?
- **4.2.** Ydych chi'n credu bod y model hwn yn gynaliadwy yn y tymor hir?
- **4.3.** Sut fyddai'n bosibl ehangu'r model i gynnwys plant sydd ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY)?

5. Partneriaethau ac effaith ehangach

- **5.1.** Sut mae'r sesiynau wedi cyd-fynd â strategaethau iaith neu bolisïau'r ysgol?
- **5.2.** O'r hyn 'rydych chi wedi'i glywed, beth yw barn y rhieni am y sesiynau?
- **5.3.** A yw'r bartneriaeth â'r hyfforddwyr neu sefydliadau allanol wedi bod yn gadarnhaol?

6. Ystyried y dyfodol

- **6.1.** Pe bai modd, a fyddech yn dymuno parhau neu ymestyn y sesiynau hyn yn y dyfodol?
- **6.2.** Beth fyddech chi'n ei gynghori ar gyfer ysgolion eraill sy'n ystyried gweithgareddau anffurfiol i hyrwyddo'r Gymraeg?
- **6.3.** O ran strategaeth genedlaethol i gyrraedd miliwn o siaradwyr Cymraeg, beth yw cyfraniad posibl gweithgareddau fel hyn yn eich barn chi?

7. Myfyrdodau terfynol

- **7.1.** Beth oedd elfen fwyaf llwyddiannus y sesiynau hyn yn eich barn chi?
- **7.2.** A oedd unrhyw beth yn eich synnu ynglŷn ag ymateb y plant i'r sesiynau?
- **7.3.** A oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ychwanegu am rôl chwaraeon wrth hyrwyddo'r Gymraeg ymhlith plant?

Atodiad 2: Cwestiynau ar gyfer y grŵp ffocws

- Wyt ti wedi mwynhau'r sesiynau pêl-droed Cymraeg? Pam/pam ddim?
- Pa ran o'r sesiynau oedd fwyaf o hwyl?
- Wyt ti'n cofio rhai geiriau neu ymadroddion Cymraeg a ddefnyddiwyd yn ystod y sesiynau?
- Wyt ti'n meddwl bod y sesiynau wedi dy helpu i siarad mwy o Gymraeg? Sut?
- Sut oeddet ti'n teimlo pan oeddet ti'n siarad Cymraeg yn ystod y sesiynau?
- Wyt ti'n defnyddio mwy o Gymraeg nawr y tu allan i'r dosbarth (e.e. gyda ffrindiau neu gartref)?
- Ydy chwarae pêl-droed yn Gymraeg wedi gwneud y Gymraeg yn fwy diddorol neu hwyliog i ti?
- Beth wyt ti'n meddwl allai wella'r sesiynau pêl-droed Cymraeg?
- Os allet ti ddweud wrth athro neu hyfforddwr un peth am y sesiynau hyn, beth fyddet ti'n ei dweud?
- Wyt ti'n meddwl bod chwarae pêl-droed yn Gymraeg yn wahanol i chwarae pêl-droed yn Saesneg? Sut?
- Pryd wyt ti'n defnyddio Cymraeg yn y sesiynau? Er enghraifft, wyt ti'n defnyddio Cymraeg wrth chwarae, wrth siarad â ffrindiau, neu wrth siarad â'r hyfforddwr?
- Wyt ti'n hoffi pan mae'r hyfforddwr yn siarad Cymraeg? Pam/pam ddim?
- Ydy'r sesiynau wedi rhoi mwy o hyder i ti siarad Cymraeg yn yr ysgol?
- Alli di gofio enghraifft o pryd wnest ti ddefnyddio Cymraeg pan nad oeddet ti arfer gwneud hynny?
- Wyt ti'n hoffi siarad Cymraeg â dy ffrindiau yn ystod y sesiynau? Pam?
- Wyt ti'n meddwl bod chwarae pêl-droed wedi dy helpu i ddysgu mwy o Gymraeg?
- Os oeddet ti'n helpu rhywun arall i ddysgu Cymraeg drwy bêl-droed, beth fyddet ti'n ei ddweud neu ei wneud?
- Ydy'r sesiynau wedi newid y ffordd rwyt ti'n meddwl am y Gymraeg?
- Beth wyt ti'n fwyaf tebygol o'i wneud nawr: siarad Cymraeg, dysgu geiriau newydd neu helpu eraill i ddefnyddio'r Gymraeg?
- Hoffet ti barhau â sesiynau fel hyn yn y dyfodol? Pam?
- Sut oeddet ti'n teimlo am siarad Cymraeg cyn y sesiynau pêl-droed?
- Sut wyt ti'n teimlo am siarad Cymraeg nawr?
- Ydy'r sesiynau wedi gwneud i ti deimlo'n fwy cyfforddus wrth ddefnyddio'r Gymraeg?
- Wyt ti'n siarad mwy o Gymraeg â dy ffrindiau ers cymryd rhan yn y sesiynau?
- Wyt ti wedi defnyddio unrhyw eiriau neu ymadroddion newydd y tu allan i'r sesiynau?
- Beth oedd yn dy helpu fwyaf i ddefnyddio'r Gymraeg yn ystod y sesiynau?
- A oedd unrhyw beth yn ei gwneud yn anodd i ddefnyddio'r Gymraeg yn ystod y sesiynau?
- Pa weithgareddau oedd yn dy helpu di i ddefnyddio'r Gymraeg fwyaf?

- Ydy cael hwyl wrth chwarae pêl-droed yn dy helpu i ddefnyddio'r Gymraeg? Sut?
- Pe gallet ti ddylunio sesiwn pêl-droed Gymraeg dy hun, beth fyddet ti'n ei gynnwys?
- Beth yw'r peth pwysicaf rwyt ti wedi'i ddysgu o'r sesiynau hyn?
- A oes unrhyw beth arall hoffet ti ei ddweud am y sesiynau pêl-droed Cymraeg?