



TAG Uwch

1314/51

ADDYSG GORFFOROL – PE4

P.M. DYDD GWENER, 24 Mehefin 2011

2 awr

DEUNYDDIAU YCHWANEGOL

Yn ogystal â'r papur arholiad hwn, bydd angen llyfr ateb 12 tudalen.

CYFARWYDDIADAU I YMGEISWYR

Defnyddiwch inc neu feiro du.

Ysgrifennwch eich atebion yn y llyfr ateb ar wahân a ddarperir.

Atebwch **bob** cwestiwn yn Adran A ac **un** cwestiwn yn Adran B.

GWYBODAETH I YMGEISWYR

Caiff y marciau sydd ar gael ei ddangos mewn cromfachau ar ddiwedd pob cwestiwn neu ran o gwestiwn.

Cofiwch fod ymgeiswyr yn cael eu hasesu ar ansawdd y cyfathrebu ysgrifenedig sy'n cael ei ddefnyddio mewn atebion sy'n cynnwys ysgrifennu estynedig (Adran B).

Cofiwch fod y cwestiynau traethawd yn Adran B yn synoptig ac felly byddant yn profi dealltwriaeth o'r cysylltiadau rhwng gwahanol agweddau ar y pwnc.

ADRAN A

Atebwch bob cwestiwn.

1. (a) Diffiniwch gymhelliant cyflawni (*achievement motivation*) a'r awydd i gystadlu (*competitiveness*) ac eglurwch yn llawn, gan ddefnyddio enghreifftiau, gymhellion (*motives*) gwahanol a all fod gan fabolgampwyr. [4]

- (b) "Priodoliadau (*attributions*) yw'r ffordd mae pobl yn egluro i'w hunain achosion (*causes*) digwyddiadau neu ymddygiadau penodol."
(Woods, 1998)

Eglurwch nodweddion allweddol *damcaniaeth priodoli* a thrafodwch sut y gallai gael ei defnyddio i wella perfformiad unigolyn ym myd chwaraeon. [6]

2. (a) Eglurwch pam mae ffyrdd eisteddog o fyw yn gallu cael effaith negyddol ar iechyd a lles (*well-being*). [5]

- (b) "Mae golff, sgrialu (*skateboarding*), beicio mynydd, ioga, saethyddiaeth, codi hwyl (*cheerleading*) a heriau datrys problemau yn cael eu haddysgu mewn ysgolion ochr yn ochr â gweithgareddau mwy traddodiadol."
(Addysg Gorfforol mewn Ysgolion 2005-2008, Ofsted, 2009)

Cyfiawnhewch y rhesymau dros gynnwys gweithgareddau o'r fath yn rhaglenni addysg gorfforol a chwaraeon ysgol a thrafodwch eu heffeithiau posibl ar ymlyniad wrth ymarfer (*exercise adherence*). [5]

3. Trafodwch y gwahanol strategaethau a allai gael eu defnyddio i helpu i fonitro, dadansoddi a mireinio (*refine*) yr agweddau corfforol, tactegol, technegol ac ymddygiadol ar berfformiad unigolyn. [10]

ADRAN B

Atebwch un cwestiwn.

4. Trafodwch y strwythurau a'r cynlluniau adnabod talent sy'n bodoli i helpu'r DU i gyflawni llwyddiant rhyngwladol ym myd chwaraeon ac eglurwch unrhyw rwystrau posibl sy'n cael eu hwynebu. [20]

5. "Mae datblygiadau gwyddonol a thechnolegol wedi cael effaith sylweddol ar ddatblygiad chwaraeon o ran y perfformiwr, yr hyfforddwr, y dyfarnwr a'r gwyliwr yn y blynyddoedd diwethaf."
Trafodwch y gosodiad hwn. [20]