

TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

Yn gwyno

Mae'r cymhwyster hwn yn addas ar gyfer dysgwyr sydd â chymhwyster Lefel 2 mewn Hyfforddiant Campfa neu gyfwerth sy'n dymuno symud ymlaen i yrfa fel Hyfforddwr Personol proffesiynol ar sail gyflogedig neu hunangyflogedig.

Mae'r cymhwyster hwn wedi'i gymeradwyo gan y Sefydliad Siartredig ar gyfer rheoli chwaraeon a gweithgaredd corfforol (CIMSPA).

Mae'r cwrs hwn ar gyfer...

... Unrhyw un sydd â chymhwyster Hyfforddwr Campfa Lefel 2 dilyn

... Y rhai sydd eisiau'r wybodaeth a gallu'n gyrfu i wyddiannus yn y diwydiant iechyd a ffithrwydd

Cynnwys y cwrs

Mae'r cwrs hwn yn mynd i'r afael ag ystod o wybodaeth a sgiliau ychwanegol i'ch helpu i symud ymlaen fel hyfforddwr personol cyflogedig neu hunangyflogedig. Mae'r cynnwys yn adlewyrchu'r gallu sydd ei angen i ddod yn hyfforddwr personol diogel ac effeithiol.

Nod y cymhwyster yw cydnabod y sgiliau, gwybodaeth a gallu mae unigolyn eu hangen i weithio fel hyfforddwr personol heb oruchwyliaeth. Mae hyn yn cynnwys gallu cynnig hyfforddiant un-i-un, asesiad sylfaenol, cyngor maethol a rhaglennu blaengar sy'n neilltuo i anghenion unigol y cleient.

Bydd y cwrs hwn yn cynnwys:

Anatomeg a ffisioleg gynhwysol
Hyrwyddo llesiant drwy gymhelliant a rhyngweithio cleientiaid
Dylunio rhaglen ymarfer corff pwrpasol
Cyfarwyddo rhaglen ymarfer corff wedi'i theilwra a thechnegau cyfathrebu
Maeth i gefnogi gweithgaredd corfforol
Craffter busnes ar gyfer ymarfer hyfforddiant personol

Cynhelir asesiadau drwy amrywiaeth o ddulliau, gan gynnwys:

Papur theori aml ddewis, llyfryn gwaith asesu, portffolio arddangosfa hyfforddiant personol (5 elfen) a chwblhau log dysgwr.

Apply online at www.coleggwent.ac.uk

studentrecruitment@coleggwent.ac.uk | 01495 333777 (Croesawn alwadau yn Gymraeg)



TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

Gofynion Mynediad

Mae angen ichi fod â chymhwyster hyfforddwr ffitrwydd Lefel 2 cymwys er mwyn ymgymryd â'r cwrs hwn.

Gwybodaeth Ychwanegol

Ar ôl ei gwblhau, gallwch ddefnyddio'r cymhwyster hwn fel llwyfan i symud ymlaen i gyrsiau eraill yn y sectorau iechyd a ffitrwydd neu hamdden egnïol.

Gall dysgwyr ddewis cymwysterau pellach ar yr un lefel, er enghraifft:

Diploma Lefel 3 mewn Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff
Diploma Lefel 3 mewn Cynyddu Cyfranogiad mewn Chwaraeon a Hamdden Egnïol mewn Lleoliadau Cymunedol
Diploma Lefel 3 mewn Therapi Tyllino Chwaraeon
Diploma Lefel 3 mewn Dysgu Pilates
Diploma Lefel 3 mewn Addysgu Ioga
Cymwysterau arbennig lefel 3 yn ymwneud â phoblogaethau.
Prentisiaeth mewn Hyfforddiant Personol

Gall dysgwyr hefyd ddewis symud ymlaen i gymwysterau lifer uwch, er enghraifft:

Dyfarniad Lefel 4 mewn Sicrhau Ansawdd Mewnol
Dyfarniad Lefel 4 mewn Deall Sicrhau Ansawdd Mewnol
Tystysgrif Lefel 4 mewn Cyflwyno Gweithgarwch Corfforol i Unigolion â Chyflyrau Iechyd Meddwl
Tystysgrif Lefel 4 mewn Arwain y Sicrwydd Ansawdd Mewnol
Tystysgrif Lefel 4 mewn Rhaglennu Gweithgarwch Corfforol ar gyfer Unigolion â Phoen Cefn Isel
Tystysgrif Lefel 4 mewn Therapi Tyllino Chwaraeon
Tystysgrif Lefel 4 mewn Rheoli Pwysau ar gyfer Unigolion â Gordewdra, Diabetes Mellitus a/neu Syndrom Metabolaidd
Cymwysterau Lefel 4 Chwaraeon a Chyflyru