Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

Cyflwyniad

Crynodeb

Mae iechyd a diogelwch – eich cwsmeriaid, eich cydweithwyr a'ch iechyd a'ch diogelwch chithau - yn bwysig iawn. Mae'r uned hon yn cynnwys adnabod peryglon pan ddigwyddant, dilyn gweithdrefnau eich sefydliad ar gyfer asesu a rheoli risgiau ac ymdrin â digwyddiadau ac argyfyngau.

Rhennir yr uned yn dair rhan. Mae'r rhan gyntaf (tudalen 2) yn rhoi rhai enghreifftiau ac esboniadau o rai o'r geiriau a ddefnyddiwn yn yr uned. Mae'r ail ran (tudalennau 3-6) yn disgrifio'r pedwar peth y mae'n rhaid ichi eu gwneud. Dyma nhw:

C22.1 **Adnabod ac ymdrin â pheryglon yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd**
C22.2 **Helpu i leihau risgiau yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd**
C22.3 **Ymdrin ag anafiadau ac arwyddion salwch**
C22.4 **Dilyn gweithdrefnau ar gyfer argyfyngau**

Mae'r drydedd ran (tudalennau 7 ac 8) yn disgrifio'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth y mae'n rhaid ichi eu cael.

Grŵp Targed

Uned yw hon i'r holl staff sy'n gweithio mewn amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd.

Unedau Cysylltiedig

Mae'r uned hon yn cysylltu'n agos â phob uned arall.

Lle yn y Fframwaith NVQ/SVQ

Mae'r uned hon yn uned graidd yn yr NVQ/SVQ Lefel 2 Gwasanaethau Gweithredol a'r NVQ/SVQ Lefel 2 Arwain Gweithgareddau

Cysylltiadau â Sgiliau Allweddol a Chraidd

Bydd yr uned hon yn darparu peth tystiolaeth ar gyfer y Sgiliau Allweddol QCA hyn:
Cyfathrebu 2.1a, 2.1b, 2.2, 2.3
Gweithio gyda Phobl Eraill 2.1, 2.2, 2.3
Datrys Problemau 2.1, 2.2, 2.3

a'r Sgiliau Craidd SQA hyn:
Cyfathrebu Canolradd 1
Gweithio gyda Phobl Eraill Canolradd 1
Datrys Problemau Canolradd 1

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

Beth yw Ystyr rhai o'r Geiriau a Ddefnyddiwn yn yr uned hon

Ardaloedd â pheryglon arbennig	*er enghraifft, ardaloedd gwlyb, ardaloedd cyfyngedig i'r cyhoedd.*
Yr anafedig	*y person sydd wedi ei anafu neu sy'n sâl*
Rheoli risg	*gweithredu i leihau'r risg i berygl achosi niwed mewn gwirionedd – er enghraifft, dilyn y gweithdrefnau cywir i osod arwyddion rhybuddio wrth lanhau, symud darn peryglus o gyfarpar rhag cael ei ddefnyddio, neu oruchwylio pwll trochi (*splash pool*) yn ofalus*
Argyfwng	*gan ddibynnu ar y math o weithle, unrhyw sefyllfa sy'n creu bygythiad difrifol i iechyd a diogelwch cyfranogwyr, y cyhoedd neu aelodau o staff ac sy'n galw am sylw brys - er enghraifft, boddi, tanau, pobl ar goll, cemegau yn gollwng, ymladd.*
Gwasanaethau brys	*yr ambiwlans, heddlu, gwasanaeth tân, neu wylwyr y glannau*
Cyfleuster	*er enghraifft, yr adeiladau a'r ardaloedd awyr agored a ddefnyddir ar gyfer chwaraeon neu weithgareddau*
Perygl	*rhywbeth a allai achosi niwed i chi eich hun, cydweithwyr, cwsmeriaid neu aelodau o'r cyhoedd, er enghraifft, defnyddio deunydd glanhau, codi a symud cyfarpar trwm, gadael cyfarpar gweithgaredd heb oruchwyliaeth, lloriau gwlyb, ceblau hyd y llawr.*
Sylweddau peryglus	*er enghraifft, deunydd glanhau, cemegau pyllau, olew.*
Risg	*risg yw'r tebygolrwydd y bydd rhywbeth peryglus yn achosi niwed mewn gwirionedd; er enghraifft mae cebl hyd y llawr yn berygl; os yw'n gorwedd ar draws coridor, mae mwy o risg y bydd damwain yn digwydd; os yw'n gorwedd ar hyd y wal allan o ffordd y bobl sy'n defnyddio'r coridor, mae'r risg y bydd damwain yn digwydd yn llai o lawer.*
Gofynion iechyd a diogelwch	*gofynion cyfreithiol fel y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith, rheoliadau Rheoli Sylweddau Peryglus i Iechyd neu Drafod â Llaw, Rheoliadau Adrodd am Anafiadau, Clefydau a Digwyddiadau Peryglus (RIDDOR), Deddf Canolfannau Gweithgareddau (Diogelwch Pobl Ifanc), canllawiau gweithgynhyrchwyr a chyfarwyddiadau ar ddefnyddio cyfarpar neu sylweddau.*
Cynnal lles emosiynol cwsmeriaid	*gwneud yn siŵr nad yw cyfranogwyr yn mynd yn or-ofidus neu drin gofid pan fydd yn digwydd*
Ardaloedd nad ydynt yn gyhoeddus	*ardaloedd lle na ddylai'r cyhoedd fynd iddynt heb oruchwyliaeth, er enghraifft, storfeydd, ystafelloedd offer, swyddfeydd.*
Pobl eraill berthnasol	*gall y rhain fod yn aelodau eraill o'r staff neu'n gwsmeriaid/cyfranogwyr eraill neu'n aelodau o'r cyhoedd ar wahân i'r anafedig*
Pobl ag anghenion neilltuol	*er enghraifft, pobl ag anableddau neu gyflyrau meddygol a all olygu bod arnynt angen sylw arbennig yn dilyn damweiniau ac argyfyngau*
Diogelu eraill rhag niwed	*rhybuddio pobl eraill am y perygl neu ynysu'r perygl; byddai hynny'n cynnwys gosod arwyddion rhybuddio, gosod rhaff o amgylch yr ardal, a symud y cyfarpar diffygiol rhag cael ei ddefnyddio*
Ardaloedd cyhoeddus	*ardaloedd sy'n agored i'r cyhoedd, er enghraifft, ardaloedd gweithgaredd, ffreuturiau, bariau, ardaloedd derbyn, meysydd parcio.*
Cynorthwywyr cymwys	*rhywun sydd â chymhwyster cymorth cyntaf cydnabyddedig neu'r gwasanaethau brys*
Tor-diogeledd	*er enghraifft, gadael drysau a ddylai fod ar glo ar agor, dieithriaid amheus*
Ymddygiad annerbyniol gan gwsmeriaid	*er enghraifft, plymio i ben bas pwll, torri rheolau sylfaenol gweithgaredd, bwlian neu fandaliaeth*

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

C22.1

Adnabod ac ymdrin â pheryglon yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

Y Safon Genedlaethol

Beth mae'n rhaid ichi ei wneud

I gyrraedd y safon genedlaethol, rhaid ichi:

1 dilyn y gweithdrefnau gofynnol ar gyfer gwiriadau iechyd a diogelwch

2 rhoi sylw parhaus i **beryglon** posibl yn eich **gweithle**

3 adnabod **peryglon** yn eich **gweithle** pan ddigwyddant

4 dilyn gweithdrefnau eich **gweithle** ar gyfer asesu risg

5 cael cyngor gan gydweithwyr perthnasol pan fyddwch yn ansicr sut i asesu risgiau

6 **gweithredu** mewn ffordd briodol i'r **perygl** ac i lefel y risg

Beth mae'n rhaid ichi ei gwmpasu

O'ch gwaith rhaid ichi ddangos eich bod wedi adnabod peryglon yn yr holl feysydd canlynol:

a gweithle

1 ardaloedd â pheryglon arbennig

2 ardaloedd cyhoeddus

3 ardaloedd nad ydynt yn gyhoeddus

wedi adnabod ac ymdrin ag o leiaf bedwar o'r mathau canlynol o:

b beryglon

1 cyfleusterau neu amgylchedd peryglus

2 cyfarpar peryglus

3 arferion gweithio peryglus

4 ymddygiad annerbyniol gan gyfranogwyr

5 defnyddio sylweddau peryglus

6 tor-diogeledd

ac wedi dilyn un o'r mathau canlynol o:

c camau gweithredu

1 ymdrin yn bersonol â'r perygl

2 rhoi gwybod i'r cydweithiwr perthnasol am y perygl

3 diogelu eraill rhag niwed

Rhaid ichi hefyd ddangos, fodd bynnag, fod yr wybodaeth angenrheidiol gennych i gwmpasu'r holl fathau o gyd-destun a restrir uchod.

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

C22.2

Helpu i leihau risgiau yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

Y Safon Genedlaethol

Beth mae'n rhaid ichi ei wneud

I gyrraedd y safon genedlaethol, rhaid ichi:

1 cael gwybodaeth ddiweddar am y polisïau a'r gweithdrefnau iechyd a diogelwch ar gyfer eich gweithle

2 dilyn y **gofynion iechyd a diogelwch** ar gyfer eich maes gwaith chi

3 ymyrryd i sicrhau bod cyfranogwyr yn dilyn **gofynion iechyd a diogelwch**

4 annog eich cydweithwyr i ymddwyn yn ddiogel

5 trosglwyddo awgrymiadau ynghylch gwella iechyd a diogelwch yn eich gweithle i'r cydweithiwr perthnasol

6 adnabod unrhyw wahaniaethau rhwng **gofynion iechyd a diogelwch** a pholisïau a gweithdrefnau eich gweithle, a rhoi gwybod amdanynt

Beth mae'n rhaid ichi ei gwmpasu

O'ch gwaith, rhaid ichi ddangos eich bod wedi dilyn chwech o'r mathau canlynol o:

a gofynion iechyd a diogelwch

1 defnyddio cyfleusterau

2 defnyddio cyfarpar

3 trafod â llaw

4 cynnal lles emosiynol cyfranogwyr

5 defnyddio sylweddau peryglus

6 ymddangosiad personol

7 hylendid

8 ysmygu, bwyta, yfed a defnyddio cyffuriau

9 llenwi dogfennau iechyd a diogelwch

Rhaid ichi hefyd ddangos, fodd bynnag, fod yr wybodaeth angenrheidiol gennych i gwmpasu'r holl fathau o gyd-destun a restrir uchod.

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

C22.3

Ymdrin ag anafiadau ac arwyddion salwch

Y Safon Genedlaethol

Beth mae'n rhaid ichi ei wneud

I gyrraedd y safon genedlaethol, rhaid ichi:

1 parhau'n bwyllog a dilyn gweithdrefnau eich sefydliad

2 diogelu'r **anafedig** a phobl eraill berthnasol rhag risg pellach

3 galw am **gymorth cymwys** sy'n briodol i **gyflwr yr anafedig**

4 calonogi a chysuro'r bobl berthnasol

5 rhoi gwybodaeth glir a chywir i'r **cymorth cymwys** am beth ddigwyddodd

6 dilyn y gweithdrefnau adrodd am ddamweiniau, yn ôl yr angen

Beth mae'n rhaid ichi ei gwmpasu

O'ch gwaith rhaid ichi ddangos eich bod wedi helpu o leiaf un o'r mathau canlynol o:

a person anafedig

1 oedolyn

2 plentyn

3 person ag anghenion neilltuol

wedi galw am o leiaf un o'r mathau canlynol o:

b cymorth cymwys

1 gweithiwr cymorth cyntaf cymwys

2 gwasanaethau brys

ac wedi ymdrin ag o leiaf un o'r mathau canlynol o:

c cyflwr

1 mân anaf y gellir ei drin ar y safle

2 mân anhwylder y gellir ei drin ar y safle

3 anaf difrifol sy'n galw am sylw meddygol

4 salwch difrifol sy'n galw am sylw meddygol

5 trallod emosiynol

Rhaid ichi hefyd ddangos, fodd bynnag, fod yr wybodaeth angenrheidiol gennych i gwmpasu'r holl fathau o gyd-destun a restrir uchod.

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

C22.4

Dilyn gweithdrefnau ar gyfer argyfwng

Y Safon Genedlaethol

Beth mae'n rhaid ichi ei wneud

I gyrraedd y safon genedlaethol, rhaid ichi:

1 rhoi cyfarwyddiadau clir a chywir i'r **bobl berthnasol** i'r argyfwng

2 gwneud eich gwaith yn y gweithdrefnau argyfwng yn bwyllgor a chywir

3 cynnal diogelwch y **bobl berthnasol**

4 dilyn y gweithdrefnau cywir ar gyfer adrodd am yr argyfwng

5 adrodd am unrhyw broblemau gyda'r gweithdrefnau argyfwng wrth y cydweithiwr perthnasol

Beth mae'n rhaid ichi ei gwmpasu

O'ch gwaith rhaid ichi ddangos eich bod wedi helpu o leiaf un o'r mathau canlynol o:

a pobl berthnasol

1 oedolion

2 plant

3 pobl ag anableddau

Rhaid ichi hefyd ddangos, fodd bynnag, fod yr wybodaeth angenrheidiol gennych i gwmpasu'r holl fathau o gyd-destun a restrir uchod.

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

Beth mae'n rhaid ichi ei wybod a'i ddeall

I fod yn gymwys yn yr uned hon, rhaid ichi wybod a deall y canlynol

Ar gyfer yr uned gyfan

K1 y gwerthoedd neu'r codau ymarfer perthnasol i'r gwaith rydych chi'n ei wneud

K2 y gofynion iechyd a diogelwch sy'n berthnasol i'ch gwaith, er enghraifft polisïau a gweithdrefnau iechyd a diogelwch eich sefydliad, Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith, gofynion gweithgareddau o fewn cwmpas Cyrff Llywodraethu Cenedlaethol, gofynion gweithgareddau o fewn cwmpas y Ddeddf Canolfannau Gweithgaredd (Diogelwch Pobl Ifanc), rheoliadau Trafod â Llaw, rheoliadau Sylweddau Peryglus i Iechyd

K3 canllawiau a chyfarwyddiadau gweithgynhyrchwyr ar gyfer defnyddio cyfleusterau ac offer

K4 pam mae iechyd a diogelwch yn bwysig mewn amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

K5 y person sy'n gyfrifol am iechyd a diogelwch yn eich gweithle

K6 gweithdrefnau diogeledd eich sefydliad

Ar gyfer C22.1 Adnabod ac ymdrin â pheryglon yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

K7 y mathau o beryglon sy'n debygol o ddigwydd yn eich maes gwaith a'r damweiniau a'r anafiadau y gallent eu hachosi

K8 sut i adnabod peryglon

K9 gwiriadau iechyd, diogelwch a diogeledd y dylech eu dilyn

K10 sut i gynnal asesiadau risg sylfaenol o'r mathau o beryglon a all ddigwydd

K11 pam mae'n bwysig cael cyngor gan gydweithiwr perthnasol os ydych yn ansicr ynghylch peryglon a risgiau yn eich gweithle ac i bwy y dylech ofyn

K12 sut i ymdrin yn gywir â'r mathau o beryglon a all ddigwydd yn eich gweithle, gan roi ystyriaeth i'w risgiau

Ar gyfer C22.2 Helpu i leihau risgiau yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

K13 dogfennau yn ymwneud ag iechyd a diogelwch y gallai fod yn rhaid ichi eu llenwi, a sut i'w llenwi'n gywir

K14 pam y dylech annog eich cydweithwyr a'ch cwsmeriaid i ymddwyn mewn modd diogel a sut i wneud hynny

K15 pam mae'n bwysig gwneud awgrymiadau ynghylch materion iechyd a diogelwch a sut i wneud hynny

K16 pam mae'n bwysig adnabod unrhyw wahaniaethau rhwng gofynion iechyd a diogelwch a pholisïau a gweithdrefnau eich gweithle, a rhoi gwybod amdanynt, a sut i wneud hynny

© Skills Active, 2002.

Uned C22 Hyrwyddo diogelwch yn yr amgylchedd chwaraeon a gweithgaredd

Ar gyfer C22.3 Ymdrin ag anafiadau ac arwyddion salwch

K17 y mathau o ddamweiniau, anafiadau a salwch a all ddigwydd yn eich maes gwaith chi

K18 sut i ymateb yn gywir i drallod emosiynol

K19 sut i ymdrin â'r rhain cyn i gynorthwywyr cymwys gyrraedd

K20 sut i benderfynu a ddylid cysylltu â gweithiwr cymorth cyntaf y safle neu alw ar unwaith am y gwasanaethau brys

K21 pwy yw gweithiwr cymorth cyntaf y safle a sut i gysylltu ag ef neu hi

K22 y gweithdrefnau y dylech eu dilyn i gysylltu â'r gwasanaethau brys

K23 pam mae'n bwysig diogelu'r anafedig ac eraill rhag niwed pellach

K24 y gweithdrefnau y dylech eu dilyn i ddiogelu'r anafedig ac eraill

K25 pam mae'n bwysig calonogi a chysuro a sut i wneud hynny

K26 eich cyfrifoldebau chi o ran adrodd am ddamweiniau a'r gweithdrefnau y dylech eu dilyn

Ar gyfer C22.4 Dilyn gweithdrefnau ar gyfer argyfyngau

K27 y gweithdrefnau ar gyfer argyfyngau yn eich gweithle

K28 pa gyfarwyddiadau y mae'n rhaid ichi eu rhoi i'r bobl berthnasol

K29 gweithdrefnau adrodd eich sefydliad ar gyfer argyfyngau

K30 y mathau o broblemau a all ddigwydd pan fyddwch yn dilyn gweithdrefnau ar gyfer argyfyngau, pam y dylech roi gwybod amdanynt ac i bwy y dylech roi gwybod

© Skills Active, 2002.