Adeiladu Gwydnwch a Hunan-barch trwy Focsio

Cyflwyniad

Mae Bocsio Menywod Cymru: Ddoe, Presennol a Dyfodol (WBW) yn brosiect treftadaeth chwaraeon, sy’n dogfennu profiadau menywod sy’n cymryd rhan ym myd bocsio yng Nghymru. Pwrpas y prosiect yw dathlu’r cyfraniadau y maent wedi’u gwneud i hanes cyfoethog bocsio yng Nghymru a thynnu sylw at yr heriau a’r rhwystrau y mae cyfranogwyr benywaidd yn eu hwynebu yn y gamp. Mae’r archif a gyhoeddir yng Nghasgliad y Werin Cymru yn cynnwys delweddau a chyfweliadau gyda bocswyr (amatur a phroffesiynol), hyfforddwyr bocsio, haneswyr a newyddiadurwyr.

Cwricwlwm i Gymru

Pedwar Pwrpas

- unigolion iach, hyderus sy'n barod i fyw bywyd cyflawn fel aelodau gwerthfawr o gymdeithas

Camau Cynnydd

- Mae’r adnodd hwn yn addas ar gyfer dysgwyr yng Nghamau Cynnydd 3, 4 a 5

Meysydd Dysgu a Phrofiad

Iechyd a Lles

Datganiadau o'r hyn sy'n bwysig

- Mae datblygu iechyd a lles y corff yn arwain at fuddiannau gydol oes (cymryd rhan mewn gweithgaredd corfforol, deall y cysylltiad rhwng lles corfforol ac emosiynol).

- Mae’r ffordd rydym yn prosesu ein profiadau ac yn ymateb iddyn nhw yn effeithio ar ein hiechyd meddwl a’n lles emosiynol (emosiynau hunanreoleiddiol).
- Mae’r ffordd rydym yn gwneud penderfyniadau yn effeithio ar ansawdd ein bywydau ni a bywydau eraill (gosod nodau priodol a chynllunio camau gweithredu i'w cyflawni, gwerthuso a lleihau risg).
- Mae’r ffordd rydym yn ymwneud â dylanwadau cymdeithasol yn siapio pwy ydyn ni, ac yn effeithio ar ein hiechyd a’n lles (rhyngweithio yn gymdeithasol, deall bod fy ngwerthoedd, fy agweddau a'm hunaniaeth yn cael eu siapio gan wahanol grwpiau a dylanwadau).

Y Dyniaethau

Datganiadau o'r hyn sy'n bwysig

- Mae ymholi, archwilio ac ymchwilio yn ysbrydoli chwilfrydedd am y byd, ei orffennol, ei bresennol a’i ddyfodol (gwneud ymholiadau, ystyried ffeithiau, barnau a chredoau, dod i gasgliadau).
- Mae digwyddiadau a phrofiadau dynol yn gymhleth a chânt eu hamgyffred, eu dehongli a’u cynrychioli mewn gwahanol ffyrdd (mynegi barn, archwilio gwahanol safbwyntiau, datblygu barn wybodus).
- Mae dinasyddion gwybodus, hunanymwybodol yn mynd i’r afael â’r heriau a’r cyfleoedd sy’n wynebu dynoliaeth, ac yn gallu cymryd camau ystyrlon ac egwyddorol (cydnabod bod anghyfiawnder ac anghydraddoldeb yn bodoli, deall bod llawer o ffactorau’n dylanwadu ar ein hymddygiad, ein gweithredoedd a’n penderfyniadau gan gynnwys barnau a safbwyntiau moesegol a moesol, chwilota/archwilio’n feirniadol ein credoau a gweithredoedd).

Canlyniadau Dysgu

1. Gallaf ddeall sut mae bocsio yn galluogi unigolion i fagu hyder a hunan-barch, ac i ddatblygu a chynnal arferion cadarnhaol sy'n cefnogi lles emosiynol, hunaniaeth a chymuned.
2. Gallaf ystyried y ffordd yr wyf yn mynegi a phrosesu fy emosiynau trwy weithred a gweithgaredd corfforol.

<table>
<tr>
<td>Syniadau gweithgareddau:</td>
<td>Gweithgaredd 1: Hanes Bocsio Menywod yng Nghymru
Gall myfyrwyr ddysgu am Focsio Menywod yng Nghymru drwy archwilio’r Llinell Amser, dyddiadau a chyd-destun isod, a’r archif o ddelweddau o fideos yng nghyfrif Bocsio Menywod Cymru yng Nghasgliad y Werin Cymru.

Gweithgaredd 2: Archwilio eich hunaniaeth bocsio
1. Rhestrwch rinweddau bocsiwr (e.e. cryf, ymosodol)
2. Tynnwch lun neu disgrifiwch sut olwg yr ydych chi’n credu sydd ar focsiwr
3. Pe baech yn focsiwr – sut byddech chi'n mynegi eich</td>
</tr>
</table>

	hunaniaeth – pa gerddoriaeth fyddech chi'n ei dewis wrth gerdded at y cylch bocsio? Pa liwiau fyddech chi'n eu gwisgo? **Gweithgaredd 3: Cynhaliwch arolwg** Gofynnwch i'ch cyfoedion yn eich dosbarth a ydyn nhw'n gwylio bocsio, neu os ydyn nhw'n cymryd rhan yn eu clwb bocsio lleol.
Estyniad:	Datblygwch hyn i ddysgu myfyrwyr a dynwared ystum bocsiwr a pherfformio cerdded tuag at y cylch bocsio i gerddoriaeth o'u dewis.
Syniadau trafod:	**Trafodaeth 1: Bocsio a rhywedd** • Allwch chi enwi unrhyw focsiwr Cymreig? • Pam ydych chi'n meddwl nad oedd menywod a merched yn cael bocsio'n broffesiynol tan 1998 ac yn y Gemau Olympaidd tan 2012? • Allwch chi enwi unrhyw focsiwr benywaidd? • Pam ydych chi'n meddwl bod bocsio yn gamp i ddynion a bechgyn yn bennaf? **Trafodaeth 2: Ydi bocsio yn dreisgar?** • Trafodwch gyda dysgwyr, ydyn nhw'n credu bod bocsio yn dreisgar? • Yna gwyliwch: Cyfweliad gyda Jade Gitcham (o 2:02 munud) Cyfweliad gyda Reece Wigley • Beth yw'r pethau am focsio sy'n bwysig i'r bocswyr yn y cyfweliadau? E.e. cymuned, iechyd, rheoleiddio emosiynol, teimlo'n gryf ac ati • Trafodwch – beth yw trais? Ai ymddygiad ymosodol? Ymddygiad ymosodol afreolus? Beth yw eu barn am ymddygiad ymosodol mewn chwaraeon eraill – pêl-droed, rygbi, crefft ymladd e.e. jwdo, karate, Taekwondo? • Trafodwch eto, ydi dysgwyr yn credu bod bocsio yn dreisgar? • O reidrwydd, nid ceisio newid meddyliau'r dysgwyr yw'r nod, ond yn hytrach helpu dysgwyr i gydnabod bod gan bobl ganfyddiadau a dehongliadau gwahanol, a bod rheolau, strwythurau a disgwyliadau cymdeithas yn gallu dylanwadu ar y rhain. Wrth archwilio hyn, gall dysgwyr werthuso safbwyntiau gwahanol yn feirniadol, a datblygu eu safbwyntiau gwybodus eu hunain. Dyfyniadau: 'Mae yna wahaniaeth rhwng ymladd a bocsio' (Jade Gitcham)
Estyniad:	Bocswyr benywaidd i'w trafod: Lauren Price; Ebanie Bridges; Franchon Crews-Dezurn; Claressa Shields; Katie Taylor.

Adnoddau:

Zoe Andrews

Reece Wigley

1. **Llinell Amser, dyddiadau a chyd-destun Bocsio Menywod Cymru** – Gweler isod.

2. **Bocsio Menywod Cymru: Ddoe, Presennol a Dyfodol - Archif ar Gasgliad y Werin Cymru**
www.casgliadywerin.cymru/users/107796

Mae'r cynnwys yn yr archif yma yn cynnwys delweddau a chyfweliadau gyda bocswyr proffesiynol, amatur ac ieuenctid Cymreig, hyfforddwyr bocsio, newyddiadurwyr a haneswyr:

Bocswyr proffesiynol: Lauren Price, Ashley Brace, Monique Bux

Bocswyr amatur: Zoe Andrews, Lynsey Holdaway, Rosie Eccles, Charlene Lijertwood, Jade Gitcham, Carrie Ann John

Ieuenctid: Zoe Andrews, Lauren Rees, Shauna Miller, Reece Wigley

Hyfforddwyr bocsio: Simon Jones, Gemma Price

Newyddiadurwyr a haneswyr: Gareth Jones, Malissa Smith

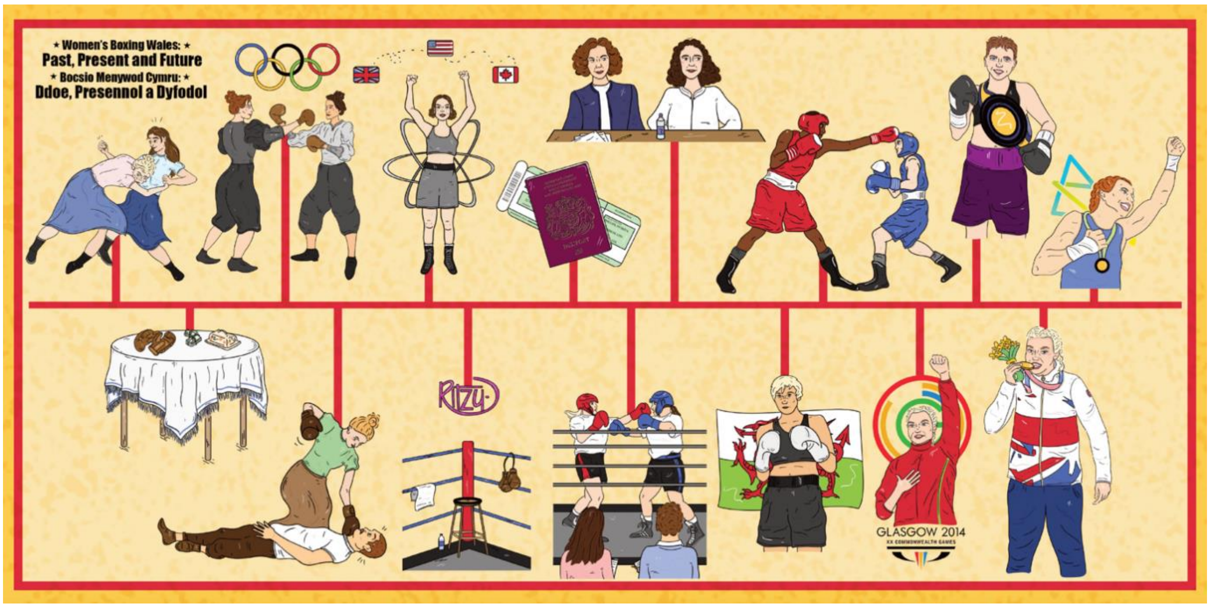
Uchafbwyntiau o'r archif:

Cyfweliad gyda Jade Gitcham
www.casgliadywerin.cymru/items/1997796

Cyfweliad gyda Reece Wigley
www.youtube.com/watch?app=desktop&v=d4PgsG3yrSM

Cyfweliad gyda Gemma Price
www.casgliadywerin.cymru/items/1997766

Llinell Amser, dyddiadau a chyd-destun Bocsio Menywod Cymru



Bocsio Menywod Cymru:

★Ddoe, Presennol a Dyfodol★

★Timeline order of events:★

1: 1722 - Merched yn cymryd rhan yn y gornestau bocsio cyhoeddus cyntaf

2: 1876 - Nell Saunders yn ennill dysgl fenyn a $200 ar ôl curo Rose Harland yn yr ornest focsio gynharaf i fenywod yn America a gofnodwyd.

3: 1904 – Roedd y 3ydd gemau Olympaidd yn St Louis, UDA yn cynnwys arddangosfa focsio menywod

4: 1920au - Dechreuodd menywod focsio ar gyfer hunanamddiffyn ac ymarfer corff

5: 1950 - Barbara "The Mighty Atom of the Ring" Buttrick yn dod i enwogrwydd, a'r fenyw gyntaf yn y byd heb ei churo yn y pwsau pryf. Ymhen amser, hi oedd un o'r menywod cyntaf i gael ei hethol i Oriel Anfarwolion Bocsio Rhyngwladol.

No Image - Mae sawl enghraifft o focsio merched rhwng 1950-1990. Mae ysgolheigion Malissa Smith, Sarah Crews a Kasia Boddy wedi ysgrifennu am rywfaint o'r digwyddiadau hyn yn UDA a'r DU a sut mae'r enghreifftiau yma yn berthnasol i fudiadau hawliau sifil a menywod ehangach.

6: 1994 - Cerdyn bocsio didrwydded cyntaf Cymru yn dangos pob bocsiwr benywaidd, wedi'i hyrwyddo gan Des Phillips - Ritzy Nights Spot, Kingsway, Abertawe

7: 1995 – Y bocsiwr o Lanelli Petrina Phillips yn ymladd yn erbyn y bocsiwr proffesiynol Almaenig Regina Halmich yn yr Almaen. Parhaodd Phillips i fod heb drwydded i focsio yn y DU.

8: 1997 - Marie Davies a Marie Leefe yn ymladd yn y gornest bocsio amatur benywaidd trwyddedig gyntaf yng Nghlwb Chwaraeon a Chymdeithasol Hendy-gwyn, Sir Gaerfyrddin. Cafodd hyn sylw digynsail yn y wasg gan newyddion prif ffrwd. Prif ganolbwynt yr erthyglau hyn oedd ystyried a ddylid caniatáu i fenywod a merched focsio.

9: 1998 - Jane Couch yn ennill achos nodedig yn erbyn Bwrdd Rheoli Bocsio Prydain (BBBofC), gan ddod y bocsiwr benywaidd trwyddedig cyntaf yn y DU.

10: 2008 – Daw Lana Cooper y bocsiwr benywaidd cyntaf o Gymru i gael trwydded bocsio proffesiynol gan Fwrdd Rheoli Bocsio Prydain (BBBofC).

11: 2010 - Lynsey Holdaway yn ymladd yn erbyn Nicola Adams yn Lerpwl. Creodd Adams hanes yn Llundain 2012, gan ddod yn enillydd medal Aur Olympaidd cyntaf am focsio Menywod.

12: 2014 - Lauren Price yn ennill Efydd y Gymanwlad yn Glasgow

13: 2018 - Ashley Brace yn ennill teitl superfly EBU

14: 2021 - Lauren Price yn ennill Aur Olympaidd yn Tokyo

15: 2022 - Rosie Eccles yn ennill Aur y Gymanwlad yn Birmingham

University of South Wales
Prifysgol De Cymru

Gwnaed yn bosibl gan | Made possible with
Cronfa Treftadaeth
Heritage Fund

Oeddech chi'n gwybod bod gêm focsio amatur swyddogol gyntaf y DU rhwng dwy focsiwr benywaidd wedi'i chynnal yn Sir Gaerfyrddin?

Fe wnaeth ffrindiau ysgol Marie Davies a Marie Leefe ymladd mewn clwb cymdeithasol yn Hendy-gwyn, Gorllewin Cymru ar y 31ain o Hydref 1997. Roedd y ddwy yn 16 oed ar y pryd. 'Hefyd yn ymladd yn y gornest [. . .] roedd Dawn North, 25, o Swydd Stafford, a fu'n rhaid iddi ddod i Gymru oherwydd bod dwy ymgais flaenorol i gael gêm yn Lloegr wedi methu' (o erthygl Saesneg gan BBC News, 1997).

Yn y casgliad hwn:

Lauren Price MBE yw'r Gymraes gyntaf i ennill medal y Gymanwlad am focsio, a'r Gymraes gyntaf i ennill Aur Olympaidd i Team GB. Yn 2021, paentiwyd blwch ffôn yn aur yn nhref enedigol Lauren, Ystrad Mynach, i ddathlu ei llwyddiant yng Ngemau Olympaidd Tokyo. Yr un flwyddyn cafodd Lauren ei henwi'n Bersonoliaeth Chwaraeon y Flwyddyn BBC Cymru Wales. Dechreuodd Lauren ei gyrfa bocsio proffesiynol gyda BOXXER a Sky Sports yn 2022. Ym mis Tachwedd 2022, derbyniodd Lauren MBE gan y Brenin Siarl III.

Mae **Rosie Eccles** yn hyfforddi gyda Team GB ac mae hi'n bocsio dros Gymru. Enillodd Rosie fedalau arian ym Mhencampwriaethau Bocsio Amatur Ewropeaidd Menywod 2016 a Gemau'r Gymanwlad 2018. Aeth ymlaen i ennill Aur y Gymanwlad yn 2022 yng ngemau Birmingham.

Mae **Lynsey Holdaway** wedi ennill medal Arian Ewropeaidd a chynrychiolodd Gymru yng Ngemau'r Gymanwlad 2018.

Dechreuodd **Zoe Andrews** baffio am y tro cyntaf pan oedd yn 5 oed. Yn 10 oed dechreuodd hyfforddiant yng Nghlwb Bocsio Llansawel. Mae Zoe yn rhan o dîm Bocsio Amatur Cymru ac mae ganddi fryd ar ennill Aur y Gymanwlad.

Ashley Brace yw'r bocsiwr benywaidd cyntaf o Gymru i ennill Teitl Ewropeaidd. Enillodd Ashley ei theitl yn 2018 ar ôl troi'n broffesiynol yn 2015. Ar hyn o bryd mae'n hyfforddi bocsio yng Nglyn Ebwy.

Lana Cooper oedd y bocsiwr benywaidd cyntaf o Gymru i gael trwydded bocsio proffesiynol yn 2008. Ddeng mlynedd ar ôl i'r bocsiwr Prydeinig Jane Coach fynd â Bwrdd Rheoli Bocsio Prydain i'r Llys am wrthod trwydded bocsio proffesiynol iddi ymladd ym Mhrydain, derbyniodd Lana ei thrwydded a gwnaeth ei ymddangosiad cyntaf yn Swindon yn erbyn Kristine Shergold. Mae Lana bellach yn hyfforddwraig bocsio yng Ngelligaer ABC, Hengoed.

Petrina Phillips – (addaswyd o bortread Gareth Jones yn ei gyfres Boxers of Wales). Yn 1994 yn yr Almaen, fe wnaeth Petrina Phillips o Lanelli ymladd yn erbyn Regina Halmich o'r Almaen, pan nad oedd bocswyr benywaidd o'r DU yn gallu cael trwyddedau proffesiynol i focsio yn eu gwledydd eu hunain. Ar y pryd roedd Halmich yn arwres genedlaethol, ac ers hynny mae hi wedi cael ei sefydlu yn Oriel Anfarwolion Bocsio Rhyngwladol. Fodd bynnag, cymharol anhysbys yw

cyfraniadau Petrina ym myd bocsio. Enillodd Petrina deitlau cic-bocsio'r byd, ac fel bocsiwr fe serennodd ar bil menywod-yn-unig cyntaf Cymru yng nghlwb nos Riley's, Abertawe, ar Fedi 14eg, 1994. Gyda chefnogaeth Ffederasiwn Bocsio Rhyngwladol y Menywod, trefnodd tad Petrina, Des Phillips, ddigwyddiad a welodd Petrina yn herio Midlander Cheryll Robertson ar gyfer y teitl pwysau pryf Prydeinig gwag. Ar ôl wyth rownd galed, nid oedd y beirniaid yn gallu eu gwahanu.

Cyn yr ymladd rhwng Petrina â Regina Halmich, ymladdodd (ac enillodd) ei thad frwydr i gael Hen Wlad fy Nhadau i chwarae cyn y frwydr, yn hytrach na God Save the Queen - cyfaddawdodd yr Almaenwyr trwy gynnwys y ddau. Gyda Phillips yn symud ymlaen yn gyson a Regina yn bocsio oddi ar y droed ôl, roedd yn un o'r cystadlaethau hynny lle gall dewis personol ddylanwadu ar y sgorio.

Pan ddaeth y 10 rownd i ben, roedd llygad dde'r arwres leol bron ar gau; yr unig greithiau brwydro ar ei heriwr oedd marciau rhaff ar ei chefn. Ond roedd y dyfarniad yn unfrydol, ond o drwch blewyn, o blaid yr ymladdwr cartref. Fe wnaeth salwch a llawdriniaeth rwystro Petrina rhag hyfforddi a pharhau â'i gyrfa bocsio.

Mae **Monique Bux** yn focsiwr proffesiynol sy'n hyfforddi yng Nghampfa Bocsio St Joseph, Casnewydd. Gwnaeth Monique ei ymddangosiad proffesiynol cyntaf ar y cerdyn isaf ar gyfer gornest teitl byd Joe Cordina yng Nghaerdydd, 2022.

Mae **Gemma Price** yn hyfforddwraig bocsio ac yn rhan o dîm rheoli Clwb Bocsio Phoenix Llanrhymni, ac mae hi'n arolygydd i Fwrdd Rheoli Bocsio Prydain.

Bocsiwr o Gymru yw **Jade Gitcham** sy'n hyfforddi yn Jack 2 A King, Abertawe. Yn 2022, enillodd Jade Gwpan Bocsio Gaeaf y Menywod yn Lloegr.

Mae **Reece Wigley** yn focsiwr ac yn wirfoddolwraig ifanc yng Nghlwb Bocsio Bulldogs, Port Talbot.

Mae **Lauren May Rees** yn focsiwr ac yn wirfoddolwraig ifanc yng Nghlwb Bocsio Bulldogs, Port Talbot.

Mae **Shauna Miller** yn focsiwr sy'n hyfforddi yng Nghlwb Bocsio Bulldogs, Port Talbot.

Mae lle i ni

meddai Gemma Price, gan gyfeirio at y menywod a'r merched sy'n poblogi'r gamp o focsio.