Arolwg Cenedlaethol Cymru 2016-17 Ffeithiau Allweddol ar gyfer Polisi ac Ymarfer

Hamdden Awyr Agored

Mae'r bwletin hwn yn disgrifio prif ganfyddiadau adran Hamdden Awyr Agored Arolwg Cenedlaethol 2016-2017 i Gymru. Ceir canlyniadau llawn a Sgrin Canlyniadau ryngweithiol ar http://gov.wales/statistics-and-research/national-survey/.

Pwy sy'n cymryd rhan mewn Hamdden Awyr Agored?

Yn gyffredinol, gwelwyd bod 81% o oedolion yng Nghymru wedi cymryd rhan mewn rhyw fath o hamdden awyr agored o leiaf unwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

Fodd bynnag, roedd cyfranogiad ‘am’ yn is, gyda dim ond 26% o bobl yn adrodd eu bod yn ymweld â'r awyr agored 20 neu fwy o weithiau yn y 4 wythnos flaenorol. Yn gyffredinol, roedd cyfartaledd (cymedrig) yr ymweliadau â'r awyr agored yn ystod y 4 wythnos diwethaf yn 12, gan nodi bod pobl yn cymryd rhan mewn hamdden awyr agored sawl gwaith yr wythnos.

Mae canlyniadau'r arolwg yn awgrymu bod gwahaniaethau rhyw mewn cyfranogiad mewn hamdden awyr agored. Ar y cyfan, adroddodd dynion lawer mwy o ymweliadau â'r awyr agored yn ystod y 4 wythnos diwethaf na menywod. Roedd y gwahaniaeth hwn yn arbennig o amlwg i bobl 65-74 oed; gyda dynion yn y grŵp oedran hwn yn adrodd 15 ymweliad ar gyfartaledd yn y 4 wythnos diwethaf, o'i gymharu â chyfartaledd o 12 ymweliad yn unig gan ferched.

Roedd amrywiadau sylweddol hefyd yn nifer yr ymweliadau a wnaed gan bobl mewn gwahanol grwpiau oedran. Gwnaeth ymatebwyr 65-74 oed fwy o ymweliadau dros 4 wythnos nag unrhyw grŵp oedran arall, gyda chyfartaledd o 13. Efallai y bydd hyn yn adlewyrchu nodweddion carfan o ymddeolwyr diweddar actif. Ymatebwyr 25-34 oed a 45-54 oedd yr ymwelwyr lleiaf, gyda chyfartaledd o 11 ymweliad yn ystod y 4 wythnos diwethaf.

Gwnaeth pobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig lawer mwy o ymweliadau (13 dros 4 wythnos) na'r rhai mewn ardaloedd trefol (11 ymweliad mewn 4 wythnos).

Mae'r berthynas rhwng hamdden awyr agored ac amddifadedd yn ymddangos yn gymhleth. Nid oedd dim gwahaniaethau arwyddocaol rhwng nifer yr ymweliadau yn achos y cwintelau mwyaf a lleiaf difreintiedig o dan Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru, ond gwelid nifer arwyddocaol is o ymweliadau yn achos yr ail gwintel mwyaf difreintiedig.

Pa Weithgareddau mae Pobl yn Cymryd Rhan Ynddynt?

Cerdded oedd y prif weithgaredd a ymgymerwyd gan bron i dri chwarter (72%) o'r holl oedolion yng Nghymru yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

Roedd gweithgareddau hamdden cymdeithasol hefyd yn boblogaidd iawn, gyda bron i draean o bobl yn mwynhau picnic (31%), mynd â phlant i feysydd chwarae (31%), neu gymryd rhan mewn gemau anffurfiol fel chwarae ffrisbi (20%). Mae hyn yn adlewyrchu pwysigrwydd gweithgareddau 'mewnbwn isel' sy'n hygyrch o garreg y drws.

Roedd gwylio bywyd gwyllt hefyd yn weithgaredd a gyflawnwyd yn aml (16%), yn enwedig gyda phobl hŷn dros 65 oed.

Mewn cyferbyniad, mae llawer o bobl yn cymryd rhan mewn gweithgareddau awyr agored mwy 'actif', yn enwedig rhedeg (17%), beicio ffordd (13%) a beicio mynydd (9%).

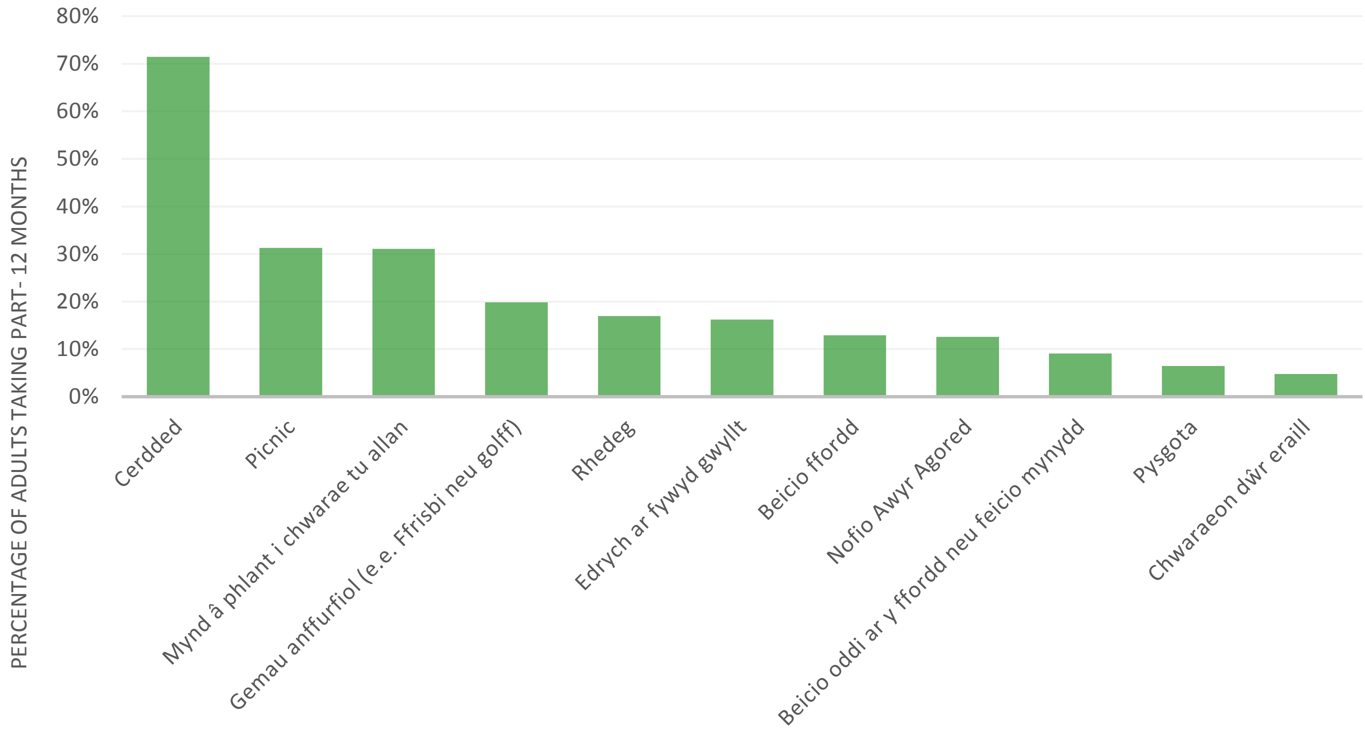
Mae pobl wedi cymryd rhan hefyd mewn amrywiaeth o weithgareddau dŵr yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, gan gynnwys nofio awyr agored (13%); pysgota (6%), a chwaraeon dŵr heb fodur (5%).

Tabl 1: Pob gweithgaredd Awyr Agored

Gweithgaredd	**Canran yr oedolion a gymerodd ran y llynedd**
Cerdded	71.4%
Picnic	31.3%
Mynd â phlant i chwarae tu allan	31.1%
Gemau anffurfiol (e.e. Ffrisbi neu golff)	19.8%
Dim un o'r rhain	19.5%
Rhedeg	16.9%
Edrych ar fywyd gwyllt	16.2%
Beicio ffordd	13.0%
Nofio Awyr Agored	12.6%
Beicio oddi ar y ffordd neu feicio mynydd	9.1%
Pysgota	6.5%
Chwaraeon dŵr eraill	4.8%
Dringo neu ogofa	3.6%
Chwaraeon Maes (saethu / hela)	3.5%
Marchogaeth Ceffylau	3.0%
Gyrru oddi ar y ffordd neu feicio modur	2.9%
Gweithgareddau Tu Allan Eraill	2.9%
Chwaraeon Dŵr Modur	1.5%
Ddim yn siŵr	0.2%

Roedd yr ymatebion a gofnodwyd o dan "weithgareddau awyr agored eraill" yn cynnwys gwersylla, ymweliadau traeth a pheledu paent.

Graffig 1: Y 10 Uchaf o Weithgareddau Awyr Agored

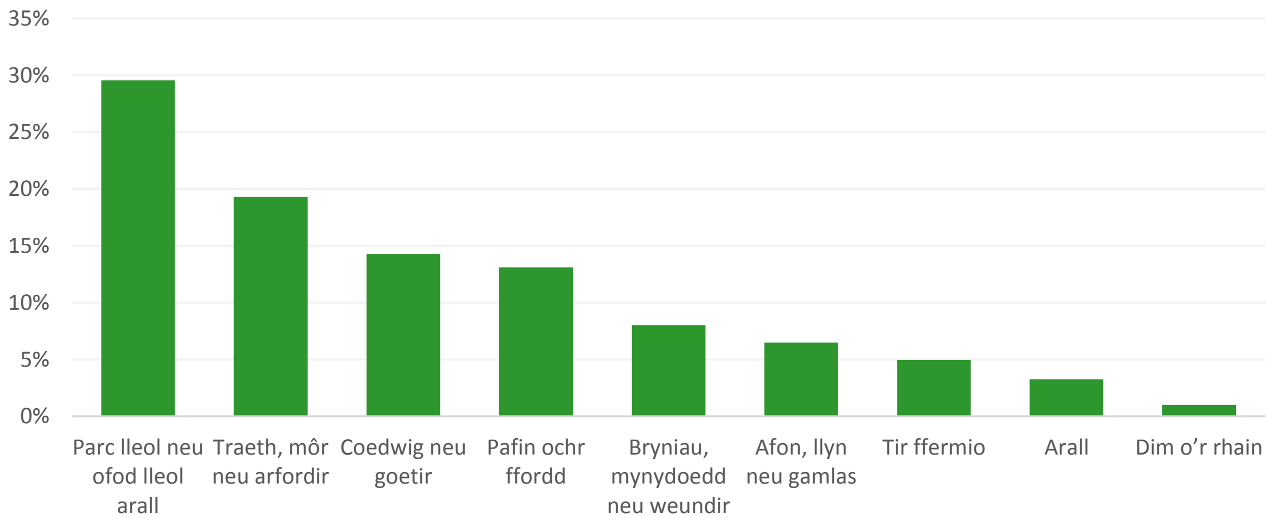


Roedd gwahaniaethau sylweddol rhwng y rhywiau yn y mathau o weithgareddau y mae pobl yn cymryd rhan ynddynt, gyda merched yn llawer mwy tebygol na dynion i ddweud eu bod wedi mynd â phlant i feysydd chwarae, neu wedi bod am bicnic. Mewn cyferbyniad, roedd dynion yn llawer mwy tebygol o fod wedi cymryd rhan mewn gweithgareddau awyr agored egnïol, yn enwedig beicio ffordd, beicio mynydd a physgota.

Lle mae pobl yn ymweld â nhw?

Pan ofynnwyd iddynt am eu hymweliad diweddaraf i'r awyr agored, roedd 47% o oedolion yng Nghymru wedi teithio llai na milltir o'u cartrefi, gyda 30% o ymweliadau i barc lleol. Mae hyn yn awgrymu bod mynediad at 'gyfleoedd stepen drws' yn ffactor pwysig ar gyfer ymgysylltu â hamdden awyr agored i lawer o bobl.

Graffig 2: Lleoliad yr Ymweliad Diweddaraf



Fodd bynnag, mae pobl hefyd yn mwynhau ymweld ag amrywiaeth o leoedd. Mae'r canlyniadau'n dangos mai traethau, arfordir a môr Cymru yw'r ail gyrchfan fwyaf poblogaidd (19%), tra bod llawer o bobl yn mwynhau ymweliad â choetiroedd a choedwigoedd (14%).

Roedd gwahaniaethau amlwg rhwng y ddau ryw yn y mathau o leoedd yr ymwelodd pobl â hwy, gyda merched yn llawer mwy tebygol na dynion i ymweld â'u parc lleol neu draeth / arfordir; tra oedd dynion yn fwy tebygol o ymweld â choetiroedd a choedwigoedd, ynghyd â bryniau, mynyddoedd a gweundiroedd.

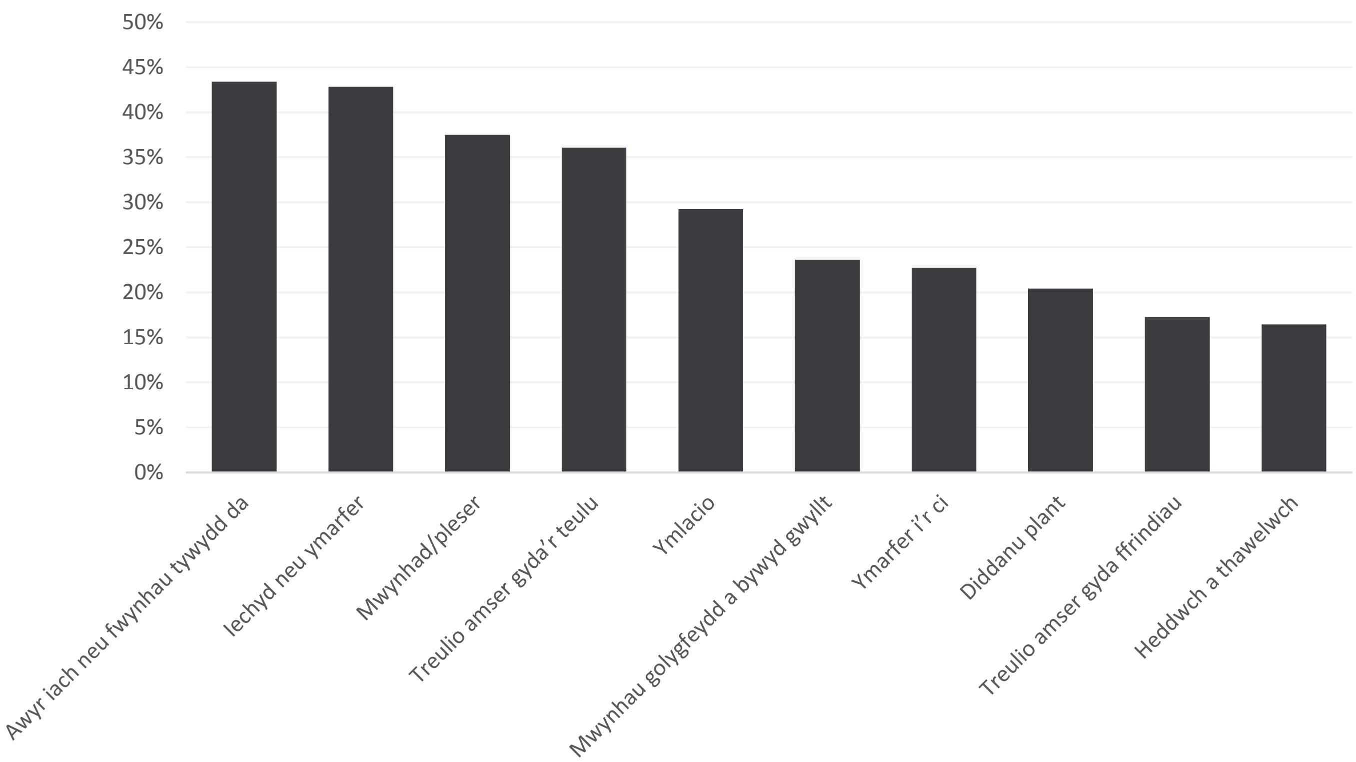
Yn yr un modd, mae gwahaniaethau yn ôl oedran, gyda phobl iau yn fwy tebygol o ymweld â pharciau lleol, a phobl hŷn yn anelu at y traeth a'r arfordir.

Mae agosrwydd hefyd yn cael effaith sylweddol ar y lle y mae pobl yn ymweld ag e, gyda'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd trefol yn fwy tebygol o ymweld â'u parc lleol, tra bod pobl sy'n byw mewn ardaloedd gwledig yn fwy tebygol o fynd i goetiroedd, bryniau, mynyddoedd a gweunydd, a thir fferm.

Cymhellion

Yr awyr agored (43%) ac iechyd / ymarfer corff (43%) oedd y rhesymau mwyaf cyffredin a roddwyd ar gyfer ymweliad diwethaf yr ymatebwyr. Dangosir y 10 ymateb mwyaf cyffredin yn Ffigur 3 isod.

Graffig 3: Y 10 Uchaf o resymau dros ymweliad diwethaf i'r Awyr Agored



Roedd gwahaniaethau sylweddol o ran rhywedd mewn cymhellion pobl, gyda dynion yn llawer mwy tebygol o ymweld â'r awyr agored er mwyn cymryd rhan mewn hobi penodol (16% o ddynion o'i gymharu â dim ond 9% o fenywod). Mewn cyferbyniad, roedd menywod yn llawer mwy tebygol o fod eisiau treulio amser gyda'r teulu, neu i ddiddanu plant. Mae hyn yn adlewyrchu'r gwahaniaethau rhwng y rhywiau a ddarganfuwyd hefyd yn y dewisiadau gweithgaredd ymatebwyr.

Roedd gwahaniaethau nodedig hefyd yn y rhesymau a roddodd pobl am ymweld â mannau penodol. Yn arbennig, roedd pobl sy'n ymweld â'r traeth a'r arfordir yn fwy tebygol o gael eu hysgogi gan awyr iach, tywydd da ac ymlacio, tra bod y rhai sy'n mynd i'r bryniau a'r mynyddoedd yn cael eu cymell gan iechyd ac ymarfer corff, ynghyd â mwynhau'r golygfeydd. Roedd gan barciau lleol fwy o apêl i'r rheini sy'n bwriadu treulio amser gyda'r teulu ac i ddiddanu plant, tra bod pobl yn mynd i goetiroedd yn fwy tebygol o fod eisiau ymweld â nhw er mwyn cerdded y ci.

Rhwystrau

I'r rheini nad oeddent yn cofnodi unrhyw ymweliadau yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, y rheswm mwyaf cyffredin (28%) oedd diffyg amser rhydd, ond roedd 24% yn nodi anabledd corfforol, 19% o resymau iechyd eraill a 19% oed. Mewn cyferbyniad, dim ond 2% a ddywedodd nad oedd unrhyw le yn addas iddyn nhw fynd, a dywedodd 2% nad oeddent yn gwybod ble i fynd.

Fodd bynnag, roedd rhai gwahaniaethau sylweddol o ran rhyw ac oedran. Ar gyfer pobl hŷn (dros 65), y prif rwystrau oedd henaint (41%) ac anabledd corfforol (34%). Ar gyfer oedolion iau (16 - 44) y prif rwystr oedd diffyg amser (57%). O ran rhyw, roedd menywod yn fwy tebygol o nodi anabledd corfforol a henaint fel eu prif rwystr, tra bod dynion yn nodi diffyg amser.

O ran y rhwystrau sy'n gysylltiedig â chyfranogiad mwy aml, y rhesymau mwyaf cyffredin a nodwyd gan bobl nad oeddent wedi ymweld â'r awyr agored yn ystod y 4 wythnos diwethaf oedd tywydd gwael (46%), ynghyd â diffyg amser (40%). Roedd anabledd gwael ac anabledd corfforol yn llai tebygol o gael eu crybwyll fel rhwystr i gyfranogi'n aml.

Gweithgaredd Corfforol

Mae hamdden awyr agored yn cael ei gydnabod fel cyfraniad sylweddol i lefelau gweithgaredd corfforol cyffredinol pobl, gyda'r manteision iechyd yn deillio o gyfuniad o amlder, hyd a dwysedd cyfranogiad.

Dywedodd bron i hanner (44%) o bobl fod yr ymdrech a roddwyd iddynt yn eu prif weithgaredd yn ystod eu hymweliad mwyaf diweddar wedi codi eu cyfradd anadlu, eu gwneud nhw'n brin eu hanadl neu wedi eu gwneud nhw i chwysu. Oedolion rhwng 45 a 54 oed oedd y fwyaf tebygol (51%) i gytuno â'r cwestiwn hwn, ac yna 16-24 oed (45%). Fodd bynnag, dim ond 37% o ymatebwyr dros 75 oed a gymerodd ran yn y lefel hon o weithgaredd corfforol.

O ran hyd, nododd 19% o bobl eu bod wedi treulio dros 2 ½ awr (150+ munud) yn cymryd rhan yn eu gweithgaredd mwyaf diweddar. Er bod y rhan fwyaf o ymweliadau yn gymharol

fyr, gyda 50% yn para awr neu lai, a mwyafrif sylweddol (77%) ddwy awr neu lai, mae'r rhain yn cyfrannu at iechyd cyffredinol trwy gyfarfod y cyfarwyddyd ar gyfer gweithgarwch corfforol sy'n para 10 munud neu fwy.

Yn gyffredinol, ystyriwyd bod cyfranogiad 'aml' yn gyfartaledd o 30 munud o weithgarwch corfforol a gynhaliwyd 5 gwaith yr wythnos. Dywedodd chwe deg chwech y cant o'r ymatebwyr eu bod wedi ymweld â'r awyr agored 20 neu fwy o weithiau yn ystod y 4 wythnos flaenorol (cyfartaledd o 5 gwaith yr wythnos dros gyfnod o 4 wythnos).

Gweithgaredd Economaidd

Ar bron i hanner yr holl ymweliadau â'r awyr agored (46%) dywedodd cyfranogwyr eu bod yn treulio rhywfaint o arian, gan adlewyrchu'r cyfraniad y mae hamdden yn ei wneud i economi Cymru. Ar 28% o'r ymweliadau gwariodd pobl rhwng £1 a £10, tra ar 15% o'r ymweliadau gwariodd pobl dros £20. Gall y costau uwch gynrychioli, fel enghreifftiau, tanwydd, bwyd neu hurio neu brynu offer fel canŵs.

Mae cydberthynas gadarnhaol arwyddocaol rhwng pellter a deithiwyd a gwariant. Teithiau i'r traeth, y môr neu'r arfordir oedd y rhai drutaf ar gyfartaledd, gyda gwariant cyfartalog o £21. Treuliodd ymatebwyr sy'n ymweld â pharciau lleol a mannau lleol eraill y swm lleiaf, gyda gwariant cyfartalog o £5.

Metadata

Mae Cyfoeth Naturiol Cymru (CNC) yn bartner yn yr Arolwg Cenedlaethol Cymru newydd, gan gynnwys adran ar 'Pobl a'r Amgylchedd'. Mae'r Arolwg Cenedlaethol yn arolwg cartref wyneb yn wyneb, gyda sampl gynrychioliadol o'r oedolion sy'n byw yng Nghymru.

Mae'r Arolwg Cenedlaethol yn cynnwys pynciau a drafodwyd yn flaenorol gan Arolwg Hamdden Awyr Agored Cymru (WORS), a gomisiynwyd gan CNC. Oherwydd newidiadau sylweddol yn y dulliau a ddefnyddir yn yr Arolwg Cenedlaethol newydd a'r WORS blaenorol, mae yna wahaniaethau arwyddocaol felly ni ddylid cymharu'r canlyniadau rhwng y ddau arolwg hyn.

Mae gwybodaeth dechnegol ar yr Arolwg ar gael gan Lywodraeth Cymru yn http://gov.wales/statistics-and-research/national-survey/design-methodology/technical-information/.

Mae'r wybodaeth yn yr adroddiad hwn wedi'i gategoreiddio fel Ystadegau Swyddogol, ac fe'i cynhyrchwyd a'i cyhoeddwyd yn unol â'r trefniadau a gymeradwywyd gan Awdurdod Ystadegau'r Deyrnas Unedig.

Ystadegydd cyfrifol:
Richard Cardwell
E-bost: richard.cardwell@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk

Gwyddonydd Cymdeithasol: Susan Williams
E-bost: susan.a.williams@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk

Ymholiadau i'r Wasg:

communications@naturalresources.wales