

Gwasanaeth Tân ac Achub
De Cymru



South Wales
Fire and Rescue Service

SYSTEM DDYLETSWYDD GYFLAWN

Ymgyrch Recriwtio Ymladdwyr Tân 2019

Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru

Pecyn Gwybodaeth

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Gymraeg



Cyfleoedd Cyfartal

Mae'r Gwasanaethau Tân ac Achub yng Nghymru'n ymrwymedig i ddatblygu a hyrwyddo Cyfleoedd Cyfartal a Thegwch yn y Gweithle.

Mae'r ddogfen hon hefyd ar gael yn Gymraeg

Am ragor o wybodaeth ymwelwch â:-

Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru

www.decymru-tan.gov.uk

Cynhwysir yr holl wybodaeth sydd angen i ymgeisio i ddod yn Ymladdwr Tân o fewn y Pecyn Gwybodaeth hwn. Os oes gennych unrhyw gwestiynau mewn perthynas â Chais am ai Gwasanaeth Tân cysylltwch â'r ni drwy law e-bost:-

sddg@decymru-tan.gov.uk

Mae De Cymru yn falch i wahodd ceisiadau am Ymladdwyr Tân Llawn Amser i ymuno â ni yn yr yrfa heriol a hynod wobrwyl hon.

Mae cymunedau Cymru'n gwerthfawrogi'r gwasanaethau a gynigwyd gennym ac mae angen iddynt deimlo'n hyderus yn y timau hynod fedrus sydd gennym sy'n lleihau risg yn ogystal â delio â sefyllfaoedd brys. Rydym yn esblygu a gwella'r modd yr ydym yn gweithredu'n barhaus wrth gynnal y safonau uchaf. Mae penodi'r bobl gywir yn hanfodol i'n helpu i gyflawni ein huchelgais i'r dyfodol.

Os ydych yn teimlo eich bod yn meddu ar yr hyn sydd ei angen, fe'ch gwahoddwn i ymuno â'n proses recriwtio 2019.



Prif Swyddog Tân
Huw Jakeway
Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru

Rhestr o Orsafoedd Tân y Gwasanaethau

Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru	
Glyn Ebwy	Trelái
Cwmbrân	Canol Caerdydd
New Inn	Merthyr Tudful
Maendy	Pontypridd
Malpas	Aberdâr
Dyffryn	Tonypandy
Aberbargod	Maesteg
Caerffili	Pen-y-bont ar Ogwr
Yr Eglwys Newydd	Y Barri
Y Rhath	Penarth

Ysgrifennwyd y ddogfen hon i'ch darparu â manylion o bob cam o'r Broses Recriwtio sydd ynghlwm â rôl Ymladdwr Tân Llawn Amser. Gyda'r ymgyrch hon, fe'ch gwahoddir i ymgeisio am Wasanaeth Tân ac Achub De Cymru. Mae'n bwysig eich bod yn ymwybodol o sut y'ch asesir a'r hyn y gallwch ddisgwyl ym mhob cam. Darperir yr holl fanylion sydd angen arnoch i ymgeisio yn ddogfen hon.

Os bydd gennych unrhyw gwestiynau cyn ymuno â'r ymgyrch, fe'ch gwahoddir i e-bostio:-

sddg@decymru-tan.gov.uk

Swydd-Ddisgrifiad

Rôl

Ymladdwr Tân

Lleoliad

Yn ôl cyfarwyddyd Y Prif Swyddog Tân

Prif Ddiben

Diogelu ac achub pobl ac eiddo rhag tân a pheryglon eraill yn y ffordd fwyaf cymwys ac effeithiol i'r safon uchaf bosib o ran gofal ac ansawdd

DYLETSWYDDAU A CHYFRIFOLDEBAU

Argyfyngau

- Ymateb i bob galwad brys ac ymholiad am gymorth yn syth a diogel
- Delio ag argyfyngau yn ôl cyfarwyddyd a gweithio'n effeithiol ac effeithlon fel aelod o dîm disgybledig
- Lleihau trallod a dioddefaint, gan gynnwys rhoi cymorth cyntaf

Ymdrin â Phobl

- Sefydlu a chynnal hyder aelodau'r cyhoedd
- Cynnal cysylltiadau o fewn y gymuned
- Bod yn sensitif i anghenion eraill, mewn perthynas â materion tegwch ac urddas

Diogelwch Tân

- Rhoi cyngor a chanllawiau diogelwch tân cyffredinol i bobl yn ôl y gofyn
- Gweithio i helpu addysgu aelodau'r gymuned am beryglon tân ac argyfyngau eraill
- Cynorthwyo â mentrau, rhaglenni a strategaethau'r Gwasanaeth i leihau galwadau tân

Iechyd a Diogelwch

- Adnabod materion iechyd a diogelwch yn y gwaith ac ymdrin â nhw i leihau neu i ddileu'r elfennau peryglus neu risg
- Sicrhau diogelwch personol a diogelwch eraill ar bob adeg

Ffitrwydd a Glanweithdra Personol

- Cynnal lefel o ffitrwydd corfforol a meddygol angenrheidiol i gyflawni holl ddyletswyddau Ymladdwr Tân
- Cynnal delwedd bersonol, glanweithdra a glendid y wisg yn unol â gwasanaeth disgybledig

Offer

- Cynnal yr holl offer ymladd tân ac argyfwng mewn stad o barodrwydd i'w defnyddio, gan gynnwys glanhau, trwsio a phrofi'r offer yn ôl y gofyn hyd at safonau a gweithdrefnau cymeradwy
- Gwirio'r adnoddau ymladd tân a ddarperir at ddefnydd y Gwasanaeth Tân, gan gynnwys hydrantau a gosodiadau sefydlog

Daearyddiaeth Leol

- Gwybod am strydoedd, ffyrdd ac adeiladau lleol sydd o fewn ardal ymateb yr Orsaf Dân
- Bod yn ymwybodol o'r risgiau, peryglon posib a chyflenwadau dŵr sydd ar gael o fewn ardal yr Orsaf Dân

Gweinyddiaeth

- Cwblhau gwaith papur sylfaenol a gweinyddiaeth arferol, gan gynnwys cofnodi gwybodaeth
- Defnyddio technoleg gwybodaeth yn ôl y gofyn ac yn unol â Deddf Diogelu Data 1998
- Cadw cofnodion personol yn gyfredol

Hyfforddi

- Cymryd rhan mewn rhaglen hyfforddi barhaus wrth fynychu darlithoedd, ymarferion, sesiynau ymarfer a ffurfiau eraill o hyfforddiant er mwyn cynnal lefelau cymhwysedd
- Mynychu cyrsiau hyfforddiant yn ôl cyfarwyddyd

Awdurdod Tân

- Ymgymryd ag unrhyw ddyletswyddau eraill sy'n gymesur â chyfrifoldeb ac arbenigedd y byddai'r Prif Swyddog Tân yn gofyn amdanynt o bryd i'w gilydd
- Ymlynu wrth bolisiau a gweithdrefnau'r Gwasanaeth

Y Fanyleb Person

Ffactor	Tystiolaeth	Hanfodol / Dymunol	Tystiolaeth
Gallu Cyffredinol	Nid oes angen cymwysterau ffurfiol, fodd bynnag, profir Rhifedd, Llythrennedd a Sgiliau Datrys Problemau (gosodwyd y profion ar lefel Sgiliau Hanfodol Lefel 2)	Hanfodol	PG
Gwybodaeth / Profiad	Y gallu i gyfathrebu drwy gyfrwng y Gymraeg	Dymunol	SFFT
	Ymwybyddiaeth o rôl Ymladdwr Tân	Hanfodol	CD
Arddull Bersonol	Dealltwriaeth a pharch o wahaniaethau pobl a'r ymrwymiad i fabwysiadu agwedd deg a moesol tuag at eraill	Hanfodol	SFFT a CD
	Y gallu i gynnal agwedd hyderus a chydnerth mewn sefyllfaoedd hynod heriol	Hanfodol	SFFT a CD
	Bod yn agored i newid ac â'r ewyllys i geisio'i gefnogi'n weithredol	Hanfodol	SFFT a CD
Rhyngbersonol	Y gallu i weithio'n effeithiol ag eraill o fewn y Gwasanaeth Tân ac Achub a'r gymuned ill dau	Hanfodol	SFFT a CD
	Y gallu i gyfathrebu'n effeithiol ar lafar ac yn ysgrifenedig ill dau i ystod eang o wahanol gynulleidfaoedd	Hanfodol	SFFT a CD
	Meddu ar yr ymroddiad a'r gallu i ddatblygu eich hun ac eraill	Hanfodol	SFFT a CD
Tasg	Y gallu i ddeall, dwyn i gof, gweithredu ac addasu gwybodaeth berthnasol mewn modd trefnus, diogel a chyfundrefnol	Hanfodol	SFFT, PG a CD
	Y gallu i gynnal ymwybyddiaeth weithredol o'r amgylchedd i hyrwyddo dulliau gwaith diogel ac effeithiol	Hanfodol	PG a ACY
	Y gallu i fabwysiadu agwedd gydwybodol a rhagweithiol at waith i gyflawni a chynnal safonau rhagorol	Hanfodol	SFFT A CD
	Y gallu i gynnal lefel uchel o weithgaredd a gyfeiriwyd yn briodol gan ddangos yr ymroddiad a'r gallu i weithio'n galed mewn amgylchedd heriol	Hanfodol	SFFT, ACY
	Y gallu i ddilyn cyfarwyddiadau a chymryd cyfarwyddyd	Hanfodol	SFFT
	Cynhwysedd/Ffitrwydd erobig priodol	Hanfodol	ACY
	Golwg digymorth a gwelediad lliw boddhaol	Hanfodol	PM
	Clyw Boddhaol	Hanfodol	PM
	Y gallu i weithio o uchder ac mewn gwagleoedd cyfyng	Hanfodol	ACY

Codau Tystiolaeth

SFFT – Sifft

PG - Profion Gallu

ACY – Asesiadau Corfforol ac Ymarferol

CD - Cam Ddethol

PM - Prawf Meddygol

Ein Hymrwymiad i chi...

Rydym wedi ymroi'n llwyr i gwrdd â'n dyletswyddau mewn perthynas â materion cydraddoldeb fel y nodwyd o fewn y ddeddfwriaeth gyfredol. Ni all y Gwasanaethau Tân ac Achub wneud unrhyw ddiwygiadau i anghenion Y Fanyleb Person fel yr adnabuwyd uchod neu i Safonau Ffitrwydd a osodwyd yn genedlaethol. Gosodwyd yr anghenion a'r safonau hyn i sicrhau bod unigolion yn ddiogel wrth eu gwaith er lles eu diogelwch hwy ac eraill.

Os oes gennych anabledd ac os ydych yn teimlo y gallwch gwrdd â gofynion hanfodol Ymladdwr Tân Gweithredol, fel y manylwyd o fewn y Swydd-Ddisgrifiad a'r Fanyleb Person, ond bod y broses asesu yn eich rhwystro rhag arddangos eich gallu'n llawn, ystyrir diwygiadau rhesymol i'r broses. **I sicrhau fod y cymorth hwnnw ar gael yn barod, mae'n ofynnol i chi ddod â'ch anghenion penodol i sylw'r ganolfan brofi briodol ymlaen llaw.**

Cyfraddau cyflog

Cyfraddau Cyflog i Ymladdwyr Tân Gweithredol y System Dyletswydd Gyflawn o'r 1af o Orffennaf 2016.

Rôl	£ Blynnyddol
Ymladdwr Tân	
Dan Hyfforddiant	£23,366
Datblygu	£24,339
Cymwys	£31,144

Oriau Gwaith

Mae'r Gwasanaethau Tân ac Achub yng Nghymru'n gweithredu systemau rota - bob un yn cynnwys yr angen i weithio oriau anghymdeithasol, penwythnosau a gwyliau.

Ydych chi wir eisiau bod yn Ymladdwr Tân?

Cynlluniwyd y rhestr hir o gwestiynau isod i'ch helpu i benderfynu a yw bod yn Ymladdwr Tân yn iawn i chi. Ticiwch YDW / OES / GALLAF neu NAC YDW / NAC OES / NA ALLAF i bob un o'r cwestiynau canlynol

	Ydw / Oes / Gallaf	Nac Ydw / Nac Oes / Na Allaf
A oes gennych ddiddordeb gwirioneddol mewn pobl?		
Ydych chi'n gallu cydweithio â phobl o wahanol gefndiroedd a diwylliannau?		
Ydych chi eisiau gweithio fel rhan o dîm agos?		
Ydych chi'n gallu gweithio o dan bwysau?		
Ydych chi'n gallu meddwl yn gyflym a datrys problemau gan wybod bydd llawer yn dibynnu ar eich awgrym?		
A oes gennych y sensitifrwydd i ddelio ag aelodau'r cyhoedd pan fyddant yn ofidus, yn ddryslyd neu'n rhwystrol?		
A allwch dderbyn y cyfrifoldeb o gynrychioli'r Gwasanaeth pan fyddwch yn y gwaith a phan na fyddwch yn y gwaith?		
Ydych chi wedi ymrwymo i gynnal a datblygu eich sgiliau'n barhaus?		
Ydych chi'n barod i astudio i ddatblygu ac ymestyn eich sgiliau?		
Ydych chi'n barod am ofynion gweithio mewn gwasanaeth iwnifform disgybledig lle bydd rhaid i chi gymryd gorchmynion gan bobl eraill?		
Ydych chi'n gallu derbyn yr angen i gadw at reolau sy'n nodi beth cewch wisgo a beth na chewch wisgo?		
Ydych chi'n ymroi i gynnal eich ffitrwydd corfforol a'ch iechyd?		
A yw ymarfer corff rheolaidd yn rhan o'ch bywyd dyddiol?		
Ydych chi'n berson ymarferol sy'n hoffi gweithio gyda'ch dwylo/offer?		
Ydych chi'n mwynhau gwneud pethau neu ganfod sut mae pethau'n gweithio?		
Ydych chi'n rhywun y gellir dibynnu arno/arni i fod rhywle'n brydlon?		
Ydych chi'n rhywun a welir yn ddibynnol gan eraill?		
Ydych chi'n fodlon gweithio y tu allan mewn pob math o dywydd, pan fydd hi'n wlyb ac oer?		

Os wnaethoch chi ateb Ydw/Oes/Gallaf i BOB UN o'r uchod ac yn credu eich bod yn meddu ar yr hyn sy'n ofynnol i wasanaethu a gwarchod y gymuned lle'r ydych yn byw ac yn gweithio, darllenwch y wybodaeth a ddarparwyd ac ymunwch â'n hymgyrch recriwtio.

Y Broses Recriwtio

Cynlluniwyd y nodiadau canlynol i roi syniad i chi o'r Broses Recriwtio, yr hyn i'w ddisgwyl a'r hyn byddwn yn ei ddisgwyl gennych chi.

Cofrestru

Mae'r elfen gyntaf yn gofyn i chi roi ychydig o fanylion personol a chofrestru â ni. Yna, fe'ch cyflwynir â manylion rôl Ymladdwr Tân a gofynnir i chi ystyried sut mae'r rôl yn cwrdd â'ch disgwyliadau yn nhermau amgylchedd gwaith a'ch gyrfa i'r dyfodol. Hefyd, gofynnir rhai cwestiynau sylfaenol i chi i sicrhau eich bod yn gymwys i ymgeisio. Fel rhan o'ch asesiad cymhwysra, byddwn yn adnabod:-

- P'un ai ydych chi'n 17 mlwydd a 6 mis oed
- P'un ai os oes hawl gennych i weithio yn y DU
- P'un ai oes gennych unrhyw gollfarnau sydd heb ddarod a all eich atal dros dro rhag gweithio fel Ymladdwr Tân (rhaid datgan pob collfarn sydd heb ddarod ac sydd yn yr arfaeth - bydd methu â gwneud hyn yn arwain at eich cais yn cael ei ddiystyru'n awtomatig). Os ydych yn ansicr os yw collfarn wedi'i wario, cysylltwch â NACRO am gyngor www.nacro.org.uk <<http://www.nacro.org.uk>>.

	Beth mae'n ei gynnwys?	Pa mor hir fydd e'n cymryd?	Erbyn pryd fydd angen i mi ei gyflawni?
Elfen 1 Cofrestru Ar-lein	Cofrestru Rhagolwg Swydd Realistig Gwiriad Cymhwysra	Dylech ganiatáu tua 30 munud i gwblhau pob un o'r tri rhan	Rhwng 09:00 ar y 5 ^{ed} o Ragfyr a 23:59 ar y 7 ^{fed} o Ragfyr 2016

Mae'n bwysig nodi y cewch gwblhau hwn neu unrhyw un o'r elfennau ar-lein ar unrhyw adeg yn ystod y fframiau amser a amlygwyd (h.y. ddydd neu nos). Bydd angen i chi gael eich Rhif Yswiriant Gwladol ar gael i allu cofrestru yn ogystal â'ch cyfeiriad e-bost. Mae'n bwysig eich bod yn gwirio eich bod yn gwybod eich cyfeiriad e-bost cywir. Bydd y system yn cyfathrebu â chi wrth ddefnyddio'r cyfeiriad e-bost a ddarparwyd gennych yn ystod y broses gofrestru. Os byddwch yn darparu cyfeiriad e-bost anghywir, ni fydd y system yn gallu eich darparu â diweddariadau. Os nad ydych yn cwblhau'r Cofrestru Ar-lein, ni fyddwch yn gallu cyrchu'r elfennau dilynol na pharhau o fewn yr ymgyrch. Dim ond un waith y cewch gofrestru â ni i bob ymgyrch recriwtio.

	Beth mae'n ei gynnwys?	Pa mor hir fydd e'n cymryd?	Erbyn pryd fydd angen i mi ei gyflawni?
Elfen 2 HAY	Holiadur Arddulliau Ymddygiadol (HAY)	Ni amserir yr asesiad hwn. Dylech ganiatáu tua 15-20 munud i'w gwblhau mewn lleoliad tawel	Rhwng 12:00 ar yr 8 ^{fed} o Ragfyr a 23:59 ar yr 11 ^{eg} o Ragfyr 2016
Elfen 3 PDS	Prawf Dehongli Sefyllfaoedd (PDS)	Ni amserir yr asesiad hwn. Dylech ganiatáu tua 30-35 munud i'w gwblhau mewn lleoliad tawel	Rhwng 12:00 ar yr 8 ^{fed} o Ragfyr a 23:59 ar yr 11 ^{eg} o Ragfyr 2016

Cewch gyrru a chwblhau Elfen 2 ac Elfen 3 ym mha bynnag drefn y dewiswch.

Cofrestru Ar-lein yn agor – 09:00 ar Ddydd Llun y 5^{ed} o Ragfyr 2016
Cofrestru Ar-lein yn cau – 23:59 ar Ddydd Mercher y 7^{fed} o Ragfyr 2016

Cewch gyrchu'r system Gofrestru Ar-lein o wefan recriwtio'r:

Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru
www.decymru-tan.gov.uk

A fydddech cystal â nodi ni dderbynnir ffurflenni CV nac unrhyw fath arall o gais.

Ffurflen gais

Ar yr amod eich bod yn cwrdd â'r meini prawf cymhwysedd, cam nesaf y broses yw llenwi ffurflen gais. Defnyddir hwn ar gyfer llunio rhestr fer i gam nesaf y broses.

Profion Gallu

Os byddwch yn cwrdd â'r gofynion yng Ngham 1 o'r SIFFT, cewch eich gwahodd i fynychu'r Profion Gallu (PG). Danfonir gwybodaeth atoch i'ch cynorthwyo wrth i chi baratoi, gan gynnwys rhai cwestiynau ymarfer. Bydd y profion hyn ar gael yn Gymraeg a Saesneg ill dau.

Mae'r cam hwn yn cynnwys cwblhau cyfres o brofion a fanylwyd isod:-

Rhesymu Rhifyddol

Mae'r prawf hwn yn mesur eich gallu i ddeall, dehongli, a gwerthuso gwybodaeth rifyddol yn rhesymegol. Fe'ch cyflwynir â graffiau, siartiau a manylion rhifyddol a bydd gofyn i chi wneud cyfrifon ar sail y wybodaeth a gyflwynwyd.

Prawf Deall Gwybodaeth

Mae'r prawf hwn yn mesur eich gallu i werthuso, rhesymu a chysyniadoli â geiriau a brawddegau. Byddwch yn derbyn cyfres o ddarnau a bydd gofyn i chi ateb cwestiynau sy'n amlygu eich dealltwriaeth o'r hyn a gyfathrebir o fewn y darnau.

Cam Pedwar - Asesiad Corfforol ac Ymarferol (ACY)

Os byddwch yn pasio'r Profion Gallu, cewch eich gwahodd i'r fynychu diwrnod yr Asesiadau Corfforol ac Ymarferol. Cynlluniwyd y profion ar y diwrnod hwn i asesu lefel eich ffitrwydd corfforol yn unol â gofynion y rôl. Isod, rhoddir manylion o'r gofynion ffitrwydd corfforol a phwysau iach, ynghyd â'r profion corfforol ac ymarferol.

Ffitrwydd Corfforol

Gall Ymladd Tân fod yn weithgaredd sy'n gorfforol feichus a pheryglus, gyda'r potensial i'ch dinoethi i lwythau thermol ffisiolegol ac amgylcheddol uchel. I sicrhau perfformiad gweithredol effeithlon a diogel, mae ffitrwydd meddygol a chorfforol yn hanfodol.

Penderfynir lefel eich ffitrwydd corfforol drwy fesur eich perfformiad mewn nifer o brofion ymladd tân corfforol ac ymarferol. Yn ychwanegol, bydd angen i chi gyflawni prawf ffitrwydd 'erobig' i ragdybio eich cynhwysedd erobig (mewn ml O₂/kg/mun). Bydd hyn yn caniatáu i ni asesu eich gallu i gyflawni ymarferion corff am gyfnodau hirach sy'n bwysig ar gyfer ymladd tân diogel. Y gofyniad ffitrwydd lleiafswm i ymgeiswyr yn y cam recriwtio yw 42.3 ml O₂/kg/mun (sydd gyfwerth â lefel 8 nôl a blaen 8 ar Brawf Blîp). Os byddwch yn symud ymlaen i'r Prawf Meddygol, mae'n bosib bydd angen i chi arddangos y lefel hon o ffitrwydd eto ar brawf melin droed i sicrhau eich bod wedi cynnal y lefel briodol o ffitrwydd.

Pwysau Iach

Mae pwysau iach yn bwysig achos gall bod dan bwysau, dros eich pwysau ac yn ordew gael effaith andwyol ar berfformiad a diogelwch ymladd tân ac ar iechyd yn gyffredinol. Ym mwyafrif yr achosion, mae mesuriadau uchder a phwysau a chyfrif Mynegai Mas y Corff (BMI)¹ yn ffordd addas o gadarnhau categori pwysau unigolion. Mae'r tabl dilynol yn adnabod yr ystodau BMI perthnasol a'r categorïau pwysau cysylltiol.

Dosbarth	BMI (kg/m ²)
O Dan Bwysau	<18.5
Pwysau Iach	18.5 – 25
Dros Bwysau	25–30
Gordew	>30.0

Y BMI cymeradwy i ymgeiswyr yw o fewn ystod pwysau iach, h.y. 18.5 - 25. Gellir ail ddosbarthu mwyafrif bychan o unigolion sydd â'u BMI o fewn ystod dros bwysau fel pwysau iach os dynoda asesiad o gyfansoddiad eu cyrff (drwy law mesuriad tewdra'r corff) fod y BMI uwch yn bennaf o ganlyniad i ddatblygiad y cyhyrau.

Gall eich BMI gael ei fesur fel rhan o'r ACY, y Prawf Meddygol neu'r ddau yn ystod y camau hyn o'r broses Recriwtio.

Cydrannau'r Asesiad Corfforol ac Ymarferol yw:

Prawf Man Cyfyng



Bydd angen i chi gyfuno hyder, ystwythder a hyblygrwydd wrth oresgyn y llwybr llusgo i basio'r prawf yn llwyddiannus. Dim ond un ffordd sydd drwy'r llwybr llusgo, ymlaen, i'r dde, i'r chwith, i fyny neu i lawr a does dim drysau i'w hagor. Byddwch yn cychwyn y prawf drwy wisgo mwgwd wyneb sy'n galluogi gwelededd clir. Fodd bynnag, wedi i chi gwblhau'r prawf, bydd eich masg yn cael ei orchuddio a bydd angen i chi ddychwelyd ar hyd yr un llwybr. Dylech fod yn gallu cwblhau'r profion hyn o fewn ffrâm amser penodol heb beryglu eich diogelwch a'ch llesiant.

Prawf Cydosodiad Offer

Cynllunnir y prawf hwn i asesu eich medrusrwydd dwylo. Bydd angen i chi gydodosod ac yna dadosod darn o offer. Cyn i chi gychwyn y prawf, bydd Hyfforddwr yn arddangos y ffordd gywir i gydodosod yr offer. Yn ogystal, bydd gennych ddiagram yn amlinellu'r cydosodiad cywir. Dylid cwblhau'r prawf hwn o fewn ffrâm amser penodol.



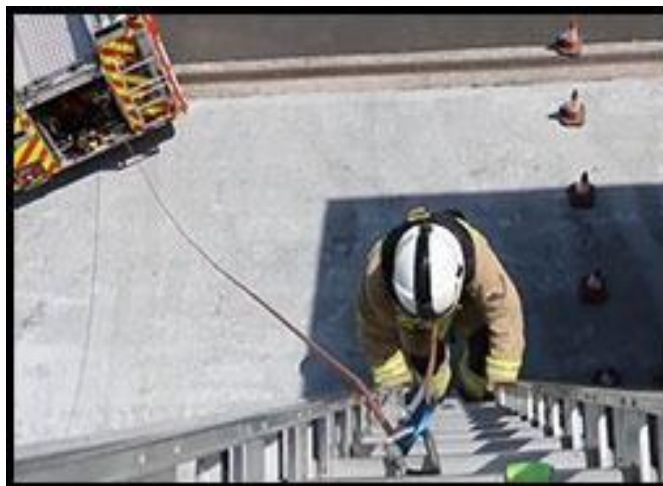
Prawf Cario Offer



Bydd angen i chi gario offer ymladd tân safonol ar hyd cwrs penodol 25m o hyd am gyfanswm o 550 medr. Bydd angen i chi gyfuno dycnwch erobig, cryfder a dycnwch cyhyrog rhan uchaf a rhan isaf y corff. Dylid cwblhau'r prawf hwn o fewn ffrâm amser penodol.

Dringo Ysgol

Fe'ch dangosir sut i ddringo'r ysgol a sut i ddefnyddio 'clo coes'. Yna, fe'ch caniateir i ymarfer y clo coes. Byddwch yn dringo'r ysgol hyd yr uchder a bennwyd. Yna, byddwch yn defnyddio'r clo coes i ddiogelu eich hun i'r ysgol, yn tynnu eich dwylo oddi ar yr ysgol ac yn pwyso nôl, gan edrych dros eich ysgwydd i adnabod gwrthrych sy'n cael ei ddal gan yr hyfforddwr ar lefel y llawr. Wedi i chi nodi'r gwrthrych, gofynnir i chi roi eich dwylo yn ôl ar yr ysgol a rhyddhau'r clo coes. Yna, fe'ch cyfarwyddir i ddisgyn yr ysgol. Bydd angen i chi ddangos hyder a gweithredu'r dechneg gywir wrth ddringo'r ysgol.



Prawf Gwacáu Anafusion



Bydd angen i chi lusgo model/dymi 55 kg sy'n efelychu gwacáu claf am bellter o 30 metr. Dylid cwblhau'r prawf hwn o fewn ffrâm amser penodol.

Prawf Efelychu Codi Ysgol

Bydd angen cyfuno cryfder rhan uchaf ac isaf y corff ynghyd â chyd-gysylltu i godi ysgol dros eich pen i'r uchder gofynnol a'i ddisgyn yn ddiogel ac o dan reolaeth. Pwysau'r ysgol yw tua 26-30kg.



Ymestyniad Ysgol



Byddwch yn cyflawni prawf sy'n efelychu ymestyniad ysgol Gwasanaeth Tân ac Achub 13.5m o hyd o'r llawr cyntaf i ail lawr adeilad. Cyflawnir hyn wrth dynnu i lawr ar raff. I gwblhau'r prawf hwn yn llwyddiannus, bydd angen i chi gyfuno cryfder rhan uchaf y corff, cryfder gafael a chydgyssylltiad. Caiff y prawf hwn ei gwblhau o fewn ffrâm amser benodoedig.

Prawf Ffitrwydd

Cynhelir asesiad ffitrwydd i benderfynu ffitrwydd erobig. Y gofyniad ffitrwydd lleiafswmiol i ymgeiswyr yn y cam recriwtio yw 42.3 ml O₂/kg/mun (cyfatebol i lefel 8 nôl a blaen 8 ar Brawf Blîp).

Os bydd angen mwy o wybodaeth ar sut i baratoi'n ddiogel ar gyfer yr Asesiadau Corfforol ac Ymarferol Corfforol arboch, cewch wyllo'r holl brofion gweithredol yn ogystal â lawr lwytho Rhaglen Hyfforddiant Ffitrwydd Paratoadol o'r canlynol:-

Gwasanaeth Tân ac Achub De Cymru
www.southwales-fire.gov.uk

Cam Dethol (CD)

Os byddwch yn llwyddiannus yn yr Asesiad Corfforol ac Ymarferol., cewch eich gwahodd i fynychu'r Cam Dethol Mae'r cam hwn yn cynnwys Cyfweliad. Danfonir Llyfryn Cyfarwyddyd Dethol i'ch cynorthwyo wrth i chi baratoi ar gyfer y cam hwn. Cewch eich asesu ar y rhinweddau a gwerthoedd personol sy'n hanfodol ar gyfer rôl Ymladdwr Tân:-

Ymrwymiad i Amrywiaeth ac Uniondeb – i asesu eich agwedd tuag at faterion amrywiaeth a sut byddwch yn mabwysiadu agwedd deg a moesol tuag at eraill

Bod yn Agored i Newid – y graddau eich bod yn agored i newid ac yn chwilio'n weithredol i'w gefnogi.

Hyder a Chydnherthedd - y graddau eich bod yn hyderus yn eich gallu eich hun i gwrdd â sefyllfaoedd heriol ac i ymdopi â hwynt, a sut i gynnal effeithiolrwydd pan y'ch wynebir â sefyllfaoedd hynod heriol.

Cyfathrebu Effeithiol - Cewch eich asesu ar hyd y cyfweliad ar sail effeithiolrwydd eich cyfathrebu

Gweithio gydag Eraill - i asesu'ch agwedd at weithio gydag eraill, naill ai fel rhan o dîm neu ar sail un i un.

Ymrwymiad i Ddatblygu – i asesu eich dull i ddatblygu eich hun

Datrys Problemau - I'r fath raddau eich bod yn deall a chymhwyso gwybodaeth berthnasol mewn modd trefnus, diogel a systematig

Ymrwymiad i Ragoriaeth – i asesu pa mor gydwytodol a rhagweithiol at waith yr ydych wrth gyflawni a chynnal safonau rhagorol

Prawf Meddygol

Gall Ymladdwyr Tân wynebu gofynion corfforol a seicolegol eithafol mewn amgylchedd anodd a pheryglus. I gydymffurfio â'r darpariaethau statudol perthnasol, mae sgrinio meddygol Ymladdwyr Tân yn drwyadl. Dan Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith 1974, mae'n rhaid i'r Gwasanaeth Tân ac Achub ostwng risg cyhyd ag sy'n rhesymol ymarferol. Golyga hyn na fydd cyflwr meddygol sy'n arwain at risg gweithredol rhesymol rhagweladwy yn dderbyniol.

Penderfynir addasrwydd meddygol gan asesiad unigol. Am resymau ymarferol, ni ellir cynnal hwn tan gamau olaf y broses recriwtio. Gall natur ac effaith cyflyrau meddygol amrywio. Felly, nid yw'n bosib cadarnhau cyflyrau meddygol fydd yn annerbyniol cyn asesiad meddygol unigol. Fodd bynnag, os oes gennych gyflwr meddygol neu hanes o gyflwr meddygol a all achosi problemau, dylai'r canllawiau cyffredinol canlynol eich cynorthwyo i ystyried eich addasrwydd meddygol cyn ymgeisio.

Mae cyflwr meddygol neu gyfyngiad gweithredol sydd, er gwaethaf unrhyw ddiwygiadau rhesymol, yn arwain at risg gweithredol cynyddol sylweddol un o'r canlynol yn annerbyniol:

- Llewyr sydyn neu analluogi sydyn;
- Doethineb amharedig;
- Ymwybyddiaeth newidiedig;
- Afiechyd/niwed corfforol neu feddyliol sylweddol;
- Unrhyw effaith arall a all achosi risg iechyd a diogelwch sylweddol i chi ac eraill

Bydd yr asesiad unigol yn cynnwys ystyriaeth deg o unrhyw safbwyntiau ac adroddiadau meddygol y dymunwch gyflwyno. Fodd bynnag, bydd y penderfyniad ynghylch perthnasedd unrhyw risgiau yn gorwedd gyda'r Gwasanaeth Tân ac Achub.

A fydddech cystal â nodi fod y Prawf Meddygol yn cynnwys profion cyffuriau ac alcohol.

Prawf Llygaid

Yng nghwrs y broses Recriwtio, o bosib ar yr un pryd, byddwch yn sefyll y Profion Gallu, a bydd angen tystiolaethu eich gallu i gwrdd â'r safonau gwelededd priodol. Cewch eich cynghori pryd a sut yr asesir hwn.

Mae'r gofynion gweledol ar gyfer Ymladdwyr Tân yn uchel iawn.

Rhaid i Ymladdwyr Tân Gweithredol feddu ar lefel addas o ganfyddiad lliw. Mae unigolion sydd â golwg lliw arferol neu olwg lliw gwyrdd ychydig yn anarferol yn addas ar gyfer cael eu penodi i'r Gwasanaeth Tân ac Achub.

Mae'r prif ofynion yn cynnwys:

- **Crafter golwg pellter digymorth** o 6.9 neu'n well gan ddefnyddio'r ddau lygad;
- **Gwelededd Lliw Arferol** (Prawf Ishihara – os gwnaed dau wall, bydd angen profion pellach)

Os ydych yn ansicr p'un ai ydych yn cwrdd â'r gofynion hyn ai peidio, fe'ch cynghorir i ofyn am gyngor gan optometrydd cymwys. Yn ogystal â'r profion gweledol rhagarweiniol, ymgwymerir â phroffion gweledol manwl yn ystod cam feddygol y broses.

Os cafwyd triniaeth laser i'r llygaid, ni ystyrir ceisiadau am leiafswm o 12 mis wedi dyddiad y llawdriniaeth, ond cewch ymgeisio o hyd.

Mae'r safonau gweledol a gymhwyswyd yn unol â Chyfarwyddyd Cymdeithas y Prif Swyddogion Tân (CPST) ac nid ydynt yn agored i drafodaeth.

Penodiad

Os ydych yn llwyddiannus ym mhob cam o'r broses recriwtio. Gwneir cynigion am gyflogaeth wrth i swyddi gweigion godi. Mae unrhyw gynnig o gyflogaeth yn amodol ar dderbyn tystlythrau boddhaol a gwiriadau fetio. Pe derbynnir tystlythyr anfoddhaol neu wiriad fetio, tynnir y cynnig o gyflogaeth yn ôl.

Os nad ydych wedi sicrhau swydd o fewn y terfynau amser a nodwyd gan y Gwasanaeth recriwtio, bydd angen i chi ymgymryd â phroses recriwtio dilynol.

Hoffwn gymryd y cyfle i ddymuno pob llwyddiant i chi ar hyd y Broses Recriwtio.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau, fe'ch gwahoddir i e-bostio:-

sddg@decymru-tan.gov.uk