**Ysgoloriaeth Ymchwil Doethuriaeth Is-Ganghellor Prifysgol Metropolitan Caerdydd: Ailhyfforddi osgo rhedeg: Deall y mecanweithiau bioseicogymdeithasol sy’n sail i leihau poen padell-ffemwrol gan ddefnyddio bioadborth amser real**

Cafodd Prifysgol Metropolitan Caerdydd ei rhestru’n Brifysgol y Flwyddyn yng Nghymru 2021 gan *The Times* a *The Sunday Times Good University Guide*. At hynny, yn yr Arolwg Profiad Ymchwil Ôl-raddedig AU Ymlaen cenedlaethol diweddar, cawsom ein gosod yn y 3ydd safle o’r 94 Sefydliad Addysg Uwch a gymerodd ran. Fe’n gosodwyd yn y safle cyntaf ar gyfer adnoddau a sgiliau ymchwil, yn y trydydd safle ar gyfer cymorth a datblygiad proffesiynol, ac yn y 10 uchaf ar gyfer goruchwyliaeth.

**Y Cyfle**

Yn awr, rydym yn awyddus i recriwtio nifer o fyfyrwyr Doethuriaeth eithriadol i brosiectau penodol yn Ysgol Chwaraeon a Gwyddorau Iechyd Caerdydd. Mae gan yr Ysgol ddiwylliant ymchwil sy’n ffynnu ac mae'n gartref i dros 100 o fyfyrwyr Doethuriaeth ar draws amrywiaeth o ddisgyblaethau.

**Y Pecyn**

Mae'r ysgoloriaethau ymchwil ar gael ar sail lawnamser ac maent yn cynnwys ffioedd y DU a thâl blynyddol o £12,000 am 3.5 mlynedd, gyda chofrestru naill ai ym mis Ionawr neu Ebrill 2022. Bydd ymgeiswyr llwyddiannus hefyd yn cael y cyfle i ennill hyd at £4,000 y flwyddyn yn ychwanegol drwy ddarparu cymorth ar gyfer dysgu ac addysgu. Ar gyfer ymgeiswyr rhyngwladol, byddwn yn hepgor ffioedd ar y gyfradd ffioedd cartref a bydd yn ofynnol iddynt ariannu'r ffioedd sy'n weddill eu hunain.

**Manylion y Prosiect**

Bydd y prosiect hwn yn archwilio'r mecanweithiau bioseicogymdeithasol sy'n cyfrannu at ailhyfforddi osgo effeithiol i adfer rhedwyr â phoen padell-ffemwrol. Poen padell-ffemwrol yw'r anaf mwyaf cyffredin sy'n gysylltiedig â rhedeg. Un math o driniaeth effeithiol ar gyfer poen padell-ffemwrol yw ailhyfforddi osgo. Mae ailhyfforddi osgo’n cyfeirio at newid sut mae unigolyn yn rhedeg gan ddefnyddio cyfarwyddiadau, y gellir eu cyfuno â darparu bioadborth amser real. Fodd bynnag, mae’r mecanweithiau bioseicogymdeithasol sy'n sail i ailhyfforddi osgo a'r strategaethau mwyaf effeithiol i'w defnyddio yn ystod ailhyfforddi osgo yn anhysbys. Bydd y prosiect hwn yn defnyddio persbectif rhyngddisgyblaethol, gan gyfuno dulliau biomecanyddol a seicolegol, i fynd i'r afael â'r bylchau hyn.

Gan weithio mewn cydweithrediad â chlinigwyr a phartneriaid rhyngwladol, caiff system bioadborth amser real ei datblygu gan ddefnyddio synwyryddion gwisgadwy. Bydd y system bioadborth wedyn yn cael ei defnyddio ochr yn ochr â chyfarwyddiadau llafar i gynnal astudiaeth ymyrraeth i adfer rhedwyr â phoen padell-ffemwrol.

**Meini Prawf**

Ystyrir pob cais ar sail teilyngdod ac rydym yn croesawu ceisiadau gan bob aelod o'r gymuned. Rydym yn annog pobl o grwpiau amrywiol a'r rhai nad oes ganddynt gynrychiolaeth ddigonol mewn STEMM yn arbennig.

Bydd angen i ymgeiswyr feddu ar radd anrhydedd dda (o leiaf 2:1) mewn maes pwnc cysylltiedig (e.e. gwyddor chwaraeon ac ymarfer corff, gweithgarwch corfforol, gwyddorau iechyd), ac mae cymhwyster ôl-raddedig yn ddymunol. Bydd hefyd angen i ymgeiswyr ddangos gwybodaeth am wahanol ddisgyblaethau gwyddoniaeth (e.e. biomecaneg, seicoleg); y gallu i ddefnyddio cipio symudiadau 3D a phrosesu data cinematig a phrofiad o weithio gyda, neu barodrwydd i ddysgu, ieithoedd rhaglennu (e.e. Matlab, python); yn ogystal â'r potensial i gwblhau gradd uwch yn llwyddiannus drwy ymchwil.

**Y Broses Ymgeisio**

Dylai ymgeiswyr gyflwyno datganiad personol (uchafswm o ddwy ochr A4) a CV. Yn y datganiad personol, mae angen i ymgeiswyr amlinellu eu rhesymau dros ymgeisio am yr ysgoloriaeth ymchwil Doethuriaeth ac ehangu ar eu sgiliau, gwybodaeth a phrofiad perthnasol. Dylai eich CV gynnwys manylion cyswllt dau ganolwr hefyd.

Dylid anfon ceisiadau drwy e-bost at LLind@cardiffmet.ac.uk

Y dyddiad cau ar gyfer ceisiadau yw 5yp ddydd Gwener 26ain Tachwedd 2021

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â’r Cyfarwyddwr Astudiaethau ar gyfer y prosiect hwn, Dr Izzy Moore (imoore@cardiffmet.ac.uk)