CLWB PLANT TRWY'R POST

Pecyn wythnosol 10
01/06/20

Yn enw Iesu

Stori a gweithgareddau i'w gwneud gartref
tra dydyn ni ddim yn gallu cyfarfod.

Paid â phoeni os na wnei di bopeth.
Gwna yr hyn yr wyt yn ei ffansio a chael hwyl!

Paratowyd y pecyn hwn gan:
Andy Hughes - Saint y Gymuned, Susan Williams - Cynllun EFE a Chapel Caersalem, Caernarfon, Nia Williams - Capel y Drindod Pwllheli, Jennifer Roberts - Eglwys Unedig Jerwsalem Bethesda
gyda chymorth, syniadau ac adnoddau gan Cass Meurig, Kathryn Williams, Gwyn Rhydderch, Wilson Beare, Morgan Bryn, Leah Montgomery & Rhys Hughes

An English version is also available

Dalier sylw os gwelwch yn dda. Am resymau hawlfraint dylai'r pecyn hwn gael ei ddosbarthu'n gyflawn ac yn rhad ac am ddim. Nid yw unrhyw adran o'r pecyn i gael ei ddefnyddio ar wahân neu ei gopïo gan unrhyw gyhoeddiad arall heb yn gyntaf gael caniatâd. Cysylltwch ag Ahughes@saintygymuned.org

Stori

Fersiwn Beibl.net

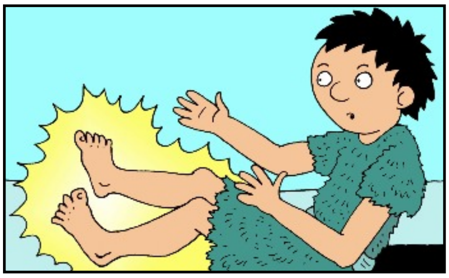
Un diwrnod, am dri o'r gloch y p'nawn, roedd Pedr ac Ioan ar eu ffordd i'r deml i'r cyfarfod gweddi. Wrth y fynedfa sy'n cael ei galw 'Y Fynedfa Hardd' roedd dyn oedd ddim wedi gallu cerdded erioed. Roedd yn cael ei gario yno bob dydd, i gardota gan y bobl oedd yn mynd a dod i'r deml. Pan oedd Pedr ac Ioan yn pasio heibio gofynnodd iddyn nhw am arian. Dyma'r ddau yn edrych arno, a dyma Pedr yn dweud, “Edrych arnon ni.” Edrychodd y dyn arnyn nhw, gan feddwl ei fod yn mynd i gael rhywbeth ganddyn nhw.

“Does gen i ddim arian i'w roi i ti,” meddai Pedr, “ond cei di beth sydd gen i i'w roi. Dw i'n dweud hyn gydag awdurdod Iesu y Meseia o Nasareth – cod ar dy draed a cherdda.” Yna gafaelodd yn llaw dde y dyn a'i helpu i godi ar ei draed. Cryfhaodd traed a choesau'r dyn yr eiliad honno, a dyma fe'n neidio ar ei draed a dechrau cerdded! Aeth i mewn i'r deml gyda nhw, yn neidio ac yn moli Duw. Roedd pawb yn ei weld yn cerdded ac yn moli Duw, ac yn sylweddoli mai hwn oedd y dyn oedd yn arfer eistedd i gardota wrth 'Fynedfa Hardd' y deml. Roedden nhw wedi'u syfrdanu'n llwyr o achos beth oedd wedi digwydd iddo.

Actau 3:1-10 Beibl.net

Fersiwn syml

Un diwrnod, roedd Pedr ac Ioan ar eu ffordd i'r Deml, a dyma nhw'n cyfarfod dyn oedd yn methu â cherdded. Roedd pobl yn ei gario yno bob dydd. Gofynnodd i Pedr ac Ioan am arian, ond dwedodd Pedr wrtho, 'Yn enw Iesu, cod ar dy draed a cherdda!' A dyma'r dyn yn neidio ar ei draed a dechrau cerdded! Aeth i mewn i'r deml a moli Duw. Roedd pawb yn meddwl bod y peth yn anhygoel!



Cwestiynau i'w Trafod

Ar ôl darllen y stori gyda'n gilydd, fe allech chi drafod y cwestiynau hyn fel teulu:

1. Oes yna rhywbeth wyt ti'n methu ei wneud?
2. Os y buaset yn cael un dymuniad, beth fyddai hwnnw?
3. Sut wyt ti'n meddwl oedd y dyn yn yr hanes yn teimlo pan oedd yn gallu cerdded am y tro cyntaf erioed?
4. Pam wyt ti'n meddwl fod Pedr ac Ioan wedi siarad yn enw Iesu er mwyn i'r dyn gael ei wella?

Gweddi fer

O Dduw,
Diolch i Ti dy fod yn gwybod am bob dim rydyn ni ei angen.
Diolch i Ti am iechyd.
Diolch i Ti am y ffordd ryfeddol wnest Ti wella'r dyn yn yr hanes.
Plîs wnei di helpu pobl sy'n sâl heddiw.
Diolch i Ti am nyrsys a doctoriaid sy'n gofalu amdanom pan fyddwn yn sâl.
Diolch i ti am bobl ambiwlans sy'n helpu pobl sâl.
Plîs wnei di helpu'r doctoriaid a'r nyrsys a'r bobl ambiwlans yn eu gwaith, a'u cadw nhw'n ddiogel.

Amen.

Lliwio

“Does gen i ddim arian i'w roi i ti,” meddai Pedr, “ond cei di beth sydd gen i i'w roi. Dw i'n dweud hyn gydag awdurdod Iesu y Meseia o Nasareth – cod ar dy draed a cherdda.”

Actau 3 adnod 6

Pedr yn Iacháu'r Dyn oedd yn Methu Cerdded

Lambsongs.co.nz **Gan Jill Kemp (Cyf. Siwsan Williams)** **Lluniau: Richard Gunther**

Ar ôl i Pedr ac Ioan gael eu llenwi â'r Ysbryd Glân buon nhw'n siarad am Iesu, yr un oedd wedi dod i'w gwneud yn rhydd o'u pechodau a'r un oedd wedi atgyfodi, ac fe wnaethon nhw iacháu pobl yn ei enw.

Aeth Pedr ac Ioan, dau o ddisgyblion Iesu, gyda'i gilydd i'r deml yn Jerwsalem i'r cyfarfod gweddi yn y prynhawn. Yn ymyl y fynedfa sy'n cael ei galw'n Fynedfa Hardd, fe welson nhw ddyn oedd yn methu cerdded.

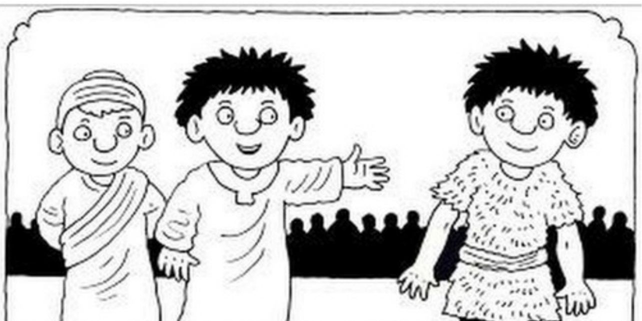
Doedd o erioed, ers diwrnod ei eni,wedi cerdded ac roedd ei goesau'n wan. Byddai ei ffrindiau'n ei roi i eistedd yn agos i'r deml fel bod pobl garedig a oedd yn mynd heibio yn rhoi bwyd ac arian iddo.

Pan welodd Pedr y dyn oedd yn methu cerdded dywedodd wrtho, "Edrycha arnaf fi. Does gen i ddim arian ond fe gei di beth sydd gen i i'w roi ti."

Gafaelodd Pedr yn llaw y dyn a dyna fo'n dweud wrtho, "Yn enw Iesu Grist o Nasareth, saf ar dy draed a cherdda!"

Doedd y dyn oedd yn methu cerdded ddim yn disgwyl gwyrth, ond dyna beth roddodd Duw iddo. Ar amrantiad wnaeth ei draed a'i fferau gryfhau.

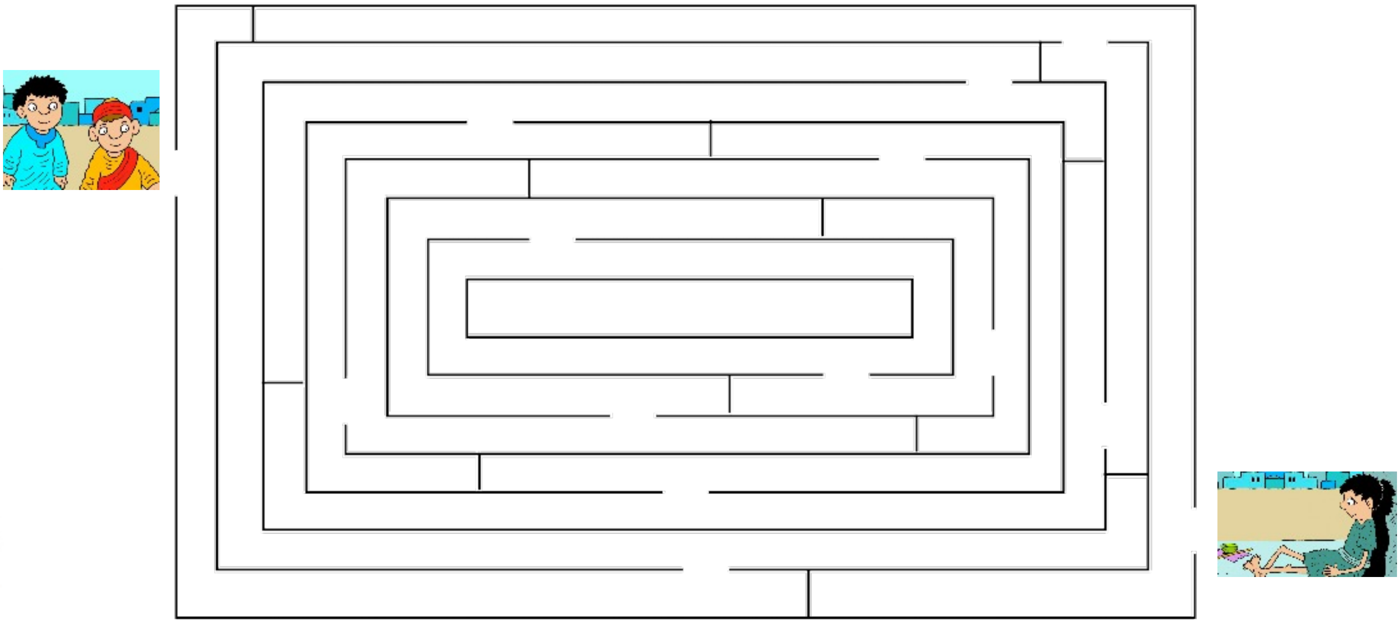
Am y tro cyntaf yn ei fywyd safodd ar ei draed a dechreuodd neidio, moli a diolch o waelod calon i Dduw. Roedd pobl wedi'u syfrdanu pan welson nhw'r wyrth hon.



"Does gen i mo'r pŵer i wneud i'r dyn hwn gerdded," meddai Pedr. "Mae o wedi cael ei iacháu drwy gredu'n Iesu Grist sydd wedi'i atgyfodi oddi wrth y meirw." Y diwrnod hwnnw fe gredodd llawer iawn o bobl yn Iesu.

Posau

Wnei di helpu Pedr ac Ioan i gyrraedd y dyn sy'n methu cerdded?



Adnod dotiau

Tynna linell o un smotyn gair i'r llall yn nhrefn yr adnod.
Lliwia'r patrwm mae'r llinellau wedi eu creu, a llythrennau'r adnod.

"Iesu roddodd y nerth i'r dyn yma o'ch blaen chi gael ei iacháu."
(Actau 3: 16)

roddodd

nerth

blaen

ei

yma

chi

y

dyn

o'ch

gael

iachau.

Iesu

i'r

Chwilair

A	DD	G	O	F	Y	N	N	O	DD	W	C
N	W	I	E	P	S	L	M	E	T	R	LL
A	F	D	E	N	Y	M	U	C	Y	A	E
S	R	D	U	R	DD	A	W	F	W	CH	S
A	R	I	E	R	I	U	H	C	D	Y	DD
R	T	O	A	E	D	A	E	A	F	R	O
E	M	RH	S	N	O	O	L	R	I	D	L
TH	C	E	R	DD	E	D	D	D	E	E	E
RH	M	O	L	I	Y	A	TH	O	S	A	A
O	I	D	I	E	N	Y	D	T	U	R	F
I	O	A	N	U	O	I	R	A	C	T	A
U	W	Y	A	D	R	W	I	DD	E	W	G

ARIAN
AWDURDOD
CARDOTA
CARIO
CERDDED
CRYFHAODD
DUW
DYN
EDRYCH
GAFAELODD
GOFYNNODD
GWEDDI
IESU
IOAN
LLAW
MESEIA
MOLI
MYNEDFA
NASARETH
NEIDIO
PEDR
RHOI
SYFRDANU
TEML
TRAED

Dolenni

Fideo: Y Fendith - Makaton https://www.youtube.com/watch?v=va048-XxFTI&t=4s

Sgetsh Pedr https://youtu.be/BzL8Wz0dJnE

Fideo o gân yr wythnos https://youtu.be/sDcuYY4xljA

Fideo o'r stori https://youtu.be/AO9EFnjc1to

Cartŵn o'r stori (Saesneg) https://www.youtube.com/watch?v=orp4ZT9710Y&t=36s

Gwybodaeth am app Arwyr Ancora - app gêm sydd ar gael am ddim https://arwyrancora.com/

Teyrnas y Teulu - syniadau/gemau https://ww w.youtube.com/channel/UCzhjwum9-XieYxdQY-r1OJw

(cliciwch 'Subscribe')

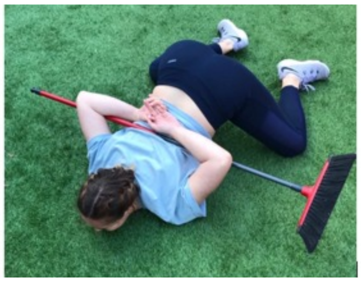
Adnoddau eraill https://www.prayerspacesinschools.com/prayer-spaces-at-home

Sialensau

Sialens y ffon

Bydd angen: ffon neu frwsh llawr.
Y sialens:

- Gorwedda ar lawr ar dy fol.
- Rho’r ffon neu’r brwsh llawr ar draws dy gefn a’i ddal gyda dy freichiau.
- Y sialens ydy codi ar dy draed heb ollwng y ffon!



Sialens dros dy ben

Bydd angen: 10 o deganau a bocs neu fasged i ddal y teganau
Y sialens:

- Rho’r teganau mewn pentwr.
- Rho’r fasged neu’r bocs ar gyfer y teganau gyda lle i ti orwedd rhwng y ddau.
- Gorwedda ar dy gefn.
- Coda un tegan ar y tro gyda dy draed, yna coda dy draed dros dy ben i roi i’r tegan yn y bocs.

Creu’r Fynedfa Hardd / Porth Prydferth gyda Defnyddiau Gwahanol

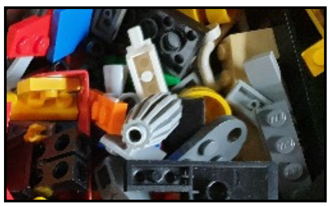
Crea’r Fynedfa Hardd/Porth Prydferth drwy ddefnyddio gwahanol ddefnyddiau o gwmpas un drws yn dy gartref. Yna tynna lun ohono. Meddylia am ble yn ymyl y fynedfa/ porth oedd y cardotyn oedd yn methu cerdded yn eistedd a ble y cafodd ei iacháu pan wnaeth Pedr siarad yn enw Iesu.

Bod yn garedig

Sut allwn ni fod yn ffrindiau da iawn fel y ffrindiau a oedd yn cario'r dyn pob dydd i eistedd wrth ochr y Fynedfa Hardd? Meddylia am weithredoedd o garedigrwydd y gallet ti eu gwneud yn ystod yr wythnos fel:

- golchi llestri heb i unrhyw un ofyn i ti wneud hynny
- gwneud diod i rywun
- tacluso
- gwneud llun i rywun

Beth am geisio gwneud model o'r stori gan ddefnyddio Lego?

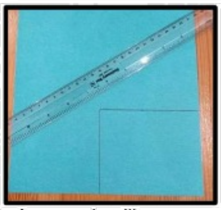


Crefft

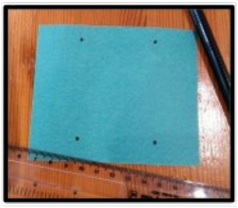
Pyped Llinyn, Marionette

Byddi angen:

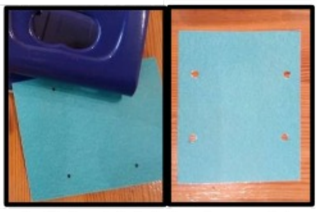
Cerdyn gwyn a cherdyn lliw, gwlân, llinyn tenau, 2 ddarn ceiniog, 4 ffon lolipop, pren mesur, glud, tâp selo, pinnau ffelt, blue tack, siswrn, tyllwr.



1. Ar y cerdyn lliw gwna lun petryal 11cm x 9cm. Torra 'r siâp allan.

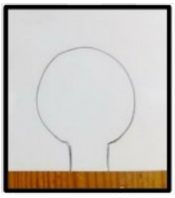


2. Mesura 3cm o bob cornel a gwna ddot.



3. Defnyddia'r tyllwr i wneud 4 twll ble mae'r dotiau.

4. Gwna'r cerdyn yn rolyn â defnyddia dâp selo i'w gadw'n ei le.



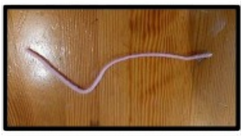
5. Gwna lun o ben a gwddf ar y cerdyn gwyn.

6 Gwna lun wyneb a lliwia fo.

7. Gwna lun dau siâp wy i wneud traed.

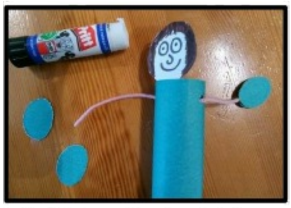
8. Defnyddia'r tyllwr i wneud tyllau yn y traed.

9. Gwna lun 4 siâp wy llai i wneud y dwylo a thorra nhw allan.

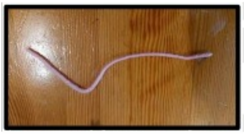


10. Breichiau - mesura ddarn o wlân 16cm o hyd a thorra fo.

11. Gluda un pen o'r gwlân i un llaw ac yna gluda law arall drosti.



12. Gwthia'r gwlân drwy'r tyllau ar dop y pyped ac yna gluda'r ail law gan ddilyn cyfarwyddyd rhif 11.



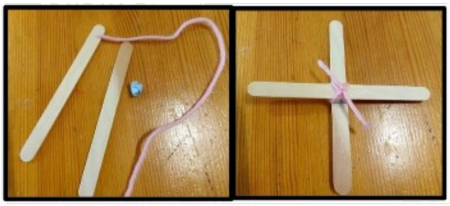
13. Coesau – Mesura ddarn o wlân 26cm o hyd a thorra fo.

14. Gwthia'r gwlân drwy'r twll yn y droed a defnyddia dâp selo i'w ddal yn ei le.

15. Gwthia'r gwlân drwy'r tyllau gwaelod ar y corff ac yna ailadrodd cam 14.

16. Ychwanega blue tack i waelod y traed a sticia geiniog i'w gwaelodion.

17. Rho'r pen yn sownd yn y corff gyda thâp selo.

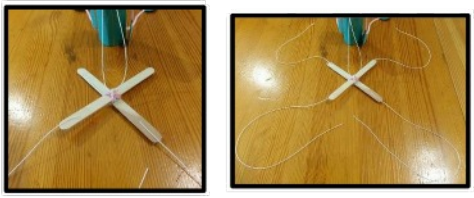


18. Defnyddia ddau bren lolipop i wneud croes a chadwa hi'n ei lle gyda blue tack. Weindia ychydig o wlân o gwmpas canol y groes a chlyma'n fo'n dynn i gadw'r siâp.

19. Mesura 35cm o linyn tenau neu gotwm a thorra fo.

20. Plyga'r llinyn yn ei hanner a chlyma fo'n sownd yn y groes. Rho ddau ben y llinyn yn sownd i gefn y pen.

21. Mesura 2 ddarn o linyn tenau 23cm o hyd a 2 ddarn arall o linyn yn 33cm o hyd. Torra nhw.



22. Dyma'r darn anodd felly cofia ddarllen yn ofalus….Rho'r pyped ar y bwrdd yn wynebu i ffwrdd oddi wrthyt a rho'r groes ffyn lollipop o dy flaen (fel y gweli di yn y llun). Rho'r llinyn 23cm yn sownd yn nhopiau'r ddwy ffon sydd agosaf i'r pyped a rho'r llinyn 33cm yn sownd i dopiau'r ffyn sydd agosaf atat ti.

23. Gyda thâp selo rho'r llinyn 23cm yn sownd i'r dwylo a'r llinyn 33cm yn sownd i'r traed.

24. Gafaela yn y groes lolipop ac, yn ofalus, coda'r pyped. Drwy symud y groes fedri di gael dy byped i gerdded, dawnsio a neidio fel y dyn yn y stori.

Rysáit

Arian Siocled

Cei ddefnyddio unrhyw fath o siocled cyn belled â'i fod o ansawdd da.
Byddi angen tun silicôn, fowld plastig, cwpanau plastig neu botiau yogwrt.
Gorffenna nhw gyda dy hoff gyfuniad o flasau. Gwna'n siwr fod pob cynhwysyn wedi'i falu'n fân iawn.

Cynhwysion
300g o siocled gwyn, brown neu dywyll(70%)
Dail aur neu arian bwytadwy (dewisol)

Syniadau ar gyfer blasau gwahanol
Pistachos a mêl
Llygaeron a phupur du
Halen y môr
Cnau mwnci rhôst a chrwybr(honeycomb)
Tsili a chroen leim

Dull
1. Llenwa sosban o faint canolig yn ¼ llawn o ddŵr a'i gosod dros wres canolig.
2. Torra'r siocled a'i roi mewn powlen all wrthsefyll gwres ac yna gosoda'r bowlen yn y sosban ond paid â gadael iddi gyffwrdd â'r dŵr. Dal ati i droi'r siocled nes y bydd wedi toddi'n llwyr.
3. Llwya'r siocled toddedig i mewn i jwg ac yna arllwysa ychydig ohono i mewn i'r mowld plastig neu silicôn, i tua 3mm o ddyfnder.
4. Os wyt ti'n defnyddio cyfuniad o flasau gwahanol, mala nhw'n fân iawn a'u hysgeintio dros y siocled tawdd.
5. Rho'r mowld yn yr oergell am 4 awr er mwyn i'r siocled galedu.
6. Tynna'r mowld o'r oergell, ei droi â'i ben i waered a'i daro er mwyn i'r siocled syrthio allan.
7. Addurna'r arian siocled â'r dail aur ac arian neu chwistrella nhw â llwch 'glitter' bwytadwy neu fedri di eu gadael nhw fel ag y maen nhw.

Canu

Aeth Pedr ac Ioan un diwrnod i'r deml;
amser i weddïo, roedd hi'n tua thri.
Aethon nhw ati trwy'r 'Fynedfa Hardd';
'Amser i weddïo felly ffwrdd â ni.'
Yna wrth y giât roedd dyn nad oedd wedi cerdded;
roedd wedi cael ei gario yno bob dydd.
Roedd yn eistedd gyda'i bowlen yn gofyn am arian,
Allwch chi gyfrannu? Plîs bwydwch fi?

Wnaeth Pedr ac Ioan basio'r dyn ar eu siwrne.
'Plîs wnewch chi helpu?' Clywsant ei gri.
Dyma nhw'n stopio a throi at y dyn.
ac meddai Pedr, 'drycha arnon ni.'
Does gennym ni ddim arian, ond be sy gennym rhown i ti
cod ar dy draed yn enw Iesu Grist.'
Y foment honno cryfhaodd ei draed o
a cherddodd gyda Pedr i lawr y stryd.

Mae 'na bŵer yn yr enw, yn enw'r Iesu.
Iesu, does neb arall sy'n cymharu â thi.
Yn enw Iesu mae iachâd ac achubiaeth;
Dim ond trwyddo Ef y mae pobl yn rhydd.

Hawlfraint 2020 Andy Hughes

Gwyliwch y gân hon a chydganu drwy glicio ar https://youtu.be/sDcuYY4xljA

Os hoffech chi gerddoriaeth (hen nodiant) ar gyfer y gân hon,
cysylltwch ag Andy Hughes - Ahughes@saintygymuned.org

Gweddi Greadigol

Wal gweddi deuluol

Bydd angen:
- Bachau neu fagnetau
- Labeli bagiau (neu gerdyn, twllwr, siswrn a llinyn i wneud rhai)
- Jar neu gynhwysydd mawr

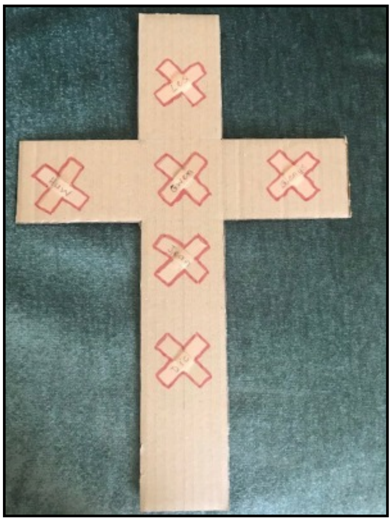
Beth i'w wneud:
Mae 2 ffordd wahanol i'r gweithgaredd hwn:
a) Defnyddiwch resi o fachau ar wal neu gwpwrdd
b) Defnyddiwch fagnetau ar ddrws eich oergell

Y syniad ydy creu wal weddi deuluol. Gallwch chi ddewis pynciau ar gyfer bob un o'r rhesi.
Er enghraifft, gallai'r rhes gyntaf fod ar gyfer gweddïau am eich teulu, yr ail ar gyfer gweddïau am y Covid19 (gweithwyr y GIG, pobl sy'n sâl, y llywodraeth ayyb) a'r trydydd dros bobl eraill yr hoffech chi weddïo drostyn nhw.
Ysgrifennwch / lluniwch eich gweddïau ar y tagiau a'u hongian i fyny er mwyn i chi eu gweld) bob tro y byddwch yn mynd heibio (a gweddïo eto).

Pan atebir eich gweddïau, tynnwch y tag i ffwrdd a'i roi mewn jar fel bod gennych rhywbeth weledol i'ch atgoffa bod Duw, sy'n ffyddlon, wedi clywed eich gweddi ac wedi'i hateb.

Mae hwn yn weithgaredd y gallwch barhau i'w wneud am yr wythnosau sydd i ddod.

Gweddi plastrau

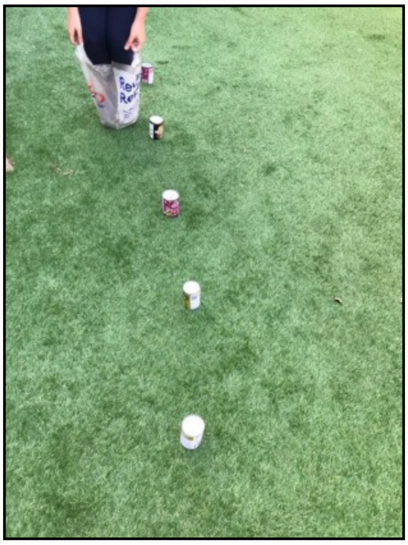


Bydd angen:
- Plastrau
- Pin ffelt
- Cerdyn wedi'i dorri'n siâp croes

Beth i'w wneud:
- Meddylia am rhywun wyt ti'n ei adnabod sydd yn sâl.
- Gluda'r plastrau ar y siâp croes.
- Ysgrifenna enwau'r unigolion ar y plastrau.
- Gofynna i Dduw eu helpu yn enw Iesu.

Gemau

Ras mewn bag



Bydd angen:
- Bag siopa cryf i bob chwaraewr
- 12 o duniau bwyd

Sut i chwarae
- Gosoda 6 tun mewn rhes gydag ychydig o le rhyngddyn nhw ar gyfer pob chwaraewr.
- Mae'r 2 chwaraewr yn sefyll yn y bag siopa ac yn gafael yn y dolennau.
- Mae'r chwaraewyr i rasio trwy weu rhwng eu llwybr tuniau.
- Y cyntaf i gyrraedd y pen sy'n ennill.

Ar ôl cael ei wella, roedd y dyn yn y stori yn neidio a moli Duw am ei fod mor hapus!

Dewis, dewis!

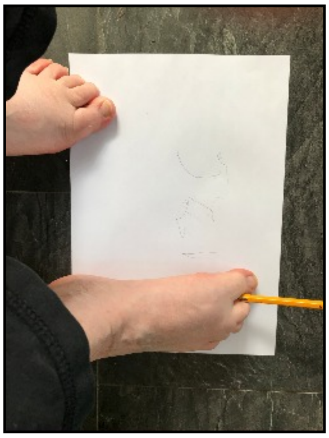
Bydd angen:
- Y rhestr o ddewisiadau (isod)
- Dau neu fwy o chwaraewyr

Sut i chwarae
- Torra'r rhestr o ddewisiadau allan.
- Mae pob chwaraewr yn ei dro yn dewis un o'r cardiau dewis.
- Mae'n gorfod dewis e.e. sglodion neu gacen siocled, ac egluro pam ei fod yn ei ddewis.

NEU
- Mae chwaraewr yn dewis cerdyn, yna mae pob chwaraewr yn dweud pa un mae'n ddewis a pam.

Hedfan barcud **NEU** fynd ar sgwter	Bod y person clyfraf **NEU'R** person digrifaf	Bod yn ganwr enwog **NEU'N** actor enwog	Gallu hedfan **NEU** bod yn anweledig	Gallu rheoli'r tywydd **NEU'N** gallu siarad gydag anifeiliaid
Byw ar y lleuad **NEU** fyw ar y blaned Mawrth	Gallu siarad pob iaith **NEU** chwarae pob offeryn cerdd	Cael dinosor **NEU** ddraig yn anifail anwes	Gallu chwarae gitâr **NEU** biano	Bod yn gyflym iawn **NEU'N** gryf iawn

Roedd y dyn yn y stori yn gofyn am arian, ond rhoddodd Pedr ac Ioan rywbeth gwell o lawer iddo. Trwy nerth Iesu dyma'r dyn yn gwella a gallu cerdded am y tro cyntaf erioed!



Gwneud pethau'n anarferol!

Rho gynnig ar amrywiaeth o dasgau cyffredin ond ceisia eu gwneud heb dy alluoedd llawn.
Er enghraifft, ceisia ysgrifennu dy enw gan ddefnyddio'r pensil yn dy geg neu ceisia beintio llun gyda'r brws paent rhwng bysedd dy draed.