CLWB PLANT TRWY'R POST

Pecyn wythnosol 15
06/07/20

Gweddi'r Arglwydd Rhan 2

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 Mair Roberts, Kathryn Williams, Leah Montgomery,
Claire & Tim Heeley, Polly Leavers, Greg Leavers & Gwyn Rhydderch

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

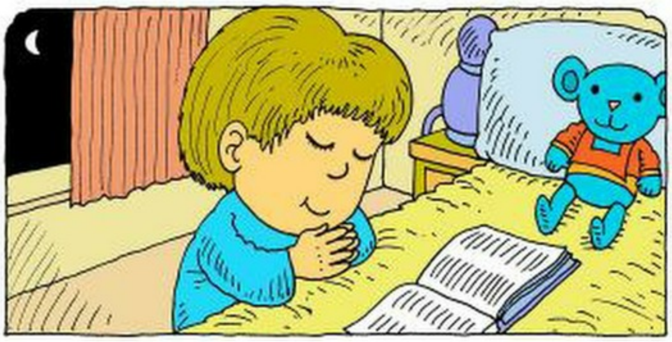
Stori

Fersiwn Beibl.net

"Maddau i ni am bob dyled i ti
yn union fel dŷn ni'n maddau
i'r rhai sydd mewn dyled i ni.
Cadw ni rhag syrthio pan fyddwn ni'n cael ein profi,
ac achub ni o afael y drwg.
Achos ti sy'n teyrnasu, ti sydd â'r grym a'r gogoniant am byth,
Amen'

"Os gwnewch chi faddau i bobl pan maen nhw wedi gwneud cam â chi, bydd eich Tad nefol yn maddau i chi hefyd. Ond os na wnewch chi faddau i'r bobl sydd wedi gwneud cam â chi, fydd eich Tad ddim yn maddau'ch pechodau chi"

Mathew 6:12-15 Beibl.net



Fersiwn syml

'Mae'n ddrwg gen i, maddau i mi
a helpa fi i faddau i eraill.
Cadw fi'n ddiogel a phaid â gadael i mi
ildio i wneud pethau drwg.
Rwyt ti'n rhyfeddol
nawr a hyd byth.
Ie!'

"Cofiwch bod yn rhaid i chi fod yn fodlon maddau i bobl pan maen nhw yn gwneud pethau drwg neu gas i chi, os ydych chi eisiau i Dduw faddau i chi. Dim ond trwy faddeuant a chariad tuag at eraill y bydd Duw yn gwrando ar eich gweddiau ac yn maddau i chi. Peidiwch byth ag amau Duw a chredwch ei fod yn gwrando arnoch chi ac yn ateb eich gweddiau."

Cwestiynau i'w Trafod

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

1. Sut wyt ti'n teimlo pan mae rhywun yn dy frifo neu bod yn gas gyda thi?
2. Wyt ti wedi brifo unrhyw un neu ddweud unrhyw beth cas wrth unrhyw un erioed?
3. Beth wyt ti'n feddwl sydd anoddaf, dweud 'sori' am wneud unrhyw beth cas i unrhyw un neu faddau i unrhyw un sydd wedi bod yn gas gyda thi?
4. Oes unrhyw un wyt ti angen maddau iddyn nhw? Sut wyt ti'n teimlo ar ôl maddau?

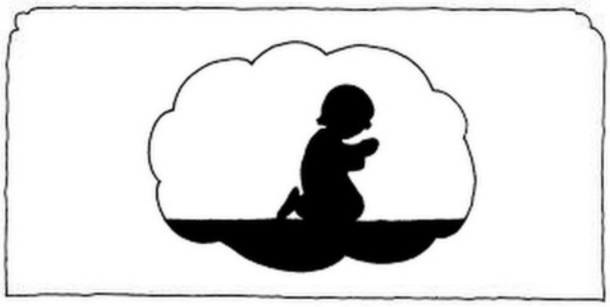
Gweddi fer

O Dduw, diolch i Ti am dy gariad anhygoel.
Diolch i Ti dy fod eisiau'r gorau i mi bob amser.
Plîs wnei di faddau i mi pan ydw i'n gwneud pethau na ddyliwn i.
Plîs helpa fi i faddau i bobl eraill pan fyddan nhw'n bod yn gas gyda mi.
Plîs helpa fi i ddewis gwneud y peth iawn a chadw fi rhag pethau drwg.
Amen.

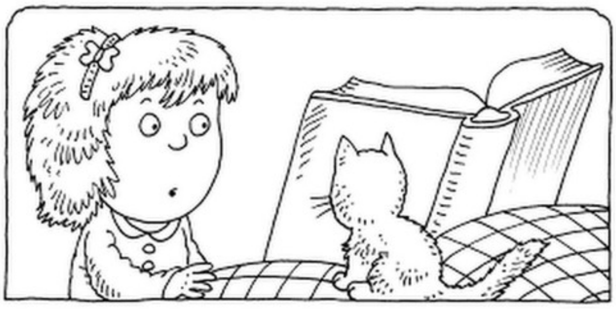
Stori i'w lliwio

Gweddïo ydy siarad gyda Duw

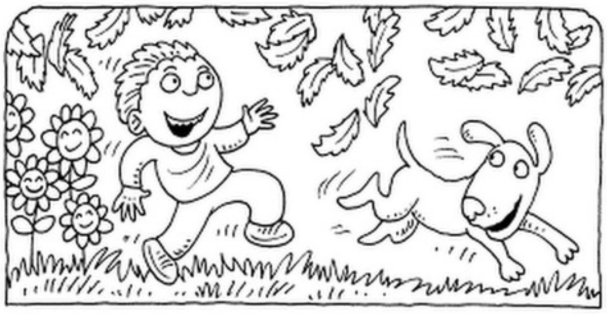
www.lambsongs.co.nz Gan Jill Kemp Cyf. Susan Willliams Lluniau: Richard Gunther



Mae'r Beibl yn ein dysgu i weddïo ar Dduw. Y cyfan ydy gweddïo ydy fi'n siarad gyda Duw. Ydy Duw'n rhy brysur i nghlywed i pan dwi'n gweddïo?

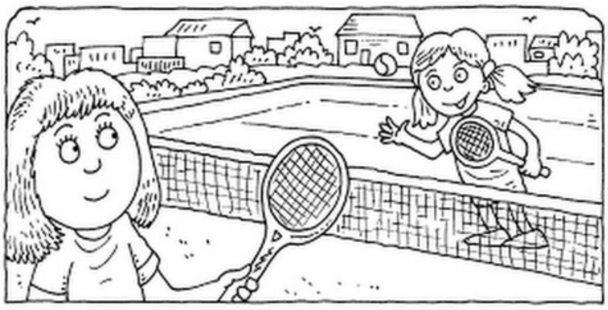


Mae Duw'n dweud wrtha i yn y Beibl gymaint mae'n fy ngharu ac mae'n fy nghlywed pan dwi'n gweddïo. Gweddïo ydy siarad gyda Duw.

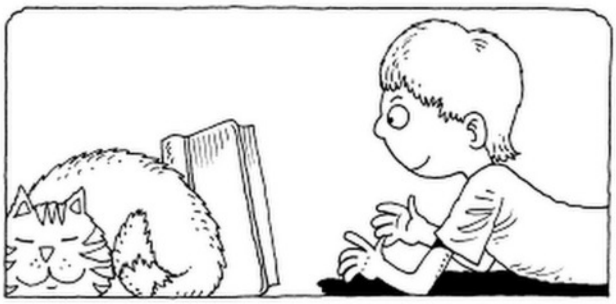


Pan dwi'n rhedeg ac yn chwarae dwi'n cofio diolch i Dduw am ei fyd hardd, y byd dwi'n ei fwynhau pob dydd.

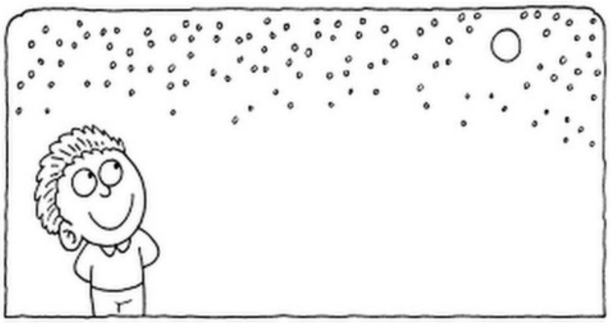
Ar ddiwedd y dydd dwi'n gweddïo am bobl sy'n sâl ac mi ydw i'n siarad gyda Duw am y pethau sy'n fy ngwneud i'n drist neu'n ofnus.



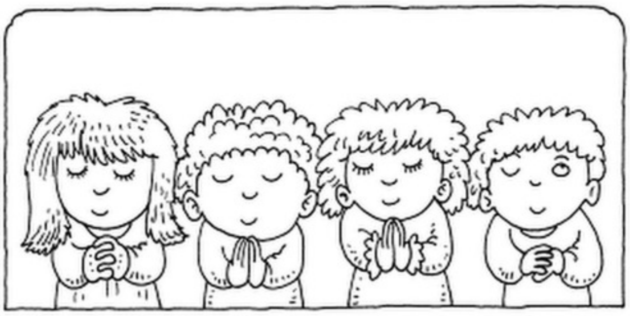
Mae gweddïo ar Dduw fel siarad gyda fy ffrind gorau. Tydy Duw byth yn rhy brysur i wrando.



Mae'r Beibl yn fy nysgu beth sy'n dda a beth sy'n ddrwg a bod Duw am i mi fod yn garedig tuag at bobl eraill.



Os fydda i'n teimlo'n unig ar adegau dwi'n edrych ar yr holl sêr mae Duw wedi'u creu ac dwi'n cofio fod Duw yna gyda mi.



Mae Duw'n clywed ac yn ateb gweddïau. Weithiau ei ateb ydy, "Cei" ond weithiau "Na chei, fasai hynna ddim yn dda i ti." Dwi'n falch fod fy ffrind, Duw, yn gwybod beth sydd orau i mi.

Posau

Gair cod

Edrycha ar y grid i ddod o hyd i bob llythyren i'w wneud gair. Cychwynna ar y llythyren a ddangosir a dilyna gyfeiriad y saethau er mwyn cyrraedd y llythyren y dylet ei hysgrifennu.

M	R	FF	U
DD	I	A	N

___	___	___	___	___	___	___	___
←	↓	←	↓	→	←	←	↓
↑	→	←	←	→	↓	↑	←
→	→	↓	↑	→	→	→	←
DD	M	FF	N	M	R	R	U

Pwy ydy'r bos?

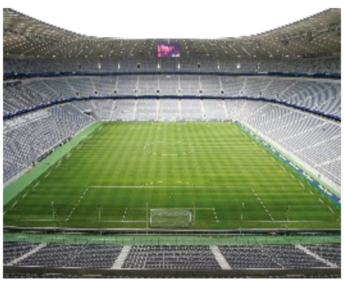
Ysgrifenna pwy rwyt ti'n feddwl sy'n rheoli pob lle.

____

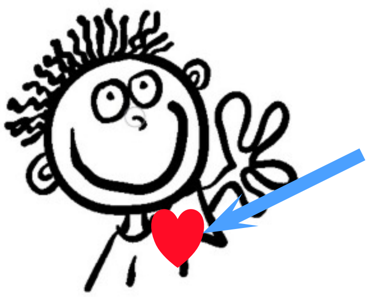
____

____

____



____



____

Chwilair

P	B	D	C	N	CH	A	DD	I	E	S	U
D	E	A	E	F	G	W	Y	B	O	D	E
Y	NG	R	I	R	O	S	G	P	Ï	U	FF
M	TH	A	TH	H	F	I	LL	L	DD	W	A
DD	B	I	L	Y	Y	M	O	Î	E	N	M
I	E	S	P	M	N	M	PH	S	W	O	E
R	T	TH	O	D	N	A	R	W	G	N	N
I	A	L	R	A	S	FF	S	T	O	U	E
E	I	TH	C	L	Y	W	E	D	B	W	P
D	A	T	Y	DD	B	D	W	L	A	G	L
CH	U	P	G	Y	A	CH	L	O	I	D	E
N	E	F	O	E	DD	W	N	W	TH	I	H

AMEN
ATEB
CANMOL
CLYWED
DIOLCH
DUW
ENW
FFYDD
GALW
GOBAITH
GOFYN
GWEDDÏO
GWRANDO
GWYBOD
HELP
IESU
MOLI
NEFOEDD
NERTH
PERTHYNAS
PLÎS
SIARAD
SORI
TAD
YMDDIRIED

Dolenni

Sgetsh bypedau: ‘Gweddi gyda Dyfrig’ https://youtu.be/a4QNfz_G-x4

Fideo Gweddi’r Arglwydd gyda symudiadau https://youtu.be/1LuNXgrsrfo

Fideo o gân yr wythnos https://youtu.be/5vUE_FeLICk

Fideo ‘God’s story - prayer’ (Saesneg)
https://www.youtube.com/watch?v=ZrdlXOk_QdQ&t=5s

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

Gweddi Greadigol

Arbrawf maddau

Mae Iesu’n ein dysgu i ofyn i Dduw faddau i ni am y pethau na ddylen ni eu gwneud. Mae Iesu hefyd yn ein dysgu i faddau i bobl eraill am y pethau cas maen nhw’n eu gwneud i ni. Os ydyn ni’n dal i fod yn flin gydag unrhyw un mae’r teimlad yn gallu tyfu tu fewn i ni a gwneud i ni deimlo’n annifyr am hir. Mae’n debyg i beth sy’n digwydd yn yr arbrawf hwn!

Bydd angen:

- ¼ cwpanaid o ddŵr cynnes
- Bag bach plastig yn cau gyfa ‘zip’ neu’n selio
- ½ cwpanaid o finegr (‘distilled vinegar’)
- 3 llwy de o ficarbonad soda (‘bicarbonate of soda’)
- Papur cegin neu hances bapur
- Sbectol ddiogelwch neu sbectol haul rhag ofn!

Dull:

- Gwna hyn tu allan i’r tŷ.
- Rho’r ¼ cwpanaid o ddŵr cynnes yn y bag plastig ‘zip’.
- Ychwanega hanner cwpanaid o finegr i’r dŵr.
- Rho 3 llwy de o’r bicarbonad soda ar ganol y papur cegin.
- Plyga’r papur dros y bicarbonad soda.
- Gwisga’r sbectol ddiogelwch.
- Gweithia’n gyflym i ollwng y papur â’r bicarbonad soda ynddo i mewn i’r bag a chaea ‘zip’ y bag yn iawn.
- Rho’r bag ar lawr.
- Rho gam yn ôl a gwylia!

(Os na fydd dim yn digwydd yn gyflym, ysgydwa ychydig ar y bag i ddechrau’r adwaith)

Gweddi: Gofynna i Dduw dy helpu i faddau ac i beidio â bod yn flin am hir.

Maddau i eraill

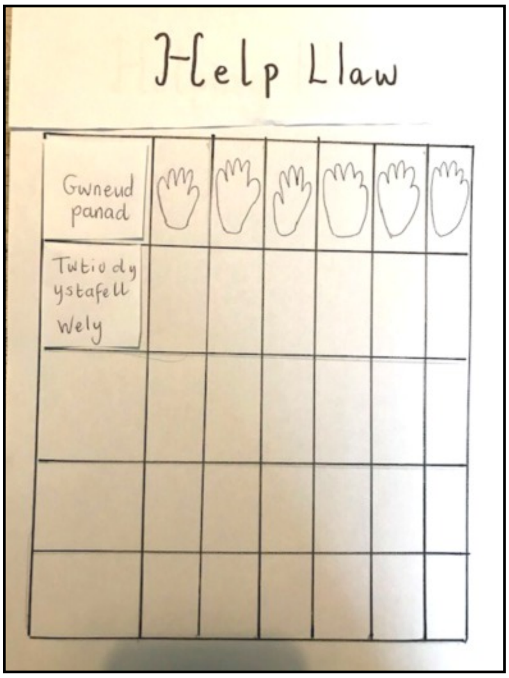
Meddylia am unrhyw un sydd wedi dy frifo, dy gynhyrfu neu dy siomi. Sut wyt ti'n teimlo tuag atyn nhw? Ysgrifenna dy feddyliau ar ddalen o bapur toiled.

Dysgodd Iesu fod yn rhaid i ni faddau i bobl sy'n gwneud hyn ac os gwnawn ni, fe fydd Duw yn maddau i ni am y pethau anghywir rydyn ni'n eu gwneud.

Dos â dy ddarn o bapur toiled i'r ystafell ymolchi a'i daflu i lawr y toiled.
Dyweda wrth Dduw dy fod ti'n maddau i'r person ac yna fflysia'r toiled fel bod y papur yn diflannu.
Fe elli di ddweud, "Amen" neu "Ie!"

Sialensau

Help Llaw



Pob tro rwyt ti'n helpu rhywun fel y gwnaeth y Samariad caredig, lliwia un o'r dwylo ar y siart.

Gofynna i un o dy rieni dy helpu i ddewis gweithredoedd da eraill ar gyfer eu nodi ar dy siart.

Fedri di roi help i rywun fel y gwnaeth y Samariad?

Meddylia am ffyrdd i helpu eraill e.e. gwneud paned o de, helpu i olchi'r llestri neu glirio ar ôl bwyd, twtio dy ystafell wely, helpu brawd neu chwaer gyda'u gwaith cartref, cofleidio aelod o dy deulu pan mae'n ofidus.

Ysgrifenna'r weithred garedig yn y bocs a lliwia un o'r dwylo wedi i ti ei chyflawni.

Crea lyfr gweddi.

Ysgrifenna weddi pob dydd am unrhyw beth rwyt ti ei angen neu unryw beth rwyt ti angen help ag ef.

e.e. Os gweli di'n dda Arglwydd, helpa fi i faddau i……
Os gweli di'n dda Dduw, dwi angen help i fod yn ddewr.

Ysgrifenna'r gair diolch a'r dyddiad wrth ymyl dy weddi pan mae Duw yn ei hateb.

Maddau

Yn y weddi ddysgodd Iesu, dywedodd, "Maddau i ni am bob dyled i ti yn union fel dŷn ni'n maddau i'r rhai sydd mewn dyled i ni".
Yr wythnos hon, os y bydd unrhyw un yn dy frifo neu'n gas gyda thi, bydd yn barod i ddweud dy fod yn maddau iddyn nhw. Gofynna i Dduw dy helpu.

Dydi maddau ddim yn golygu dy fod ti'n gorfod dioddef yn ddistaw. Cofia mae angen fynd i ofyn am help gan oedolyn.

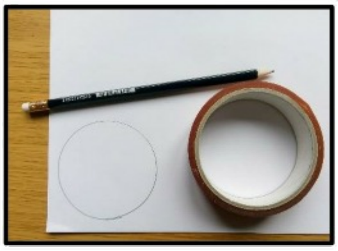
Dysgu Gweddi'r Arglwydd

Beth am fynd ati i ddysgu'r weddi ddysgodd Iesu i'w ddisgyblion, "Gweddi'r Arglwydd"? Dilyna'r ddolen hon er mwyn cael y geiriau, neu edrycha ar y dudalen lliwio yn y pecyn diwethaf (Gweddi'r Arglwydd Rhan 1). http://www.beibl.net/beibl-chwilio?pennod=6&book=BNET%3AMatt&viewid=BNET%3AMatt.6&newwindow=BOOKREADER&math=

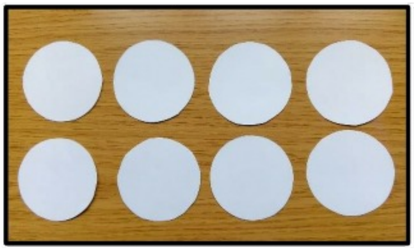
Crefft

Troellwr Gweddi'r Arglwydd

Byddi angen:
2 x Cerdyn neu bapur gwyn A4, tâp selo, glud, pensil, pinnau ffelt, siswrn, gwlân, glitter aur, glain



1. Gwna amlinelliad o'r tâp selo neu waelod cwpan.

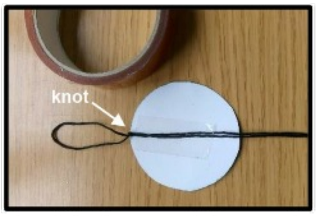


2. Gwna hyn 8 o weithiau.

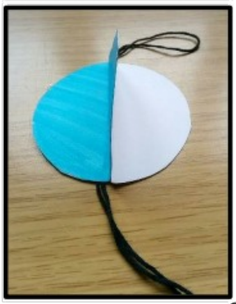
3. Lliwia'r cylchoedd yn las, gwyn, piws, gwyrdd, melyn, oren ac aur.

4. Plyga'r cylchoedd yn eu hanner.

5. Torra ddarn o wlân a phlyga fo yn ei hanner a gwna gwlwm fel yr un a weli di yn y llun.

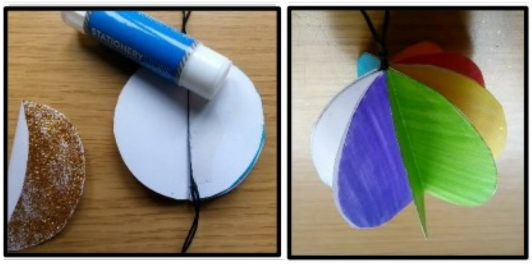


6.Rho'r cylch glas wyneb i waered ac yn fflat ar y bwrdd. Glyna'r gwlân yn y plyg gyda'r tâp selo. Gwna'n siŵr fod y cwlwm ychydig uwchben y cylch.

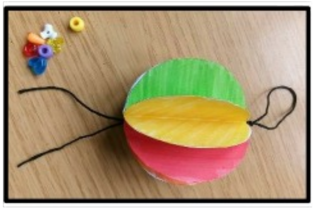


7.Rho'r troellwr o dy flaen fel y gweli di yn y llun. Plyga'r cylch glas yn ei hanner. Gorchuddia hanner y cylch glas â glud ac yna glyna'r cylch gwyn ynddo. Gwasga nhw'n dynn at ei gilydd.

8.Plyga'r cylch gwyn yn ei hanner a gorchuddia'r hanner cylch gwyn â glud ac yna glyna fo yn y cylch piws.



9.Gluda'r holl gylchoedd yn ei gilydd. Gwna'n siwr dy fod yn eu rhoi yn y drefn hon… Glas, Gwyn, Piws, Gwyrdd, Melyn, Coch, Oren ac Aur. Pan ddoi di at y lliw oren gluda'r un hanner i'r hanner cylch oren a'r llall i'r hanner cylch glas. Gwasga'r holl ochrau'n sownd i'w gilydd.



10.Clyma'r glain yn sownd yn y ddau ben o'r gwlân ar waelod y troellwr.

Medri ddefnyddio'r lliwiau ar dy droellwr i dy helpu i gofio Gweddi'r Arglwydd.

Ein Tad yn y nefoedd GLAS

Rydan ni eisiau i dy enw di gael ei anrhydeddu GWYN

Rydan ni eisiau i dy deyrnas di ddod PIWS

Ac i'r cwbl sy'n dda yn dy olwg ddigwydd yma ar y ddaear fel mae'n digwydd yn y nefoedd GWYRDD

Rho i ni ddigon o fwyd i'n cadw ni'n fyw am heddiw MELYN

Maddau i ni am bob dyled i ti yn union fel rydan ni'n maddau i'r rhai sydd mewn dyled i ni COCH

Cadw ni rhag syrthio pan fyddwn ni'n cael ein profi ac achub ni o afael y drwg OREN

Achos ti ydy'r bos dros bopeth, ti'n mor gryf ac mor hardd yn oes oesoedd AUR

Rysáit

Afalau Taffi

Bydd angen i oedolyn arolygu’n fanwl a helpu plentyn i wneud yr afalau taffi.

Byddi angen:
- 400g o siwgr ‘caster’ euraidd
- 100ml o ddŵr
- 1 llwy de o finegr
- 4 lwy fwrdd o syrup euraidd
- 8 afal

Dull:
- Rho’r afalau mewn powlen fawr ac yna gorchuddia nhw â dŵr berwedig. Bydd hyn yn cael gwared â’r haenen gwyraidd sydd arnynt ac yn helpu’r taffi i lynu ynddyn nhw. Sycha nhw’n drylwyr a thynna’r coesyn o bob un ohonynt. Gwthia sgiwer bren neu bren lolipop i’r man ble’r oedd y coesyn ym mhob afal.
- Rho ddalen o bapur pobi ar hambwrdd a rho’r afalau arno yn agos i dop y stôf.
- Rho’r siwgr caster yn y sosban gyda 100ml o ddŵr ar wres cymedrol.
- Berwa’r cyfan am 5 munud nes bydd y siwgr wedi toddi, yna ychwanega’r finegr a’r syrup.
- Rho thermomedr siwgr yn y sosban a berwa’r cynnwys i 150 gradd canradd neu nes mae’r taffi wedi cyrraedd y pwynt “hard crack.” Os nad oes gen ti thermomedr siwgr fedri di brofi os ydy’r taffi’n barod drwy arllwys ychydig bach ohono i bowlen o ddŵr oer. Fe ddylai galedu’n syth a phan mae’n cael ei dynnu o’r dŵr dylai fod yn frau ac yn hawdd i’w dorri. Os wyt ti’n gallu tylino’r taffi rhwng dy fysedd dydy o ddim yn barod a bydd yn rhaid i ti barhau i ferwi’r gymysgedd.
- Gan weithio’n gyflym ac yn eithriadol o ofalus, dipia a throella’r afal yn y taffi poeth nes mae wedi’i orchuddio. Rhaid i ti adael i’r hyn sydd dros ben ddiferu’n ôl i’r sosban, yna rho’r afal yn ofalus ar y papur pobi i galedu. Efallai y bydd yn rhaid i ti gynhesu ychydig ar y gymysgedd os ydy’r tymheredd yn gostwng ac mae’n mynd yn drwchus ofnadwy ac yn ludiog.
- Rhaid gadael i’r taffi oeri cyn bwyta’r afalau taffi. Storia nhw mewn lle sych.

Canu

Dad, clyw'n gweddi ni
Yn Dy nefoedd fry -
Sanctaidd Ydwyt Ti.
Gwna i'th Deyrnas ddod
(A) phopeth rwyt Ti eisiau i fod
Y-ma'n y byd a'r nef.
Yma'n y byd a'r nef

Ti biau'r Deyrnas,
Y nerth a'r gogoniant,
Heddiw (ac) oes oesoedd, Amen.
Ti biau'r Deyrnas,
Y nerth a'r gogoniant,
Heddiw (ac) oes oesoedd, Amen.

Rho i ninnau faeth,
digon o fwyd a llaeth
I'n cadw ni'n fyw pob dydd;
Maddau, Dad, pob bai,
heb i ni faddau llai
I'r rhai a wnaeth ddrwg i ni.
I'r rhai a wnaeth ddrwg i ni.

Ti biau'r Deyrnas…

Peidiwn ildio dim
I demtasiynau chwim
ac arbed ni rhag drwg.

Dad, clyw'n gweddi ni
Yn Dy nefoedd fry -
Sanctaidd ydwyt Ti,
Sanctaidd ydwyt Ti.

Cans Ti biau'r Deyrnas,
Y nerth a'r gogoniant,
Heddiw (ac) oes oesoedd, Amen.
Ti biau'r Deyrnas,
Y nerth a'r gogoniant,
Heddiw (ac) oes oesoedd, Amen.
Heddiw (ac) oes oesoedd, Amen.

Hawlfraint 2020 Greg Leavers
Cyf. Dafydd Timothy

Gwyliwch y gân hon a chydganu drwy glicio ar https://youtu.be/5vUE_FeLICk
Os hoffech chi gerddoriaeth (hen nodiant) ar gyfer y gân hon,
cysylltwch ag Andy Hughes - Ahughes@saintygymuned.org

Gemau

Gêm Achub y Farblen

Cadw ni rhag syrthio pan fyddwn ni'n cael ein profi, ac achub ni o afael y drwg…

Byddi angen:
- Marblis
- Silindrau cardfwrdd. Torra'r silindrau cardfwrdd yn eu hanner i greu dwy hanner peipen neu diwbiau. Yna torra'r tiwbiau'n llai. Rho silindr cardfwrdd i bob aelod o'r teulu. Rho diwb byrrach i'r oedolion a thiwb hirach i'r plant ieuengaf.

Sut i Chwarae
- Nod y gêm hon ydy cydweithio i symud y farblen o un pwynt i bwynt arall, ar draws yr ystafell. Gosoda'r farblen ar silff neu ar fwrdd, yn ddigon uchel fel ei fod yn sialens.
- Mae angen i chi symud y farblen o le uchel i mewn i gwpan sydd ar y llawr ym mhen pellaf yr ystafell.
- Chewch chi ddim cyffwrdd â'r farblen gyda'ch dwylo.Dim ond yn y tiwb gewch chi gario'r farblen. Chewch chi ddim pinsio dau ben y tiwb.
- Mae'n rhaid i bob aelod gerdded tri cham gyda'r farblen cyn ei phasio ymlaen i diwb cardfwrdd y person nesaf.
- Os ydy'r farblen yn syrthio ar y llawr rhaid i chi ail gychwyn y gêm.
- Mae'n rhaid i bawb gael un cyfle cyn i unrhyw un arall gael ei ail gyfle.
- Mae'r gêm yn darfod pan fydd y farblen yn ddiogel yn y gwpan ac heb gyffwrdd y llawr.

Gêm: Cerdded ar y llinell

Mae'r weddi ddysgodd Iesu yn gofyn i Dduw ein cadw ni rhag syrthio pan fyddwn ni'n cael ein profi. Nid syrthio go iawn, ond cael ein temtio i wneud rhywbeth na ddylen ni.
Yn y gêm hon, rwyt ti'n ceisio cerdded ar hyd llinell, heb syrthio oddi arni.

Bydd angen: Tâp ('masking tape')

Sut i chwarae:
- Gosoda'r tâp mewn llinell hir, syth ar lawr yn y tŷ neu tu allan.
- Cofia ofyn adre' os wyt ti'n cael gwneud hyn!
- Cerdda ar hyd y tâp gan wneud yn siŵr fod dy draed ar y llinell drwy'r amser.
- Beth am gael pawbyn y tŷ i gystadlu.