CLWB PLANT TRWY'R POST

Pecyn wythnosol 3
13/04/20

Atgyfodiad Iesu

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

Paratowyd y pecyn hwn gan:
Andy & Rachel 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, & Greg Leavers

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

Yn gynnar iawn y bore Sul aeth y gwragedd at y bedd gyda'r perlysiau roedden nhw wedi'u paratoi. Dyma nhw'n darganfod fod y garreg fawr oedd ar geg y bedd wedi'i rholio i ffwrdd, a phan aethon nhw i mewn i'r bedd doedd y corff ddim yno!

Roedden nhw wedi drysu'n lân, ond yna'n sydyn dyma ddau ddyn mewn dillad llachar yn sefyll wrth eu hymyl. Roedd y gwragedd wedi dychryn am eu bywydau, a dyma nhw'n plygu gyda'u hwynebau ar lawr o'u blaenau. Yna dyma'r dynion yn gofyn iddyn nhw, "Pam dych chi'n edrych mewn bedd am rywun sy'n fyw? Dydy Iesu ddim yma; mae yn ôl yn fyw! Dych chi ddim yn cofio beth ddwedodd e pan oedd gyda chi yn Galilea? Dwedodd y byddai e, Mab y Dyn, yn cael ei drosglwyddo i afael dynion pechadurus fyddai'n ei groeshoelio; ond yna ddeuddydd wedyn byddai e'n dod yn ôl yn fyw."
A dyma nhw'n cofio beth roedd wedi'i ddweud. Felly dyma nhw'n gadael y bedd a mynd yn ôl i ddweud beth oedd wedi digwydd wrth yr unarddeg disgybl a phawb arall.

Aeth Mair Magdalen, Joanna, Mair mam Iago, a nifer o wragedd eraill i ddweud yr hanes wrth yr apostolion. Ond doedd yr apostolion ddim yn eu credu nhw – roedden nhw'n meddwl fod y stori yn nonsens llwyr. Ond dyma Pedr yn rhedeg at y bedd i edrych. Plygodd i edrych i mewn i'r bedd a gweld y stribedi o liain yn gorwedd yno'n wag. Gadawodd y bedd yn methu'n lân a deall beth oedd wedi digwydd.

Luc 24:1-12 Beibl.net

Fersiwn syml

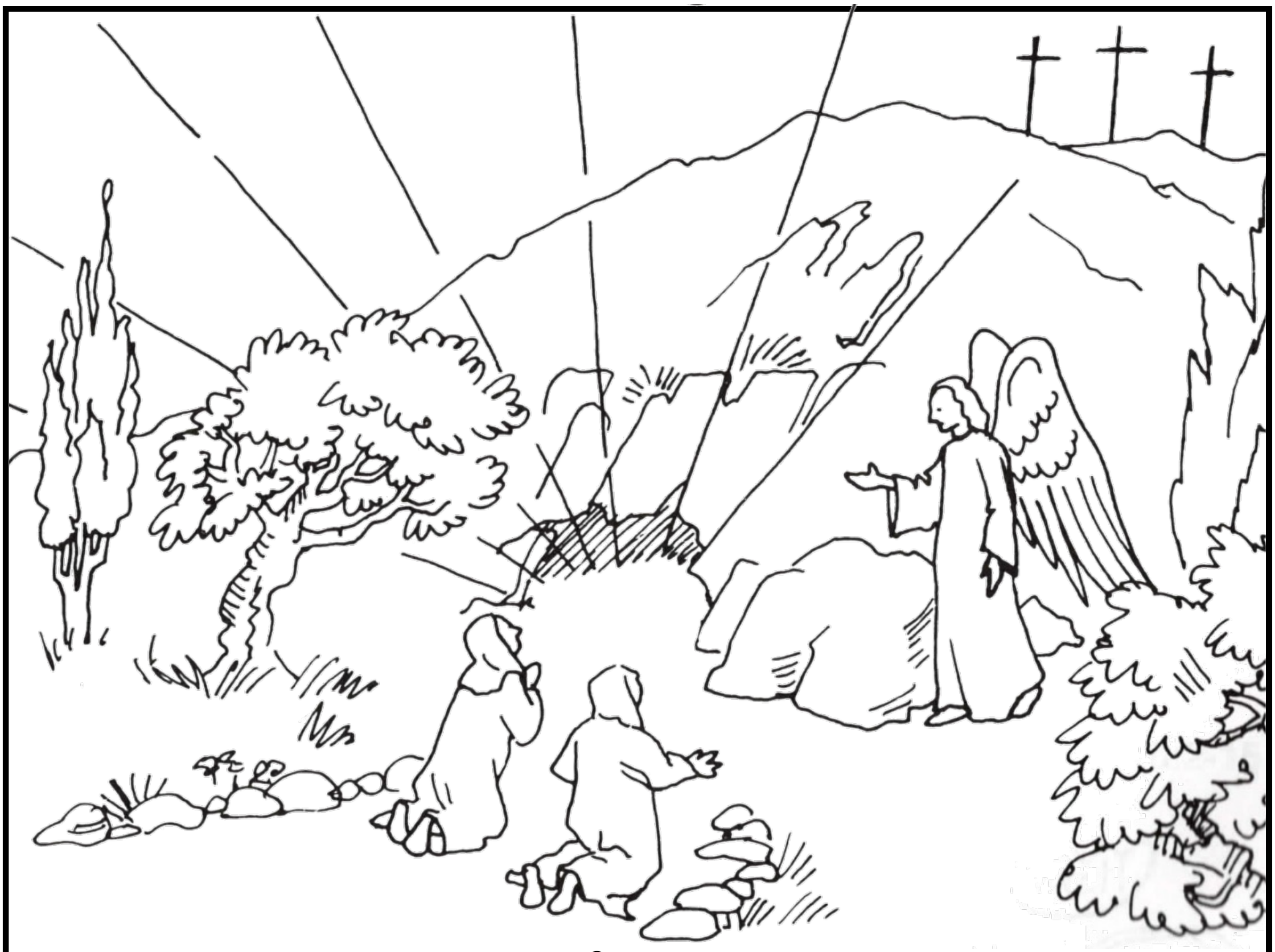
Yn gynnar bore dydd Sul, daeth rhai gwragedd oedd yn ffrindiau i Iesu at y bedd. Dyma nhw'n gweld bod y garreg wedi'i rholio i ffwrdd ac roedd corff Iesu wedi mynd! Yn sydyn iawn dyma ddau ddyn mewn dillad gwyn yn sefyll yno. Dwedon nhw bod Iesu yn fyw! Aeth y gwragedd yn syth i ddweud wrth ffrindiau eraill Iesu. Doedd rhai ddim yn eu credu nhw, ond rhedodd Pedr at y bedd - ac roedd yn wag.

Cwestiynau i'w Trafod

Ar ôl darllen y storiau, fe allech chi drafod y cwestiynau hyn:

1. Un o'r diwrnodau mwyaf hapus gefais i erioed oedd ...
2. Y syrpreis gorau gefais i erioed oedd ...
3. Tybed beth oedd ffrindiau Iesu yn feddwl pan welson nhw'r bedd gwag?
4. Beth ydw i wedi'i ddysgu am Iesu o'r hanes hwn?

Lliwio



Dydy e ddim yma; mae wedi dod yn ôl yn fyw! Dyna'n union beth ddwedodd fyddai'n digwydd.

Mathew 28 adnod 6

Chwilair

PEDR GWAG

TRI ATGYFODI

ANGEL ANGEL

BEDD MAIR

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

LLIAIN IESU CARREG

DIWRNOD BYW IOAN

GARDD BORE

Posau

Adnod Côd

♎y♎y ♒ ❖im yma;

Ma♒ ⌘♒♎i ♎□♎ y■ ôl y■ fy⌘!

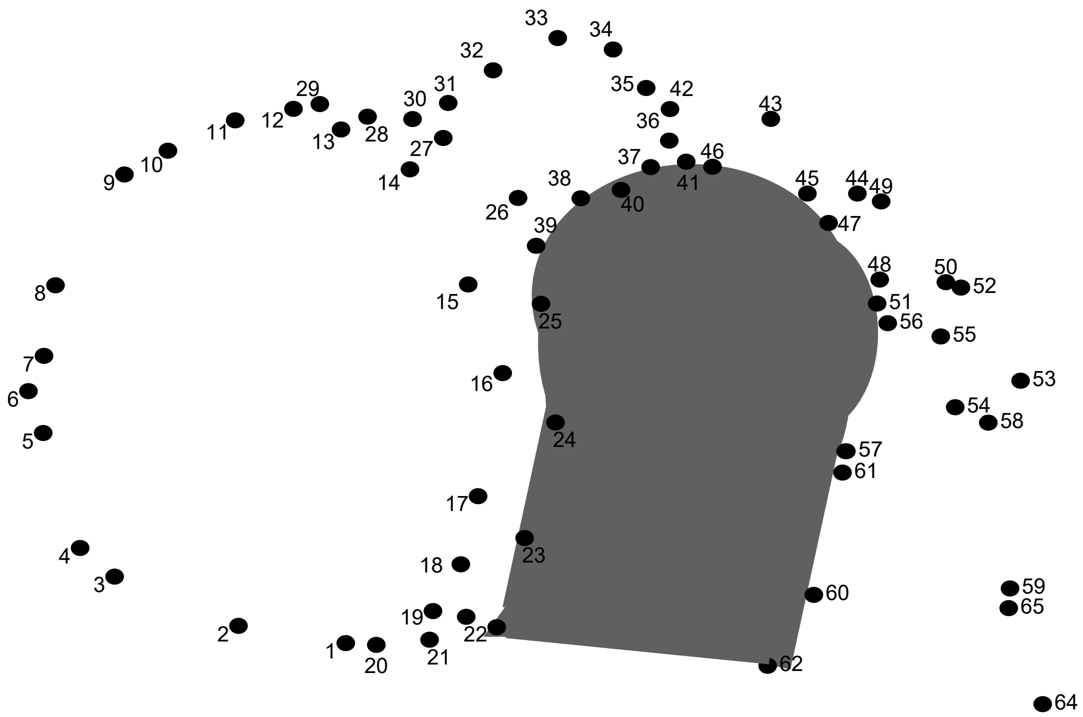
♎y■a'■ u■i□■ b♒th ❖⌘♒♎□❖

fy❖ai'■ ♎ig⌘y❖.

Côd

d = ♎	n = ■
dd = ❖	o = □
e = ♒	w = ⌘

Cysyllta'r â'r dotiau er mwyn gweld llun o'r bedd gwag.



Sialens

Gwneud Bathodyn Mawr Y Pasg

Byddwch angen:
Beiblau neu edrychwch ar y we am luniau o atgyfodiad Iesu. Cerdyn tenau, soser, siswrn, pensil, pensiliau lliw, pinnau ffelt neu greonau, pin cau (safety pin), tâp selo.

Cyfarwyddiadau:
1.Gwnewch amlinelliad o'r soser ar eich cerdyn.
2. Torrwch allan y siâp cylch.
3. Edrychwch ar luniau o Iesu wedi atgyfodi yn eich Beiblau neu ar y we i gael syniadau am luniau.
4.Gwnewch lun ar y cerdyn gyda'r geiriau Mae Iesu'n Fyw neu Cododd Iesu neu Atgyfododd Iesu neu Concrodd Iesu'r bedd. Cofiwch ei wneud mor lliwgar â phosibl.
5. Wedi i chi orffen lliwio sticiwch bin cau gyda thâp selo ar gefn y bathodyn. Efallai yr hoffech help gan oedolyn i wneud hyn.
6. Rydach chi'n barod nawr i wisgo'ch bathodyn. Cymrwch ofal wrth ei roi ar ddilledyn rhag ofn i chi bigo'ch hunan!

Gwneud Collage yr Atgyfodiad

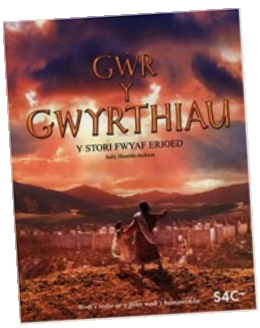
Byddwch angen:
Beibl yn cynnwys lluniau, papur i wneud llun arno (A4 neu A3) neu lun i'w liwio oddi ar y we, darnau o bapurau lliwgar, hen bapurau fferins, glud

Gwnewch lun o olygfa o hanes Iesu wedi atgyfodi. e.e. y bedd gwag, yr angylion tu mewn i'r bedd, Mair yn cyfarfod â Iesu, y disgyblion yn rhedeg i weld y bedd gwag.

Gludwch ddarnau bach o bapur lliwgar neu hen bapurau fferins ar y llun er mwyn creu collage lliwgar.

Beth am ddefnyddio Lego i wneud model o'r stori'r wythnos hon?

Dyma ddolen i enghraifft ar lein:
https://youtu.be/-M8Yesnt1V8



Gŵr y Gwyrthiau

Ffilm sydd wedi'i hanimeiddio gyda Ioan Gruffydd yn lleisio llais Iesu. Mae S4C newydd cyhoeddi y bydd y ffilm ar Clic yn ystod yr wythnosau nesaf - gyfnod o 35 diwrnod felly ewch i Clic yr wythnos nesaf a bydd y ffilm yno i'w gwylio.

Crefft

Y Newyddion Da Mewn Lliw

Melyn/ Aur – Yn y dechreuad roedd Duw.

Gwyrdd - Creodd Duw fyd hardd er mwyn i ddyn fyw ynddo. Roedd Duw a dyn yn caru'i gilydd.

Du – Dewisodd Adda ac Efa fod yn anufudd i Dduw. Wnaethon nhw ddinistrio'u perthynas gyda Duw. Mae pob unigolyn sydd wedi'i eni ar ôl hynny wedi bod yn anufudd i Dduw ac wedi torri'i gyfraith. Mae hyn yn golygu na allwn ni fod yn ffrindiau gyda Duw am fod ein pechod yn rhwystro hynny.

Coch – Anfonodd Duw ei Fab Iesu i'r byd. Bu farw Iesu ar groes gan gymryd y gosb am ein pechod ni h.y. y pethau drwg rydan ni'n eu dweud, eu gwneud a'u meddwl. Roedd Iesu yn gallu gwneud hyn am nad oedd o erioed wedi pechu a hynny am ei fod yn fab Duw.

Gwyn – Os gofynnwn ni i Iesu fe fydd o'n maddau ein pechod ac mewn canlyniad fe gawn ni fod mewn perthynas gyda Duw, yn ffrindiau gyda Duw.

Glas – Mae hyn yn golygu y gallwn ddilyn Iesu, bod yn Gristnogion a mynd i'r nefoedd at Dduw pan fyddwn ni'n marw.

Cyfarwyddiadau:
Beth am i ti wneud breichled, mwclis neu dolen ar gyfer torch allwedd(keyring) gyda gleiniau o'r lliwiau hyn? Neu os oes glain Hamma gen ti efallai yr hoffet wneud llun sy'n gysylltiedig â'r Pasg e.e. yr ardd a'r bedd gwag?

Dolenni

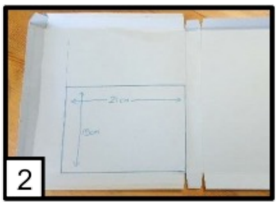
Sgetsh bypedau https://youtu.be/UW3f0km0B3s
Stori Mair https://youtu.be/7DTX3lekqQM
Fideo o'r gân ar ddiwedd y pecyn https://www.youtube.com/watch?v=3GTdlK4QrdM
Cartŵn 'Y Croeshoelio a'r Atgyfodiad' http://beibl.net/y-croeshoelio-ar-atgyfodiad
Cartŵn (Saesneg): Veggietales Easter Carol https://www.youtube.com/watch?v=2OHo6B4EpeI&t=35s
Gwybodaeth am app Arwyr Ancora - app gêm sydd ar gael am ddim https://arwyrancora.com/
Comic y Pasg https://issuu.com/ysgolsul/docs/comic_pasg_-_heb
Teyrnas y Teulu - syniadau/gemau https://youtu.be/Pxy_pE5nzVY (cliciwch 'Subscribe')
Syndod y Syndodau (Cymdeithas y Beibl) - Taflenni a'r fideo:
https://www.biblesociety.org.uk/get-involved/easter/welsh-easter-resources/
Adnoddau eraill https://www.prayerspacesinschools.com/prayer-spaces-at-home

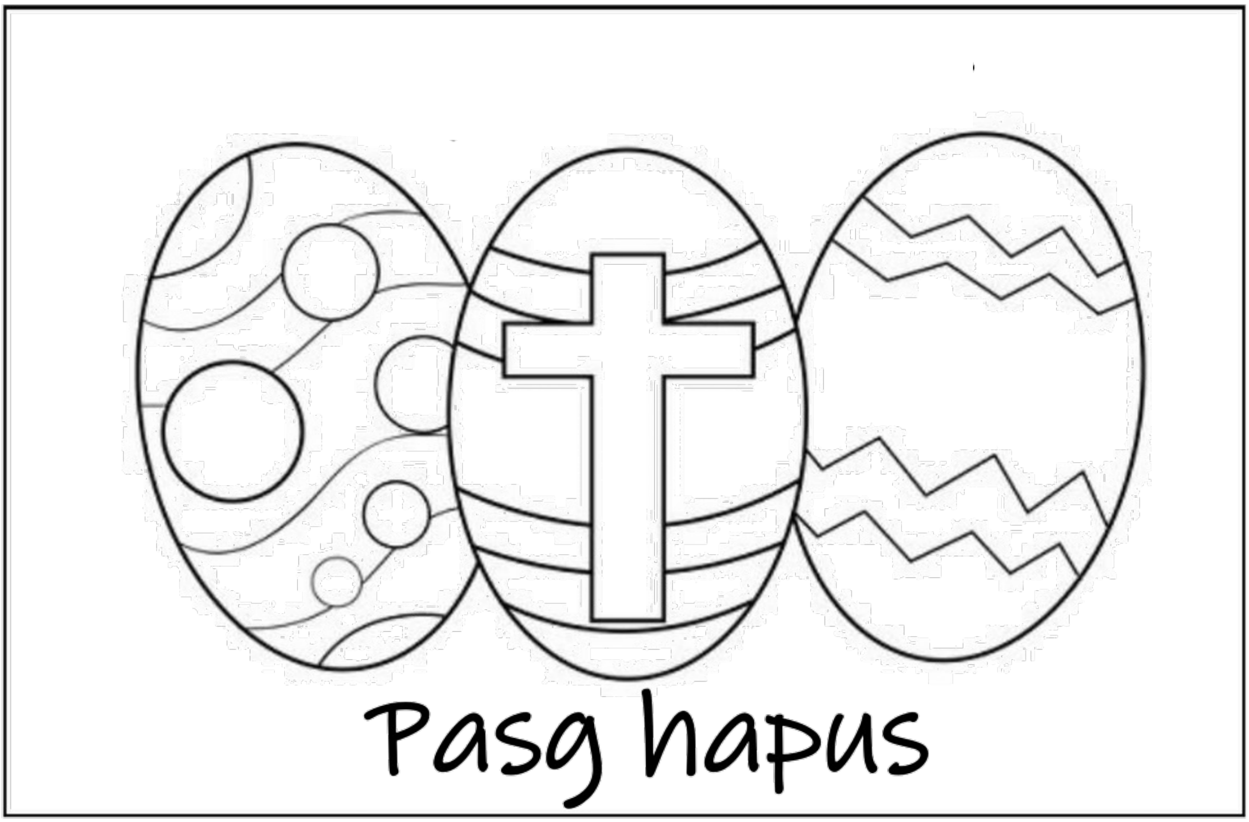
Crefft

Hosan Wynt Y Pasg

Byddwch angen:
Y templed sydd ar waelod y dudalen
Bocs pitsa neu rawnfwyd
Bagiau bin gwyn, gwyrdd a du
Pinnau ffelt
Pensil
Pren mesur
Siswrn
Tâp selo
Glud e.e.Pritt
Tyllwr
Llinyn

1. Torrwch allan y templed sydd ar waelod y dudalen hon a lliwich y lluniau.
2. Agorwch y bocs pitsa a mesur petryal 21cm x 15cm(A5) a'i dorri allan.
3. Gludwch y templed ynghanol y siâp petryal.
4. Defnyddiwch y tyllwr i wneud dau dwll ar dop eich cerdyn.
5. Torrwch y bagiau bin yn stribedi.
6. Defnyddiwch dâp selo i roi'r stribedi hir yn sownd yng nghefn eich hosan wynt.
7. Rholiwch yr hosan wynt yn silindr a defnyddio'r tâp selo i'w sticio at ei gilydd.
8. Torrwch ddarn o linyn a gwnewch ddolen drwy ddod â'r ddau ben llinyn ynghyd a'u clymu.
9. Allan â chi nawr i gael hwyl gyda'ch hosan wynt.





Crefft

Jar Gwawr y Pasg

Byddwch angen
Jar wag, glân a chaead
Paent Coch, Oren , Melyn a Du
Brwshys paent
Cannwyll fach batri
Pensil

1. Tynnwch y caead oddi ar eich jar a'i throi â'i phen i waered. Peintiwch traean o'r jar yn goch.

2.Peintiwch y canol (y traean nesaf) yn oren.

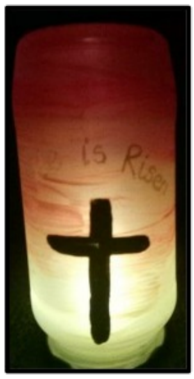
3. Peintiwch y gwaelod (y traean olaf) yn felyn.

4. Fedrwch chi weld sut mae'r lliwiau'n ymdoddi i'w gilydd? Arhoswch i'r paent sychu'n iawn ar y jar cyn ei chyffwrdd eto.

5. Gosodwch y gannwyll fach batri tu mewn i'r caead yn y canol.

6. Gan ddefnyddio brwsh paent tenau peintiwch groes ar y jar â phaent du ar yr hanner isaf.

7. Os ydych chi'n dymuno, gallwch ysgrifennu'r geiriau hyn yn ofalus ar eich jar – Atgyfododd. Bydd y paent yn dod i ffwrdd er mwyn arddangos yr ysgrifen.



8. Pan fydd yn dywyll rhowch y swits ymlaen ar y gannwyll fach batri a chau caead y jar.

Ryseitiau

Bisgedi’r Bedd Gwag

Cynhwysion

- Eisin gwyrdd
- Dwy fisged gron
- Mini egg (dewisol)
- Tiwbiau o eisin lliwiau amrywiol

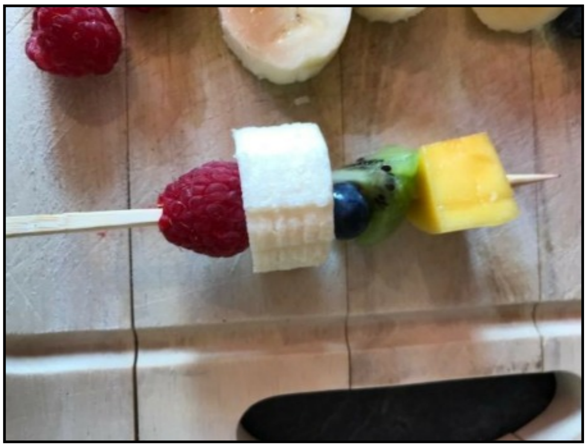
Cyfarwyddiadau

- Rholiwch yr eisin gwyrdd i greu siâp cylch er mwyn gorchuddio un fisged.
- Rhowch y ddwy fisged at ei gilydd yn union fel mae’r llun yn ei ddangos.
- Ychwanegwch ŵy bach y Pasg fel carreg dros geg y bedd. (dewisol)
- Gyda’r eisin mewn tiwbiau gallwch greu gardd flodau hardd.

Cebabs Ffrwythau

Torrwch amrywiaeth o ffrwythau’n ddarnau bach.

Rhowch y darnau ffrwythau ar sgiwer cebab.



Daliwch ymlaen i wneud hynny nes bydd y pren cebab bron yn llawn.

A dyna chi gebab ffrwythau lliwgar, blasus a maethlon. Mwynhewch!

Fe allech chi eu trefnu mewn cylch er mwyn edrych fel y garreg a gafodd ei rholio i ffwrdd.

Gweddi Greadigol

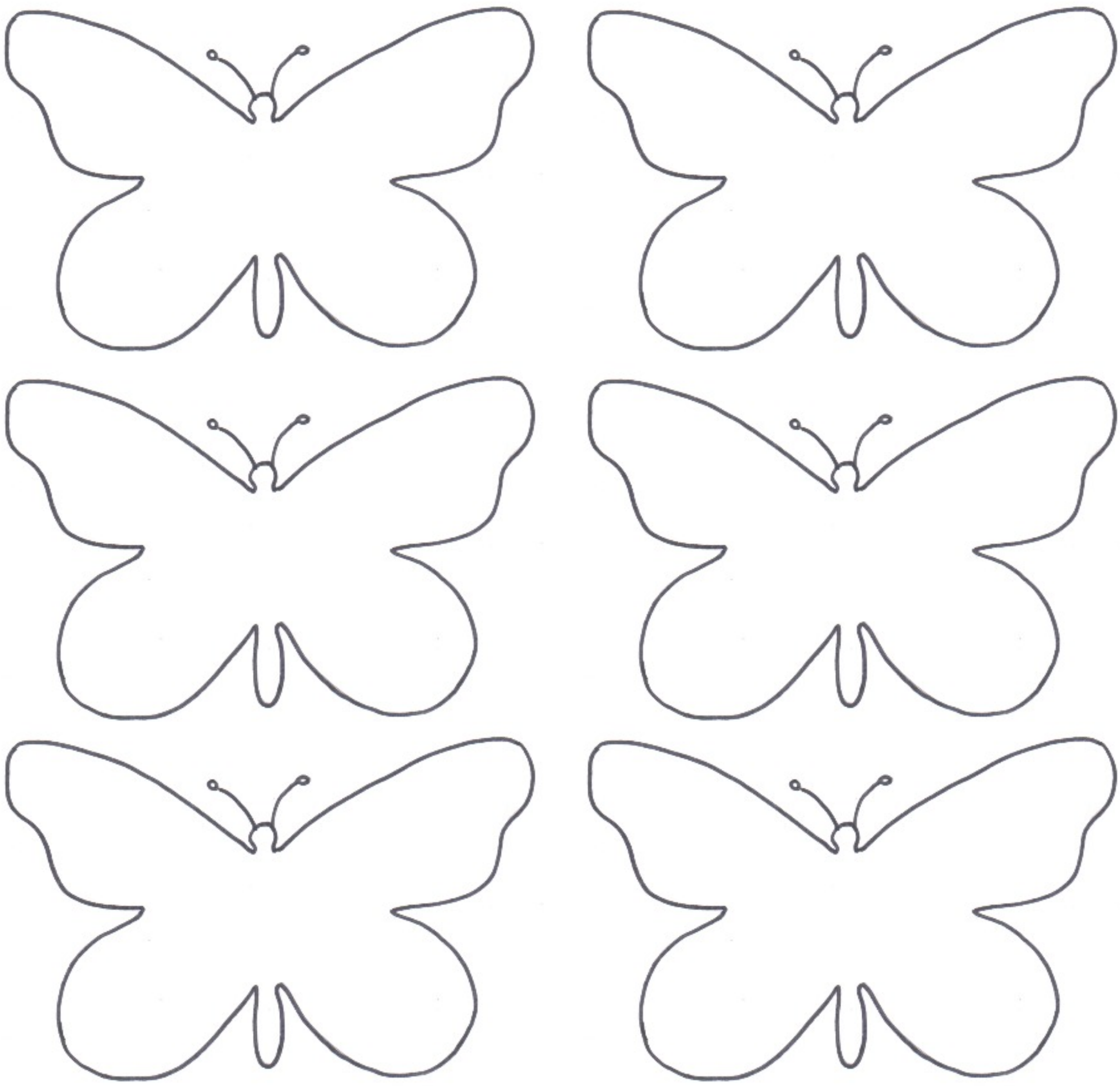
Atgyfodiad – 'Mae'n fyw'

Byddi angen:

- Pinnau ffelt/ pensiliau lliw
- Llun y pili pala
- Llinyn neu edafedd
- Tyllwr i wneud twll ar gyfer y llinyn
- Rhywle i hongian y pili pala

Mae hanes y Pasg yn newyddion gwych. 3 diwrnod ar ôl iddo farw daeth Iesu'n ôl yn fyw! Mae Iesu'n dod â gobaith a bywyd newydd.
Beth wyt ti'n gobeithio amdano? Am beth wyt ti'n breuddwydio?
Oes yna ran o dy fywyd di lle buaset ti'n hoffi cychwyn newydd?

Ysgrifenna neu tynna lun o dy syniadau ar y siâp pili pala a'i hongian.



Gweddi Greadigol

Gweddi’n arnofio

Byddi angen:

- Pinnau ffelt/ pensiliau lliw
- Llun y pili pala
- Powlen o ddŵr

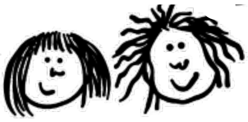
Er ein bod yn gorfod bod ar wahân i’n ffrindiau a’n teulu, mae Duw yn agos at bob un ohonom.
Am bwy wyt ti’n meddwl heddiw?
Ysgrifenna enwau’r bobl rwyt ti’n meddwl amdanyn nhw ar y pili pala.
Gofynna i Dduw fod yn agos atyn nhw heddiw.
Plyga adenydd y pili pala tuag at i mewn.
Rho’r pili pala yn ofalus i arnofio ar wyneb y dŵr yn y bowlen a gwylia beth sy’n digwydd.

Yr Atgyfodiad

Rwyt wedi clywed y stori.
Mae Iesu wedi atgyfodi. Mae o wedi dod yn ôl yn fyw.
Roedd y garreg wedi’i rholio’i ffwrdd.
Os yna rhywbeth ti’n ei ffeindio’n anodd yn dy fywyd ?
Gwaith Ysgol ? Ddim yn cael gweld dy deulu na dy ffrindiau?

Cymer damaid o bapur ac ysgrifenna dy feddyliau arno neu tynna lun yr hyn yr wyt ti’n meddwl amdano.

Gwasga’r papur yn dy law i greu siâp carreg fechan.
Gall Duw gymryd y pethau anodd sy’n pwyso arnat ti … felly rholia'r papur i ffrwd a gofynna i Dduw gymryd dy feichiau.



Gemau

Ras yr wyau

Ar fore Sul y Pasg, pan aeth y merched at fedd Iesu, dyma nhw'n gweld fod y garreg fawr oedd wedi cael ei rholio ar draws y bedd wedi'i rholio'i ffwrdd. Mae'r gêm hon yn ein hatgoffa am y garreg oedd wedi'i rholio'i ffwrdd.

Byddi angen:

- Ŵy wedi ei ferwi'n galed ar gyfer pawb sy'n cystadlu
- Pinnau ffelt, darnau o edafedd, glud i addurno'r ŵy.
- Allt neu rhywle i rolio'r wyau.
- Coron fach bapur i goroni'r ŵy sydd wedi ennill!

Sut i chwarae

- Gofynna am help oedolyn i ferwi'r wyau.
- Cyn chwarae, mae angen i pob cystadleuydd addurno'i ŵy a meddwl am enw iddo. Os wyt ti'n defnyddio glud bydd angen ei addurno y diwrnod cyn y ras.
- Penderfyna ble mae'r ras am ddigwydd. Efallai fod gennyt ti allt fach o gwmpas y tŷ, neu efallai y gallet ti greu lle i rolio tu fewn i'r tŷ - i lawr darn o bren neu gardfwrdd.
- Yr enillydd fydd yr ŵy sydd wedi teithio bellaf, neu sydd fwyaf cyfan ar y diwedd.
- Beth am gynnal seremoni fach i goroni'r ŵy sydd wedi ennill.

Ŵy ar lwy

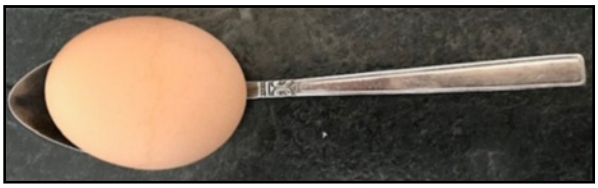
Mae'n hollol rhyfeddol fod Iesu wedi dod yn ôl yn fyw ar fore Sul y Pasg. Doedd hyd yn oed marwolaeth ddim yn gallu rhwystro Iesu!

Byddi angen:

- Ŵy wedi ei ferwi'n galed ar gyfer pawb sy'n cystadlu
- Llwy bwdin ar gyfer pob cystadleuydd
- Rhwystrau - dan y bwrdd, o gwmpas cadair, dros focs ...
- Amserydd – ffôn neu oriawr

Sut i chwarae

- Rho'r ŵy ar y llwy a mynd o gwmpas y llwybr rhwystrau.
- Gofynna i rywun amseru pob cystadleuydd.
- Os wyt ti'n gollwng yr ŵy, coda fo'n ôl hefo'r llwy.
- Yr ennillydd ydy'r un sydd yn cymryd y lleiaf o amser i gwblhau'r ras.



Gemau

Her munud

Roedd beth wnaeth Iesu ar y Pasg yn her enfawr. Roedd Iesu wedi mynd i’r groes – y peth anoddaf erioed. Gwnaeth Iesu hyn am ei fod yn ein caru ni â chariad anhygoel.

Byddi angen:

- Paced o wyau bach siocled.
- Llwy blastig
- 2 bowlen
- Amserydd – ffôn neu oriawr

Sut i chwarae:

- Rho’r wyau bach siocled mewn powlen ar fwrdd, a phowlen wag wrth ei hochr hi.
- Dal y llwy blastig yn dy geg.
- Gofynna i rhywun fod yn barod i amseru munud.
- Coda’r wyau siocled fesul un hefo’r llwy a’u rhoi yn y bowlen arall. Faint fedri di eu rhoi yn y bowlen mewn munud?
- Gofynna i bobl eraill yn y tŷ i roi cynnig arni hefyd.

Gêm dysgu adnod

“Dydy e ddim yma; mae wedi dod yn ôl yn fyw!” *Mathew 28: 6a*

Bydd angen:

- 8 o wyau siocled i’w cuddio
- Tâp selo
- Yr adnod ar ddarnau o bapur

Sut i chwarae:

- Torra’r adnod fel y gweli di isod.
- Defnyddia’r tâp i roi un papur ar bob ŵy.
- Gofynna i oedolyn guddio’r wyau Pasg bach o gwmpas y tŷ neu’r ardd.
- Chwilia am yr wyau a’u casglu at ei gilydd i gyd. Paid a’u bwyta eto!
- Ar ôl casglu’r wyau a’r papurau i gyd, rho’r adnod yn ei threfn a’i dweud cyn mwynhau’r wyau gyda phawb yn y tŷ!

“Dydy e	ddim yma;
mae wedi	dod yn
ôl yn	fyw!”
Mathew	Pennod 28 adnod 6

Sialens

Sialens diogelu'r ŵy

Mae ŵy yn arwydd o fywyd newydd – cyw bach yn dod allan ohono. Roedd Iesu'n dod yn ôl yn fyw yn rhoi bywyd newydd i ni os ydyn ni'n credu ynddo. Dyna pam y byddwn yn rhannu wyau Pasg.

Byddi angen

- Ŵy
- Gwahanol bethau fel cardfwrdd, papur cegin, tu mewn i roliau papur, swigod plastig ('bubble wrap'), llinyn, tâp selo, potyn iogwrt
- OEDOLYN - i ollwng yr ŵy wedi'i amddiffyn

Sut i chwarae

- Yn gyntaf rwyt ti angen meddwl am ffordd i amddiffyn yr ŵy.
- Defnyddia bethau gwahanol i greu rhywbeth i amddiffyn yr ŵy.
- Ar ôl creu yr amddiffynfa, gofynna i OEDOLYN ollwng yr ŵy o uchder. Gwna'n siŵr dy fod ti yna i weld ble mae'r ŵy yn ei amddiffynfa'n glanio.
- Edrycha i weld os ydi'r ŵy yn gyfan!
- Tynna lun ohono gyda chamera.

Canu

Meddai'r Iôr, 'Fi yw y Bywiol Un,
er cael fy lladd, 'rwyf nawr yn byw am byth,
am byth ac am byth. Amen!'

Mae drws y bedd yn agored 'nawr,
clywch neges glir yr angylion glân,
'pam chwilio yma nid marw yw Ef.
Fe gododd Iesu, fe dd'wedodd y gwir'

Fe gododd Iesu, Mae'n fyw byth bythoedd!
Fe gododd Iesu, Mae'n fyw byth bythoedd!

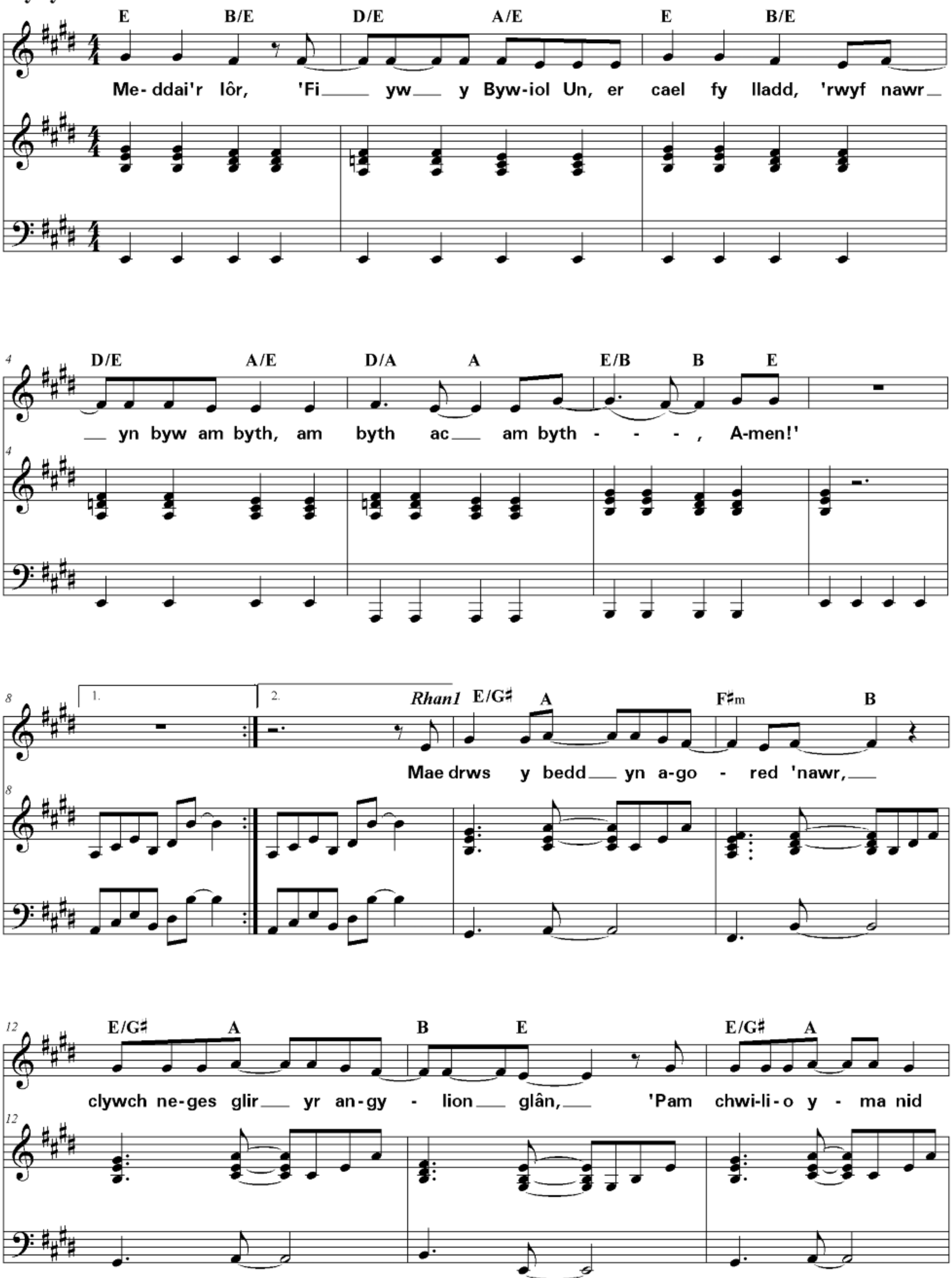
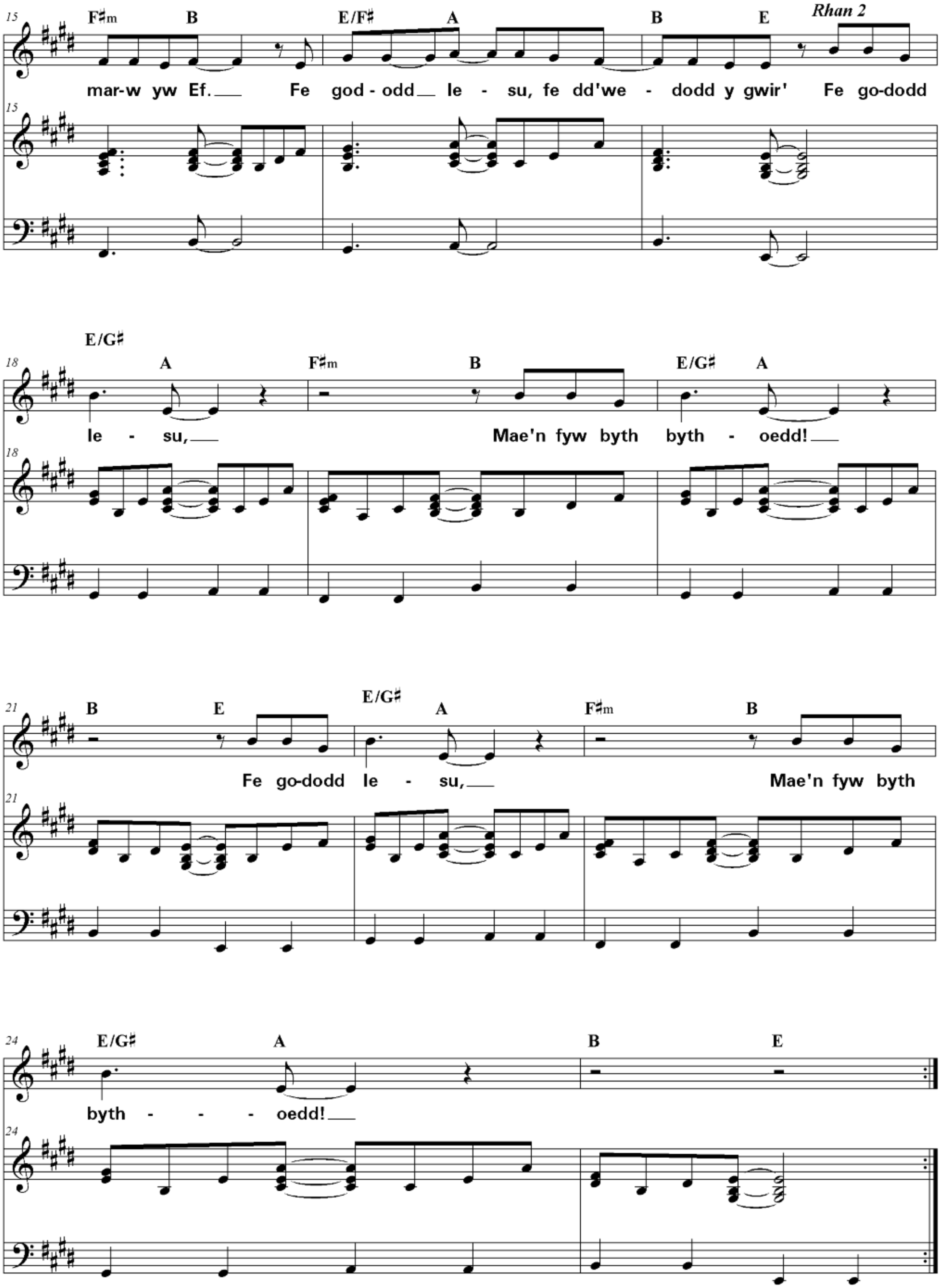
Hawlfraint 1998 Greg Leavers Cyf. Catrin Roberts

Gwyliwch y gân hon a chydganu drwy glicio ar
https://www.youtube.com/watch?v=3GTdlK4QrdM

Canu

Meddai'r Iôr, Fi yw y Bywiol Un

Greg Leavers
Cyf. Catrin Roberts

Cyflym ♩= 125

Hawlfraint ©1998 Greg Leavers, cyf. Catrin Roberts

15
F♯m B E/F♯ A B E
Rhan 2
mar-w yw Ef. Fe god-odd le - su, fe dd'we - dodd y gwir' Fe go-dodd
18
E/G♯ A F♯m B E/G♯ A
le - su, Mae'n fyw byth byth - oedd!
21
B E E/G♯ A F♯m B
Fe go-dodd le - su, Mae'n fyw byth
24
E/G♯ A B E
byth - - - oedd!