CLWB PLANT TRWY'R POST

Pecyn wythnosol 56
26/04/21

Roedd Tomos angen gweld

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

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

Paratowyd y pecyn hwn gan:
Andy Hughes - Saint y Gymuned, Susan Williams - Cynllun EFE a Chapel Caersalem, Caernarfon,
Nia Williams - Eglwys Bresbyteraidd Cymru, Jennifer Roberts - Eglwys Bresbyteraidd Cymru
gyda chymorth, syniadau ac adnoddau gan Mair Roberts, Rachel Hughes
a 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

Doedd Tomos ddim yno pan wnaeth Iesu ymddangos, (Tomos oedd yn cael ei alw 'Yr Efaill' – un o'r deuddeg disgybl). Dyma'r lleill yn dweud wrtho, "Dŷn ni wedi gweld yr Arglwydd!"

Ond ei ymateb oedd, "Nes i mi gael gweld ôl yr hoelion yn ei arddyrnau, a rhoi fy mys yn y briwiau hynny a rhoi fy llaw i mewn yn ei ochr, wna i byth gredu'r peth!"

Wythnos yn ddiweddarach roedd y disgyblion yn y tŷ eto, a'r tro hwn roedd Tomos yno gyda nhw. Er bod y drysau wedi'u cloi, daeth Iesu i mewn a sefyll yn y canol a dweud, "Shalôm!" Trodd at Tomos a dweud, "Edrych ar fy arddyrnau; rho dy fys i mewn ynddyn nhw. Estyn dy law i'w rhoi yn fy ochr i. Stopia amau! Creda!"

A dyma Tomos yn dweud, "Fy Arglwydd a'm Duw!"

"Ti wedi dod i gredu am dy fod wedi fy ngweld i," meddai Iesu wrtho. "Mae'r rhai fydd yn credu heb weld yn mynd i gael eu bendithio'n fawr."

Ioan 20:24-29 Beibl.net

Fersiwn syml

Nid oedd Tomos yno pan ymddangosodd Iesu i'r disgyblion y tro cyntaf. Dywedodd y disgyblion wrth Tomos, "Rydyn ni wedi gweld Iesu!" Atebodd Tomos, "Nes i mi weld tyllau'r hoelion yn ei ddwylo, dydw i ddim yn mynd i'ch credu." Yr wythnos ganlynol roedd y disgyblion yn y tŷ unwaith eto ac roedd Tomos yno y tro hwn. Daeth Iesu i'w plith a galwodd enw Tomos. Edrychodd Tomos ar Iesu. Dywedodd Iesu wrtho, "Edrycha, dyma ble'r aeth yr hoelion i mewn i fy nwylo!" Dywedodd Tomos wrtho, "Ti yw fy Arglwydd i. Nawr rydw i'n credu."

Cwestiynau i'w trafod

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

1. Wyt ti wedi cael dy siomi rhyw dro am dy fod wedi methu gweld rhywbeth pwysig welodd bobl eraill? Efallai eu bod wedi gweld Cymru yn ennill gêm rygbi neu weld anifail gwyllt.

2. Sut wyt ti'n meddwl oedd Tomos yn teimlo pan glywodd fod y disgyblion eraill wedi gweld Iesu?
3. Beth wnaeth Tomos pan welodd o Iesu?
4. Beth fuaset ti eisiau ei ddweud wrth Iesu ar ôl ei weld yn fyw?

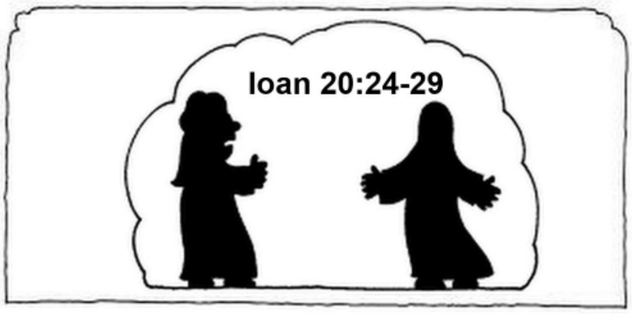
Gweddi fer

O Dduw, diolch i Ti am dy fod mor amyneddgar.
Er nad ydw I'n dy weld, plîs helpa fi i gredu ynot Ti.
Amen.

Stori i'w lliwio

Tomos angen gweld

www.lambsongs.co.nz   Gan Jill Kemp (Cyf. Susan Williams)   Lluniau: Richard Gunther



Roedd Tomos yn un o ddilynwyr Iesu. Roedd o wedi gweld Iesu'n marw ac felly, pan ddechreuodd rai o'r disgyblion eraill ddweud fod Iesu'n fyw eto, roedd Tomos yn amau eu stori.

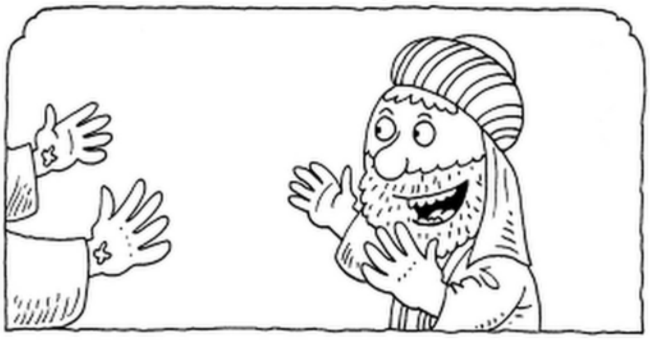
"Mae Iesu'n fyw! Fe welson ni ef!" meddai ffrindiau Tomos wrtho. "Wna i ddim credu hynny hyd nes y gwelaf Iesu â fy llygaid fy hun," atebodd Tomos.

Pan wnaeth y disgyblion gyfarfod yr wythnos ganlynol, roedd pawb ohonynt yn hapus heblaw am Tomos. "Sut y gall unrhyw un godi o farw'n fyw?" meddai'n flin. "Os na chaf weld ei ddwylo a'i draed, wna i ddim credu."

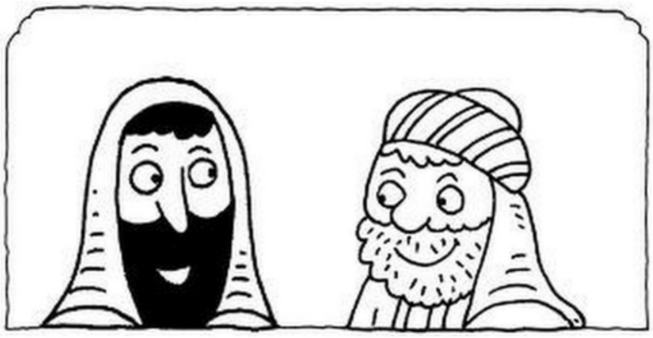
Ar amrantiad roedd Iesu'n sefyll yno yn yr ystafell er fod y drws ar gau! Roedd pawb ohonynt wedi eu syfrdanu i'w weld, yn enwedig Tomos.

"Peidiwch â bod ofn,' meddai Iesu." Fi ydy o go iawn. Tomos, cyffyrdda yn fy nwylo a gwêl fy mod i eto'n fyw."

Yna fe wyddai Tomos yn iawn fod Iesu wedi atgyfodi o farw'n fyw a chredodd am ei fod wedi gweld Iesu drosto ei hun.



"Tomos, rwyt ti'n hapus yn awr," meddai Iesu. "Rwyt ti'n credu fy mod i'n fyw am dy fod wedi fy ngweld â dy lygaid dy hunan."



Mewn dyddiau i ddod, bydd ffafr Duw yn syrthio ar lawer o bobl a byddant yn credu ynof fi er nad ydynt erioed wedi fy ngweld i.

Sialensau

Lluniau cysgodion

Ar ddiwrnod heulog, gofynna i aelod o dy deulu sefyll yn yr haul. Defnyddia sialc neu linyn i greu cysgod yr unigolyn ar y llawr. Neu gelli di ddefnyddio rhai o dy deganau i greu'r cysgod a gwna eu siâp ar ddarn o bapur.

Nid cysgod Iesu welodd Tomos, ond Iesu go iawn!

Pos ffyn lolipop

Yn yr hanes am Tomos doedd o ddim wedi cael gweld Iesu gyda'r lleill – roedd fel petai darn o'r pos ar goll. Ond pan gafodd Tomos weld Iesu, roedd y pos wedi ei ddatrys!

Bydd angen:

- 10 ffon lolipop
- Tâp masgio ('Masking tape')
- Pinnau ffelt

Beth i'w wneud:

- Gosoda'r ffyn lolipop mewn rhes yn sownd yn ei gilydd.
- Defnyddia'r tâp i ddal y ffyn yn ei gilydd.
- Tro nhw drosodd.
- Defnyddia siâp cylch i wneud siapiau ar y ffyn, a lliwia'r patrwm.
- Tynna'r tâp oddi ar gefn y ffyn.
- Cymysga'r ffyn ac yna ceisia eu rhoi yn ôl at ei gilydd i greu'r patrwm.

Dos ati i greu 'collage' o'r stori gan ddefnyddio gwahanol fathau o ddefnyddiau e.e. papur neu ddefnydd

Daeth Iesu'n ôl yn fyw.

Fedri di feddwl am 10 peth sy'n fyw a thynnu llun ohonyn nhw ar ddarn o bapur?

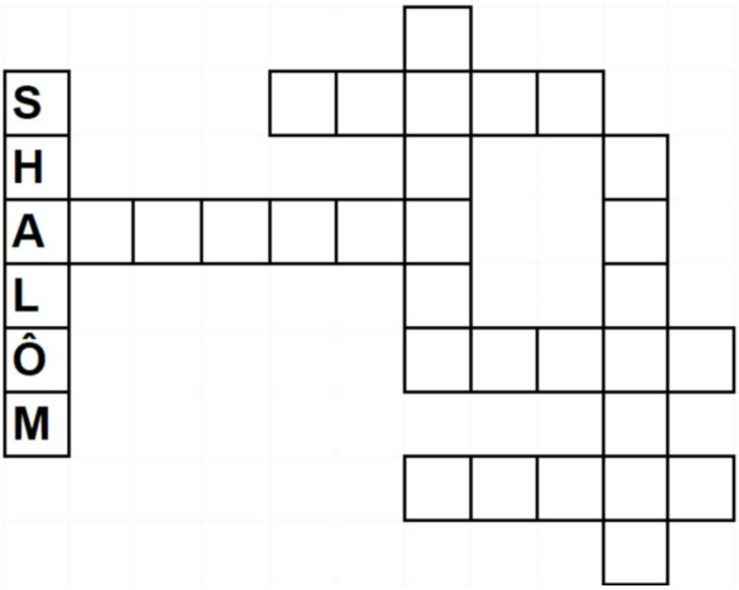
Posau

Mae rhywun wedi cymysgu'r llythrennau.
Fedri di eu hail drefnu i ddod o hyd i'r adnod?

’reMa iarh ddyf ny druce ehb dwle ny dymn

i lega ue dothenbi'ni warf. anIo 02:b92

Fedri di ail lunio'r llun drwy osod y stribedi yn y lle cywir?



Fedri di ffitio'r geiriau hyn o'r stori yn y grid?

ARGLWYDD
CREDU
DEUDDEG
GWELD
HOELION
SHALÔM
TOMOS

Canu

Dwi wedi penderfynu, dwi’n mynd i gredu
fod Iesu wedi dod yn ôl yn fyw.
Fel aberth mawr, rhoddodd ei fywyd i lawr -
Ef fy Ngwaredwr perffaith yw.
Ar y trydydd dydd torrodd yn rhydd
o'r bedd - dyma bŵer ein Duw.
Dwi wedi penderfynu, dwi’n mynd i gredu
fod Iesu wedi dod yn ôl yn fyw.

Mae Iesu'n dweud, "Bendithion arnat ti
os wyt ti'n credu heb fy ngweld i."
Arglwydd Iesu, dwi heb dy weld Di
ond dwi’n dal i gredu.

Hawlfraint 2021 Andy Hughes

Gwyliwch y gân hon a chydganu drwy glicio ar https://youtu.be/NI-Zc9SZigE

Os hoffech chi gerddoriaeth (hen nodiant) cysylltwch ag Andy Hughes: ahughes@saintygymuned.org

Gweddi Greadigol

Gweddi ar label

Pan rydyn ni'n credu yn Iesu, mae Duw yn gweithio yn ein bywydau. Mae'n ateb ein gweddïau, ac rydyn ni eisiau bod yn garedig gyda phobl eraill.
Beth fuaset ti'n gallu ei wneud wythnos hon er mwyn i bobl weld Iesu ar waith ynot ti?

Byddi angen:
- Papur siâp label gyda thwll yn un pen
- Rhuban
- Darn o bapur gloyw ('foil')
- Glud
- Pin ffelt neu feiro

Beth i'w wneud:
- Ar un ochr i'r label gluda ddarn sgwâr o'r papur gloyw.
- Ar yr ochr arall ysgrifenna rhywbeth rwyt ti am ei wneud yr wythnos hon fydd yn helpu pobl i weld Iesu ynot ti.
- Gofynna i Dduw dy helpu i wneud hyn yr wythnos hon.
- Clyma'r rhuban yn y label a'i hongian yn rhywle i dy atgoffa.

Gweddi Dwylo

Â phensil gwna amlinelliad o dy ddwylo ac yna gwna luniau o galonnau ar eu cledrau. Lliwia'r calonnau'n goch. Ysgrifenna'r adnod o dan y llun. Ioan 20:29b "Mae'r rhai fydd yn credu heb weld yn mynd i gael eu bendithio'n fawr."

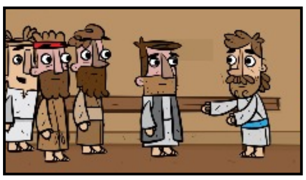
Tra rwyt ti'n gwneud hyn meddylia am Tomos. Doedd o ddim yn credu'r hyn ddywedodd ei ffrindiau wrtho am Iesu'n dod yn ôl yn fyw. Roedd o eisiau gweld drosto ei hun. Ymddangosodd Iesu i Tomos a dangosodd ei ddwylo iddo ac yna credodd Tomos.

Gofynna i Iesu dy helpu di i gredu ynddo. Er na allwn ei weld gallwn deimlo ei bresenoldeb pan ofynnwn iddo am hynny.

Dolenni

Fideo o'r stori
https://www.youtube.com/watch?v=GveH6EXkoWE

Fideo o gân yr wythnos
https://youtu.be/NI-Zc9SZigE



Cartŵn (Saesneg)
https://www.youtube.com/watch?v=A_QcGnwilXI

Chwilair

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

AMAU
ARDDWRN
ARGLWYDD
BENDITHIO
BRIWIAU
BYS
BYTH
CLOI
CREDU
DISGYBL
DRWS
DUW
EDRYCH
EFAILL
GWELD
GYDA
HEB
HOELION
IESU
LLAW
SHALÔM
TOMOS
WEDI
WYTHNOS
YMDDANGOS

Rysáit

Pwdin Pob Alaska

Cynhwysion:

- Un twb o hufen iâ blas fanila

Ar gyfer y 'meringue'

- 3 gwynnwy (wyau'r maes- free-range)
- 175g/6owns o siwgr caster

I roi'r pwdin at ei gilydd

- 2-3 llwy fwrdd o jam
- 20cm/8 modfedd o gacen sbwng gron wedi ei choginio'n barod tua 2.5cm/1modfedd o drwch

Dull:

'Meringue'

- Chwisgia'r gwynnwy mewn bowlen fawr hyd nes y bydd pigau'n ffurfio yn y gymysgedd.
- Fesul tipyn ychwanega'r siwgr gan chwisgio'n dda rhwng pob ychwanegiad. Parha i chwisgio hyd nes y bydd y pigau'n llathraidd ac yn gadarn pan dynnir y chwisg o'r gymysgedd.

Sut i roi'r Pwdin Pob 'Alaska' at ei gilydd

- Rho 'sgŵps' o hufen iâ ar bapur gwrthsaim yn y rhewgell yn barod ar gyfer eu rhoi yn y pwdin.
- Taena jam dros y gacen sbwng gron.
- Gosoda'r 'sgŵps' o hufen iâ ar ffurf pyramid ar ben y gacen sbwng gan adael 2cm o forder.
- Gorchuddia pob tamaid o'r hufen iâ â'r 'meringue' a gwna'n siŵr nad oes unrhyw fwlch. Defnyddia gefn y llwy i greu patrwm cyrliog.

Sut i goginio'r Pwdin Pob Alaska

- Cynhesa'r popty i dymheredd o 200C/400F/Gas 6 a phoba'r pwdin pob "Alaska" am 8-10 munud neu hyd nes y bydd yn frown euraidd drosto.

Onid ydyw'n rhyfeddol ac yn anhygoel na wnaiff yr hufen iâ doddi yn y popty poeth? Mae hyn oherwydd ei fod yn cael ei 'amddiffyn' gan y 'meringue.' Meddylia am ba mor rhyfeddol ac anhygoel oedd hi i Tomos a'i ffrindiau weld Iesu wedi dod yn ôl o farw'n fyw! Ac mae o'n fyw heddiw!

Gêm

Gêm Dominos

- Torra'r dominos allan.
- Tro nhw wyneb i waered.
- Rhanna'r dominos rhwng y chwaraewyr.
- Mae un chwaraewr yn cychwyn gyda domino dwbl.
- Mae'r chwaraewr nesaf yn rhoi domino sydd yr un fath wrth ei ochr.
- Y chwaraewr sy'n gorffen gyntaf sy'n ennill.