CLWB PLANT TRWY'R POST

Pecyn wythnosol 23
31/08/20

Croesi'r Môr Coch

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 ffansïo 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 Delyth Wyn Davies, Mair Roberts, Kathryn Williams
Jean Owen, Jacqueline Ashworth, Hannah Ashworth & 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

Pan ddywedwyd wrth frenin yr Aifft fod y bobl wedi dianc, dyma fe a'i swyddogion yn newid eu meddyliau, "Beth oedd ar ein pennau ni?" medden nhw. "Dŷn ni wedi gadael i'n caethweision fynd yn rhydd!" Felly dyma'r Pharo'n paratoi ei gerbydau rhyfel ac yn mynd â'i filwyr gydag e. Aeth â chwech chant o'i gerbydau gorau, a'r cerbydau eraill i gyd, gyda cadfridog yn bob un. Roedd yr ARGLWYDD wedi gwneud y Pharo, brenin yr Aifft, yn ystyfnig, a dyma fe'n mynd ar ôl pobl Israel. Ond roedd pobl Israel yn mynd yn eu blaenau yn hyderus. Dyma'r Eifftiaid yn mynd ar eu holau gyda'u ceffylau a'u cerbydau rhyfel a'u milwyr i gyd, a dod o hyd iddyn nhw yn gwersylla yn Pi-hachiroth, ar lan y môr, gyferbyn a Baal-tseffon. Wrth i'r Pharo a'i fyddin agosáu, dyma bobl Israel yn eu gweld nhw'n dod tuag atyn nhw. Roedden nhw wedi dychryn am eu bywydau, a dyma nhw'n gweiddi ar yr ARGLWYDD, a dweud wrth Moses, "Wyt ti wedi dod â ni allan i'r anialwch i farw am fod dim lle i'n claddu ni yn yr Aifft? Beth oedd ar dy ben di yn dod â ni allan o'r Aifft? Dyma'n union ddwedon ni pan oedden ni yn yr Aifft, 'Gad lonydd i ni ddal ati i weithio i'r Eifftiaid. Mae'n well gwneud hynny na mynd i farw yn yr anialwch!'"

Ond dyma Moses yn dweud wrth y bobl, "Peidiwch bod ag ofn! Arhoswch chi, a chewch weld sut bydd yr ARGLWYDD yn eich achub chi. Fyddwch chi ddim yn gweld yr Eifftiaid acw byth eto. Mae'r ARGLWYDD yn mynd i ymladd drosoch chi. Does rhaid i chi wneud dim!" Yna dyma'r ARGLWYDD yn dweud wrth Moses, "Pam wyt ti'n galw arna i? Dwed wrth bobl Israel am fynd yn eu blaenau. Cymer di dy ffon, a'i hestyn tuag at y môr. Bydd y môr yn hollti, a bydd pobl Israel yn gallu mynd drwy ei ganol ar dir sych! Bydda i'n gwneud yr Eifftiaid mor ystyfnig, byddan nhw'n ceisio mynd ar eich ôl drwy'r môr. Ond bydda i'n cael fy anrhydeddu o achos beth fydd yn digwydd i'r Pharo a'i fyddin, gyda'i holl gerbydau a'i farchogion. A bydd yr Eifftiaid yn dod i ddeall mai fi ydy'r ARGLWYDD, o achos beth fydd yn digwydd iddyn nhw."

Dyma angel Duw, oedd wedi bod yn arwain pobl Israel, yn symud tu ôl iddyn nhw. A dyma'r golofn o niwl yn symud o'r tu blaen i sefyll tu ôl iddyn nhw, rhwng gwersyll yr Eifftiaid a gwersyll pobl Israel. Roedd yn gwmwl tywyll un ochr, ac yn goleuo'r nos yr ochr arall. Felly doedd y fyddin un ochr ddim yn gallu mynd yn agos at yr ochr arall drwy'r nos.

Dyma Moses yn estyn ei law tuag at y môr, a dyma'r ARGLWYDD yn dod â gwynt cryf o'r dwyrain i chwythu drwy'r nos a gwneud i'r môr fynd yn ôl. Dyma'r môr yn gwahanu, ac roedd gwely'r môr yn llwybr sych drwy'r canol. A dyma bobl Israel yn mynd drwy ganol y môr ar dir sych, a'r dŵr fel wal bob ochr iddyn nhw. Yna dyma'r Eifftiaid yn mynd ar eu holau i ganol y môr – ceffylau a cherbydau rhyfel a marchogion y Pharo i gyd. Yn ystod yr oriau cyn iddi wawrio, dyma'r ARGLWYDD yn edrych i lawr ar fyddin yr Aifft drwy'r golofn o dân a niwl, a dyma fe'n achosi iddyn nhw banicio. Gwnaeth i olwynion y cerbydau rhyfel fynd yn sownd, ac roedden nhw'n cael trafferth symud. A dyma'r Eifftiaid yn dweud, "Dewch! Rhaid i ni ddianc! Mae'r ARGLWYDD yn ymladd dros bobl Israel yn ein herbyn ni'r Eifftiaid!" A dyma'r ARGLWYDD yn dweud wrth Moses, "Estyn dy law tuag at y môr, i'r dŵr lifo yn ôl dros yr Eifftiaid, eu cerbydau rhyfel a'u marchogion." Felly dyma Moses yn estyn ei law tuag at y môr, a dyma'r môr yn mynd yn ôl i'w le wrth iddi wawrio. Roedd yr Eifftiaid yn ceisio dianc, ond dyma'r ARGLWYDD yn eu boddi nhw yng nghanol y môr. Daeth y dŵr yn ôl dros yr holl gerbydau rhyfel a'r marchogion a byddin y Pharo oedd wedi mynd ar ôl pobl Israel i ganol y môr – wnaeth dim un ohonyn nhw fyw! Ond roedd pobl Israel wedi cerdded drwy ganol y môr ar dir sych, gyda'r dŵr fel wal bob ochr iddyn nhw.

Exodus 14:5-29 Beibl.net

Fersiwn syml

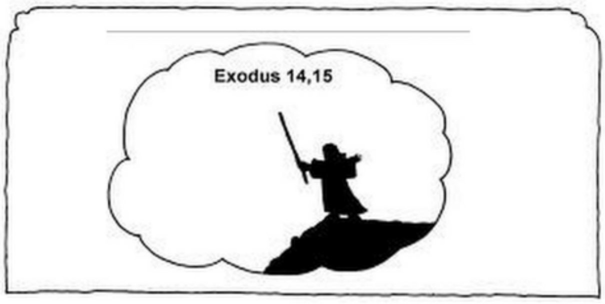
Pan glywodd y brenin fod pobl Israel wedi dianc aeth ar ei holau gyda'i filwyr.
Pan welodd pobl Israel yr Eifftiaid yn dod ar ei holau roedd arnyn nhw ofn.
Dechreuon nhw weiddi "Pam na fuaset ti wedi gadael ni yn yr Aifft yn lle dod â ni i'r anialwch i gael ein lladd"

Dywedodd Moses wrthynt "peidiwch â bod ofn, mae Duw yn mynd i'ch achub".
Roedd yn rhaid i bobl Israel ddianc ond roedd y môr coch o'i blaenau. Dywedodd Duw wrth Moses "cymer dy ffon a'i chodi dros y dŵr".
Wrth i Moses wneud hynny dyma wynt cryf yn creu llwybr trwy'r môr. Cyrhaeddodd pobl Israel yr ochr draw yn ddiogel ond roedd yr Eifftiaid wedi dod ar ei holau.
Cododd Moses ei ffon eto a dyma'r dŵr yn llifo yn ôl a boddi'r brenin a'i filwyr.

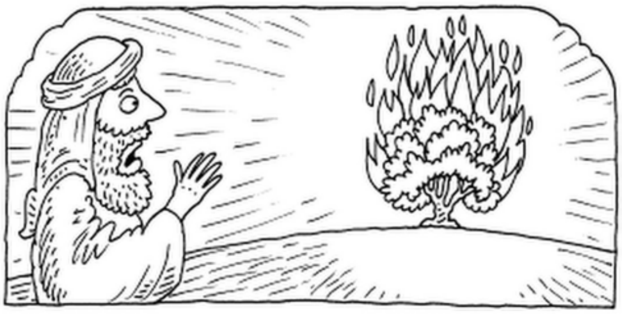
Stori i'w lliwio

Moses yn cyrraedd y môr coch

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

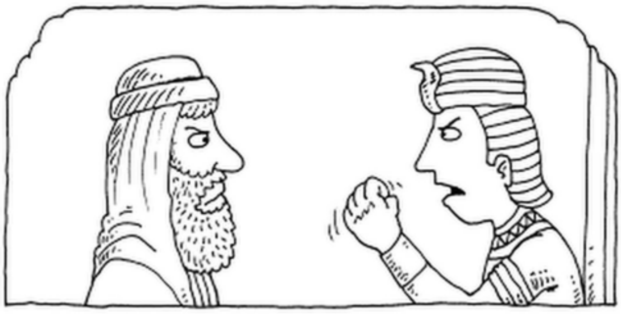


Helpodd Duw Moses i arwain plant Israel allan o'r Aifft, ble'r oedden nhw wedi bod yn gaethweision i'r Pharo, ond fe wnaeth milwyr Pharo eu hymlid.

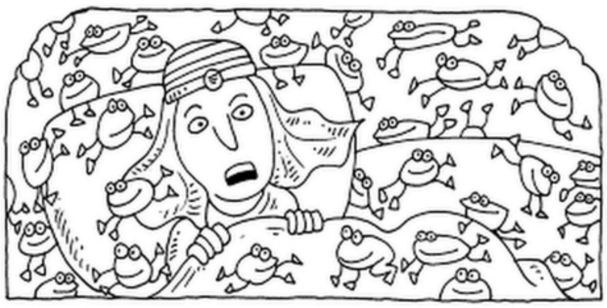


Un diwrnod roedd Moses yn gofalu am ei ddefaid pan welodd tân mewn perth ond er hynny doedd y berth ddim yn llosgi. Aeth Moses yn nes ati i gael golwg a siaradodd Duw gydag ef o ganol y berth.

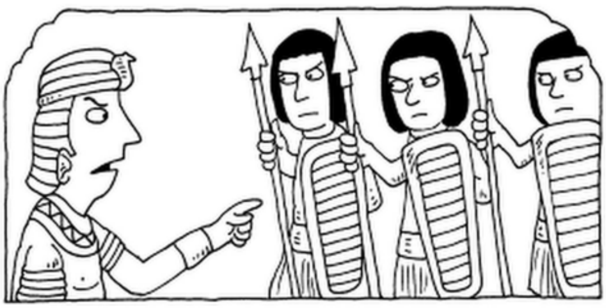
"Tynna dy esgidiau. Mae'r tir hwn yn sanctaidd. Dos a dyweda wrth Pharo am adael i fy mhobl i fynd yn rhydd," meddai Duw."Wna i dy helpu di." Gwnaeth Moses yr hyn roedd Duw yn gofyn iddo fo ei wneud.



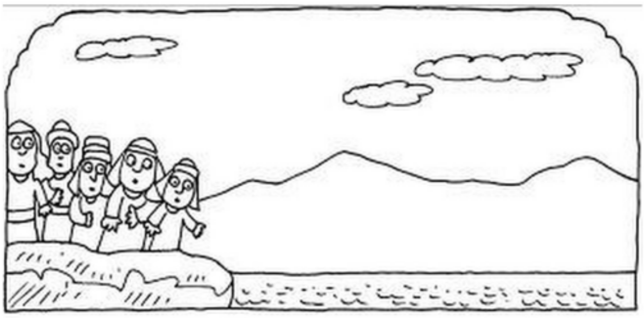
"Mae Duw wedi fy anfon i atat ti i ddweud wrthot ti am adael i'w bobl fynd yn rhydd." "Na wna i. Nhw ydy fy ngweithwyr gorau i," atebodd Pharo. "Wna i ddim gadael iddyn nhw fynd."



Ond fe wnaeth Duw wneud i Pharo newid ei feddwl. "Well i mi adael i'r bobl yma fynd yn rhydd," meddai, "ac efallai wedyn y bydd yr holl bethau ofnadwy yma'n stopio digwydd i mi."



Ond yna fe anfonodd Pharo ei filwyr i ymlid pobl Dduw. "Brysiwch a dewch â nhw'n ôl. Rydw i eu hangen i wneud yr holl waith yna i mi."

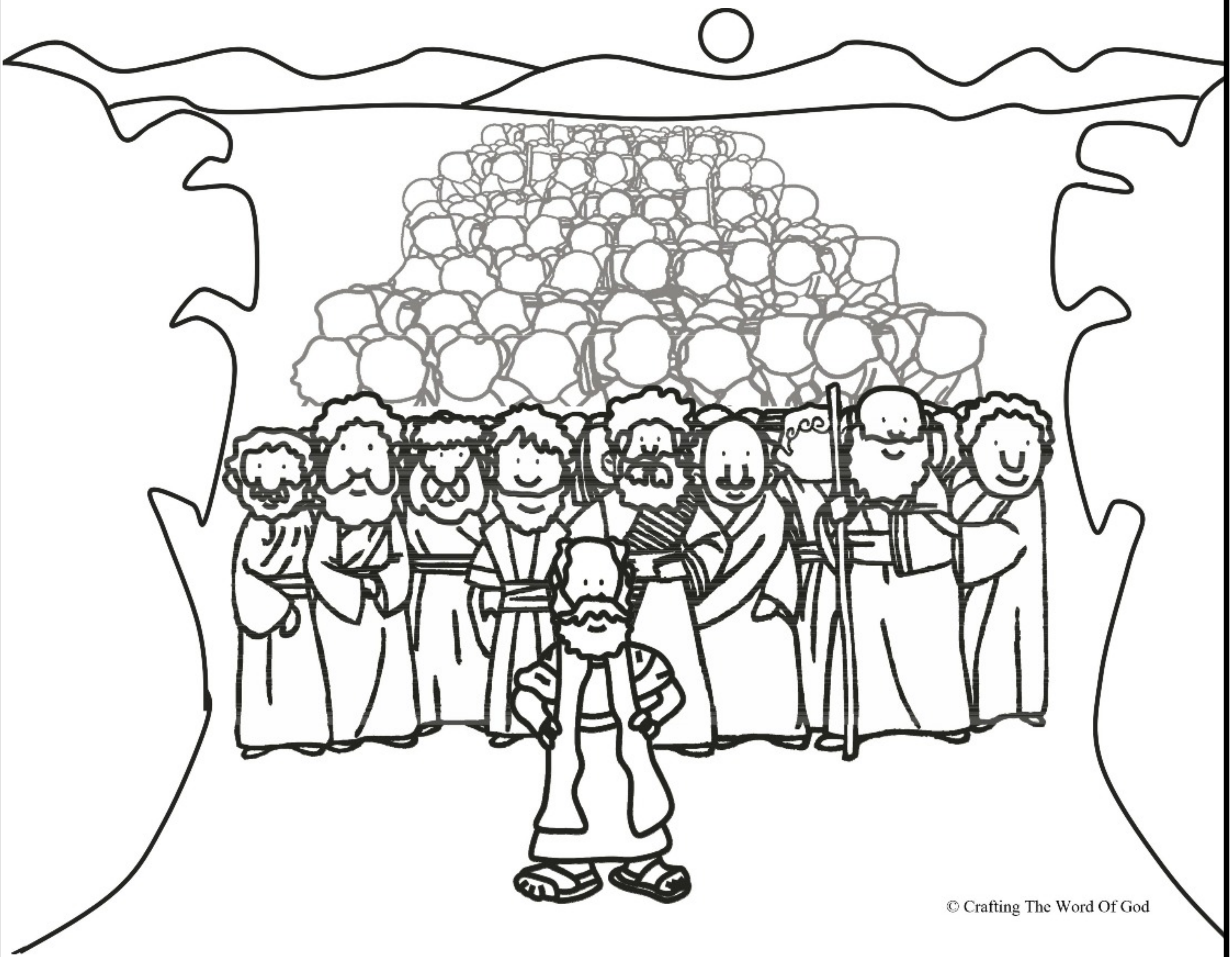


Cyrhaeddodd pobl Dduw y Môr Coch. Roedd y dŵr yn ddwfn ac roedden nhw'n methu â chroesi. Roedd y milwyr bron iawn â dal i fyny â nhw a doedd y bobl ddim yn gwybod beth i'w wneud.

Anfonodd Duw wynt mawr, cryf a chreodd lwybr yn y môr.
Cerddodd pawb ar hyd y llwybr i'r ochr arall yn ddiogel.

Lliwio

Ychwanega wynebau at y bobl sy'n croesi'r môr coch a lliwia'r llun.



Roedd pobl Israel wedi cerdded drwy ganol y môr ar dir sych, gyda'r dŵr fel wal bob ochr iddyn nhw. Exodus 14 adnod 29

Cwestiynau i'w Trafod

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

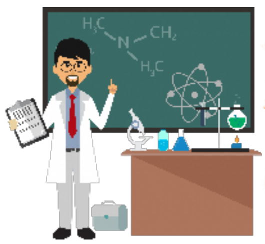
1. Wyt ti yn mwynhau storïau antur? Pa un ydi dy ffefryn?
2. Sut oedd yr Israeliaid yn teimlo pan sylweddolon nhw fod Pharo a'i filwyr yn dod ar eu holau?
3. Beth wnaeth Duw i achub y bobl?
4. Beth mae'r hanes yma yn dy ddysgu am y ffordd mae Duw yn gofalu am ei bobl?

Posau

Mae rhywun wedi cymysgu'r llun hwn.
Fedri di ei dynnu ar y grid gyda phob darn yn y lle cywir?

Pwy wyt ti'n ymddiried ynddo?

Rho dic i ddangos pob un y byddet ti'n ymddiried ynddynt.
Sut wyt ti'n penderfynu?



DUW

Gweddi fer

O Dduw,
rwyt Ti mor rhyfeddol ac mor nerthol!
Diolch i Ti fod bob dydd yn antur fawr pan ydw i'n dy ddilyn Di.
Diolch i Ti am ofalu amdana i bob dydd ac ym mhob peth.
Amen.

Chwilair

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

ACHUB
ANIALWCH
ARGLWYDD
ARWAIN
CANOL
CEFFYLAU
CERBYDAU
CERDDED
CHWYTHU
DUW
DYCHRYN
FFON
FFORDD
GWYNT
HOLLTI
ISRAEL
LLIFO
LLWYBR
MILWYR
MÔR
NERTH
SYCH
TRAFFERTH
YMLAEN
YMDDIRIED

Dolenni

Sgetsh bypedau: Moses - croesi'r Môr Coch https://youtu.be/1IN6d2UhPJg

Fideo o gân yr wythnos https://youtu.be/e1f1seKi0H8

Fideo o'r stori https://youtu.be/9QKpwwpN6Uo

Cartŵn o'r stori http://www.beibl.net/sites/default/files/Mosesa.r.M%C3%B4r.Coch_.mp4
Cartŵn o'r stori (Saesneg) https://www.youtube.com/watch?v=rzcYLCYItuc

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

Actio'r stori

Casgla gynfallau, cadachau a dillad o wahanol liwiau i wneud yr anialwch a'r Môr Coch (nad oedd yn goch mewn gwirionedd)!

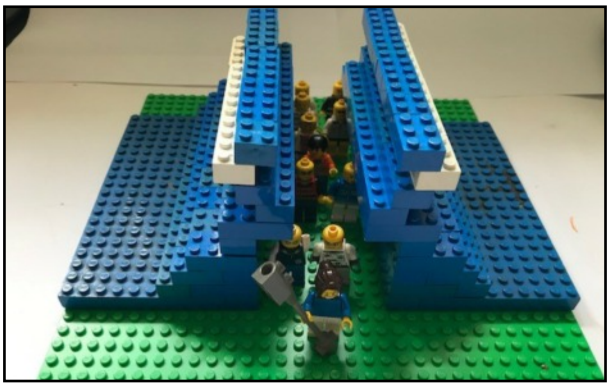
Wedyn gallet ti actio'r stori gyda dy deulu - gall un ohonoch chi fod yn Moses gyda ffon fawr. Gall y lleill fod yn Israeliaid neu'n filwyr Aifft.

Cystadleuaeth

Yr wythnos hon, rydyn ni'n lansio cystadleuaeth i bawb sy'n derbyn y pecyn hwn bob wythnos (mewn o leiaf 10 gwlad).

Yr her yw gwneud collage o stori croesi'r Môr Coch gan ddefnyddio llawer o wahanol ddefnyddiau. Pan fyddi wedi ei wneud, gofynna i riant dynnu llun ohono ac e-bostio'r llun at ahughes@saintygymuned.org erbyn dydd Llun Medi 14eg 2020.
Peid ag anghofio cynnwys dy enw a dy oedran. Mae'r gystadleuaeth yn agored i'r rhai 12 oed ac iau.

Cyhoeddir y lluniau buddugol mewn pecyn yn hwyrach ym mis Medi a bydd yr enillwyr yn derbyn gwobr.



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

Crefft

Sŵ Fôr

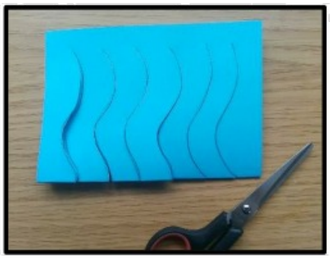
Bydd arnat angen:

Cerdyn A4– Glas, Gwyrdd a Gwyn
pensel, pinnau ffelt, siswrn, glud

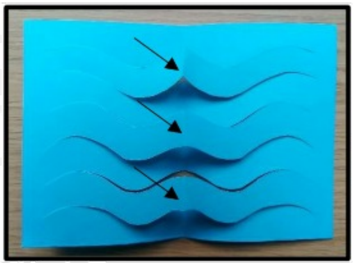
1. Plyga'r cerdyn A4 glas yn hanner a thorri (i faint A5)

2. Plyga yn hanner.

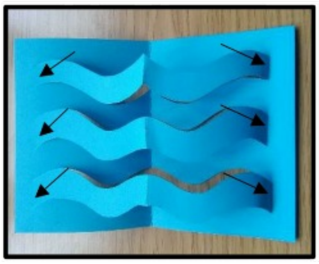
3. O'r plyg, gwna o linellau tonnog. Paid â mynd â nhw'r holl ffordd at yr ymyl, gad fwlch o tua 2cm.



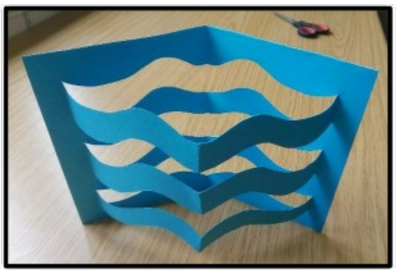
4. Yn ofalus torra ar hyd y llinellau tonnog.



5. Yn ofalus plyga bob yn ail don 'allan'

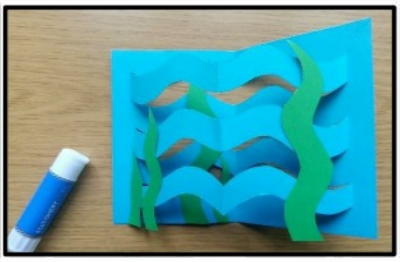


6. Plyga bob pen i'r tonnau fel yn y llun.



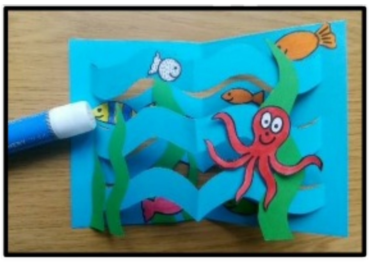
7. Mae'r sŵ fôr yn barod i'w lenwi nawr.

8. Gwna lun morwellt ar y cerdyn gwyrdd. Torra o'u hamgylch.



9. Gluda'r morwellt ar y sŵ fôr. Gwna'n siŵr dy fod yn rhoi morwellt ar y tonnau yn y blaen ac yn y cefn.

10. Gwna luniau o greaduriaid y môr. Lliwia nhw a'u torri allan.



11. Gluda'r creaduriaid ar y sŵ fôr. Gwna'n siŵr dy fod yn rhoi rhai ar y tonnau yn y blaen ac yn y cefn.

Pan groesodd Moses a'r Israeliaid y Môr Coch mae'n dweud yn y Beibl fod mur o ddŵr ar bob ochr. Tybed a fydden nhw wedi gweld yr holl bysgod yn y dŵr fel y sŵ fôr ….

Gweddi Greadigol

Gwasgu'r swigod

Yn yr hanes am Dduw yn achub yr Israeliaid, roedd y bobl yn poeni yn ofnadwy. Weithiau mae pethau yn gallu'n poeni ni hefyd. Ond rydyn ni'n gallu dweud wrth Dduw beth sy'n ein poeni a gofyn iddo'n helpu

Byddi angen: Ychydig o 'bubblewrap'
Beth i'w wneud:
●Dweda wrth Dduw beth sy'n dy boeni di. Dweda'n uchel neu dweda'n ddistaw yn dy ben.
●Gafaela yn y swigod plastig a gwasga un ohonyn nhw. Mae hyn fel arwydd dy fod wedi rhoi beth wyt ti'n poeni amdano i Dduw.

Duw yn symud y broblem!

Yn yr hanes fe helpodd Duw'r Israeliaid trwy symud y dŵr i'r bobl gerdded drwy'r môr. Efallai fod gennyt ti broblem, neu rwyt ti'n nabod rhywun sydd â phroblem. Defnyddia'r bag teimlo i weddïo.

Byddi angen:
- Bag plastig yn cau gyda 'zip'
- Tâp cryf ("Duct tape")
- Lliw bwyd glas
- Gleiniau neu fotymau bach
- Dŵr cynnes
- Ychydig o olew babi (os oes gennyt ti)

Beth i'w wneud:
Gwna'r bag teimlo:
- Llenwa ychydig dros chwarter y bag gyda dŵr cynnes.
- Rho tua 2 llond llwy fwrdd o olew babi yn y dŵr.
- Rho'r gleiniau (neu'r botymau) bach yn y bag.
- Rho'r lliw bwyd glas yn y dŵr.
- Cau'r bag yn ofalus gan geisio cael gwared a gymaint o'r aer a phosib.
- Defnyddia'r tâp cryf i selio'r bag yr holl ffordd o'i gwmpas.

Gweddïa:
- Meddylia am ryw broblem sydd gennyt ti neu rywun arall.
- Meddylia am Dduw yn symud y Môr Coch i'r bobl gerdded trwyddo.
- Wrth i ti feddwl, symuda'r gleiniau o gwmpas y bag drwy wasgu'n ofalus.
- Gofyn i Dduw symud y broblem fel rwyt ti'n symud y gleiniau.

Rhwystrau

Gwnaeth Duw ffordd i'w bobl groesi'r Môr Coch oherwydd eu bod yn ymddiried ynddo.
Pan fyddwn yn ymddiried yn Nuw, bydd yn gwneud ffordd i ni.
A oes unrhyw beth sy'n rhwystr yn dy ffordd di, fel roedd y Môr Coch yn ffordd y bobl i gyrraedd y wlad a addawodd Duw iddyn nhw? Meddylia am eiliad a gofyn i Dduw symud y rhwystr allan o dy ffordd.

Rysáit

Rysáit gan Jean Owen

Pastai pysgod

Cynhwysion:
- 4 stecen bysgod heb esgyrn (un yr un)
- 1 pwys o datws yn dibynnu ar faint rydych chi'n ei fwydo!
- Pecyn o saws persli neu saws caws.
- 3 owns o gaws wedi'i gratio
- Ychwanegwch halen a phupur i flasu.

Pastai pysgod - dull:
- Coginiwch y pysgod yn ysgafn nes eu bod yn dyner, mewn dŵr, neu mewn cymysgedd llaethog. Draeniwch yr hylif i ffwrdd, a'i ddefnyddio i wneud y saws.
- Haenwch y pysgod, a'i gymysgu â saws persli neu gaws (bydd saws parod yn gwneud yn iawn).
- Coginiwch y tatws nes eu bod yn dyner, stwnsiwch gyda menyn i gysondeb hufennog yn ôl y blas.
- Rhowch haen o bysgod mewn dysgl gwrth-wres, a halen a phupur i flasu.
- Llwywch y tatws stwnsh dros y top, gan orchuddio'n llwyr
- Gratiwch haen o gaws â blas cryf, gan ei orchuddio.
- Rhowch yng nghanol y popty ar wres cymedrol.
- Dim ond tua 10 munud y mae'n ei gymryd i goginio i ganiatáu i'r caws doddi'n llwyr a throi'n frown. Mae'r cynhwysion eisoes wedi'u coginio.

Bwytewch a mwynhewch. <> <

Canu

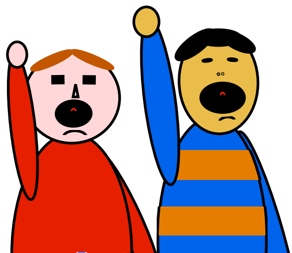
Deuteronomium 31 adnod 8

Bydd yr Arglwydd ei hun
yn mynd o dy flaen di.
Bydd E gyda thi.
Fydd E ddim
yn dy siomi di
nac yn dy adael di.

Paid bod ag ofn,
Paid anobeithio.
Paid bod ag ofn,
Paid anobeithio.

Hawlfraint 2005 Andy Hughes

Gwyliwch y gân hon a chydganu drwy glicio ar https://youtu.be/e1f1seKi0H8
Os hoffech chi gerddoriaeth (hen nodiant) ar gyfer y gân hon,
cysylltwch ag Andy Hughes - Ahughes@saintygymuned.org



Gemau

Tric y pupur du

Yn yr hanes o'r Beibl, mae Duw yn gwahanu'r môr er mwyn i'r bobl gerdded yn ddiogel i'r ochr arall. Yn yr arbrawf yma, mae'r pupur du yn symud i'r ochr yn debyg i'r môr yn symud yn yr hanes.

Byddi angen:
- Pupur du wedi ei falu'n fân
- Powlen neu blât
- Dŵr
- Hylif golchi llestri

Beth i'w wneud:
- Gofynna i dy deulu ddod i wylio.
- Arllwysa dŵr i bowlen neu blât.
- Ysgwyd y pupur ar wyneb y dŵr.
- Rho dy fys yn y dŵr. Does dim yn digwydd.
- Heb i neb weld rho fys arall mewn hylif golchi llestri (byddai'n syniad gwneud hyn cyn cychwyn yr arbrawf).
- Rho'r bys yma ar wyneb y dŵr.
- Gwylia wrth i'r pupur ruthro i ochr y plât.

Croesi'r cwpanau

Byddi angen:
- 3 cwpan (neu fwy!)
- Dŵr
- Pêl ping pong

Beth i'w wneud:
- Llenwa'r cwpanau at eu hymylon gyda dŵr
- Rho'r bêl ping pong ar y dŵr yn y cwpan gyntaf.
- Chwytha'r bêl nes ei bod yn mynd o un cwpan i'r llall.
- Pwy sy'n gallu ei chwythu ar draws y cwpanau yn yr amser byrraf?

Gemau

Gemau dŵr

Ras ddŵr

Byddi angen:
- 2 fwced, blychau plastig, pwll padlo neu gynhwysydd mwy
- Cwpanau i drosglwyddo'r dŵr
- Amserydd

Sut i chwarae
- Rhowch y bwcedi ar un pen i'r ardd / ardal awyr agored a dau yn y pen arall
- Cariwch ddŵr o un pen i'r llall gan ddefnyddio'r cwpanau llai
- Faint o ddŵr allwch chi ei drosglwyddo mewn 2 funud?
- Beth am weld a allwch chi guro'ch cyfanswm eich hun neu rasio yn erbyn aelod arall o'r teulu.

Tag rhewi

Byddi angen:
- Poteli chwistrellu glân a gwag neu gynnau dŵr!
- Dŵr!

Sut i chwarae:
- Casglwch eich chwaraewyr a photeli chwistrellu
- Sefydlwch reolau sylfaenol, sy'n cynnwys “Cewch chwistrellu ym mhob man heblaw uwchlaw'r ysgwyddau” a “Cewch chwistrellu targed o agos dim mwy na thair gwaith”)
- Gofynnwch pwy sydd eisiau bod yn “fo” a’i ddynodi’n ‘fo’
- Ewch amdani! Ewch gyda’r llif!
- Chwaraewch dag gyda'ch teulu!
- Newidiwch y person sydd yn ‘fo’ a chwaraewch eto!