



Cynllun i Achub

6 Sesiwn Clwb Ieuenctid

Adnoddau Gwasanaeth Plant ac Ieuenctid
Eglwys Bresbyteraidd Cymru

Gwenno Teifi

Ionawr 2011





Cynllun i Achub Cyflwyniad

Nod

Mae'r gyfres yma o sesiynau ar gyfer Clybiau Ieuenctid (11-14 oed) yn egluro hanfodion cynllun Duw i adfer y berthynas rhyngddo a dyn.

Cyflwynir hyn mewn 6 sesiwn dan y penawdau:

- Croeso a chreu
- Cynllun i achub
- Geni
- Y Croeshoeliad
- Penderfynu - Newid

Mae'r sesiynau'n cynnwys llawer o gemau amrywiol sy'n gysylltiedig â thema'r sesiwn ac yn gymorth i egluro ambell wirionedd. Mae'r dysgu'n seiliedig ar rannau o'r Beibl, a cheir amlinelliad o sgwrs i ddysgu ac ysgogi'r ieuenctid i feddwl am yr hyn maen nhw'n ei gredu. Fel rhan o'r sesiwn, nodir rhai darnau o DVD neu ganeuon sy'n clymu i mewn i'r thema.

Trefn

Wrth ddechrau clwb o'r newydd, neu ar ddechrau blwyddyn, mae'n bwysig cofrestru pob un o'r ieuenctid a gofyn i rieni lenwi ffurflen wybodaeth i'w chadw'n ofalus gan arweinydd y clwb. Mae ffurflenni proforma i gofrestru plant i'w cael yn nogfen "Er Mwyn ein Plant", Atodiad 6. (Ar gael hefyd ar y wefan www.paneldiogelwch.org.uk o dan y pennawd "Dogfennau a Pholisïau").

Paratoi

Mae'n hynod o bwysig eich bod yn gwybod yn iawn beth fyddwch yn ei wneud gyda'r ieuenctid yn ystod y clwb. Darllenwch trwy'r arweiniad a gewch, edrychwch ar y rhestr o bethau y bydd eu hangen arnoch, a darllenwch y rhannau o'r Beibl yn ofalus, fel ei fod yn glir yn eich meddwl.

Ceisiwch gyfarfod fel arweinwyr i weddio ac i gynllunio gweithgarwch y clwb. Mae'n ffordd dda o ofalu bod y clwb yn lle diogel a hwyliog i'r ieuenctid ddod iddo ac yn gymorth i gadw eich brwdfrydedd chi, ac felly frwdfrydedd a diddordeb y bobl ifanc.

Os ydych yn cychwyn clwb ieuenctid am y tro cyntaf, mae'n hanfodol eich bod wedi paratoi gwirfoddolwyr ymlaen llaw. Mae arweiniad clir i'w

gael yn nogfen "Er mwyn ein plant" a gynhyrchwyd gan y Panel Diogelwch Cydenwadol, ac mae hyfforddiant i'w gael trwy'r Panel.

Gellir cysylltu â'r Panel trwy ffonio 01745 817584, neu e-bostio pdpowen@aol.com a gallwch gael gwybodaeth am faterion diogelwch ar y wefan www.paneldiogelwch.org.uk

Cyngor a chefnogaeth

Os hoffech gael cyngor ynglŷn â chychwyn neu redeg clwb ieuenctid, cysylltwch â Coleg y Bala, Canolfan Plant ac Ieuenctid Eglwys Bresbyteraidd Cymru: 01678 520565 | colegybala@ebcpcw.org.uk

Cynllun i Achub

Sesiwn 1: Croeso a Chreu

Nod

Dysgu mai Duw sydd wedi creu y byd o'n cwmpas. Gallwn ni weld ei ogoniant yn y greadigaeth. Does gennym ni ddim esgus dros beidio ag adnabod Duw fel ein creadwr.

Bydd angen:

- Bara
- Menyn a dewis eang o bethau i'w rhoi mewn brechdanau
- Platiau
- Cyllyll a llwyau
- Rhestr o eiriau (gweler rhif 3)
- Fideo Planet Earth
http://www.youtube.com/watch?v=LH2Z_1-Frb8
- Gliniadur a thafunydd
- Pêl

1. Gêm: SBLAT

Amser: 10 munud

Nod: 'Torri'r îa' a dysgu enwau.

Gofynnwch i bawb sefyll mewn cylch gydag arweinydd yn sefyll yn y canol am y gêm gyntaf. Yr arweinydd i esbonio mai ef yw'r prif "Sblatiwr" ond bydd y gweddill yn gorfod sblatio ei gilydd yn gyflym er mwyn aros yn y gêm.

Bydd angen i'r arweinydd gyhoeddi 'codwch eich gynnu' a chael pawb i ddal eu dwylo o'u blaenau fel petaen nhw'n dal gwn.

Bydd yr arweinydd yn troi yn ei unfan ac yn dewis rhywun i'w sblatio trwy weiddi "SBLAT" ar y person a'i saethu â'i fraich. Bydd angen i'r person hwnnw fynd i lawr ar ei gwrcwd yn sydyn neu bydd allan o'r gêm.

Ond gwir nod y gêm yw i'r ddau berson sydd ar y naill ochr a'r llall i'r un sydd wedi ei sblatio fod y cyntaf i saethu'r person arall.

Yr arfer yw gweiddi "SBLAT" ar y person arall, ond os ydych am ei gwneud yn gêm i ddyysgu enwau yna gallwch ddweud bod angen gweiddi enw'r person arall i'w sblatio.

Pwy bynnag sy'n gweiddi olaf sydd allan o'r gêm ac yn gorfod eistedd yn eu hunfan. Mae'r gêm yn cario mlaen nes bod 2 berson ar ôl lle ceir duel i ddarganfod yr enillydd.

Duel

Esboniwch bod angen i'r ddau sefyll gefn wrth gefn

yng nghanol pawb gyda'u gynnu o'u blaenau. Bydd yr arweinydd yn gweiddi geiriau allan yn dechrau gyda 's' (e.e. selsig). Gyda bob gair bydd angen i'r ddau gymryd cam ymlaen (gan gamu oddi wrth ei gilydd) ond pan bydd yr arweinydd yn gweiddi "SBLAT" yna bydd angen i'r ddau droi rownd yn gyflym a'r cyntaf i weiddi "SBLAT" ar y llall sy'n ennill!

2. Creu brechdan

Amser: 10 munud

Bydd angen: Bara, menyn, dewis eang o bethau i roi mewn brechdanau, platiau, cyllyll a llwyau

Nod: Gwneud y frechdan fwyaf anhygoel a chreadigol

Gweithgaredd:

Rhowch yr holl gynhwysion allan ar fwrdd. Gofalwch fod pawb wedi golchi eu dwylo. Caniatewch 8 munud i'r bobl ifanc greu y frechdan fwyaf creadigol bosibl gan ddefnyddio'r cynhwysion sydd ar gael.

Pleidleisiwch dros enillydd ar y diwedd. Caiff y bobl ifanc fwyta eu brechdanau wrth i chi symud ymlaen i'r gêm nesaf.

Gofynnwch

- A wnaethoch chi fwynhau creu eich brechdan a bod yn greadigol?
- Ydych chi'n gwybod pam ein bod ni'n mwynhau creu a bod yn greadigol? Oherwydd bod y Duw a wnaeth ein creu ni yn Dduw creadigol iawn ac yn caru creu!

3. Gêm: "Charades" y greadigaeth

Amser: 5 munud

Bydd angen: Rhestr o eiriau

Nod: Actio y gwahanol eiriau er mwyn i weddill y grŵp ddyfalu beth ydynt.

Gofynnwch am wirfoddolwr ar ddechrau'r gêm. Rhowch y gair cyntaf ar y rhestr iddyn nhw ei actio. Pwy bynnag sy'n dyfalu'n gywir sy'n cael actio'r gair nesaf, ac yn y blaen.

Rhestr o eiriau

- Babŵn
- Enfys
- Mwydyn
- Carreg
- Eliffant
- Coeden

- Pengwin
- Morgrugyn
- Cangarŵ
- Yr haul
- Broga
- Y lleuad
- Rhaeadr
- Mynydd
- Colomen
- Eog
- Tylluan
- Buwch
- Seren

4. Sgets

Person 1: Dwi 'di cael car newydd! Dwi mor hapus!

Person 2: O cŵ! Pa liw ydi o?

Person 1: Coch llachar!

Person 2: Neis. Be sydd gynno fo?

Person 1: "Alloy wheels"! "Sat nav"! "Exhaust" enfawr! "Sound system" gwych! Y car gore yn y byd!

Person 2: Waw. Pa fêc ydi o?

Person 1: Be ti'n feddwl?

Person 1: Pwy sy 'di wneud o?

Person 2: E?

Person 1: Pa enw sydd ar y car??

Person 2: Dim enw o gwbl!

Person 1: Ma hynny'n amhosib! Sut cafodd o'i wneud os nad oes neb wedi ei wneud o?!

Person 2: Ymmmmmm.....(edrych yn wirion). Dwi'n meddwl ... iawn ... bod na ffrwydrad anferth wedi bod mewn ffatri blastig a bod y car 'ma jyst wedi ymddangos!!

Person 1: (Yn edrych fel bod person 2 yn wallgof) Felly, ti'n dweud wrtha i bod y car coch anhygoel yma gyda "alloy wheels", "sat nav", "sound system" gwych a phopeth jyst wedi ymddangos allan o ffrwydrad?!

Person 2: Ymmmm....ydw (ychydig yn ansicr).

Person 1: (Wrth yr ieuenctid) Pwy sy'n meddwl bod hyn yn wirion? Wel, mae rhai pobl yn meddwl bod yna neb yn gyfrifol am wneud yr holl fyd yma! Mae jyst camgymeriad ydi o! Ffliwcen allan o ffrwydrad!

5. Fideo Planet Earth

http://www.youtube.com/watch?v=LH2Z_1-Frb8

Bydd angen: Y fideo, gliniadur a thaflunydd

Gofynnwch: Pwy sy'n cytuno â fi fod y byd yn anhygoel?

6. Sgwrs

Oeddech chi'n gwybod - pe bai'r byd ychydig o filltiroedd yn agosach i'r haul, byddai'r holl ddŵr yn cael ei anweddu a byddai'n amhosib byw yma? Ond pe bai'r byd ychydig o filltiroedd yn bellach oddi wrth yr haul, byddai'r holl ddŵr yn rhewi ac fe fyddai'n amhosib byw yma. Felly mae'r ddaear yn y lle perffaith er mwyn i ni gael byw yma! Mae'n amlwg bod rhywun wedi ei greu! Mae hyn yn llawer mwy na chyd-ddigwyddiad anferth!

Dyma sut mae Duw yn dweud y cafodd y byd ei greu...

(Adroddwch fersiwn Beibl.net o stori'r creu sydd wedi ei gynnwys fel Atodiad ar dudalen 21. Paratowch PowerPoint gyda lluniau i gyd-fynd â phob diwrnod os yw'n bosib).

...Edrychodd Duw ar ei greadigaeth, wedi ei gwneud fel roedd arno ef eisiau iddi fod, yn berffaith, yn llenwi'r gwacter, a gwelodd ei bod yn dda!

Fel roedden ni wedi mwynhau gwneud y brechdanau a gweld pa mor dda oedden nhw, fe greodd Duw bopeth a gweld pa mor dda oedd e. Pan fydd rhywun yn creu rhywbeth maen nhw'n falch ohono, maen nhw'n arwyddo eu henw ar y gwaelod, neu'n gadael marc i ddangos mai nhw wnaeth ei greu. Os edrychwn ni o'n cwmpas, rydyn ni'n gallu gweld marc Duw ar ei greadigaeth nawr. Bob man o'n cwmpas, rydyn ni'n gweld tystiolaeth bod ein Duw ni'n anhygoel! Dim camgymeriad ydi'r byd yma, a dim camgymeriadau ydyn ni. Mae Duw wedi creu y byd yma a'n creu ni, ac mae ganddo gynllun ar gyfer bywydau pob un ohonon ni. Byddwn ni'n clywed mwy am hyn y tro nesaf.

7. Gêm: Pêl

Amser: 5 munud

Bydd angen: Pêl

Nod: Profi meddwl cyflym eich grŵp a'u sgiliau cofio.

Gofynnwch i'r grŵp sefyll mewn cylch. Rhewch y bêl i un person. Esboniwch bod rhaid meddwl yn gyflym yn ystod y gêm yma. Y syniad yw, pan fydd y bêl yn cael ei thafu atoch chi, mae'n rhaid i chi alw enw planhigyn neu anifail cyn tafu'r bêl at rywun arall. Os ydych chi'n oedi neu'n dweud dim yna mae'n rhaid i chi eistedd i lawr ac rydych allan o'r gêm. Os oes rhywun yn ailadrodd rhywbeth sydd wedi cael ei ddweud yn barod, eto, mae'n rhaid iddyn nhw eistedd i lawr.

Nod

Dysgu bod Iesu'n fab i Dduw, ei fod yna yn creu'r byd, mai Iesu yw'r Meseia roedd pawb yn aros amdano ac a ddaeth i lawr a newid y byd am byth, ac y bydd yn byw am byth.

Bydd angen

- Siocled
- Diodydd
- 8 papur A4 a'r campau enwog wedi eu sgwennu arnyn nhw (gweler rhif 1 isod)
- Rhestr o wahanol gampau
- Sticeri
- Beiro
- Papur leinio wal
- Pin ffelt tew
- Blu Tack
- 'Magic 8-Ball' (ar gael o siopau teganau, neu ar y we), 'fortune cookies', neu bapurau gyda gwahanol atebion arnyn nhw

Proffwydoliaeth

Genesis 3:15 "... bydd ef yn sigo dy ben di, a thithau'n sigo'i sawdl ef."

1. Pwy wnaeth beth?

Amser: 10 munud

Bydd angen: Siocled ayb, diodydd, posterï o'r campau enwog

Paratoi: Rhoi'r posterï gyda'r campau enwog arnynt i fyny ar y wal.

1. Dal record y byd am redeg 100 medr (9.77 eiliad)
2. Dyfeisio'r ffôn
3. Darganfod America yn 1492
4. Ennill y 10fed cyfres o "Big Brother"
5. Ennill Cwpan y Byd Pêl-droed yn 2010
6. Paentio'r Mona Lisa
7. Gwahanu'r Môr Coch ac arwain yr Israeliaid drwyddo at dir sych
8. Rhif 1 yn y siartiau am 10 wythnos gydag "Umbrella"

Atebion: 1. Asafa Powell; 2. Alexander Graham Bell; 3. Christopher Columbus; 4. Josie; 5. Sbaen; 6. Leonardo da Vinci; 7. Moses; 8. Rhianna

Wrth i'r bobl ifanc gyrraedd, rhwch bapur a beiro i bob un. Wrth iddyn nhw fwynhau siocled, diod ac ati, anogwch nhw i geisio dyfalu pwy a wnaeth bob un o'r campau ac ysgrifennu eu hatebion. Cymerwch y taflenni cyn symud ymlaen.

2. Beth wyt ti wedi ei wneud?

Amser: 6 munud

Bydd angen: Rhestr o wahanol gampau

Nod: Gweld pa mor dda mae eich grŵp yn adnabod ei gilydd a meddwl am eu hunaniaeth.

Gêm

Gofynnwch i'r grŵp sefyll mewn llinell yn eich wynebu chi ym mhen arall yr ystafell. Esboniwch mai nod y gêm yw bod y cyntaf i gerdded hyd yr ystafell nes eu bod wedi pasio'r arweinydd. Byddwch chi'n darllen pob ffaith. Os yw'r ffaith yn wir am rywun, maen nhw'n cael cymryd cam ymlaen. Pawb arall i aros yn eu hunfan. Parhewch i ddarllen y ffeithiau nes bod rhywun wedi'ch cyrraedd. Gallwch ddefnyddio'r rhestr isod:

- Dwi wedi bod yn America
- Dwi'n unig blentyn
- Mae'n well gen i Burger King na McDonalds
- Dwi'n gwisgo rhywbeth coch
- Dwi'n cerdded i'r ysgol
- Dwi'n cefnogi Manceinion Unedig
- Dwi'n chwarae offeryn
- Dwi'n gallu rholio fy nhafod
- Dwi wedi torri asgwrn
- Dwi erioed wedi cael 'detention' yn yr ysgol
- Dwi wedi cael fy meddyddio
- Dwi'n gallu dweud Llanfairpwllgwyngyllgogeryc hwyndrobwll-llantysiliogogoch
- Mae gen i gi
- Dydw i ddim wedi symud tŷ
- Dwi'n gwybod beth yw prif ddinas Awstralia (Canberra)
- Dwi'n gwisgo sbectol
- Dwi'n llysieuwr
- Dwi'n caru "X Factor"
- Dwi'n gallu garglo'r anthem genedlaethol

3. Pwy ydw i?

Amser: 6 munud

Bydd angen: Sticeri, beiro

Nod: Dyfalu'r enwau sydd ar eu cefnau

Gêm

Rhowch sticer ar gefn pawb gydag enw rhywun enwog wedi ei sgwennu arno. Gallwch ddefnyddio enwau o'r rhestr isod neu feddwl am rai eich hunan. Gallwch ddefnyddio enwau dynion a menywod, pobl sy'n fyw, yn farw neu'n gymeriadau dychmygol. Er enghraifft:

- Andy Murray
- Sherlock Holmes
- Homer Simpson
- Buzz Lightyear
- Angelina Jolie
- Wayne Rooney
- Michael McIntyre
- Captain Jack Sparrow
- Brad Pitt
- Frodo Baggins
- Duffy
- Cheryl Cole
- George W Bush
- Tom Jones
- Mozart
- Sali Mali
- Wali Tomos
- Denzil Pobl y Cwm
- Iesu
- Gavin Henson

Mae'n rhaid i bob un o'r bobl ifanc geisio dyfalu'r enw sydd ar eu cefnau drwy ofyn cwestiynau i weddill aelodau'r grŵp. Mae'n rhaid bod posib ateb y cwestiynau yma â 'ie/ydi/oes' etc neu 'na'. Er enghraifft does dim hawl gofyn 'Am beth mae'r person yma'n fwyaf enwog?' ond mae hawl gofyn 'Ai Cymro ydi'r person yma? / Ydi'r person yma'n actor?' / Oes gan y person yma wallt melyn?' etc. Y cyntaf i ddyfalu sy'n ennill.

4. Llinell amser

Amser: 5 munud

Bydd angen: 2 sribed o bapur leinio wal, pin ffelt tew, Blu Tack

Nod: Dysgu bod Iesu yna yn y cychwyn yn rhan o'r creu, a bod popeth yn un cynllun mawr

Paratoi: Rhowch sribed o bapur leinio wal ar ei hyd ar y wal â'r Blu Tack. Dylai fod tua 4 metr o hyd, os oes gennych ddigon o le. Tynnwch linell ar hyd y papur, hanner ffordd rhwng y top a'r gwaelod. Rhowch '1' ar ben chwith y llinell, a 'Nawr' ar ben dde y llinell

Eglurwch:

Rydyn ni wedi dysgu mwy am ein gilydd yn y clwb yr wythnos yma a'r wythnos ddiwethaf: y math o bobl ydyn ni, beth rydyn ni'n dda am ei wneud, a beth rydyn ni wedi ei wneud yn ein bywydau. Rydyn ni hefyd wedi dysgu mwy am bobl enwog. Am weddill y sesiwn, byddwn ni'n darganfod mwy am Iesu: pwy ydi Iesu a beth mae wedi ei wneud. Mae'n siŵr eich bod chi wedi sylwi ar y sribed o bapur ar y wal. Mae hwn yn llinell amser i gynrychioli bywyd Iesu, beth wnaeth e ac ymhle. Byddwn yn ychwanegu at y llinell amser wrth i ni fynd ymlaen.

Gofynnwch:

Beth yw'r peth cyntaf mae Iesu yn ei wneud yn y Beibl?

Efallai y byddan nhw'n awgrymu ei eni, neu efallai'n sôn amdano ym mhroffwydoliaethau'r Hen Destament. Efallai y bydd rhywun yn dweud yr ateb cywir, sef y creu.

Estynnwch y sribed arall o bapur a'i roi ar y wal gan ei roi yn sownd wrth ochr chwith y sribed cyntaf. Dylai'r ddau sribed fod tua'r un faint. Unwaith eto, tynnwch linell ar draws canol yr ail sribed. Rhowch 'y creu' ar ochr chwith yr ail sribed.

Eglurwch:

Mae yna dipyn o ddadlau faint yn union yn ôl y creodd Duw y byd. Byddai rhai pobl yn dweud 4000 o flynyddoedd yn ôl. Byddai eraill yn dweud 15 biliwn o flynyddoedd yn ôl! Dydi hi ddim yn hollbwysig pa ffigwr sy'n gywir. Y cwbl y mae angen i ni ei wybod ydi bod y byd wedi'i greu amser hir cyn i Iesu gael ei eni!

5. Dweud ffortiwn neu broffwydoliaeth?

Amser: 6 munud

Bydd angen: 'Magic 8-Ball' (ar gael o siopau teganau, neu ar y we), 'fortune cookies', neu bapurau gyda gwahanol atebion arnyn nhw

Nod: Cael hwyl wrth ddangos y gwahaniaeth rhwng dweud ffortiwn a proffwydoliaeth go iawn.

Gweithgaredd

Rhowch gyfle i bawb ofyn cwestiwn i'r 'Magic 8-Ball',

neu agor ‘fortune cookie’ neu dynnu papur ac ateb arno allan o fag.

Ceisiwch ei gadw’n ysgafn, oherwydd y syniad yw dangos pa mor wirion yw’r ddau beth.

Mae’n syniad da i chi gychwyn a gofyn rhywbeth dibwys fel ‘A fydd ... (enw arweinydd) byth yn torri ei wallt yn daclus?!’, ‘A fydd Caerdydd byth yn cyrraedd y Premiership?’

Bydd neb llawer yn derbyn ateb clir i’w cwestiwn nac ateb sy’n berthnasol iddyn nhw.

Gofynnwch

Ydych chi’n meddwl bod yr atebion yma yn ddibynadwy? Ydych chi’n meddwl bod y papurau bach yma yn gallu dweud beth fydd yn digwydd yn y dyfodol?

Pwy sy’n gwybod beth ydi proffwydoliaeth go iawn??

Nid dweud ffortiwn ydi proffwydoliaeth ond pobl yn dweud neges roedd Duw wedi ei rhoi iddyn nhw, ac yn dweud pethau penodol iawn. Dyna beth ydi proffwydoliaeth go iawn!

6. Sgwrs

Bydd angen y rhestr isod o broffwydoliaethau wedi eu sgwennu ar gardiau

Ydych chi’n cofio sôn am y creu yr wythnos ddiwethaf? Ar ôl iddo greu byd perffaith, yn ôl yn y dechrau, trodd pobl oddi wrth Duw a’i wrthod. Ond roedd Duw yn dal i’w caru nhw a dywedodd ei fod am anfon rhywun i’w hachub (Genesis 3:16), i ddod â nhw nôl ato ef. Roedd Duw eisiau ei bobl yn ôl yn syth, er eu bod wedi ei frifo. Dywedodd ei fod am anfon rhywun i’w hachub a gofynnodd iddyn nhw aros yn ffyddlon iddo yn y cyfamser.

Bu’r bobl yn aros am filoedd o flynyddoedd! Ac am 4000 o flynyddoedd dewisodd Duw rai pobl i fod yn broffwydi er mwyn atgoffa’r bobl fod rhywun yn dod i’w hachub, ac er mwyn disgrifio’r person yma.

(Beth yw proffwyd? Pobl roedd Duw yn siarad â nhw yn uniongyrchol, yn dweud beth oedd am ddigwydd.)

Felly pan fyddai’r achubwr yn dod, byddai’r bobl yn gwybod mai hwn oedd yr un roedden nhw wedi bod yn disgwyl amdano, hwn oedd yr un fyddai’n gallu mynd â nhw nôl at Dduw.

Pwy mae Duw yn ei anfon i achub y bobl? Iesu!

Ei unig fab! Mae Iesu’n cyrraedd ac yn dweud mai amdano fe maen nhw wedi bod yn disgwyl ers yr holl flynyddoedd. Os sylwch chi, mae holl amser yn troi o gwmpas Iesu. Rydyn ni’n byw yn 2011 – 2011 o flynyddoedd ers geni Iesu!

Mae Iesu’n cyrraedd y byd ac yn dweud bod yr holl Feibl yn siarad amdano! Os edrychwn ni ar yr Hen Destament, sef rhan gyntaf y Beibl, gafodd ei ysgrifennu cyn i Iesu gael ei eni, fe allwn ni weld a oedd e’n dweud y gwir. Rydyn ni’n gallu edrych ar y proffwydoliaethau a gweld a oedden nhw’n disgrifio Iesu!

I ddweud y gwir, mae llawer iawn o broffwydoliaethau am Iesu yn y Beibl, 269 ohonyn nhw! Dyna beth fyddwn ni’n edrych arno dros yr wythnosau nesaf, pethau sy’n digwydd i Iesu a phethau mae’n eu gwneud, pethau na allai fod wedi eu cynllunio – ei eni, ei fywyd, ei farw, a’i atgyfodiad. Byddwn ni’n edrych i weld a oes sôn am y rhain yn y proffwydoliaethau.

Gobeithio y gwelwch chi ei bod yn amlwg mai Iesu yw’r achubwr yng nghynllun mawr Duw!

Dyma ychydig o enghreifftiau sydyn o’r proffwydoliaethau. Cewch chi benderfynu a ydyn nhw’n disgrifio Iesu.

Ysgrifennwch y rhain ar gerdyn tenau ymlaen llaw. Gofynnwch i’r bobl ifanc eu gosod ar y llinell amser wrth i chi eu cyflwyno.

- 700 mlynedd cyn geni Iesu, dywedodd y proffwyd Ezeia – “bydd yr achubwr yn cael ei eni o wryf”
- 700CC Micah – bydd yn cael ei eni ym Methlehem
- 700CC Ezeia – ni fydd yn pechu
- 700CC Ezeia – bydd yn gwneud gwyrthiau
- 500CC Sechareia – bydd yr achubwr yn dod i mewn i Jerwsalmen ar gefn asyn
- 1000CC Dafydd – bydd yn cael ei fradychu gan ffrind
- 700CC Sechareia – bydd y ffrind yn derbyn 30 darn o arian amdano
- 700CC Ezeia – bydd yr achubwr yn cael ei ddyrnu, ei farf yn cael ei rhwygo, pobl yn gwneud hwyl am ei ben ac yn poeri arno, bydd pobl yn ei

gasáu. Ond fydd e ddim yn amddiffyn ei hun.

- 1000CC Dafydd – dweud y byddai'n cael ei groeshoelio, gannoedd o flynyddoedd cyn i'r Rhufeiniaid ddyfeisio croeshoeliad!!
- Eseia a Dafydd – bydd yn dod nôl yn fyw!
- Dafydd – bydd yn eistedd ar ochr dde Duw.

Dyma restr o wahanol bobl dros gyfnod o 4000 o flynyddoedd yn disgrifio Iesu yn berffaith. Mae hynny ymhell o fod yn gyd-ddigwyddiad! Mae'n amlwg mai Duw anfonodd Iesu. Mae hyn yn gallu gwneud i ni ymddiried yn Iesu. Rydyn ni'n gwybod ei fod yn dweud y gwir pan fydd yn dweud y cawn ni'n hachub a chael perthynas gyda Duw os rhown ein bywydau iddo Ef.

7. Gweddi

Nod

Dysgu pam anfonodd Duw ei unig fab i'r byd i gael ei fabwysiadu gan bâr yn eu harddegau. Dysgu bod Duw yn ein caru ni gymaint nes ei fod yn fodlon anfon ei fab i'r byd fel ein bod ni'n gallu dod ato ef drwy ffydd yn Iesu.

Bydd angen:

- Pacedi o Wotsits
- Bagiau sbwriel du
- Papur newydd
- Matiau neu hambwrdd
- Rhaff
- Powlen fawr o ddŵr
- Masking tape
- Tâp mesur sy'n saethu yn ôl
- Chwaraewr DVD, neu liniadur a thaflunydd
- Copi o The Nativity Story (PG) (Cyhoeddwr: Entertainment In Video (Ebrill 2007); ISBN:EDV9479)
- Ewyn eillio
- Tywelion a dŵr
- Wyneb carw bach
- Trac wedi ei farcio
- Helmedau beicio
- Tywel

Proffwydoliaeth

'Felly, mae fy Arglwydd ei hun yn mynd i roi arwydd i chi! Edrychwch, bydd y ferch ifanc yn feichiog, ac yn cael mab — a bydd y plentyn yn cael ei alw yn Immanuel.' Eseaia 7:14

Pa bynnag adeg o'r flwyddyn yw hi, mae wastad yn hwyl chwarae gemau Nadolig! Rhannwch y grŵp yn dimau o 4/5 gan ofyn iddyn nhw ddewis enw Nadoligaidd i'r tîm.

1. Cyflwyniad

Dywedwch mai hanes y Nadolig yw'r hanes enwocaf yn y byd i gyd. Rydyn ni'n clywed amdano hyd syrffed weithiau. Beth sydd mor arbennig am y babi yma? – mae miloedd o fabanod yn cael eu geni bob dydd! Dywedodd Eseaia 700 mlynedd cyn iddo gael ei eni y byddai'r union faban yma yn cael ei eni! Pam roedd Eseaia yn dweud wrth bawb bod y baban yma'n dod? Byddwn ni'n edrych ar hyn heno.

2. Gêm: 'Wotsits' Siôn Corn

Amser: 10 munud

Bydd angen: Pacedi o Wotsits, ewyn eillio, bagiau sbwriel du, tywelion a dŵr, papur newydd

Nod: Cael y nifer fwyaf o Wotsits ar farf Siôn Corn.

Paratoi: Rhowch bapur newydd ar y llawr. Gwnewch dyllau ym mhen y bagiau sbwriel

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch am ddau wirfoddolwr o bob tîm. Gofynnwch i'r ddau berson wynebu ei gilydd rhyw ddau fetr ar wahân.

Rhowch fag sbwriel dros ben un person o bob pâr a rhowch ewyn eillio dros eu hwynebau er mwyn creu barf mawr.

(Rhybudd: gwylwch y llygaid a'r geg a pheidiwch â gofyn i blant sydd â chroen sensitif.)

Esboniwch y bydd angen i'r person arall yn y pâr daflu'r 'Wotsits' ato a'u cael i aros yn y farf. Y pâr sy'n cael y mwyaf o Wotsits i aros mewn 1 funud sy'n ennill.

3. Gêm Carw Nadolig

Amser: 3 munud

Bydd angen: Tâp mesur sy'n saethu yn ôl, wyneb carw, masking tape

Nod: Helpu'r carw i baratoi ar gyfer y Nadolig.

Paratoi: Defnyddiwch dâp mesur 5 metr o hyd. Gwnewch wyneb carw bach a'i sticio i ben y tap mesur. Defnyddiwch masking tape i farcio trac rasio llydan ar y llawr gyda llinell gychwyn a llinell derfyn. Dylai'r trac fod yr un hyd â'r tap mesur.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch i rai o bob tîm i fynd ar eu gliniau tu ôl i'r llinell gychwyn. Esboniwch bod ganddyn nhw gyfle i fod yn bartner hyfforddi i garw yn ei baratoadau olaf cyn y Nadolig. Soniwch pa mor bwysig yw gwaith carw a dweud bod rhaid iddo fod yn heini dros ben.

Esboniwch y gêm:

Ar y gair 'Ewch', bydd angen iddyn nhw gropian ar ras a cheisio curo'r carw (tâp mesur) dros y llinell derfyn. Estynnwch y tâp mesur fel bod y carw ar y llinell gychwyn a'ch bod chi tu ôl i'r llinell derfyn. Ar y gair 'Ewch', gollyngwch y botwm ar y tâp mesur, fel ei fod yn saethu yn ôl tuag atoch chi. Gallwch ei arafu drwy wasgu'r botwm i'w stopio bob yn hyn a hyn. Ceisiwch wneud y ras yn un agos rhwng y bobl ifanc a'r carw.

4. DVD ‘The Nativity Story’

Amser: 10 munud

Bydd angen: Chwaraewr DVD, copi o The Nativity Story (PG)

Nod: Dangos realiti y Nadolig cyntaf.

Paratoi: Paratowch y chwaraewr DVD, dewch o hyd i'r man priodol yn y ffilm a'i stopio yn barod i'w chwarae

Clip Ffilm

Dechrau: 1 awr, 12 munud a 57 eiliad, ar ddechrau pennod 18

Stopio: ar ôl 10 munud a 3 eiliad, pan mae'r dyn doeth yn dweud ‘God Made Flesh’
Pennod DVD 18-20

(Gallwch ddefnyddio unrhyw ddarn o'r ffilm i ddangos realiti y Nadolig cyntaf. Mae'r clip yma yn dangos y ffordd mae Iesu, hyd yn oed yn fabi, yn newid bywydau ac yn dod â rhyddid i bobl.)

Mae'n syniad da i wyllo'r rhan o'r DVD fyddwch chi'n ei defnyddio ymlaen llaw i ofalu ei bod yn addas ar gyfer eich grŵp.

5. O'r Beibl

Eglurwch ein bod yn y sesiwn ddiwethaf wedi edrych ar y ffaith fod Duw yn mynd i anfon rhywun i ddod i achub ei bobl. Wrth feddwl am anrhegion Nadolig, gallwn ddweud yn sicr mai'r anrheg orau erioed ydi Duw yn rhoi ei unig fab yn rhodd i'r byd.

Darllenwch Ioan 1:1-14

Dyna beth ydi Nadolig. Dathlu bod Iesu, sef y ‘Gair’, wedi dod i'r byd yn berson fel chi a fi. Dywedodd Duw o'r cychwyn ei fod yn anfon rhywun i'n hachub ni. Dywedodd Eseaia 700 mlynedd cyn iddo gael ei eni y byddai'r ‘achubwr’ yn cael ei eni i ferch oedd yn wryf. A dyna ddigwyddodd gyda Iesu. Er ei fod yn Dduw, roedd yn fodlon dod fel baban i'r byd er mwyn ein hachub ni. Trwy gredu ynddo, rydyn ni'n cael dod yn ôl i berthynas gyda Duw er ein bod wedi troi cefn arno. Byddwn yn clywed mwy am hyn yn y sesiynau nesaf.

6. Gêm: Ras ar y sled

Amser: 5 munud

Bydd angen: matiau neu hambwrdd, trac wedi ei farcio, rhaff, helmedau beicio.

Nod: Cystadlu yn y ras sled.

Paratoi: Marciwch gwrs ar gyfer y ras; rhyw fath o gylch fyddai orau. Neu gall arweinydd sefyll ar bob pen i'r ystafell, metr neu ddau oddi wrth y wal. Os oes gennych lawr caled, defnyddiwch fatiau neu blancedi fel sled. Os oes gennych garped, hambwrdd metal fyddai'n gweithio orau.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch i bob tîm ddewis Siôn Corn ar gyfer y ras; yr aelod ysgafna yw'r dewis gorau!

Rhowch helmed i bob Siôn Corn ei gwisgo rhag ofn y bydd gwrthdrawiadau!

Rhowch sled i bob tîm. Os mai hambwrdd yw'r sled, bydd angen tywel neu raff fel ffrwyn. Os mai mat neu flanced ydi'r sled, gall yr un sy'n tynnu afael yn y mat neu'r flanced ei hun.

Esboniwch y bydd dau dîm yn rasio ar yr un pryd. Esboniwch y bydd angen i'r tîm dynnu eu Siôn Corn o amgylch y cwrs. Dangoswch yn glir beth ydi'r cwrs. Mae'r ddau dîm yn dechrau ar ddau ben gwahanol i'r ystafell (dychmygwch wyneb cloc, un yn cychwyn ar 12 a'r llall yn cychwyn ar 6) ac yn gorfod dal i fyny â'r tîm arall. Mae'r dyfarnwr yn penderfynu pryd mae hyn wedi digwydd.

Os nad oes neb wedi dal i fyny ar ôl 1 funud, cyhoeddwch mai'r tîm rydych chi'n meddwl ddaeth agosaf at ddal y tîm arall yw'r enillwyr. Bydd angen i chi gael rownd gynderfynol a rownd derfynol os oes mwy na 2 dîm.

7. Gêm: Carolau dan ddŵr

Amser: 6 munud

Bydd angen: powlen fawr o ddŵr, tywel

Nod: Dyfalu pa garol mae'r aelod o'u tîm yn ei chanu

Paratoi: Ysgrifennwch restr o garolau adnabyddus.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Rhowch bowlen fawr o ddŵr ar y bwrdd.

Gofynnwch am wirfoddolwr o bob tîm i ddod i'r blaen.

Esboniwch fod y gwirfoddolwyr yn mynd i ganu

carol Nadolig adnabyddus.

Y cyfan y mae angen i'r tîm ei wneud ydi enwi'r garol.

Ond bydd y gwirfoddolwyr yn gorfod canu â'u hwynebau yn y bowlen o ddŵr!

Dewiswch un o'r gwirfoddolwyr i fynd gyntaf a dangoswch enw un o'r carolau ar y rhestr iddo/ iddi. Yn ei amser ei hun, dylai'r gwirfoddolwr roi ei wyneb yn dŵr a dechrau canu.

Mae'n rhaid i'w dîm ddyfalu pa garol mae'n ei chanu. Os yw'r tîm yn dyfalu'n gywir, mae'n cael 10 pwynt, os yw'n anghywir, gall un o'r timau eraill ddyfalu am 5 bwynt.

Y tîm â'r mwyaf o bwyntiau ar ôl i bob carol gael ei chanu sy'n ennill y gêm.

Gallwch gadw yr un gwirfoddolwyr ar gyfer yr holl gêm neu ofyn am wirfoddolwr newydd ar gyfer pob rownd.

Cadwch dywel gerllaw er mwyn i'r gwirfoddolwyr sychu eu hunain.

Nod

Dysgu pa mor annheg oedd croeshoelio Iesu. Ei fod yn hollol ddiniwed. Ei fod wedi cymryd ein lle ni, wedi cymryd ein cosb ni.

Bydd angen:

- Rhestr o bethau sy'n diarddel (gweler gêm 1)
- Beibl
- Modd i ddangos DVD e.e. gliniadur a thaflunydd
- DVD "The Chronicles of Narnia: The Lion, The Witch and The Wardrobe" (PG) Buena Vista Home Entertainment / Disney
- Papur a beiro i bawb
- Croes
- "Shredder"/ pinnau
- Cân addas e.e. "Love Song" gan Third Day
- Offer i chwarae'r gân

Proffwydoliaeth

Cafwyd proffwydoliaethau oedd yn dweud y byddai Iesu, yr achubwr, yn cael ei groeshoelio:

Salm 22:16 "y maent yn trywanu fy nwylo a'm traed."

Deuteronomium 21:33, "mae un a grogwyd ar bren dan felltith Duw."

1. Gêm: Dydy hi ddim yn deg!

Amser: 5 munud

Bydd angen: Rhestr o bethau sy'n eu diarddel (gweler isod)

Nod: Gwneud i aelodau'r grŵp deimlo'u bod wedi cael eu trin yn annheg.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Dechreuwch trwy ddweud y bydd un person lwcus iawn yn ennill yr holl fferins! (Dangoswch dwb mawr o fferins i'r bobl ifanc).

Esboniwch y byddwch chi'n darllen gosodiadau ac os ydi'r gosodiad yn wir amdany'n nhw yna mae'n rhaid iddyn nhw eistedd i lawr ac maen nhw allan o'r gêm, heb obaith i ennill y fferins. Y person olaf sy'n sefyll sy'n ennill y fferins. Gadewch beth amser ar ôl pob gosodiad er mwyn i'r protestiadau gael eu clywed!

Eisteddwch lawr ...

- os oes gennych chi lygaid glas
- os oes gennych chi chwaer o'r enw Barri
- os oes gennych chi fwy na thair coes
- os oes gennych chi enw yn dechrau gyda 's'
- os ydych yn byw yn ...
- os ydych yn cadw colomennod
- os ydych yn byw yn yr Alban
- os ydych yn fachgen
- os ydych yn gwisgo coch
- os yw eich enw yn odli gyda 'blew'
- os ydych yn iau na 15 oed

Newidiwch yr uchod er mwyn sicrhau erbyn diwedd y rhestr mai dim ond chi, yr arweinydd, sydd ar ôl. Gwnewch yn fawr o'r ffaith mai chi sydd wedi ennill yr holl fferins!

Gofynnwch i'r bobl ifanc beth roedden nhw'n ei feddwl o'r gêm yna?

2. O'r Beibl (1)

Darllenwch: Luc 23:8-24

Gofynnwch i'r grŵp sut maen nhw'n meddwl roedd Iesu'n teimlo yn ystod ei brawf annheg. Roedd yn amlwg yn ddiuog ond ni ddwedodd air i'w amddiffyn ei hun.

3. Profi sarhad neu "Cabetshen!" "Moronen!"

Amser: 4 munud

Nod: Profi sarhad a chael eich gwrthod

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch i'r grŵp ffurfio dwy linell yn wynebu ei gilydd, tua 2 metr ar wahân ar hyd canol yr ystafell. Dywedwch eich bod chi am eu gwahodd nhw i'w rhoi eu hunain yn sefyllfa Iesu pan gafodd ei sarhau wrth gerdded trwy Jerwsalem.

Gwahoddwch nhw, un ar y tro, i gerdded yn araf i lawr canol yr ystafell rhwng y ddwy linell ac ymuno ag un o'r llinellau ar ben arall yr ystafell. Wrth i bob person gerdded, dylai pawb yn y ddwy llinell eu sarhau gan defnyddio dim ond enwau llyisiau!

Eglurwch

Dydi hi byth yn teimlo'n dda pan fydd pobl yn ceisio'ch bychanu a'ch gwneud i edrych yn wirion. Esiampl fach iawn o'r math o sarhad gafodd Iesu oedd ein gweithgaredd ni.

4. O'r Beibl (2)

Darllenwch: Mathew 27:27-33

Gofynnwch i'r grŵp gymryd munud i feddwl sut y byddai Iesu wedi teimlo.

5. Gêm: Pa mor hir allwch chi bara?

Amser: 4 munud

Nod: Teimlo ychydig iawn, iawn o pa mor anghyfforddus oedd yr hyn aeth Iesu drwyddo.

Naill ai gofynnwch i bawb eistedd yn erbyn wal: gyda'ch cefn yn erbyn y wal, ewch i lawr nes bod eich coesau yn ffurfio ongl 90 gradd. Pwy bynnag sy'n gallu aros fel hynny yr hiraf sy'n ennill.

Neu, dywedwch wrth bawb i ddal eu breichiau fel bwgan brain gan weld pwy sy'n gallu aros felly am yr amser hiraf.

6. O'r Beibl (3)

Darllenwch Luc 23:32-46...

Eglurwch

Croeshoeliad oedd un o'r ffyrdd gwaethaf i farw. Roedd y rhan fwyaf o bobl yn marw trwy fygu ("suffocation") oherwydd eu bod yn brifo gormod i godi eu hunain i fyny i gymryd anadl. Meddyliwch pa mor anghyfforddus oedd hi i chi eistedd yn erbyn y wal yn gynharach, lluoswch hynny gyda miliwn ac eto dydych chi ddim yn agos at y boen. Dyma faint y dioddefodd Iesu drosom ni i gyd.

7. Dangos DVD

Amser: 4 munud

Bydd angen: Modd i ddangos DVD a chopi o DVD "The Chronicles of Narnia: The Lion, The Witch and The Wardrobe".

Nod: Rhoi esiampl o rywun yn cymryd cosb rhywun arall.

Paratoi: Paratowch y chwaraewr DVD/gliniadur a'i roi yn y man cywir yn ystod y ffilm yn barod i wasgu 'play'.

Dechrau: 1 awr, 48 munud ac 8 eiliad i mewn i'r ffilm
Stopio: Ar ôl 2 funud a 12 eiliad, ar ôl i Aslan ruo.
DVD pennod 20

Mae'n syniad da i wyllo'r rhan o'r DVD fyddwch chi'n ei ddefnyddio ymlaen llaw i ofalu ei fod yn addas ar gyfer eich grŵp.

8. Sgwrs

Amser: 4 munud

Bydd angen: Beibl

Nod: Helpu'r bobl ifanc i ddeall ystyr a phwrs y groes.

Darllenwch: 1 Pedr 2:21-24

Sgwrs:

I fod yn onest does dim un ohonon ni yn berffaith! Mae pawb ohonon ni'n gwneud pethau rŷn ni'n gwybod na ddylen ni eu gwneud. Efallai ein bod ni'n anghwrtais, neu'n edrych ar bethau ar y we na ddylen ni, neu'n dweud ambell i gelwydd. Mae'r Beibl yn galw'r pethau yma yn 'bechod'. Mae Duw eisiau ein helpu i gael gwared ar bechod oherwydd ei fod yn sbwyllo popeth amdanon ni ac yn ein rhwystro ni rhag nabod Duw. Roedd Duw eisiau cael gwared ar bechod gymaint fel ei fod wedi anfon Iesu i'r byd. Dyna sut roedd yr achubwr yn mynd i'n hachub ni! Cafodd Iesu ei ladd drwy ei hoelio ar groes, sef y goeden y soniwyd amdani yn y broffwydoliaeth rydyn ni wedi ei darllen (Deuteronomium 21:33, uchod) ac fel roedd Dafydd wedi proffwydo (Salm 22:16, uchod) gannoedd o flynyddoedd cyn i groeshoelio gael ei ddyfeisio!

Pan fu Iesu farw, fe gymrodd y gosb roedden ni i gyd yn ei haeddu am ein pechod, fel roedd Aslan yn cymryd cosb Edmund fel nad oedd raid iddo orfod marw. Mae Aslan yn cynrychioli Iesu yma. Roedd e'n hollol ddiniwed, heb wneud dim o'i le, ond roedd Edmund wedi bradychu ei deulu ac Aslan. Roedd Edmund yn haeddu cosb ond fe roddodd Aslan ei fywyd ei hun fel nad oedd Edmund yn gorfod marw.

Mae Iesu wedi cymryd ein lle ni ac felly does dim yn ein hatal ni rhag dod i nabod Duw. Yr hyn sydd angen i ni ei wneud yw diolch i Iesu am gael

gwared o'n pechodau, dweud wrtho ei bod yn ddrwg gennym am y pethau gwael rydyn ni wedi eu gwneud, a gofyn iddo ein helpu ni i fyw ein bywydau ei ffordd ef a dod i nabod Duw.

9. Gweithgaredd

Bydd angen: Papur a beiro i bawb, croes, “shredder”/ pinnau

Dywedwch eich bod am chwarae cân a bydd ganddyn nhw gyfle i ysgrifennu ar bapur beth bynnag maen nhw eisiau ei ddweud wrth Dduw. Gallan nhw ddweud sori am rywbeth neu beth bynnag maen nhw eisiau ei ddweud. Esboniwch na fydd neb yn darllen beth maen nhw wedi ei sgwennu. Yna, cân nhw ddod ymlaen yn ystod y gân a phinio'r papur ar y groes neu ei roi trwy'r “shredder” ar waelod y groes fel symbol bod Duw yn maddau'r pethau rydyn ni'n eu gwneud wrth i ni ddod â nhw at y groes.

10. Cân

Bydd angen: Cân addas a modd i'w chwarae.

Awgrymiad cân: “Love Song” gan Third Day
<http://www.youtube.com/watch?v=-zqYJj5ucG8>

11. Gweddi

Diolch Iesu dy fod ti wedi bod yn fodlon dod i'r byd a chymryd ein lle ni trwy farw drosom ni. Mae'n ddrwg gennym ni am y pethau rydyn ni'n eu gwneud bob dydd sy'n dy frifo di. Maddau i ni Iesu, os gweli'n dda. Amen.

Nod

Gofyn a yw'r atgyfodiad yn wir a herio'r bobl ifanc i feddwl am yr ofnau a all fod yn eu hatal rhag profi bywyd newydd.

Bydd angen:

- Gwisgo hen ddillad!
- Wyau
- 5 ŵy wedi eu berwi'n galed
- Bagiau sbwriel du
- Dŵr
- Clustiau cwningen
- Darnau o gardfwrdd
- Bubble wrap
- Bocs o 6 Crème Egg i bob grŵp
- Modd i ddangos DVD e.e. gliniadur a thafflunydd
- DVD The Life of Birds (E), Disc 3 (BBC)
- Modd i chwarae cân
- Oh Happy Day, Tim Hughes (CD "Holding Nothing Back", Tim Hughes, Survivor Kingsway ISBN SURCD5068)
- Wyau siocled
- Papur newydd
- Un ŵy amrwd
- Tywelion
- Llwyau
- Papur
- Roliau papur tŷ bach
- Rhaff

Proffwydoliaeth

'Fe'n hadfywia ar ôl deuddydd, a'n codi ar y trydydd dydd, inni fyw yn ei ŵydd. Hosea 6:1-2

Rhannwch eich grwpiau yn ddau neu dri tîm ar ddechrau'r noson gan ofyn iddyn nhw ddewis enw yn ymwneud â wyau e.e. ŵy wedi sgramblo, ŵy ar dôt, ŵy wedi ei ferwi, brechdan ŵy.

Dywedwch bod wyau siocled i'r tîm sydd yn ennill!

1. Sialens: Nerth ŵy

Amser: 4 munud

Bydd angen: Wyau a phapur newydd.

Paratoi: Rhowch bapurau newydd ar y llawr.

Mae hon yn gêm dda i dorri'r iâ ac i gyflwyno'r thema.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch am un gwirfoddolwr o bob tîm sy'n meddwl eu bod yn gryf. Gofynnwch i bawb arall 'Pwy sydd gryfa (e.e.Twm) neu'r ŵy?'

Esboniwch mai'r dasg yw dal ŵy amrwd rhwng eu bys cyntaf a'u bys bawd a'i wasgu er mwyn ei dorri.

Mae'n rhaid iddyn nhw ei ddal fel ei fod yn sefyll yn syth, y pen sy'n fwy o big yn pwyntio i fyny a'r pen lletaf yn y gwaelod, gyda'u bys cyntaf ar y top a'u bawd ar y gwaelod.

Bydd pwy bynnag sy'n llwyddo yn ennill pwyntiau i'r tîm.

Nodyn i'r arweinydd: Mae bron yn amhosib torri'r ŵy fel hyn. Ond os yw'r ŵy yn cael ei droi ychydig o fod yn syth i fyny yna bydd yn torri'n hawdd. Yn achlysurol fe fydd yna nam ar yr ŵy fydd yn ei wneud yn hawdd i'w dorri. Mae aml i rai ifanc 'cryf' yn troi'n biws wrth geisio torri'r ŵy! Rhowch gynnig arni adre ymlaen llaw!

2. Gêm: 'Russian omelette'

Amser: 5 munud

Bydd angen: 5 ŵy wedi eu berwi'n galed, un ŵy amrwd, bagiau sbwriel du, papur newydd, tywelion, dŵr.

Nod: Osgoi cael ŵy ar eich pen.

Paratoi: Mae angen i chi ferwi 5 ŵy yn galed allan o focs o 6. Rhowch yr wyau wedi eu berwi yn ôl yn y bocs a gadael yr un arall sy'n amrwd yno. Torrwch dwll mawr ym mhen y ddau fag du.

Nodyn i'r arweinydd: Mae'r gêm yma yn flêr iawn. Bydd angen rhoi papurau newydd ar y llawr ble mae'r gêm yn cael ei chwarae. Gwnewch yn siŵr bod unrhyw lanast yn cael ei lanhau yn syth a bod yna ddŵr a thywelion er mwyn i'r chwaraewyr allu glanhau eu hunain ar ôl y gêm.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch am un gwirfoddolwr o bob tîm. Rhowch fag sbwriel yr un iddyn nhw er mwyn gorchuddio eu dillad.

Esboniwch bod y ddau wirfoddolwr yn mynd i gael duel gyda wyau. Bydd ychydig fel "Russian Roulette" (gallwch esbonio beth ydi hyn os dymunwch) ond rydyn ni am chwarae "Russian Omlette"! Dangoswch y bocs o wyau.

Esboniwch i'r chwaraewyr bod pump o'r wyau yma wedi eu berwi'n galed, a bod y llall yn amrwd. Taflwch geiniog i weld pwy sy'n mynd gyntaf. Dylai'r chwaraewr cyntaf ddewis ŵy o'r bocs a'i dorri ar ben y llall.

Os mai'r ŵy amrwd ydyw, fe fydd yn torri'n hawdd

gan orchuddio pen y chwaraewr arall!

Os ydi'r chwaraewr cyntaf yn dewis ŵy sydd wedi ei ferwi'n galed, gadewch i'r ail chwaraewr gymryd tro. Parhewch nes bod un o'r chwaraewyr yn dewis ŵy amrwd ac yn ei dorri ar ben y llall!

3. Gêm: Ras ŵy

Amser: 7 munud

Bydd angen: Llwyau, wyau, clustiau cwningen, digonedd o bapur newydd!

Paratoi: Mae hon yn hen gêm gyda thro newydd. Ras gyfnewid ydi hi rhwng y ddau dîm. Rhowch gadair yr ochr arall i'r ystafell ar gyfer pob tîm, a phapur newydd ar hyd llwybr y ras.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Esboniwch y bydd angen i bob aelod o bob tîm gario ŵy amrwd ar lwy o amgylch cadair ym mhen arall yr ystafell ac yn ôl gan wisgo clustiau cwningen. Yn anffodus mae'n rhaid cario'r llwy yn eich ceg! Os yw'r ŵy yn disgyn mae'n rhaid cychwyn eto.

Gwnewch yn siwr fod gennych focs ychwanegol o wyau.

Os am fersiwn llai blêr o'r gêm, beth am chwilio am wyau smalio mewn siop jôcs neu siop bunt?

4. Taflad ŵy

Bydd angen: Wyau

Nod: Peidio â thorri'r ŵy a llwyddo i'w daflu'n bell

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch am ddau wirfoddolwr o bob tîm. Esboniwch y bydd angen iddyn nhw wynebu ei gilydd, un cam ar wahân, gydag un o'r ddau yn dal ŵy.

Bydd rhaid iddyn nhw daflu'r ŵy i'w gilydd gan geisio peidio â'i dorri.

Bob tro y byddan nhw'n taflu'r ŵy yn llwyddiannus i'r llall mae'n rhaid iddyn nhw gymryd un cam yn ôl.

Y ddau sy'n ennill yw'r ddau sydd bellaf oddi wrth ei gilydd a'r ŵy yn dal yn gyfan.

Cafodd record y byd am daflu ŵy ei sefydlu ar 12 Tachwedd 1978, yn Jewett, Texas, pan daflodd Johnnie Dell Foley ŵy amrwd ffres bellter anhygoel o 323 troedfedd a 2 fodfedd i'w gefnder, Keith

Thomas, a'i daliodd yn ddiymdrech. (Guinness World Records)

5. Gêm: Cwmp ŵy

Amser 30 munud

Bydd angen: Papur, darnau o gardfwrdd, roliau papur tŷ bach, bubble wrap, rhaff, ayb

Paratoi: Papur newydd neu ddarn mawr o blastig ar lawr.

Rhowch gasgliad o'r holl ddeunyddiau ac un ŵy i bob grŵp.

Yr her yw gweld pa dîm sy'n gallu gwneud y capswl a'r parasiwt gorau er mwyn i'r ŵy syrthio o uchder mawr heb dorri.

Mae'r prosiect yma yn gofyn am waith tîm da a dychymyg.

Rhowch 15 munud iddyn nhw adeiladu'r hyn fydd yn amddiffyn eu ŵy.

Dewiswch yr uchder yn ofalus. Oddi ar sil ffenest? Ysgol? Grisiau?

Yr arweinydd fydd yn lansio'r parasiwts, un ar y tro, oddi ar beth bynnag sydd wedi ei benodi. Y tîm â'r ŵy sydd â'r lleiaf o niwed iddo sy'n ennill.

Yr uchder mwyaf ble mae ŵy ffres wedi disgyn i'r ddaear ac aros yn gyfan ydi 700 troedfedd. Dyn o'r enw David Donoghue wnaeth hyn allan o hofrennydd ar 22 Awst, 1994. (Guinness World Records)

6. Gêm: 'Sut fyddi di'n bwyta d'un di?'

Amser: 6 munud

Bydd angen: Bocs o 6 Crème Egg i bob grŵp.

Nod: Dyfeisio ffordd newydd o fwyta Crème Egg.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Rhowch focs o 6 Crème Egg i bob grŵp a gofynnwch i'r grŵp eistedd i lawr.

Dywedwch wrth y bobl ifanc mai eu her fydd dyfeisio ffordd newydd, greadigol o fwyta "Crème Egg".

Pan fydd gan grŵp syniad, bydd angen i un person sefyll i fyny a dangos y ffordd newydd.

Y grŵp sy'n meddwl am y nifer fwyaf o syniadau o fewn 4 munud sy'n ennill.

7. Sgwrs

Fe ddwedodd Iesu lawer o bethau mawr:

- Ei fod wedi ei anfon gan Dduw,
- Ei fod yn fab i Dduw,
- Y gallai wneud pethau goruwchnaturiol,
- Y gallai fod gyda ni am byth,
- Mai ef oedd y ffordd y gallai pobl ddod i adnabod Duw,
- Y gallai roi bywyd i bobl fyddai'n para am byth.

Sut allwn ni wybod a oedd yn dweud y gwir? Dydi pobl ddim yn gallu marw, marw go iawn, ac yna dod nôl yn fyw. Byddai'n wyrth. Dim ond Duw allai wneud hyn.

Dyna pam roedd pawb yn gwybod bryd hynny, ac yn gwybod nawr, mai Iesu'n dod nôl yn fyw (atgyfodi) yw'r peth pwysicaf sydd erioed wedi digwydd yn hanes y byd. Os digwyddodd hyn, yna mae pob dim ddwedodd Iesu yn wir. Mae e'n gallu rhoi bywyd newydd i ni gyda Duw na fydd yn gorffen byth. Ac os na ddigwyddodd e, yna gallwn ni anghofio amdano, mynd adref a gwneud y mwyafr o'r ychydig flynyddoedd sydd gyda ni ar ôl ar y ddaear.

Edrychwch ar y dystiolaeth eich hunain. Os ydych chi'n gweld nad yw'n wir, yna gallwch chi gael heddwch meddwl. Ond os ydych chi'n darganfod ei fod yn wir yna gallwch chi ddod i adnabod Creawdwr y bydysawd yn bersonol.

8. Derbynn y bywyd newydd?

Clip ffilm: *"The Life of Birds"*

Amser: 3 munud

Bydd angen: Modd i ddangos DVD, a chopi o DVD "The Life of Birds (E)", Disc 3

Nod: Ystyried ofnau pobl wrth iddyn nhw feddwl am gamu i mewn i fywyd newydd.

Paratoi: Paratowch y chwaraewr DVD/gliniadur a'i roi ar y pwynt cywir yn y ffilm

Dechrau: Episode 9, cychwyn pennod 04 (25:41)

Stopio: Pennod 04 (28:38)

Gofynnwch i'r bobl ifanc gymharu bywyd y cyw cyn ac ar ôl iddo ddeor. Gofynnwch iddyn nhw sut maen nhw'n meddwl y byddai'r cyw'n teimlo wrth feddwl am orfod adael diogelwch a gwres yr ŵy i fynd allan

i'r oerfel ac wynebu peryglon. Gofynnwch beth fyddai'n digwydd pe byddai'r cyw'n penderfynu aros yn ddiogel ac yn gynnes a pheidio â gadael yr ŵy. Pam ddylai fentro allan? A fyddai'n gwneud mwy o synnwyr i aros yn niogelwch yr ŵy?

OND os bydd yn aros yn yr ŵy, ni fydd yn teimlo'r cyffro o dyfu'n aderyn sy'n gallu canu, hedfan a bwyta mwydod! Yn y diwedd bydd y bwyd yn yr ŵy yn dod i ben a bydd y cyw yn marw yn yr ŵy.

Mae Iesu yn cynnig bywyd newydd i ni, ond rŷn ni'n ofni colli'r hen fywyd, y bywyd rŷn ni'n ei nabod rŷan, yr hyn rŷn ni'n ei gredu, ein harferion, ein hymddygiad, gwerthoedd...Rydyn ni'n teimlo'n ddiogel gyda'r hyn rŷm ni'n ei wybod yn barod, er nad ydi e ddim byd tebyg i'r bywyd anhygoel mae Iesu yn ei gynnig, ac er na fydd ein bywydau yn para am byth.

Yn Luc 24:5-7 mae ofn ar y merched pan mae'r angel yn dweud wrthyn nhw fod Iesu wedi atgyfodi. Ond mae eu dewrder yn fwy na'u hofn.

- Oes yna rywbeth i'w ofni am y bywyd newydd mae Iesu yn ei gynnig i chi?
- Oes yna rywbeth i fod ofn ei golli o'ch bywyd chi ar hyn o bryd?
- Oes yna rywbeth i'ch atal rhag derbyn bywyd newydd heddiw?

Dydi Iesu ddim yn disgwyl i ni newid yn sydyn, ar ein pen ein hun. Mae'n galw arnon ni i'w groesawu i'n bywydau a gadael iddo fe ein newid. Mae'n galw arnon ni i ymddiried ynddo a gadael iddo gael ei ffordd. Os gwnawn ni hyn, byddwn yn dod i adnabod bywyd newydd, a chael bywyd fydd yn para am byth.

9. Gweddi

Diolch Iesu dy fod ti wedi dod nôl yn fyw, a dy fod ti'n fyw heddiw! Diolch am y sicrwydd dy fod ti'n gallu cynnig bywyd newydd i ni. Wnei di gael gwared ar unrhyw ofnau sy'n ein cadw ni yn ôl rhag derbyn y bywyd newydd yma'r wyt ti yn ei gynnig i ni. Gwahoddwn di i mewn i'n bywydau ni nawr, Iesu. Amen.

10. Cân

"Oh Happy Day", Tim Hughes

http://www.youtube.com/watch?v=duLQ6d_BpLs

Nod

Dysgu bod Iesu'n galw arnon ni i benderfynu pwy rŷn i'n meddwl ydi e, a'i fod yn galw arnon ni i edifarhau a newid ein bywydau drwy ei nerth e.

Bydd angen:

- Dŵr
- Cwpanau plastig
- Papur newydd ar y llawr
- Rhestr o ganeuon adnabyddus
- Sticeri lliw

Rhannwch y grŵp yn dri tîm.

1. Torri'r îâ – Garglo

Amser: 6 munud

Bydd angen: Dŵr, cwpanau plastig, papur newydd ar y llawr, rhestr o ganeuon adnabyddus

Nod: Garglo caneuon adnabyddus

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch am wirfoddolwr o'r tîm cyntaf i ddod i fyny. Esboniwch bod y gwirfoddolwr yn mynd i garglo cân adnabyddus a bod angen i weddill y tîm ddyfalu beth ydi'r gân.

Dim ond garglo gaiff y gwirfoddolwyr. Does dim hawl canu na gwneud symudiadau.

Dangoswch y gân gyntaf ar y rhestr i'r gwirfoddolwr. Rhowch gwpan o ddŵr iddo a gadewch i'r garglo gychwyn.

Os yw'r tîm yn dyfalu'n gywir, maen nhw'n ennill 10 pwynt. Os nad ydyn nhw'n gallu dyfalu'r gân yn gywir, gall un o'r timau eraill ddyfalu am 5 pwynt. Gofynnwch i arweinydd arall gadw'r sgôr.

2. Cath a llygoden

Amser: 7 munud

Nod: I'r gath ddal y llygoden o fewn y grid.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Esboniwch bod angen dau wirfoddolwr, un i fod yn gath a'r llall yn llygoden.

Nod y gath yw dal y llygoden o fewn y grid. Mae angen i bawb arall sefyll mewn llinellau i greu grid. Gwnewch hyn trwy osod pawb mewn tair neu bedair rhes gyfartal. Gofynnwch iddyn nhw

roi ei breichiau allan fel bwgan brain fel eu bod yn cyffwrdd pen bysedd y person ar eu cyfer yn y rhes nesaf. Yna gofynnwch iddyn nhw droi 90° gan ddal i sefyll yn eu rhesi. Gofynnwch iddyn nhw godi eu breichiau eto i wneud yn siwr fod yr un pellter rhwng pawb yn y rhes.

Gofynnwch i bawb ddal dwylo yn eu llinellau. Pan mae'r arweinydd yn gweiddi "NEWID" mae pawb yn gollwng dwylo'r person nesaf atyn nhw ac yn troi 90° yn eu hunfan (felly os ydyn nhw'n wynebu un wal, byddan nhw'n wynebu y wal drws nesaf iddo wedyn) gan ddal dwylo eto ond gyda pobl newydd tro yma.

Tra bod y gath yn ceisio dal y llygoden, mae'r arweinydd yn gweiddi 'newid' er mwyn ei gwneud yn anodd i'r gath ddal y llygoden.

Nid yw'r gath na'r llygoden i fynd drwy freichiau sy'n dal dwylo, gallan nhw ond rhedeg i fyny ac i lawr y llinellau.

Rhowch gyfyngiad ar yr amser os ydi'r gêm yn mynd mlaen yn rhy hir.

3. Gêm: Newid golygfa

Amser: 7 munud

Nod: Newid holl neges golygfa drwy newid un cymeriad.

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch i bawb sefyll mewn cylch.

Gofynnwch am ddau wirfoddolwr a gofynnwch iddyn nhw sefyll ynghanol y cylch.

Gofynnwch iddyn nhw greu darlun llonydd ("strike a pose"). Gall hwn fod yn unrhyw beth e.e. dau berson ar fws, pysgota, un person yn bwrw y person arall, claf a doctor. Y gwirfoddolwyr sy'n dewis. Yr unig reolau yw bod rhaid iddyn nhw fod yn dawel ac yn hollol lonydd, fel pe baen nhw wedi rhewi.

Esboniwch bod unrhyw un arall yn y cylch yn gallu newid yr olygfa. Os oes rhywun am wneud hyn, maen nhw'n camu ymlaen, gafael yn ysgwydd un o'r actorion a chymryd ei le, ond gydag ystum gwahanol. Gall yr ystum yma newid holl neges yr olygfa.

Pan mae rhywun yn newid lle ag actor yna mae'r actor yna yn ailymuno â'r cylch.

Gall unrhyw un newid lle ag unrhyw actor ar unrhyw amser.

Mae angen i unrhyw un newydd fod yn llonydd a

thawel hefyd.

Gall y broses yma fynd ymlaen gyn hired ag y dymunwch, gyda'r olygfa yn newid yn gyfan gwbl bob tro.

4. Gêm: Ti 'di neud rhywbeth yn wahanol

Amser: 5 munud

Nod: Dod o hyd i'r newidiadau yn y chwaraewyr eraill

Nodyn i'r arweinydd: Gwnewch yn siŵr nad ydi'r timau yn mynd yn rhy wirion a chystadleuol gan newid darnau amhriodol o ddillad!

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Gofynnwch i bob tîm ddewis un aelod i fod yn fodel. Rhowch ddau funud i'r timau newid 10 peth ynglŷn ag ymddangosiad y model. Mae'n rhaid bod modd i'r timau eraill weld y newidiadau yma.

Gall y timau ddefnyddio unrhyw eitem sydd ganddyn nhw i newid ymddangosiad y model. Er enghraifft, os oes gan rywun golur neu "hairspray" arnyn nhw, gallan nhw ddefnyddio'r rhain, neu gall y model ac aelodau'r tîm gyfnewid eitemau o'u dillad. Ar ôl dau funud cuddiwch y modelau yn rhywle yn yr ystafell.

Gofynnwch i un model ddod i'r golwg ar y tro. Gadewch i'r timau eraill edrych ar y model am ddeg eiliad yna cuddiwch y model unwaith eto. Rhowch 1 funud i'r timau ddyfalu beth oedd wedi newid yn ymddangosiad y model. Gofynnwch i bob tîm, yn eu tro, i ddyfalu un newid ar y tro.

Ar ôl 1 munud gwobrwywch bob tîm ag 1 pwynt am bob ateb cywir, a rhowch 5 pwynt i dîm y model am bob newid na sylwodd neb arno. Gwnewch hyn gyda phob model.

5. Gêm: Trin treib

Amser: 7 munud

Bydd angen: Sticeri lliw

Nod: Dal aelodau'r timau eraill

Cyfarwyddiadau'r gêm:

Rhowch sticeri lliw gwahanol i bob tîm, er mwyn dangos i ba dîm maen nhw'n perthyn.

Nod y gêm yw dal aelodau'r timau eraill ac felly gael gwared â nhw o'r gêm.

Dewiswch un tîm i fod yn 'Ddalwyr'. Mae'n rhaid i'r tîm yma ddal cynifer o'r timau eraill ag y gallan nhw. Mae'n rhaid i'r timau eraill osgoi cael eu dal. Mae unrhyw un sy'n cael ei ddal gan un o'r dalwyr allan o'r gêm.

Ar ôl rhai eiliadau galwch enw lliw arall. Dyma'r 'Dalwyr' nawr.

Ar ôl rhai eiliadau galwch enw lliw y trydydd tîm. Rhowch fwy o amser i'r tîm yma gan ei bod hi'n debygol mai dim ond ychydig o chwaraewyr fydd ganddyn nhw ar ôl.

Ailadroddwch y broses yma nes mai chwaraewyr un tîm yn unig sydd ar ôl.

6. Sgwrs

Yn ystod y sesiynau diwethaf, rŷch chi wedi clywed llawer o bethau am Iesu a Duw a pam ein bod ni yma ar y ddaear. Thema'r sesiwn yma ydi "Newid". Felly'r sgwrs heno ydi hyn: Ydyn ni am ymateb i'r pethau rŷn ni'n eu clywed? Ydyn ni am newid?

Rŷn ni'n gorfod gwneud llawer o benderfyniadau bach bob dydd e.e. gwallt i fyny neu i lawr? Jel yn ein gwallt fel Jedward neu heb jel fel Bieber? Pa liw sanau? Gwaith cartref neu ddim gwaith cartref? A rhai mwy difrifol e.e. pa bynciau i'w cymryd ar gyfer TGAU?

Ond y penderfyniad mwyaf wnewch chi byth ydi penderfynu a ydych chi am dderbyn Iesu neu beidio. Rŷn ni wedi clywed beth mae Duw wedi ei wneud droson ni pha mor awyddus yw Duw i'n cael ni yn ôl er i ni ei frifo! Felly mae angen i chi benderfynu. Does neb yn gallu penderfynu drosoch chi.

Mae Iesu'n ei gwneud yn glir ei fod am i chi ymateb, am i chi wneud penderfyniad.

7. O'r Beibl

Darllenwch: Datguddiad 3:15-16.

Mae Iesu am i chi benderfynu a ydych chi'n boeth neu yn oer. Does dim gwaeth na can o coke llugoer ar ddiwrnod braf o haf, neu ddiod siocled sydd i fod yn boeth yn llugoer yn y gaeaf. Mae'r darlleniad yn mynd mor bell â dweud ei fod yn poeri ymateb llugoer allan. Mae Iesu'n gofyn am ymateb: gallwch ei wahodd i mewn i'ch bywyd neu gallwch ei wrthod, ond dydi eistedd ar y ffens ddim yn opsiwn. Mae hyn ychydig fel Marmite, mae pawb naill ai yn ei garu neu yn ei gasáu – allwch chi ddim bod yn y canol pan

mae'n dod i Iesu.

(Gallwch ofyn i rywun sy'n casáu Marmite i'w flasu er mwyn profi pwynt!)

Os ydych chi'n meddwl nad ydych chi wir yn casáu nac yn caru Iesu ond eich bod eisiau dod i'w adnabod e, ac eisiau newid, yna gweddiwch y weddi yma:

“Mae'n ddrwg gen i fy mod i wedi bod yn eistedd ar y ffens, Iesu, ddim yn fodlon penderfynu dy wahodd di mewn i fy mywyd i. Dwi'n penderfynu derbyn dy faddeuant di, Iesu, a dwi eisiau dy ddilyn di. Dwi eisiau newid a dy garu di. Amen.”

Cynllun i Achub

Atodiad i Sesiwn 1: Croeso a Chreu

Hanes Creu y byd

(Genesis pennod 1)

¹ Ar y dechrau cyntaf, dyma Duw yn creu y bydysawd a'r ddaear. ² Roedd y ddaear yn anhrefn gwag, ac roedd hi'n hollol dywyll dros y dŵr dwfn. Ond roedd Ysbryd Duw yn hofran dros wyneb y dŵr. ³ A dwedodd Duw, "Dw i eisiau golau!" a daeth golau i fod. ⁴ Roedd Duw yn gweld bod hyn yn dda, a dyma Duw yn gwahanu'r golau oddi wrth y tywyllwch. ⁵ Rhoddodd Duw yr enw "dydd" i'r golau a'r enw "nos" i'r tywyllwch, ac roedd nos a dydd ar y diwrnod cyntaf.

⁶ Wedyn dwedodd Duw, "Dw i eisiau cromen o aer rhwng y dyfroedd, i wahanu'r dŵr yn ddau." ⁷ A dyna ddigwyddodd. Gwnaeth Duw gromen o aer, ac roedd yn gwahanu'r dŵr oddi tani oddi wrth y dŵr uwch ei phen. ⁸ Rhoddodd Duw yr enw "awyr" iddi, ac roedd nos a dydd ar yr ail ddiwrnod.

⁹ Dwedodd Duw, "Dw i eisiau i'r dŵr sydd dan yr awyr gasglu i un lle, er mwyn i ddaear sych ddod i'r golwg." A dyna ddigwyddodd. ¹⁰ Rhoddodd Duw yr enw "tir" i'r ddaear, a "moroedd" i'r dŵr. Roedd Duw yn gweld bod hyn yn dda.

¹¹ Yna dwedodd Duw, "Dw i eisiau i laswellt dyfu o'r tir, a phob math o blanhigion sydd â hadau ynddyn nhw, a choed ffrwythau. Bydd yr hadau ynddyn nhw yn gwneud i fwy o'r planhigion gwahanol hynny dyfu." A dyna ddigwyddodd. ¹² Roedd y tir wedi ei orchuddio gyda glaswellt a phlanhigion a choed o bob math, â'u hadau eu hunain ynddyn nhw. Roedd Duw yn gweld bod hyn yn dda, ¹³ ac roedd nos a dydd ar y trydydd diwrnod.

¹⁴ Dwedodd Duw, "Dw i eisiau goleuadau yn yr awyr i wahanu'r dydd a'r nos. Byddan nhw hefyd yn arwyddion i fesur y tymhorau, y dyddiau a'r blynyddoedd. ¹⁵ Byddan nhw'n goleuo'r ddaear o'r awyr." A dyna ddigwyddodd. ¹⁶ Gwnaeth Duw ddau olau mawr — yr haul a'r lleuad. Roedd yr un mwya disglair, sef yr haul, i reoli'r dydd, a'r golau lleiaf, sef y lleuad, i reoli'r nos. Gwnaeth Duw y sêr hefyd.

¹⁷ Gosododd nhw i gyd yn yr awyr i oleuo'r ddaear, ¹⁸ i reoli dydd a nos, ac i wahanu'r golau oddi wrth y tywyllwch. Roedd Duw yn gweld bod hyn yn dda, ¹⁹ ac roedd nos a dydd ar y pedwerydd diwrnod.

²⁰ Dwedodd Duw, "Dw i eisiau'r dyfroedd yn orlawn o bysgod a chreaduriaid byw eraill, a dw i eisiau i adar hedfan yn ôl ac ymlaen yn yr awyr uwchben y ddaear." ²¹ Felly dyma Duw yn creu y creaduriaid enfawr sydd yn y môr, a'r holl bethau byw eraill sydd ynddo, a'r holl wahanol fathau o adar hefyd. Roedd Duw yn gweld bod hyn yn dda. ²² A dyma Duw yn eu bendithio nhw, a dweud, "Dw i eisiau i chi gael lot o rai bach, nes eich bod chi'n llenwi'r dŵr sydd yn y môr, a dw i eisiau lot o adar ar y ddaear." ²³ Ac roedd nos a dydd ar y pumed diwrnod.

²⁴ Dwedodd Duw, "Dw i eisiau i greaduriaid byw o bob math llenwi'r ddaear: anifeiliaid, ymlusgiaid a phryfed, a bywyd gwyllt o bob math." A dyna ddigwyddodd. ²⁵ Gwnaeth Duw bob math o greaduriaid gwyllt, pob math o anifeiliaid, ac ymlusgiaid a phryfed gwahanol i fyw ar y ddaear. Roedd Duw yn gweld bod hyn yn dda.

²⁶ Yna dwedodd Duw, "Gadewch i ni wneud pobl yn ddelw ohonon ni'n hunain, i fod yn debyg i ni. I fod yn feistri dros bopeth — y pysgod yn y môr, yr adar yn yr awyr, yr anifeiliaid, y ddaear gyfan, a'r holl ymlusgiaid a phryfed sy'n byw arni."

²⁷ Felly dyma Duw yn creu pobl ar ei ddelw ei hun.

Yn ddelw ohono'i hun y creodd nhw.

Creodd nhw yn wryw ac yn fenyw.

²⁸ A dyma Duw yn eu bendithio nhw, a dweud wrthyn nhw, "Dw i eisiau i chi gael plant, fel bod mwy a mwy ohonoch chi. Llanwch y ddaear a defnyddiwch ei photensial hi; a bod yn feistr sy'n gofalu am y pysgod sydd yn y môr, yr adar sy'n hedfan yn yr awyr, a'r holl greaduriaid sy'n byw ar y ddaear. ²⁹ Dwedodd Duw, "Edrychwch. Dw i wedi rhoi'r planhigion sydd â hadau, a'r ffrwythau ar y coed i gyd, i fod yn fwyd i chi. ³⁰ A dw i wedi rhoi'r holl blanhigion yn fwyd i'r bywyd gwyllt a'r adar a'r holl greaduriaid bach eraill sydd ar y ddaear — ie, pob un creadur byw." A dyna ddigwyddodd. ³¹ Edrychodd Duw ar bopeth oedd wedi ei wneud, a gweld fod y cwbl yn dda iawn. Ac roedd nos a dydd ar y chweched diwrnod.

(Diolch i Beibl.net am ganiatâd i ddefnyddio'r fersiwn yma o Hanes y Creu.)