Scripture Union

IESU YW'R GOLEUNI? SESIWN I BLANT 2022

www.scriptureunion.org.uk

Amcanion:

- i gyflwyno'r syniad mai Iesu yw'r Goleuni, mewn ffordd sy'n hygyrch i blant o bob cefndir ffydd
- i helpu plant i feddwl sut y gall Iesu fel y Goleuni wneud gwahaniaeth i'w bywydau.

Thema darlleniad Beiblaidd: Ioan 8:12

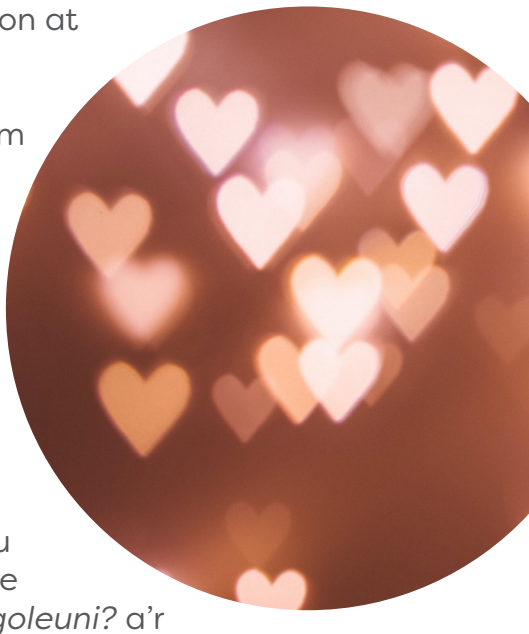
Cyflwyniad

Mae'r cysyniad o olau a thywyllwch yn amlwg yn nathliadau Calan Gaeaf. Tra gall hanesion am y tywyllwch gael eu gweld gan rai fel hwyl, mae llawer o blant yn ofni'r tywyllwch, ac efallai'n ofni beth allai fod yno. Mewn cyfnod sy'n canolbwyntio ar dywyllwch, gallwn gyflwyno Iesu, Goleuni'r Byd. Enillodd y fuddugoliaeth dros bob tywyllwch a does dim angen i ni i'w ofni oherwydd gallwn ymddiried ynddo ef. Ef yw bywyd - ac mae'n cynnig y bywyd hwn i bawb, gan gynnwys y rhai nad ydynt eto'n ei adnabod.

Yn ystod y sesiwn hon, fe gewch y cyfle i gyflwyno Iesu, Goleuni'r Byd, i blant ac i'w helpu i feddwl pwy ydyw a pham y gallent fod eisiau dod i'w adnabod yn well. Mae'r sesiwn hon wedi'i anelu'n bennaf at y 95% o blant sydd heb unrhyw gefndir ffydd, ond gall hefyd fod yn addas ar gyfer plant sydd eisoes â fframwaith ffydd.

Wrth i chi baratoi i ddefnyddio'r sesiwn, teimlwch yn rhydd i addasu'r gweithgareddau ar gyfer eich cyd-destun. Efallai y byddwch yn penderfynu gadael un neu ddwy elfen allan neu wneud rhywbeth arall yn eu lle. Rydych chi'n adnabod eich cymuned a'r plant y byddwch chi'n gobeithio ymgysylltu â nhw, felly dylech deilwra'r digwyddiad hwn i'r hyn sydd fwyaf priodol ar eu cyfer.

Anelir y sesiwn hon at blant 5 i 11 oed, ond darparwyd awgrymiadau am weithgareddau amgen sy'n addas ar gyfer y rhai dan 5 oed, os oes angen y rhain ar gyfer eich grŵp.



Mae'r sesiwn hon yn darparu cyfle i ymgysylltu â llyfryn Scripture Union *Iesu yw'r goleuni?* a'r animeiddiad sy'n cyd-fynd ag ef. Gellir ei ddefnyddio adeg Calan Gaeaf, fel sesiwn arunig neu fel rhan o Barti Goleuni sydd eisoes ar y gweill gennych

Diogelu

Rhaid i chi gadw at bolisi diogelu eich eglwys neu sefydliad a dilyn yr holl ganllawiau arfer gorau wrth weithio gyda phlant. Sicrhewch fod eich cymhareb oedolyn-i-plentyn yn unol â pholisi diogelu'r sefydliad.

Beth nesaf?

Cofiwch na ddylai'r sesiwn hon gael ei gwneud ar ei phen ei hun, ond fel rhan o gynllun parhaus ar gyfer cenhadaeth berthynol hirdymor yn eich cymuned leol. Felly, meddyliwch beth hoffech chi wahodd eich mynychwyr iddo nesaf a sut y gallech gyflwyno hyn iddynt ar ddiwedd eich sesiwn. Y gobaith yw y bydd y sesiwn hon y cyntaf o nifer o gyfleoedd i ryngweithio gyda'r plant yn eich cymuned a'u teuluoedd.

Braslun sesiwn - 90 mun

Croeso a chofrestru – 10 mun

Gêm – 25 mun

Arbrawf goleuni – 10 mun

Iesu yw'r Goleuni? – 20 mun

Goleuni'r Byd – 10 mun

Myfyrdod – 10 mun

Diweddglo – 5 mun

CROESO A CHOFRESTRU – 10 MUN

Croesawch y plant wrth iddynt gyrraedd a'u cofrestru yn unol â'ch polisi diogelu.

Gan y gall y plant gyrraedd ar adegau gwahanol o fewn 10-15 munud cyntaf eich sesiwn, cynhaliwch weithgareddau y gallant ymuno â nhw, fel nad ydyn nhw'n aros i bethau ddechrau.

Gweithgareddau croeso awgrymedig

Noson serennog

Bydd angen:

- papur du
- brwsys dannedd caled (un i bob plentyn)
- paent gwyn a melyn
- platiau neu soseri
- ffedogau/deunydd gorchuddio
- offer glanhau

Gwnewch yn siŵr eich bod yn gorchuddio eich gofod gwaith a rhoi ffedogau neu ddeunydd gorchuddio am y plant cyn iddynt ddechrau peintio.

Gosodwch allan ddarnau o bapur du, a phlatiau neu soseri gyda phaent arnynt.

Dangoswch i'r plant sut i drochi blew brws dannedd i mewn i'r paent. Dylent wedyn osod y brws dannedd dros y papur du a thynnu eu bys yn ôl dros y blew i chwistrellu'r paent ar y papur. Dylai hyn greu 'cytserau' o sêr ar y papur.

Gall y plant naill ai greu eu lluniau eu hunain neu fe allech chi weithio ar ddarn ar y cyd, gyda'r plant yn ymuno wrth iddynt gyrraedd.

Cerfluniau goleuni

Bydd angen:

- tortsh
- cerddoriaeth sy'n codi'r galon a modd i'w chwarae

Tywyllwch yr ystafell rydych chi'n ei defnyddio a rhoi'r gerddoriaeth ymlaen. Anogwch y plant i ddawnsio o gwmpas.

Ar ôl ychydig eiliadau o ddawnsio, disgleiriwch y tortsh ar un o'r plant, a ddylai stopio dawnsio cyn gynted ag y byddan nhw'n sylweddoli eu bod nhw yn y golau.

Chwaraewch fel hyn am ychydig funudau, cyn cyflwyno'r rheol os yw plentyn yn cael ei ddal yn symud pan fydd y tortsh yn disgleirio arnyn nhw, mae'n rhaid iddyn nhw eistedd i lawr am rownd.

Os oes gennych chi lawer o blant, gallech chi ddefnyddio mwy nag un tortsh.

Syniadau amgen

Mae syniadau gweithgareddau syml eraill yn cynnwys chwileiriau ar y thema goleuni, croeseiriau, taflenni lliwio neu addurno bisgedi siâp seren gydag eisin lliw llachar.

Unwaith y byddwch yn ffyddiog bod pob plentyn rydych yn ei ddisgwyl wedi cyrraedd, rhowch groeso cyffredinol a chyhoeddwch wrth y grŵp unrhyw hysbysiadau diogelwch a lle mae'r toiledau.

GÊM – 25 MUN

Bydd angen:

- ardal chwarae fawr
- sialc neu dâp masgio
- pedwar mwgwd
- peli sbwng o wahanol faint
- watsh amseru

Marciwch gylch yng nghanol eich gofod. Yna marciwch bedair llinell, pob un yn dechrau o'r cylch a mynd allan i un o gorneli eich gofod, gan rannu'r gofod cyfan yn chwarteri. Ym mhob chwarter, gosodwch nifer hafal o beli.

Gofynnwch am wyth o wirfoddolwyr i chwarae. Rhannwch y gwirfoddolwyr yn barau. Rhowch fwgwd i un plentyn o bob pâr a gofynnwch iddyn nhw ei wisgo, gan ei sicrhau dros eu llygaid fel na allant weld (helpwch unrhyw blant sydd angen cymorth gyda hyn). Sicrhewch fod eich lle chwarae yn glir o unrhyw rwystrau, a goruchwyliwch yn ofalus i sicrhau'r na fydd y rhai sy'n gwisgo mwgwd yn taro i mewn i unrhyw beth!

Gosodwch y chwaraewyr â mwgwd yn y cylch, pob un yn wynebu allan tuag at un o'r chwarteri. Heriwch y rhai sydd heb fwgwd i gyfarwyddo eu partner i godi cymaint o beli ag y gallant o fewn terfyn amser o 60 eiliad. Pwysleisiwch fod yn rhaid iddynt gadw eu partner o fewn eu chwarter eu hunain, neu byddant allan o'r gêm.

Ar ddiwedd y terfyn amser, cyfrwch faint o beli mae pob chwaraewr wedi eu casglu a chyhoeddwch yr enillydd. Os oes gennych chi grŵp mawr, chwaraewch eto gyda gwahanol wirfoddolwyr neu gofynnwch i'r partneriaid i gyfnewid rolau.

Gofynnwch y cwestiynau canlynol i'r plant:

- Sut brofiad oedd methu â gweld ac i'r goleuni gael ei gau allan?
- Pa mor anodd oedd hi i gael eich arwain gan (neu i arwain) rhywun arall?

I rai dan 5 oed

Gallwch chi chwarae'r gêm hon gyda phlant dan 5 oed hefyd, ond bydd angen rhywfaint o help ar y 'cyfarwyddwyr' gan oedolyn. Byddwch yn ymwybodol na fydd rhai plant yn hoffi gwisgo rhywbeth dros eu llygaid.

ARBRAWF GOLEUNI – 10 MINS

Bydd angen:

- *Book of Wonders* (content.scriptureunion.org.uk/resource/book-wonders - ddim ar gael yn Gymraeg) neu luniau o lygad wedi eu hargraffu
- ffyn swigod a chymysgedd swigod
- dalennau o bapur
- pinnau ffelt neu greonau
- lluniau o enfys wedi eu hargraffu (ar gyfer plant dan 5 oed)
- cerddoriaeth a modd i'w chwarae (ar gyfer plant dan 5 oed)

Os oes gennych gopi o'r *Book of Wonders*, trowch i dudalennau 38–39 (golau) a 40–41 (llygaid). Edrychwch ar y llyfr gyda'ch gilydd a gofynnwch i'r plant am beth yw eu hoff ffeithiau am olau ac am lygaid.

Os ydych chi'n defnyddio llun printiedig o lygad, dangoswch ef i'r plant ac eglurwch fod angen golau er mwyn i ni allu gweld.

Wedi edrych ar y *Book of Wonders* neu'r llun argraffedig o'r llygad, rhannwch y canlynol gyda'r plant, gan ddefnyddio'r geiriau isod neu eich geiriau eich hun:

> 'Pan fydd y goleuadau i ffwrdd, allwn ni ddim gweld unrhyw beth ac mae popeth yn edrych yn ddu. Mae hynny oherwydd mai dim ond pan fydd golau y gall ein llygaid adnabod unrhyw beth. Mae golau yn gwneud pethau yn lliwgar ac yn rhoi ystyr iddynt. Heb olau mae popeth yn dywyll, ond pan ddaw goleuni mae popeth yn llachar eto.'

Dosbarthwch y ffyn swigod a'r cymysgedd ac anogwch y plant i chwythu swigod. Gofynnwch iddynt edrych ar y swigod a darganfod pa liwiau y gallant eu gweld ar yr wyneb.

Eglurwch mai dyma'r lliwiau gwahanol yn y sbectrwm golau y gall bodau dynol eu gweld (gweler tudalen 39 o'r *Book of Wonders*, os oes gennych gopi).

Gofynnwch i'r plant dynnu llun swigen, wedi'i gorchuddio gyda'r holl liwiau y gallant eu gweld.

I rai dan 5 oed

Chwythwch ychydig o swigod a gofynnwch i'r plant pa liwiau y gallant eu gweld ar wyneb y swigod.

Dangoswch y lluniau o'r enfys a sgwrsio am y tro diwethaf i chi gyd weld enfys.

Chwythwch ychydig mwy o swigod a gweld a yw'r plant yn gallu gweld yr un lliwiau ar wyneb y swigod ag y gallant yn y lluniau o enfys.

Yn olaf, chwythwch lawer o swigod, chwaraewch gerddoriaeth ac anogwch y grŵp i ddawnsio ymhlith y swigod a'u byrstio , os hoffent. Atgoffwch y plant na ddylent geisio dal y swigod yn eu cegau. Efallai yr hoffech gael gafael ar beiriant swigod i gynhyrchu llawer o swigod yr un pryd.

IESU YW'R GOLEUNI? – 20 MUN

Bydd angen:

- Animeiddiad *Iesu yw'r Goleuni?* (ar gael yma: content.scriptureunion.org.uk/resource/animeiddiad-iesu-ywr-goleuni) a modd i'w chwarae
- Llyfrynnau *Iesu yw'r Goleuni?* ar gyfer pob plentyn, os ydych am roi'r rhain allan (ar gael yma: content.scriptureunion.org.uk/resource/iesu-ywr-goleuni)

Siaradwch am sut mae dathliadau yn aml yn canolbwyntio ar dywyllwch a phethau tywyll, ond mae'r bobl sy'n dilyn Iesu yn credu mai ef yw'r golau pennaf ac mae'n gryfach nag unrhyw dywyllwch a phob tywyllwch.

Dangoswch yr animeiddiad *Iesu yw'r Goleuni?* i'r plant. Os ydych yn bwriadu rhoi llyfrynnau *Iesu yw'r Goleuni?* ar ôl chwarae'r animeiddiad, rhowch gopi o'r llyfryn i bob plentyn ac ailchwaraewch yr animeiddiad, fel bod y plant yn gallu darllen wrth iddynt wrando arno.

Os ydych wedi dosbarthu'r llyfrynnau, gofynnwch i'r plant ddewis eu hoff dudalen. Gofynnwch iddyn nhw pam maen nhw wedi dewis y dudalen honno. Oherwydd un o'r rhigymau? Oherwydd y lluniau a'r lliwiau? Cymharwch y gwahanol ddewisiadau ond cofiwch gadarnhau dewis pob plentyn - does dim ateb cywir i hyn. Rhannwch gyda'r plant beth yw eich hoff ran hefyd.

Os nad ydych yn dosbarthu'r llyfrynnau, gofynnwch i'r plant ddweud wrthych eu hoff ran o'r animeiddiad yn lle hyn, eto yn cadarnhau dewis pob plentyn.

GOLEUNI'R BYD – 10 MUN

Bydd angen:

- Beibl
- *Iesu yw'r Goleuni?* llyfrynnau neu animeiddiad (gweler gweithgaredd blaenorol)

Ewch ymlaen i drafod gyda'r plant beth maent yn gwybod am Iesu. Efallai eu bod wedi clywed hanes amdano mewn gwasanaeth ysgol neu wers Addysg Grefyddol. Efallai eu bod wedi clywed Stori'r Nadolig, neu hyd yn oed naratif y Pasg. Efallai nad oes ganddyn nhw unrhyw wybodaeth o gwbl neu efallai yn ei ddeall o safbwynt ffydd arall, megis Islam. Cymerwch amser i wrando ar y plant.

Dangoswch eich Beibl i'r grŵp a dywedwch ei fod yn llyfr arbennig iawn i Gristnogion. Eglurwch fod y Beibl dweud stori Iesu. Dangoswch iddynt y Testament Newydd a dywedwch wrthynt fod y rhan hon o'r Beibl wedi ei wneud o lyfrau gwahanol am fywyd Iesu ac am sut y ceisiodd ffrindiau Iesu ei ddilyn.

Dywedwch wrth y plant bod yn un o'r llyfrau yn y Testament Newydd, mae dyn o'r enw Ioan yn adrodd ei hanes am Iesu. Darllenwch Ioan 8:12 i'r grŵp: 'Pan oedd Iesu'n annerch y bobl dro arall, dwedodd, "Fi ydy golau'r byd. Bydd gan y rhai sy'n fy nilyn i olau i'w harwain nhw i fywyd, a fyddan nhw byth yn cerdded mewn tywyllwch."'

Gofynnwch y cwestiynau canlynol a thrafodwch atebion y plant gyda nhw:

- Beth ydych chi'n meddwl oedd Iesu yn ei olygu pan ddywedodd na fyddwch chi'n cerdded yn y tywyllwch?
- Beth ydych chi'n meddwl yw'r 'goleuni'r bywyd'?

Gadewch i'r plant feddwl am y pethau hyn ac anogwch eu hatebion. Mae'r myfyrdod hwn yn allweddol i ddatblygiad ffydd (lle bynnag y mae'r plant ar eu taith ffydd), felly gwrthsafwch y temtasiwn i ddweud wrth y plant yr ateb cywir ar unwaith. Bydd darganfod trwy eu myfyrdodau eu hunain yn cael effaith sy'n para'n hirach na thrwy rywun yn dweud wrthynt.

Gofynnwch i'r plant edrych ar eu llyfryn *Iesu yw'r Goleuni?* eto, os ydych wedi eu rhannu, a gweld a allant ddod o hyd i atebion i'r cwestiynau hynny yno. Efallai y byddant yn awgrymu bod Iesu/goleuni yn ein helpu i wybod pryd i ddweud ie neu na, neu fod Iesu/goleuni yn gwthio ofn allan. Os nad oes gennych mo'r llyfrynnau, chwaraewch yr animeiddiad eto a gofynnwch i'r plant weiddi 'Stop!' pan welant rywbeth allai eu helpu i feddwl am y cwestiynau.

Gorffennwch yr adran hon trwy rannu gyda'r grŵp eich profiad eich hun o Iesu yn oleuni yn eich bywyd. Efallai bod gan y plant eu cwestiynau neu eu hymatebion eu hunain i'r hyn rydych chi'n ei rannu, felly rhowch ychydig o amser i hynny.

I rai dan 5 oed

Cyn eich digwyddiad, meddyliwch beth mae Iesu'r Goleuni yn ei olygu i chi. Ystyriwch yn ofalus sut efallai y byddwch yn siarad am hyn gyda phlant iau. Cofiwch eu bod nhw'n meddwl mewn ffordd lythrennol, felly ceisiwch osgoi unrhyw esboniadau haniaethol.

MYFYRDOD – 10 MUN

Bydd angen:

- llawer o wahanol ffynonellau golau – e.e. goleuadau te, llusernau, tortshys, lampau
- tâp selio (os oes angen)
- cerddoriaeth fyfyriol a'r modd o'i chwarae (dewisol)

Dangoswch yr holl ffynonellau golau sydd wedi eu casglu gennych a'u troi ymlaen (os oes angen eu plygio i mewn, gwnewch yn siŵr byddwch yn tapio'r ceblau, fel nad oes neb yn baglu drostynt). Tywyllwch yr ystafell, fel y gallwch weld effaith y gwahanol oleuadau. Gwahoddwch y plant i gerdded o gwmpas y gwahanol oleuadau ac i feddwl am rywbeth y maent wedi ei ddarganfod yn ystod y sesiwn. Gallai chwarae rhywfaint o gerddoriaeth fyfyriol helpu wrth iddynt wneud hyn.

DIWEDDGLO – 5 MUN

Yn olaf, diolchwch i'r plant am ddod. Soniwch am unrhyw ddigwyddiadau sydd ar y gweill yn fuan a rhowch daflenni ar gyfer y rhain, os oes gennych rai. Atgoffwch y plant i gymryd unrhyw beth maen nhw wedi'i wneud gyda nhw i ddangos i'w teuluoedd, yn ogystal â'u copïau o Iesu yw'r Goleuni? os ydych yn eu darparu ar gyfer pob plentyn.

Wrth i rieni neu ofalwyr ddod i godi eu plant, rhannwch ychydig am yr hyn rydych wedi bod yn siarad amdano gyda nhw a dweud y gallant gysylltu â chi os oes ganddyn nhw eu hunain unrhyw gwestiynau. Gwnewch yn siwr eu bod yn ymwybodol o'ch digwyddiadau dilynol.

Ffarweliwch â phob plentyn wrth eu henw wrth iddynt fynd adref.

This resource is copyright © Scripture Union 2022
Scripture Union, Trinity House,
Opal Court, Opal Drive, Fox Milne,
Milton Keynes, MK15 0DF