**Negeseuon Cristnogol i blant ar y thema chwaraeon.**

**Adnoddau:** pêl d(t)enis a raced.

Gwirfoddolwr i gyd-chwarae.

Pwrpas yr adnoddau fydd i ddangos bod taro pêl gyda’r bat/raced/ciw cywir yn llawer mwy effeithiol na defnyddio llaw.

**Dweud:** Weithiau mae gen i bêl ond dim bat. (Addaswch y frawddeg i’ch siwtio – chwarae tenis heb raced – defnyddio llaw agored; chwarae snwcer heb giw – defnyddio’ch bys; chwarae badminton, taro’r shuttlecock hefo llaw agored.)

**Dangos:** Mae (enw) am chwarae (dewiswch) hefo fi. (Chwaraewch am ychydig – mae’n anodd chwarae tenis hefo’ch llaw, ond mae o’n bosib.)

**Holi** – Beth ydy’r ffordd orau o chwarae tenis? (gyda raced!) Ia – dydy Andy Murray byth yn mynd i Wimbledon heb ei raced. Dydy Serena a Venus Williams ddim yn chwarae hefo’u dwylo!

Pam fod defnyddio raced yn well? (haws; pêl yn teithio’n bellach; ddim yn brifo eich llaw/llaw yn blino; gêm braidd yn ddiflas wrth ei chwarae gyda llaw’n unig – methu gwneud y serves/shots gorau.)

**Adnod: Marc 16: 15**

**Neges:**

Mae Iesu’n dweud wrth Gristnogion yn y Beibl,

*“Ewch i gyhoeddi'r newyddion da i bawb drwy'r byd i gyd.*

Mae Duw eisiau i’w neges o gael ei rannu gyda phawb drwy’r byd i gyd. Mae Cristnogion eisiau dweud wrth bawb fod Iesu Grist yn fyw. Mae hyn yn newyddion da - wrth ’nabod Iesu mae pobl yn gallu ‘nabod Duw. Mae hyn yn newyddion da iawn sydd angen ei rannu.

Meddyliwch fod y newyddion da yn bêl (dangoswch y bêl). Rydyn ni’n gallu gwneud i’r bêl deithio’n eitha’ pell. Ond, os ydyn ni eisiau i’r bêl deithio yn bellach, yn uwch ac yn gyflymach yna dŷn ni angen defnyddio’r raced. Pan mae’r raced yn ein llaw ni mae taro’r bêl yn llawer haws.

Rydyn ni yn gallu gwneud ein gorau dros Iesu, ond mae’n gallu bod yn anodd. Fel defnyddio ein llaw yn unig i chwarae tenis. Ond, os dŷn ni’n gweddïo am nerth Duw, yna fe fydd Ysbryd Glân Duw yn gweithio gyda ni –

**Adnod: Actau 1: 8**

*Ond bydd yr Ysbryd Glân yn disgyn arnoch chi, ac yn rhoi nerth i chi ddweud amdana i wrth bawb — yn Jerwsalem a Jwdea, yn Samaria, a drwy'r byd i gyd.”*

Os ydyn ni eisiau rhannu’r newyddion da am Iesu Grist yna rydyn ni angen gweddïo am nerth Duw - ac wedyn .......(beth am daro’r bêl hefo’r bat i weld pa mor bell eith hi? Heb dorri ffenest ynte!).

**Gweddïwn:** Ein Tad, diolch i ti am y newyddion da fod Iesu Grist yn fyw. Helpa ni i rannu’r newyddion da yma gyda’n ffrindiau. Helpa ni i weddïo am nerth yr Ysbryd Glân yn ein bywydau ni. Amen.