Ofn

Cysyniadau: **Cryfder, gofal, gwrando, meddwl am eraill, ymddiriedaeth.**

Amcan: **Trafod y broblem o 'ofn' sy'n real iawn i blant.**

Cyfarpar: **Bocs a phry copyn (corryn) tegan ynddo.**

Cyflwyniad:

● Os gwn i beth sydd yn y bocs? Cyfle i'r plant ddyfalu. Heddiw mae gen i rywbeth efo wyth coes. Mae'n ddu. Gyda hyn bydd y plant yn siŵr o ddyfalu'n gywir. Gofyn pwy sy'n barod i roi ei law i mewn yn y bocs. Ceisiwch greu awyrgylch o ofn. Gofyn i'r plant pam maen nhw ofn y pry copyn. Os na fydd un o'r plant yn barod i roi ei law i mewn gwnewch chi hynny'n ofnus a thynnu'r tegan allan o'r bocs a hynny yn rhyddhad i bawb!

● Holi'r plant am eu hofnau. Pa greaduriaid eraill maen nhw ofn? Oes yna leoedd neu wrthrychau eraill maen nhw ofn? Beth yn union sy'n codi'r ofn? Sut deimlad ydi bod yn ofnus? Sut mae eich corff yn teimlo pan fyddwch chi ofn?

● Atgoffwch y plant fod pawb ofn – plant ac oedolion fel ei gilydd. Trafodwch eich ofnau chi. Mae'n bwysig parchu ofnau pobl a phlant er eu bod yn ymddangos yn 'hwyl' i ni.

● Pwy sydd ofn y tywyllwch? Mae hon yn broblem real iawn i blant. Mae rhai'n mynnu cael golau bach wrth y gwely neu gysgu efo brawd neu chwaer neu mam a dad. Cofiwch drafod hyn yn ofalus a sensitif.

Stori:

Fedrwch chi feddwl am greaduriaid sydd allan yn ystod oriau'r nos?

Ystlum, llwynog, draenog, tylluan.

Mae'r stori heddiw am gyw tylluan o'r enw Smwt:

Cyw tylluan wen oedd Smwt. Cafodd ei eni yn yr hen sgubor dywyll. Roedd ganddo ddau frawd ond roedd un wedi deor bedwar diwrnod o flaen Smwt a'r llall ddeuddydd. Un bychan, eiddil oedd Smwt. Y fo oedd yr olaf bob tro i gael bwyd gan ei rieni. Roedd y ddau arall wedi llowcio'r llygod, sef bwyd y tylluanod, cyn iddo fo fedru'u cyrraedd nhw. Oherwydd hynny araf iawn oedd Smwt yn tyfu. Ac mi oedd ganddo fo broblem arall. Roedd o ofn y tywyllwch. Meddyliwch, tylluan ofn y tywyllwch! Dydi tylluanod, fel arfer, ddim ofn y tywyllwch ond mi oedd Smwt.

Dechreuodd ei fam feddwl am ffyrdd o'i helpu. 'Rwyt ti ofn y tywyllwch am nad wyt ti ddim yn gwybod dim amdano. Beth wyt ti'n wybod am y tywyllwch?' gofynnodd ei fam iddo.

'Wel,' meddai Smwt. 'Mae'n ddu, ddu.'

'Na, dydi hynny ddim yn wir,' meddai'i fam wrtho. 'Mae 'na ychydig o liwiau eraill yn y nos. Yli, mae'n rhaid i ti fynd allan o'r sgubor yma ac allan i'r buarth.'

Cychwynnodd Smwt ar ei daith o'r nyth, yn araf ar draws y trawstiau, a syrthiodd bendramwnwgl i'r llawr. Pwy ddaeth heibio ond Huw, mab y fferm. Chwarddodd dros y lle wrth weld Smwt yn cael trafferth i godi ar ei draed.

'Lle rwyt ti'n mynd yr hen beth bach?' gofynnodd Huw iddo.

'Mae Mam wedi fy ngyrru fi o'r nyth sydd i fyny acw yn y sgubor am fy mod i ofn y tywyllwch.'

'Wyddost ti beth?' meddai Huw. 'Mi ydw i, hefyd, ofn y tywyllwch. Fuaset ti'n hoffi dod efo mi heno i'r llofft lle rydw i'n cysgu? Mi gei di gysgu ar ben y cwpwrdd dillad ac mi ga innau gysgu'n y gwely. Ac wedyn mi fyddwn ni'n gwmpeini i'n gilydd. Os bydda i ofn,' meddai Huw, 'mi ydw i'n gwybod dy fod di yno, ac os byddi di ofn mi fyddi di'n gwybod fy mod i yno.' Ac felly y bu am fisoedd. Ond un bore pan ddeffrôdd Huw roedd Smwt wedi diflannu. Roedd o eisiau bwyd ac, fel y gwyddoch, yn ystod y nos y mae'r tylluanod yn hela. Ddaeth Smwt ddim yn ôl i'r llofft byth wedyn.

Trafodaeth bellach:

- Sut byddech chi'n disgrifio Smwt y cyw tylluan?

- Tybed oedd ei fam yn gas wrtho?

- Oedd Huw wedi gwneud tro da â Smwt?

Dyfyniad o'r Beibl:

Mae ofn a dychryn wedi fy llethu i –
dw i'n methu stopio crynu! Salm 55:5 beibl.net

Emyn: Bydd ddewr, bydd gryf: Canu Clod 46

Munud i feddwl:

Peidiwch byth â bod ofn gwneud camgymeriad.

Myfyrdod/Gweddi:

O Dduw, weithiau mi ydw i ofn, yn enwedig yn y nos. Ond eto rydw i'n gwybod bod fy rhieni a'm brodyr a'm chwiorydd o'm cwmpas. O dro i dro, mae dweud wrth rywun arall am fy ofnau yn fy helpu. Diolch i ti am wrando. Amen.