

A'oga mai le aiga ina ua tapunia a'oga

Lagolago le a'oga a lou alo i le aiga

O matafaioi a matua i a'oga i fafo atu ma a'oga

Tapenaga e lagolago ai lou alo i le:

- fausiaina o galuega masani ma taunu'uga e tatau ona o'o i ai
- ia tapena se avanoa i lou fale e fai ai ana mea-a'oga
- siakiina o feso'ota'iga mai faia'oga a lou alo
- ia amata ma fa'ai'u i aso ta'itasi le fesiligia o lou alo i ana mea-a'oga
- ia galue malosi e fesoasoani i lou alo mo ana mea-a'oga
- ia fa'amalosi e fai ni fa'agaioiga fa'ata'alogaga ma fa'amalositino
- ia manatua e o'o fo'i i lou alo le popole ma le atuatuva'e i taimi fa'apenei
- siaki pe fia taimi fa'aaluina e lou alo i luga o initaneti
- ia fa'afiafia lou alo, ae ia i ai ni tulafono fa'atapula'aina ma feso'ota'iga i luga o upega tafa'ilagi.


Matafaioi a tamaiti a'oga a'o malolo mai a'oga

O nei galuega uma e fuafua i le matua o lou alo:

- fausia ma mulimulita'i i mea-a'oga masani
- ia galulue i nofoaga lelei, leai se pisa i totonu o le aiga ua mae'a tapenaina
- ia siaki i taimi uma feso'ota'iga fa'atekenolosi ia maua ai folafolaga ma manatu i galuega sa fai a lou alo mai faia'oga
- ia fa'amae'a ma le fa'amaoni galuega ma taumafai e fai le mea e sili atu
- ia taumafai i le mea sili ia 'ausia, ia naunau i ai, ma ia mae'a i taimi fa'atapula'aina
- ia fa'afeso'ota'i faia'oga pe a le mafai ona fa'amae'aina pe mana'omia nisi fesoasoani fa'aopoopo
- ia fefa'asoa'i ma galulue fa'atasi ma isi tamaiti o le vasega i a latou mea-a'oga
- ia tausisia le felogoa'i ma le matagaluega o [Student use of digital devices and online services](#) (Fa'aaogaina e tamaiti a'oga o masini o feso'ota'iga ma fa'avae o au'aunaga o feso'ota'iga i upega tafa'ilagi)
- feso'ota'i ma faia'oga ona e i ai mana'oga ese'ese e ono tutupu mai.

Fuafuaina o le aso mo lou alo

O lau a'oga e tatau ona saunia se ta'iala a lou alo po o polokalame mo ana mea-a'oga. E aofia ai malologa ma galuega fai so'o, taimi e 'a'ai ai ma feinu ai. i taimi e malolo ai mai galuega e taua i le tamaitiiti a'oga ona tu i luga ma savali solo.



Afai e te nofo i sou lava fale, e saogalemu mo lou alo ona alu i fafo i le togala'au, fa'atautau i fogafale po o le lotoa fanua.

Ola manuia

O le saisaitia ai i le fale mo se taimi umi e ono tupu ai le popole ma femisa'iga. Nisi o manatu mo le va'aiga o lau fanau i lenei vaitaimi a'o nofo 'esea e aofia ai:

- talanoa i lou aiga atoa e uiga i le fa'ama'ipipisi – malamalama'aga i lea tulaga o le a fa'aitiitia ai le popole
- fesoasoani i lau fanau ina ia mafaufau pe sa fa'apefea ona tauivi ma faigata ua mavae ma ia fa'amanatu i ai e mafai fo'i fa'apena ona tauivi ma tulaga faigata ua tatou i ai nei
- ia fa'amanatu i a'i latou e le tumau ai pea le umi o lenei nofo'esea
- ia to'aga e fa'amalositino – fa'amalositino o se togafiti mautinoa mo le popole ma fa'anoanoaga
- ia fa'amalosi i lau fanau e feso'ota'i ma tagata o le aiga ma uo i telefoni, imeli ma nisi auala o feso'ota'iga fa'atekenolosi (e talafeagai ai).

Feso'ota'iga

Feso'ota'iga ma lou alo

Matou te fautuaina oe ina ia amata ma fa'auma aso ta'itasi i fesili faigofie e fa'atatau i mea-a'oga a lou alo e fesoasoani i le fa'aaogaina o latou taimi tatau mo le aso. E le'o tamaiti uma e aoga ai le si'osi'omaga o a'oa'oga i tua; o isi e mafatia ona o le tuto'atasi ma ua le lava auala e fa'aalu tatau ai lo latou taimi a'o au fesili o le a fesoasoani mo le manuia o latou taumafaiga.

Feso'ota'iga ma le a'oga

Ia mautinoa ua e iloa pe fa'apefea e le a'oga ma le faia'oga o lou alo ona feso'ota'i mai ia te oe ma siaki ia auala i taimi masani.

Ia e iloa pe fa'apefea ona feso'ota'i faia'oga mo a'oa'oga mana'omia ma o ai fo'i e feso'ota'i e inisinia i auala o feso'ota'iga pe a filifili a'oga e fa'aaogaina auala o feso'ota'iga fa'atekenolosi mo a latou a'oga i tua.

O lenei tulaga e fou i le tele o a'oga ma aiga. O a'oga o le a taumafai e 'auai e umi se taimi e fa'ata'amilo ai ona fa'ato'a lelei ato'atoa lea ma fetu'una'i e ala i manatu fa'asoa latou te fesiligia ai oe ma lou alo po o lelei le ola o le feso'ota'iga.

O nisi a'oga ua uma ona fa'aaogaina isi ituaiga a'uuala e feso'ota'i ai matua ma tamaiti a'oga. O ia auala mo fafo atu e ao ona fa'aaoga atili i taimi e mana'omia ai.

Feso'ota'iga ma faia'oga

E saunia e faia'oga taimi e mafai ona latou talanoa ai ma tamaiti i luga o initaneti, lesona i luga o masini pu'eata/vito po o luga o telefoni i taimi atofaina pe a fa'aletonu feso'ota'iga i luga o upega tafa'ilagi.

E taua ia te oe ma lou alo ona manatua o faia'oga o le a feso'ota'i atu ma isi aiga, afai e te talanoa ia fa'apu'upu'u ma ia 'oto na'o le mea taua e talanoa ai. E tatau fo'i ona e fautuaina lou alo ina ia maua i le onosa'i a'o fa'atali mo se fesoasoani po o se fa'asoa mai le faia'oga.

Fa'aaogaina o tekenolosi

E fautuaina malosi matua aua le fa'atauina komipiuta ua uma ona fa'aaoga e isi mo mea-a'oga a fanau se'ia vagana ua fautuaina e le a'oga.

O le matagaluega tekenolosi a le a’oga ua ua mae’a ona fa’atulagaina komipiuta e fa’aaoga ma ua uma fo’i ona fa’apolokalameina fa’apitoa mo mana’oga i mea-a’oga a lou alo.

- Google Apps for Education - Online Google apps.
Alu i le: Students portal>Learning>G Suite.
- Office 365 – online Office apps.
- Microsoft Office 365 Desktop Apps – Mo le ulufale i polokalame komipiuta – tu’u fa’atasi pe i luga atu i le lima komipiuta ma le sefulu telefoni fe’avea’i. Filifili le ‘Install Office’ feso’ota’i.
- E mafai fo’i e tamaiti a’oga ona maua fa’aopoopoga o polokalame Adobe e leai se totogi mo latou komipiuta mai tamaiti a’oga’ Bring your own device (BYOD) polokalame o upega tafa’ilagi.

Ulufale i masini o feso’ota’iga ma le initaneti

O le aiaiga fa’avae a le matagaluega tekenolosi, o masini o feso’ota’iga ma le initaneti e maua i le feso’ota’iga i lalo ifo.

[Student use of digital devices and online services policy](#) (Fa’aaogaina e tamaiti a’oga o masini o feso’ota’iga ma fa’avae o au’aunaga o feso’ota’iga i upega tafa’ilagi).

Afai e fa’aaogaina e lou alo mea totino o feso’ota’iga mo ana mea-a’oga ae le’o mautinoa lona fa’aaogaina e tatau ona feso’ota’i le faia’oga o potu a’oga mo se fesoasoani.

Pulea o taimi e pupula ai i masini o feso’ota’iga

E fa’atapula’aina le taimi fa’aalu o so’o se isi lava e fa’aaogaina masini o feso’ota’iga, a’o le umi ma tulafono e pupula ai i le masini o feso’ota’iga e fua i lona matua.

O fonofoneferenisivito ma nisi au’ala o feso’ota’iga e fa’aaoga ai vito e le’o a’afia i le taimi e pupula ai i masini o feso’ota’iga.

O fautuaga o mulimuli mai mo taimi pupula i masini o feso’ota’iga (e le aofia ai fonofoneferenisivito) e fa’avae i luga o fautuaga mai le American Academy of Pediatrics:

- Tausaga 2 – 5: 1 itula, malolo i luga atu o le 30 minute.
- 6 tausaga ma luga atu: e leai se taimi fa’atapula’aina e pupula ai i masini o feso’ota’iga ae aua ne’i afaina ai nisi fa’agaioiga ma talanoaga fa’afesaga’i i le aiga po o le a’oga (pe a talafeaagai ai). E taua tele le matua’i tausaga o le taimi fa’atapula’aina e pupula ai i masini o feso’ota’iga.

Ia mautinoa ia fa’atapula’aina le umi o fa’agaioiga ‘ese mai mea-a’oga.

Amio taupulea

E tusa lava po o i le aiga lou alo e mana’omia pea le tausisia o amio taupulea fa’avae a le a’oga.

Galulue fa’atasi, galuega i vaega ma manatu fa’asoa mai i latou augatupulaga i a’oga i tua e mana’omia le galulue fa’atasi o tamaiti a’oga ma feso’ota’i i avanoa o i luga o upega tafa’ilagi.

O le sini e tatau ona ‘ausia e lou alo ma le amio pulea e tutusa lava ma taimi e fai ai lesona i le potua’oga ma lona faia’oga.

Telefoni Au’aunaga Fa’aliliu’upu

Afai e te mana’omia nisi fa’amatalaga fa’amolemole fa’afeso’ota’i le pule o lau a’oga. Afai e te mana’omia se fa’aliliu’upu e fesoasoani ia te oe ma au feso’ota’iga fa’amolemole vili le Telefoni Au’aunaga Fa’aliliu’upu i le 13 14 50 ma fesili mo se fa’aliliu’upu i lau gagana. O lenei au’aunaga mo oe e leai se totogi.