



## တၢ်ကွၢ်လၢ်ဒိၣ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်ဖဲ ဒိၣ်ကွၢ်တၢ်စီၤခူၤခါအကတီၢ်

တၢ်လီၤဖဲ တၢ်စူးကါ ဒိၣ်ကွၢ်တၢ်စီၤခူၤခါ လၢအမၤ အါဖဲဒီး **smartphones** တဖၣ်ဒ် မ့ၢ်ဆ့ၣ်မ့ၢ်ဂီၤ တၢ်မၤအသးတခါအသးန့ၣ်, တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ် ကဟံၣ်လီၤ တၢ်အန့ၣ်အဆၢသ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်စူးကါ ဖဲဒီးလီၤတဖၣ်ဖဲဟံၣ်အကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအဖိခိၣ် တီၤဖုၣ်ကွၢ်ဖိတဖၣ် မ့ၢ်တက့ၢ်စိၣ်အါဖဲဒီးဆူဟံၣ်သန့ၣ်က့ၢ်, တၢ်ဟ့ၣ်က့ၣ်လၢလၢာ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မၤစၢၤဟံးစုန့ၣ်က့ၢ်ဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်သ့ၣ်လၢဘၣ်သိၣ်လီၤအဖိဒ်လဲၣ် ဒ်သိးက ကဲထီၣ် ဒိၣ်ကွၢ်တၢ်စီၤခူၤခါထံဖိကီၢ်ဖိလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢ(တၢ်ပူၤဖျဲး)ဒီးသ့ၣ်ဟံးန့ၢ်မူၤခါဖဲအဝဲသ့ၣ်ဒိၣ်ထီၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

### ဟံၣ်လီၤ ဒိၣ်ကွၢ်တၢ်စီၤခူၤခါလၢလၢအဂ့ၢ်တဖၣ်

ဒ်န့ၣ်မိၢ်ပၢ် မ့ၢ်တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ထွဲကွၢ်ဖိတကၤအသိး, န့ၣ်အိၣ်ဒီးနွဲးယၢ်လၢနဘၣ်ဟံၣ်လီၤတၢ်ဆၢတၢ်လၢ န့ၣ်ဖိဘၣ်စူးကါဒိၣ်ကွၢ်တၢ်စီၤခူၤခါဖဲဒီးလီၤအမ့ၢ်အါဖဲဒီးလၢဟံၣ်ထဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.



တၢ်အကါဒိၣ်ဝဲလၢ ဘၣ်ဟံၣ်လီၤဒီး တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ် တၢ်မ့ၢ်လၢကွၢ်စိၣ်ပျီၤဖျါလၢနဖိစူးကါအါဖဲဒီးအကီၢ်လီၤ. **Common Sense Media** (တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၢ်ဟံးမံၣ်ဒိၣ်ယၢ်) ဟ့ၣ်က့ၣ်ဟ့ၣ်ဖးဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်လၢ ဘၣ်ကွၢ်ထွဲဖိသ့ၣ်တဖၣ်စူးကါအုထၢန့ၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢဒီးဘၣ်ဟံးန့ၢ်မူၤခါဒ်လဲၣ် ဒီး အိၣ်

ဒီး မံၣ်ဒိၣ်ယၢ်ဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်အါလီၤ(“**Media Family Agreement**”) လၢအိၣ်ယုၣ်ဒီး တၢ်ခွဲးပနီၣ်တၢ်စရိတခါလၢကြးဘၣ်ဒီးသးန့ၣ်ဒ်သိးကဟံးစုန့ၣ်က့ၢ်တၢ်ဝဲသကိးတၢ်ဒီးနဖိဘၣ်ယး တၢ်အိၣ်ဒီးမူၤခါလၢတၢ်စူးကါ မံၣ်ဒိၣ်ယၢ်ဒီးထဲးနိလိၣ်ကွၢ်န့ၣ်လီၤ.

န့ၣ်လီၤကွၢ် [goo.gl/8SdPYk](http://goo.gl/8SdPYk) ပုၤယဲၤလၢနကယုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကွၢ်လၢအဘၣ်ယးဒီး-

- ဘၣ်ဆိတလဲ **privacy settings** ဒီး အုထၢန့ၣ်တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢတၢ်ဟ့ၣ်က့ၣ်ဂုၤတဖၣ် ဒ်လဲၣ်
- စူးကါ စိၣ်ရှၢၣ်မံၣ်ဒိၣ်ယၢ် လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံးန့ၢ်မူၤခါ
- ဘၣ်ပၤဆ့ၣ်ရဲၣ်က့ၢ် တၢ်ထီၣ်ခါမၤကမၢ်မံၣ်ဒိၣ်ယၢ်ဒ်လဲၣ်
- တၢ်န့ၣ်က့ၣ်တဖၣ်လၢ တၢ်ကွၢ်ထွဲ တၢ်စူးကါအါဖဲဒီးအဆၢကတီၢ် (**screen time**) ဒီး ဟံၣ်လီၤတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢ ကြးဝဲဘၣ်ဒီးသးန့ၣ်
- က့ၣ်သ့ၣ်ပုၤယဲၤသန့တဖၣ် လၢဖိသ့ၣ်တဖၣ်အကီၢ်
- တၢ်ပၤဆ့ၣ် တၢ်စူးကါလီၤတဲမိ

### ဒီးလိးလီၤ **App** သ့ၣ်တဖၣ်

တချုးဒံးဝဲနကဒီးလိးလီၤ **app** တခါန့ၣ်, ဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်ကြးဆိကမိၣ်လၢ **app** တခါအံၤမ့ၢ်-

- တၢ်လၢဒီးန့ၢ်ခိလီၤအီၤသ့ ဒီး တအိၣ်ဒီး တၢ်ဘိးဘၣ်ရၤလီၤတၢ်ဘၣ်
- တၢ်လၢကြးဝဲဘၣ်ဝဲဒီး နဖိသးန့ၣ်
- တၢ်လၢအိၣ်ဒီး ချုးထၢရံၣ်တဖၣ် မ့ၢ်တမ့ၢ် လံာ်လၢပိးလိးဒီးတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤလၢဖိသ့ၣ်တဖၣ်အကီၢ်
- တၢ်လၢအိၣ်ဒီးက့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအတၢ်ပညိၣ်- ဆိကမိၣ်လၢ **app** မၤဂ့ၢ်ထီၣ်-
  - ✓ တၢ်မၤကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်တၢ် ဒီး တၢ်ဆိကမိၣ်ထံၣ်မ့ၢ်တၢ်
  - ✓ တၢ်ဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်န့ၢ်ဟ့ၣ်ခိတၢ်ထံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်
  - ✓ တၢ်ဘျါလီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ခဲ ဒီး တၢ်သ့ၣ်ဆိကမိၣ်ဖဲထံၣ်နီၤဖးတၢ်အတၢ်သ့ၣ်တၢ်ဘၣ်တဖၣ်

န့ၣ်အိၣ်ဒီးစရိတခါလၢအမ့ၢ် **app** လၢဟံၣ်ပနီၣ်သးသ့ၣ်တဖၣ်လၢအအိၣ်ဝဲ **district's Self Service app store** အပူၤန့ၣ်, န့ၣ်လီၤကွၢ်- [bit.ly/sppsappstore](http://bit.ly/sppsappstore) ပုၤယဲၤတက့ၢ်.

### တၢ်ပၤဆ့ၣ် တၢ်ဟံးန့ၢ်စူး [www.spps.org/personalizedlearning](http://www.spps.org/personalizedlearning)

ဟံၣ်ဖိယိဖိလၢအဟံၣ်အိၣ်ဒီး အုထၢန့ၣ်တဖၣ် ပၤဆ့ၣ် အဖိတၢ်စူးကါအုထၢန့ၣ်သ့ၣ်ခိဖျိ ထၢန့ၣ်လီၤ **software** ဒီးသးတၢ်လီၤဆိ ဒ်လၢလၢအသိးလီၤ.

- **OpenDNS Home** ဒီး **Family Shield** တဖၣ်မ့ၢ် တၢ်လၢနဒီးလိးအီၤသ့ၣ်လၢတလိၣ်နဟ့ၣ်အပူၤဘၣ် ဒီးနမၤန့ၢ်အီၤသ့ၣ်ဝဲ- [www.opendns.com](http://www.opendns.com) ပုၤယဲၤသန့အပူၤလီၤ.
- **SafeEyes** အိၣ်ဝဲလၢ နဘၣ်ပူၤန့ၢ်အီၤလၢ ပုၤထူးထီၣ်ဆိတၢ်တဖၣ်အအိၣ်- ကွၢ်ယု "SafeEyes" လၢအုထၢန့ၣ်အပူၤဒီး ယုကွၢ်လၢအပူၤအကြးကတၢ်
- **NetNanny** အိၣ်ဝဲလၢ နဘၣ်ပူၤန့ၢ်အီၤဒီးနမၤန့ၢ်အီၤသ့ၣ်ဝဲ [www.netnanny.com](http://www.netnanny.com) ပုၤယဲၤအပူၤလီၤ.
- လီၤတဲမိစိၣ်စု ဒီး ခုဘၣ်တၢ်မၤကရၢသ့ၣ်တဖၣ် အိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီး တၢ်ဒီးသးတၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ(**filtering solutions**)တဖၣ် ဒီးဆဲးကျိးကရၢလၢနစူးကါအတၢ်ဖိတၢ်လဲၤတဖၣ်တက့ၢ်.

For more information, see the **Student and Family iPad Handbook and Parent Resources:**

[www.spps.org/personalizedlearning](http://www.spps.org/personalizedlearning)