

SAMSUNG

ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

SM-L300
SM-L305F
SM-L310
SM-L315F
SM-L705F

Ukrainian. 08/2024. Rev.1.1

www.samsung.com

Зміст

Початок роботи

6 Про Galaxy Watch7 / Galaxy Watch Ultra

7 Зовнішній вигляд і функції пристрою

7 Годинник

12 Безпроводовий зарядний пристрій

12 Заряджання акумулятора

12 Бездротове заряджання

14 Підказки та заходи безпеки щодо зарядження акумулятора

15 Використання режиму енергозбереження

16 Носіння годинника

16 Під'єднання та від'єднання ремінця

18 Надягання годинника

18 Підказки й заходи безпеки під час використання ремінця

19 Як носити годинник для точних вимірювань

21 Увімкнення та вимкнення годинника

23 Під'єднання годинника до телефону

23 Встановлення програми Galaxy Wearable

23 Під'єднання годинника до телефону через Bluetooth

25 Віддалене підключення

25 Додавання облікових записів до годинника

26 Управління екраном

26 Сенсорний безель

27 Екран

28 Складові частини екрана

29 Увімкнення й вимкнення екрана

29 Переключення екранів

30 Екран програм

31 Екран блокування

32 Годинник

32 Екран годинника

32 Змінення типу циферблата

34 Увімкнення функції «Always On Display»

34 Увімкнення режиму «Лише годинник»

34 Повернення до використовуваної функції безпосередньо з екрана годинника

35 Сповіщення

35 Панель сповіщень

36 Перевірка вхідних сповіщень

36 Вибір програм для отримання сповіщень

37 Панель швидкого доступу

40 Введення тексту

40 Зовнішній вигляд клавіатури

41 Додаткові функції клавіатури

Програми та функції

42 Встановлення програм і керування ними

- 42 Play Маркет
- 42 Керування програмами

43 Повідомлення

45 Телефон

- 45 Вступ
- 45 Здійснення викликів
- 47 Опції, доступні під час викликів
- 47 Отримання викликів

48 Контакти

49 Samsung Wallet

50 Samsung Pay

- 50 Вступ
- 50 Налаштування Samsung Pay
- 50 Здійснення платежів

51 Samsung Health

- 51 Вступ
- 52 Показник життєвих сил
- 54 Фізичні навантаження за день
- 55 Кроки
- 56 Вправа
- 69 Тренування протягом цього тижня
- 71 Сон
- 76 Їжа
- 77 Склад тіла
- 81 Пульс
- 83 Стрес
- 85 Відстеження циклів
- 87 Вода
- 88 Насиченість крові киснем
- 90 Together
- 91 Налаштування

92 Samsung Health Monitor

- 92 Вступ
- 92 Запобіжні заходи під час вимірювання біометричних даних
- 97 Початок вимірювання артеріального тиску
- 99 Початок вимірювання ЕКГ
- 101 Початок використання функції контролю апное уві сні

103 GPS

103 Музика

- 103 Вступ
- 103 Використання музики
- 104 Керування аудіофайлами, збереженими на годиннику

104 Контролер мультимедіа

- 104 Вступ
- 104 Керування музичним плеєром
- 105 Керування відеоплеєром

106 Reminder

107 Календар

107 Віху

109 Погода

109 Будильник

110 Світовий час

110 Таймер

111 Секундомір

- 144 Додаткові функції
- 144 Обслуговування пристрою
- 144 Програми
- 145 Керування вмістом
- 146 Мобільні тарифні плани (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)
- 146 Загальне
- 146 Спеціальні можливості
- 146 Оновлення ПЗ для годинника
- 146 Про годинник
- 147 Пошук мого годинника**
- 148 Магазин**

Замітки щодо користування

- 149 Застереження щодо користування пристроєм
- 151 Примітки на вмісті упаковки й аксесуарах
- 152 Захист пристрою від потрапляння пилу й води
- 155 Застереження щодо перегріву
- 155 Очищення годинника і поводження з ним
- 156 Заходи з безпеки для користувачів, що мають алергію на будь-який матеріал, з якого виготовлений годинник

Додаток

- 157 Усунення неполадок
- 161 Виймання акумулятора

Початок роботи

Про Galaxy Watch7 / Galaxy Watch Ultra

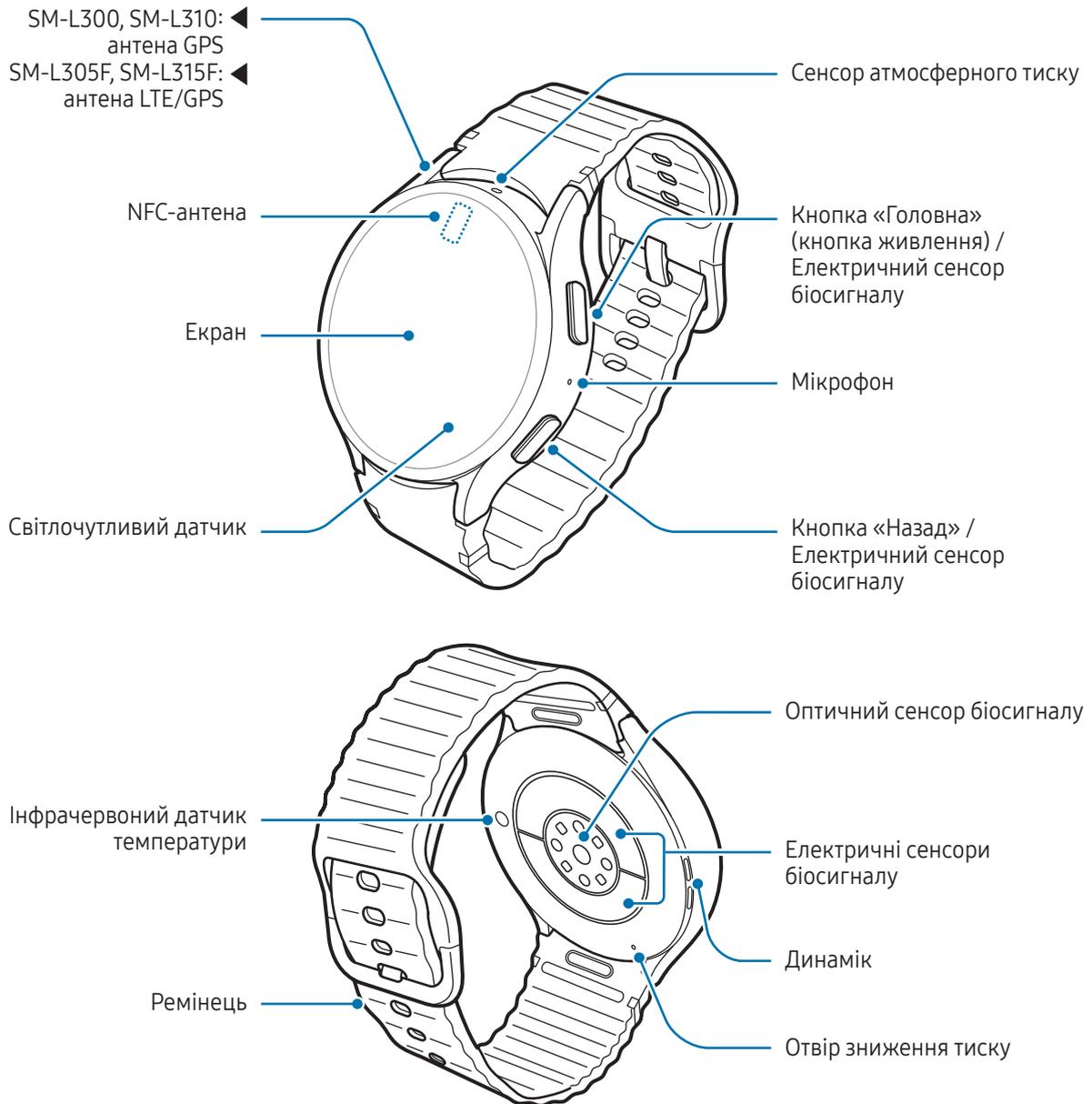
Пристрій Galaxy Watch7 / Galaxy Watch Ultra (далі — годинник) — це розумний годинник, що здатний аналізувати виконання фізичних вправ, стежити за здоров'ям і дає змогу користуватися зручними програмами для здійснення телефонних викликів і відтворення музики. Ви можете переглядати різноманітні функції за допомогою сенсорного безеля й запускати їх дотиком до екрана, а також змінювати тип циферблата годинника, щоб він відповідав вашим уподобанням.

Ви можете використовувати годинник, під'єднавши його до телефону.

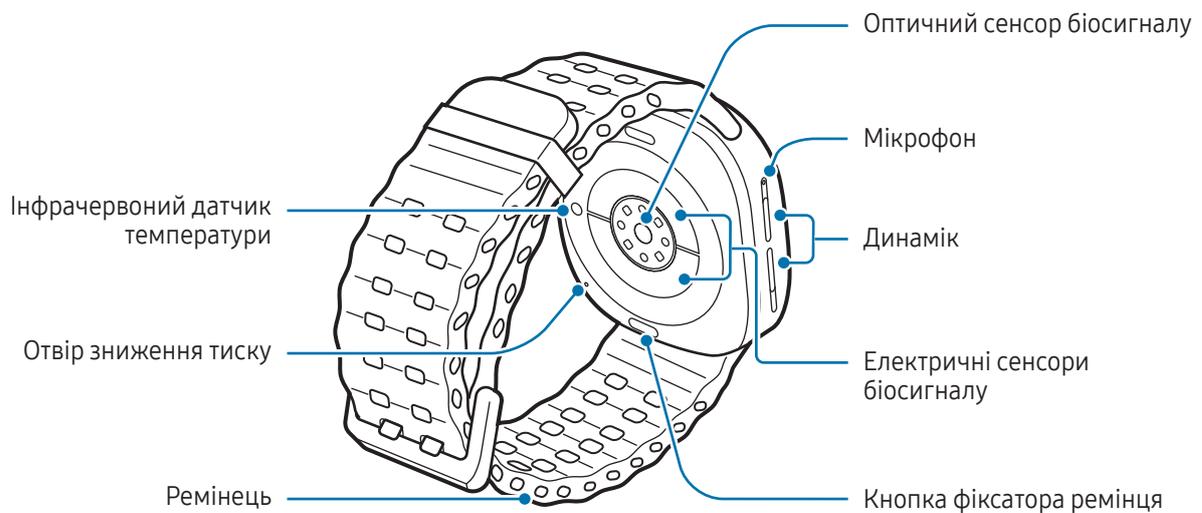
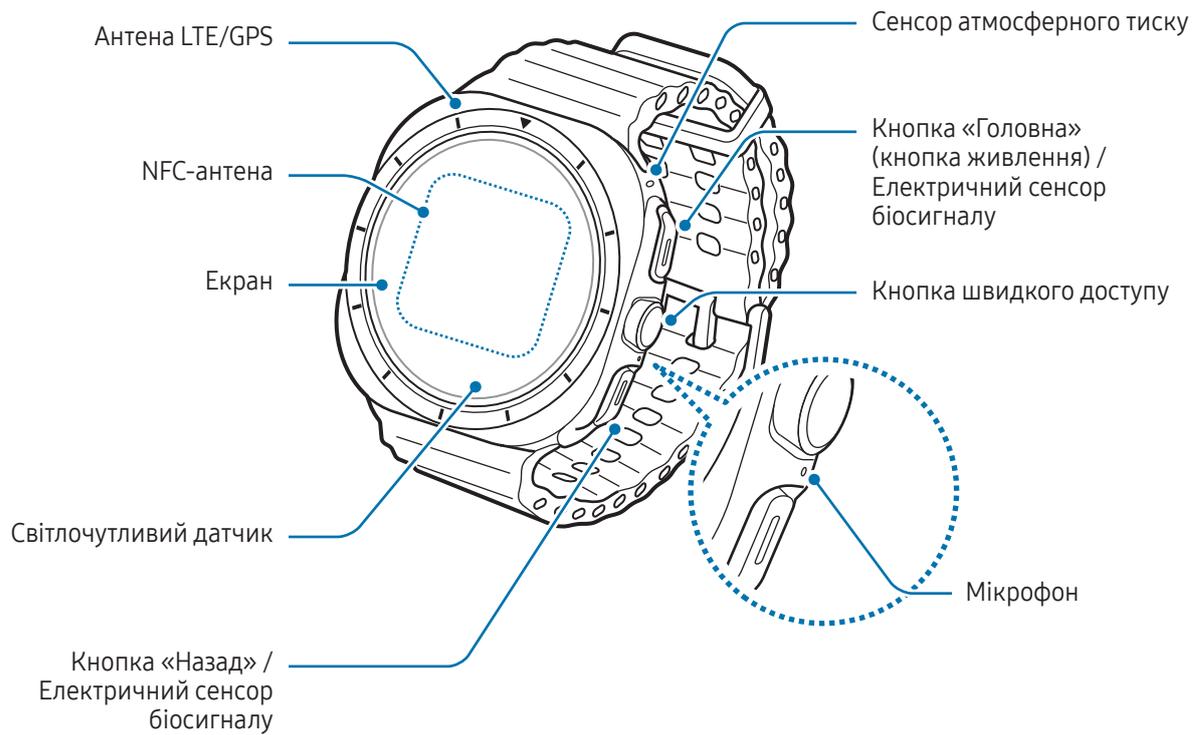
Зовнішній вигляд і функції пристрою

Годинник

► Galaxy Watch7:



► Galaxy Watch Ultra:





- Аби пристрій міг працювати нормально, користуйтеся ним у місцях, де відсутні магнітні завади.
- Ваш пристрій і деякі аксесуари (що продаються окремо) містять у собі магніти. Тримайте його подалі від кредитних карток, імплантованих медичних пристроїв та інших пристроїв, на які можуть впливати магніти. У випадку з медичними пристроями тримайте даний пристрій на відстані більше 15 см від них. Припиніть використання пристрою, якщо є підозри на перешкоди в роботі вашого медичного пристрою, і проконсультуйтеся зі своїм лікарем або виробником вашого медичного пристрою.
- Якщо маєте імплантований медичний пристрій у серці, не кладіть цей виріб у кишеню поблизу імплантованого пристрою, наприклад у нагрудну або внутрішню кишеню куртки.
- Зберігайте безпечну відстань між об'єктами, на які впливають магніти, та вашим пристроєм і деякими аксесуарами (що продаються окремо), які містять магніти. Такі предмети, як банківські картки, розрахункові книжки, картки доступу, посадкові чи паркувальні талони, можуть пошкодитися чи взагалі стати непридатними до використання через вплив магнітів у пристрої.



- Під час використання динаміків (наприклад, під час відтворення файлів мультимедіа) не розміщуйте годинник близько до вух.
- Переконайтеся, що ремінець чистий. Потрапляння на нього бруду, наприклад пилу або фарби, може призвести до появи на ремінці плям, яких неможливо повністю позбутися.
- Не вставляйте гострі предмети в зовнішні отвори годинника. Це може призвести до пошкодження внутрішніх компонентів пристрою, а також порушення його захисту від води.
- Продовжуючи використовувати годинник після пошкодження його скляного або акрилового покриття, можна поранитися. Користуйтеся годинником знову лише після його ремонту в сервісному центрі Samsung або авторизованому сервісному центрі.
- У разі потрапляння пилу або сторонніх матеріалів всередину мікрофона чи динаміка звук годинника може стати тихішим, крім того, деякі функції можуть не працювати. Спроба видалити пил або сторонні матеріали за допомогою гострого предмета може пошкодити годинник і погіршити його зовнішній вигляд.



- За наведених нижче умов можуть виникати проблеми з підключенням, а акумулятор може швидше розряджатися:
 - У разі нанесення металевих наклеюк на область антени годинника.
 - Якщо ви використовуєте металевий браслет
 - У разі закриття ділянки антени годинника руками або іншими предметами під час використання певних функцій, як-от здійснення викликів або передавання мобільних даних.
- Якщо отвір зниження тиску закрито аксесуарами, наприклад наклеюкою, під час викликів або відтворення медіа можуть виникати небажані шуми.
- Не закривайте світлочутливий датчик аксесуарами, як-от наклеюки або чохла. Це може призвести до несправності датчика.
- Переконайтеся, що під час розмови мікрофон годинника нічим не затулено.
- Отвір зниження тиску забезпечує коректну роботу внутрішніх частин і сенсорів годинника, коли годинник використовується в середовищі зі змінним атмосферним тиском.
- Galaxy Watch Ultra обладнано подвійним мікрофоном, тобто в телефоні встановлено два мікрофони.
- На зображеннях у цьому посібнику представлено Galaxy Watch Ultra.

Використання кнопки «Головна» чи кнопки «Назад»

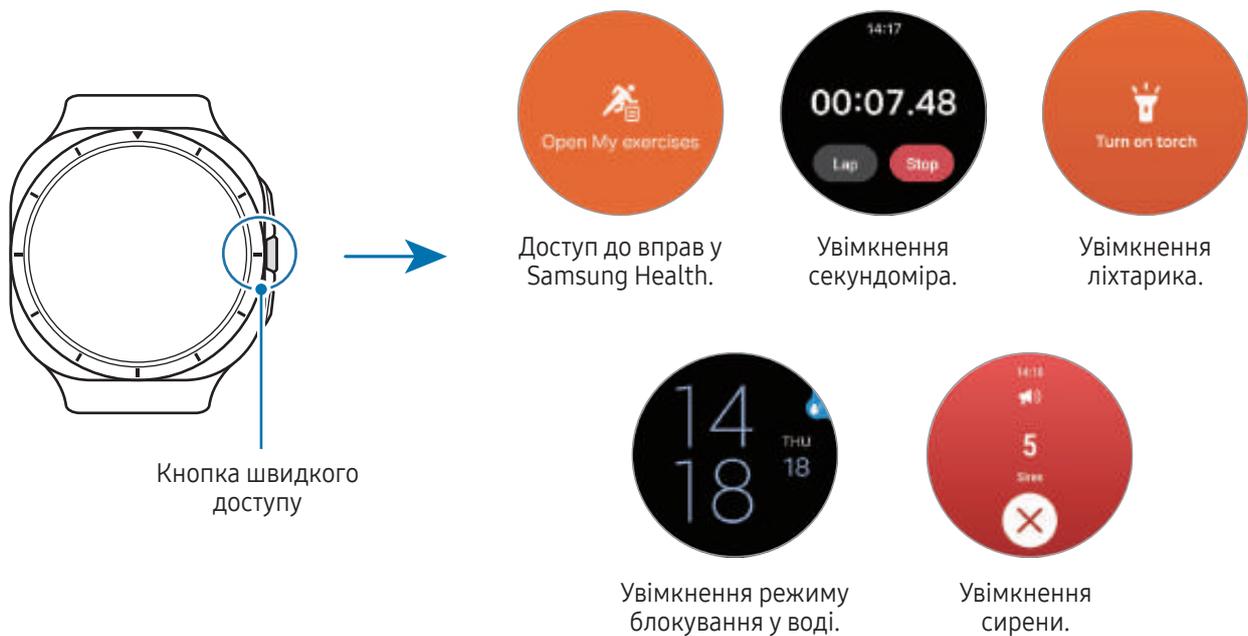
Кнопка	Функція
Кнопка «Головна»	<ul style="list-style-type: none"> • Натисніть і утримуйте для ввімкнення годинника, коли він вимкнений. • Коли екран вимкнений, натисніть, щоб його увімкнути. • Натисніть і утримуйте, щоб розпочати розмову з Віхбу. Додаткову інформацію дивіться в розділі Використання Віхбу. • Натисніть двічі або натисніть і утримуйте для відкриття заданої програми або функції. • Натисніть, щоб відкрити екран годинника під час перебування на будь-якому іншому екрані.
Кнопка «Назад»	<ul style="list-style-type: none"> • Коли екран вимкнений, натисніть, щоб його увімкнути. • Натисніть для запуску заданої програми або функції.
Кнопка «Головна» + кнопка «Назад»	<ul style="list-style-type: none"> • Натисніть одночасно, щоб створити знімок екрана. • Натисніть і утримуйте одночасно, щоб вимкнути годинник.

Налаштування кнопки «Головна» чи кнопки «Назад»

Виберіть програму або функцію, яка запускатиметься натисканням кнопки «Головна» чи кнопка «Назад». На екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Кнопки й жести**, після чого виберіть необхідну опцію в розділі **Кнопка «Головна»** чи **Кнопка «Назад»**.

Налаштування й використання кнопки швидкого доступу (Galaxy Watch Ultra)

Кнопка швидкого доступу — це кругла кнопка, що розташована між кнопками «Головна» та «Назад» і натисканням якої ви можете негайно запускати функції, необхідні для виконання фізичних вправ та активного відпочинку на свіжому повітрі.



1 На екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Кнопки й жести**.

2 Виберіть бажану дію в розділі **Кнопка швидкої дії**.

- **Дія:** налаштування кнопки швидкого доступу, щоб запускати вправу чи функцію. Вибрана вами дія визначає, що саме відбуватиметься після натискання кнопки швидкого доступу. Якщо ви не бажаєте, щоб після натискання кнопки швидкого доступу відбувався запуск будь-яких функцій, виберіть **Немає**.
 - **Вправа:** варіанти налаштування охоплюють відкриття списку вправ чи початок тренування. Натисканням кнопки швидкого доступу під час тренування ви можете призупинити чи закінчити виконання вправи, а також налаштувати параметри кожної вправи.
 - **Функції:** відкриття секундоміра, увімкнення ліхтарика чи режиму блокування у воді.

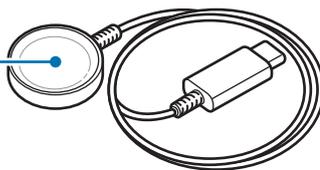
- **Запуск дії за допомогою:** налаштування кнопки швидкого доступу таким чином, щоб одинарним чи подвійним натисканням на неї відкривалася визначена вами вправа чи функція. Торкніться **Запуск дії за допомогою** і виберіть потрібну опцію.
- **Сирена:** вмикання сирени після натискання кнопки швидкого доступу та утримання її впродовж більш ніж 5 секунд.



- Якщо ви помічаєте, що через товщину вашого одягу чи рукавичок або спосіб носіння вашого годинника часто відбувається випадкове натискання кнопок, спробуйте скористатися однією з вказаних нижче підказок:
 - Дивіться інформацію в [Як носити годинник для точних вимірювань](#) та спробуйте надіти ваш годинник ще раз.
 - Надіньте годинник таким чином, щоб кнопки були спрямовані в інший бік. Якщо екран відображається догори дригом, на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Загальне** → **Орієнтація** й налаштуйте положення кнопок таким чином, щоб воно відповідало фактичному положенню, у параметрі **Розташування кнопки**.

Безпроводовий зарядний пристрій

Бездротова поверхня
док-станції для
зарядження



Не піддавайте безпроводовий зарядний пристрій впливу води, оскільки він не має такої самої сертифікації зі стійкості до впливу води, як ваш годинник.

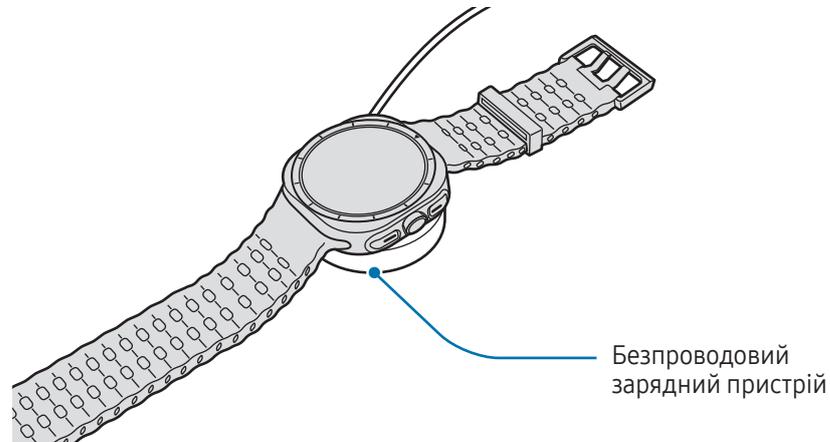
Зарядження акумулятора

Зарядіть акумулятор перед першим використанням годинника, а також якщо він не використовувався протягом тривалого часу.

Бездротове зарядження

- 1 Під'єднайте бездротовий зарядний пристрій до блоку живлення USB.

- 2 Помістіть годинник на бездротовому зарядному пристрої, сумістивши центр задньої поверхні годинника із центром бездротового зарядного пристрою. Залежно від типу аксесуара або кришки, бездротове зарядження може не працювати належним чином. Для надійного бездротового зарядження рекомендовано зняти такий чохол або аксесуар із годинника.



- 3 Після повного зарядження акумулятора приберіть годинник від безпроводового зарядного пристрою.

Перевірка стану зарядження акумулятора

Під час бездротової зарядки ви можете перевіряти стан зарядження акумулятора на екрані. Якщо стан зарядження акумулятора не відображається на екрані, на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Екран** і торкніться повзунка **Показувати інф. про зарядження**, щоб активувати функцію.

 Годинник увімкнеться автоматично після початку його зарядження, якщо до цього він був вимкнений, коли рівень зарядження акумулятора перевищить 10 %. Щоб вимкнений годинник не вмикався під час його зарядження, на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Батарея**, після чого торкніться повзунка **Автовімкн. живл.**, щоб вимкнути цю функцію. Ви можете перевірити стан зарядження акумулятора на екрані натисканням будь-якої кнопки вимкненого годинника під час його зарядження.

Підказки та заходи безпеки щодо зарядження акумулятора



Використовуйте лише рекомендований компанією Samsung акумулятор, зарядний пристрій і кабель, які спеціально розроблено для годинника. Несумісний акумулятор, зарядний пристрій і кабель можуть серйозно пошкодити або вивести з ладу пристрій.



- Неправильне підключення зарядного пристрою може призвести до серйозного пошкодження пристрою. Гарантія не поширюється на пошкодження пристрою, спричинені неправильним використанням.
- Використовуйте лише бездротовий зарядний пристрій, що постачається разом із годинником. Годинник може не заряджатися як належить у разі використання сторонніх безпроводових зарядних пристроїв.
- Якщо ви заряджаєте годинник, коли бездротовий зарядний пристрій мокрий, пристрій може бути пошкоджено. Ретельно протріть безпроводовий зарядний пристрій і дайте йому повністю висохнути, перш ніж заряджати годинник.



- Для заощадження електроенергії від'єднайте зарядний пристрій, якщо пристрій не використовується. Якщо на зарядному пристрої немає перемикача живлення, його слід виймати з електричної розетки, коли він не використовується, для заощадження електроенергії. Під час заряджання зарядний пристрій має щільно прилягати до розетки та бути легко доступним.
- Функція бездротової передачі живлення не підтримується годинниками Galaxy Watch Ultra та Galaxy Watch7.
- Годинника обладнан вбудованою спіраллю для бездротового заряджання. Акумулятор можна заряджати за допомогою бездротового зарядного пристрою. Однак через конструкцію певних моделей ремінців годинник не можна заряджати за допомогою деяких бездротових зарядних пристроїв, коли на ньому закріплений ремінець. Щоб зарядити годинник за допомогою бездротового зарядного пристрою, спершу відкріпіть від нього ремінець. Зверніть увагу, що бездротовий зарядний пристрій продається окремо. Додаткову інформацію про доступні бездротового зарядного пристрою можна дізнатися на веб-сайті Samsung.
- Рекомендовано використовувати для заряджання схвалений зарядний пристрій, який гарантує ефективність заряджання.
- За наявності сторонніх предметів між годинником і безпроводовим зарядним пристроєм годинник може не заряджатися як належить. Перед заряджанням перевірте, чи немає на них поту, рідини чи пилу.
- Якщо акумулятор повністю розряджений, годинник неможливо ввімкнути одразу після розміщення його на безпроводовому зарядному пристрої. Перш ніж вмикати пристрій, зачекайте кілька хвилин, доки акумулятор трохи зарядиться.
- У разі одночасного використання декількох програм, а також у разі використання мережевих програм або програм, що вимагають підключення до іншого пристрою, акумулятор швидко розряджатиметься. Щоб уникнути розрядження під час передачі даних, завжди повністю заряджайте акумулятор перед використанням таких програм.



- У разі підключення бездротового зарядного пристрою до іншого джерела живлення, наприклад до комп'ютера або концентратора для одночасного заряджання кількох пристроїв, годинник може не заряджатися належним чином або може заряджатися повільніше через нижчу силу струму.
- Під час заряджання годинником можна користуватися, але в такому разі акумулятор заряджатиметься довше.
- Якщо під час одночасного використання та заряджання живлення годинника нестабільне, екран може не працювати. У такому разі заберіть годинник від безпроводового зарядного пристрою.
- Під час заряджання годинник може нагріватися. Це нормально й не впливає на роботу чи термін служби годинника. Перш ніж носити і використовувати годинник, дочекайтеся поки він охолоне. Якщо акумулятор нагрівається сильніше, ніж звичайно, заряджання за допомогою зарядного пристрою може припинитися.
- Якщо годинник не заряджається належним чином, віднесіть його та бездротовий зарядний пристрій до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.
- Не користуйтеся заламаним чи пошкодженим кабелем бездротового зарядного пристрою. Якщо кабель бездротового зарядного пристрою пошкоджений, припиніть його використовувати.

Використання режиму енергозбереження

Увімкнення режиму енергозбереження для збільшення часу роботи акумулятора.

Відкрийте панель швидкого доступу, потягнувши її від верхнього краю екрана вниз, і торкніться , щоб увімкнути функцію. Або на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Батарея**, а потім торкніться повзунка **Енергозбереження**, щоб увімкнути цю функцію.

Режим енергозбереження буде увімкнено, а деякі функції буде обмежено.



Якщо рівень заряду акумулятора опускається нижче за певний рівень, з'явиться екран енергозбереження. Торкніться **Увімкнути**, щоб увімкнути режим енергозбереження. У цьому разі режим енергозбереження буде автоматично вимкнено, якщо акумулятор годинника заряджено більше ніж на 15 %. Однак, якщо ви увімкнете режим енергозбереження в програмі «Налаштування» чи на панелі швидкого доступу, режим енергозбереження не вимикатиметься автоматично, навіть якщо акумулятор вашого годинника заряджено більше ніж на 15 %.

Носіння годинника

Під'єднання та від'єднання ремінця

Перш ніж почати користуватися годинником, під'єдняйте до нього ремінець. Ремінець можна від'єднувати від годинника для заміни його на новий.

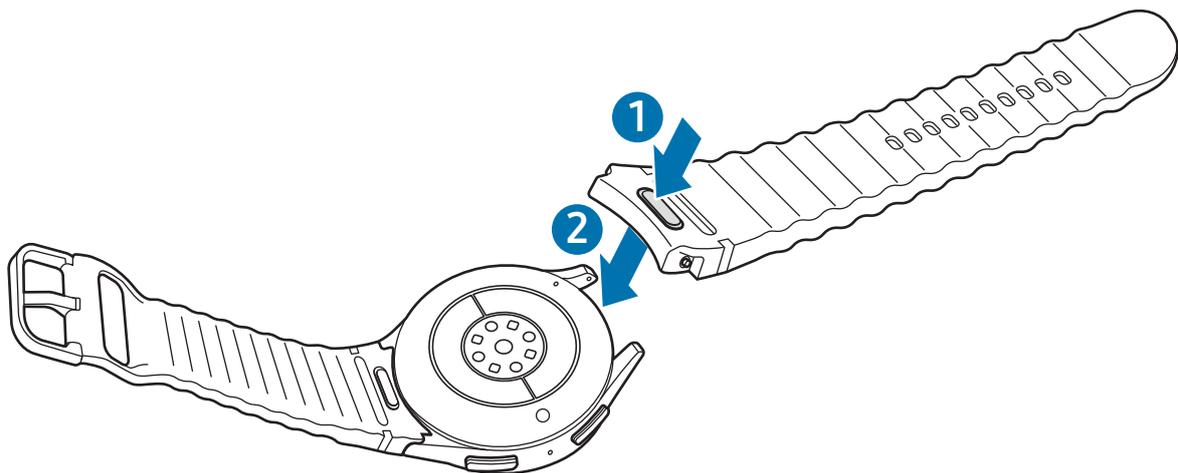
 Під'єднуючи й від'єднуючи ремінець, варто пильнувати, аби не травмувати ніготь.



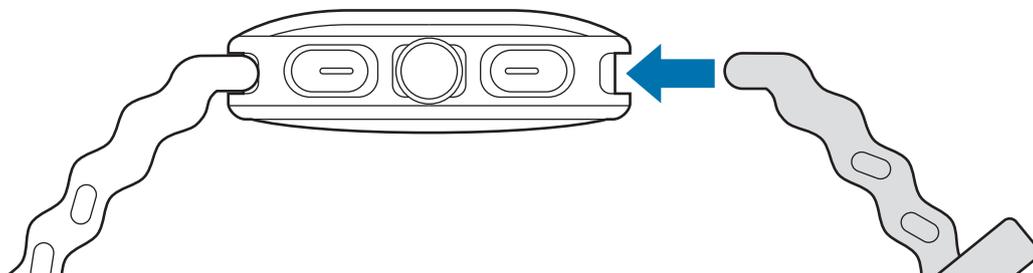
- Ремінець, що постачається, може змінюватися в залежності від регіону або моделі.
- Розмір ремінця, що входить до комплекту поставки, може відрізнятися залежно від моделі. Для вашої моделі слід використовувати відповідний ремінець, що підходить до неї за розміром.

Приєднання ремінця

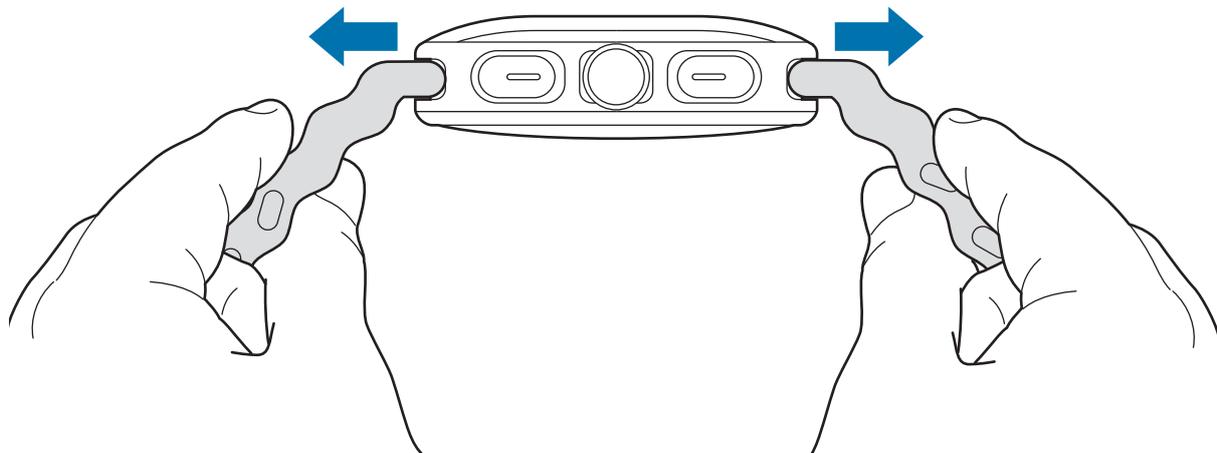
1 ► **Galaxy Watch7:** під'єдняйте ремінець до годинника, сильно натиснувши на кнопку ремінця.



► **Galaxy Watch Ultra:** вирівняйте ремінець стосовно годинника таким чином, щоб вони знаходилися на одній лінії, після чого натисніть на ремінець до клацання.

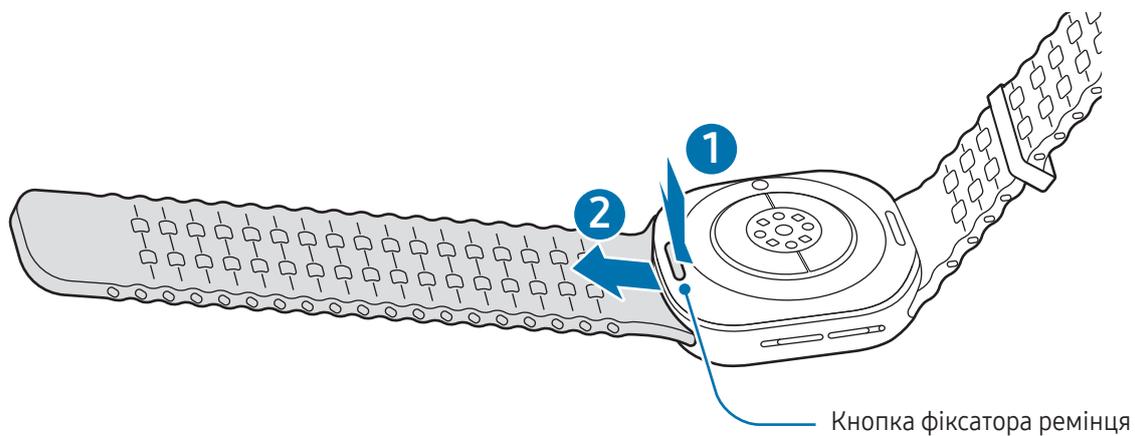


- 2 Обережно потягніть ремінець з обох боків, щоб переконатися, що він щільно під'єднаний і не від'єднується від годинника.



Від'єднання ремінця

- ▶ Galaxy Watch7: від'єднайте ремінець, водночас натискаючи на кнопку на ньому.
- ▶ Galaxy Watch Ultra: від'єднайте ремінець, водночас натискаючи на кнопку фіксатора ремінця.



Надягання годинника

► **Galaxy Watch7:** надіньте годинник на зап'ястя. Затягніть ремінець, вставте застібку в потрібний отвір і зафіксуйте пряжку ремінця, щоб закрити її. Якщо ремінець сидить занадто туго, вставте застібку в наступний отвір таким чином, щоб ремінець став вільнішим.

► **Galaxy Watch Ultra:** відрегулюйте петлю відповідно до об'єму вашого зап'ястя й надіньте годинник на зап'ястя. Затягніть ремінець, уставте застібку в потрібний отвір і просуньте кінець ремінця в петлю таким чином, щоб зафіксувати його. Якщо ремінець сидить занадто туго, вставте застібку в наступний отвір таким чином, щоб ремінець став вільнішим.

 Не затягуйте надмірно ремінець. Це може призвести до пошкодження годинника.



- Для точнішого вимірювання показників фізичного стану за допомогою годинника його потрібно надійно закріплювати безпосередньо над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- Коли в контакт із задньою частиною годинника входять певні матеріали, годинник може вважати, що його надіто на зап'ястя залежно від типу матеріалу.
- Якщо сенсор годинника і ваше зап'ястя не контактують упродовж більш ніж 10 хвилин, годинник може працювати так, як за відсутності контакту із зап'ястям.

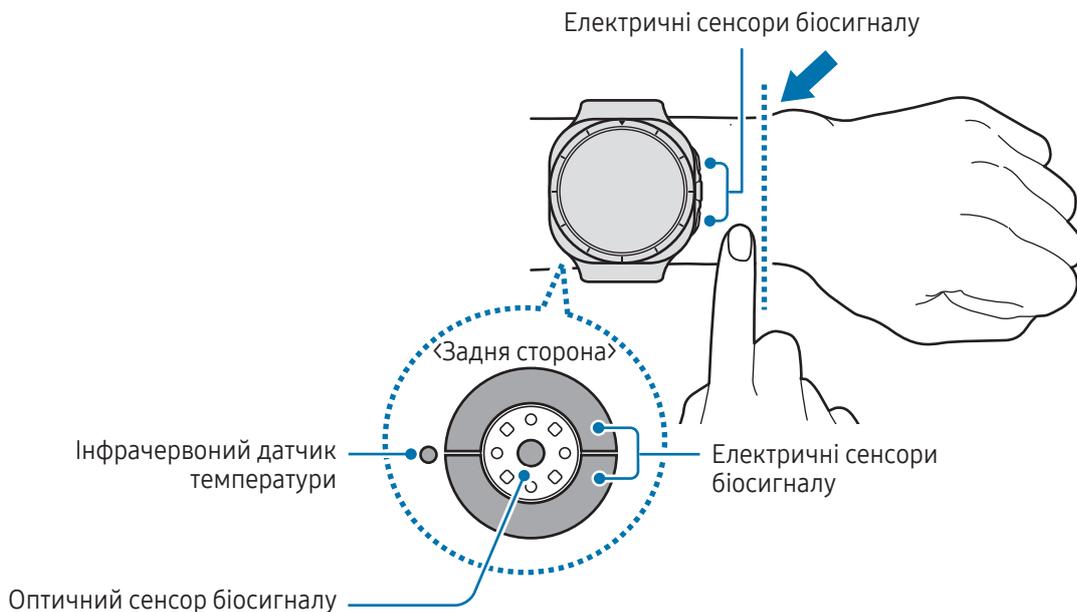
Підказки й заходи безпеки під час використання ремінця

- Для точних вимірювань годинник потрібно носити так, щоб він прилягав до зап'ястя. Після вимірювання показників послабте ремінець, щоб повітря потрапило на шкіру. Рекомендується носити годинник таким чином, щоб він не сидів занадто вільно, але й не прилягав занадто щільно — так, щоб вам було зручно носити його за звичайних умов.
- Якщо ви носите годинник протягом тривалого часу або інтенсивно тренуєтеся з ним на зап'ястку, можуть виникнути подразнення шкіри, пов'язані з тертям, тиском або вологістю. В разі тривалого носіння годинника його слід зняти з зап'ястя на деякий час для підтримання здоров'я шкіри та відпочинку самого зап'ястя.
- Подразнення шкіри може спричинитись алергією, чинниками довкілля, іншими чинниками чи тривалим впливом мила чи поту на шкіру. У такому разі потрібно припинити користуватися годинником на 2 чи 3 дні до зникнення симптомів. Якщо симптоми не зникають або погіршуються, потрібно звернутись до лікаря.

- Перед надіванням годинника потрібно впевнитися, що шкіра суха. Тривале носіння годинника може бути шкідливим для шкіри.
- У разі використання годинника у воді з метою уникнення подразнення шкіри потрібно видалити зі шкіри й з пристрою сторонні речовини та ретельно їх висушити.
- Забороняється використовувати у воді будь-які аксесуари, окрім годинника.
- Якщо ви помічаєте, що через товщину вашого одягу чи рукавичок або спосіб носіння вашого годинника часто відбувається випадкове натискання кнопок, спробуйте скористатися однією з вказаних нижче підказок:
 - Дивіться інформацію в [Як носити годинник для точних вимірювань](#) та спробуйте надіти ваш годинник ще раз.
 - Надіньте годинник таким чином, щоб кнопки були спрямовані в інший бік. Якщо екран відображається догори дригом, на екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Загальне** → **Орієнтація** й налаштуйте положення кнопок таким чином, щоб воно відповідало фактичному положенню, у параметрі **Розташування кнопки**.

Як носити годинник для точних вимірювань

Для точних вимірювань надягайте годинник щільно навколо нижньої частини руки над зап'ястям, залишаючи місце на ширину пальця, як показано на малюнку нижче.





- Якщо затягнути браслет годинника надто щільно, це може викликати подразнення шкіри, а якщо браслет затягнутий недостатньо, може виникати тертя.
- Не дивіться безпосередньо на індикатори оптичного сенсора біосигналу. Не дозволяйте дітям дивитися безпосередньо на індикатори датчика вимірювання серцевого ритму. Це може викликати погіршення зору.
- Якщо годинник гарячий на дотик, зніміть його, щоб він охолонув. Тривалий контакт гарячої поверхні пристрою годинника зі шкірою може призвести до низькотемпературних опіків.
- Зітріть воду з годинника і ремінця перш ніж вимірювати склад тіла і роботи ЕКГ.
- Якщо на інфрачервоному датчику температури є вода, пил або плями, вимірювання можуть бути неточними.
- Очистіть інфрачервоний датчик температури м'якою тканиною або ватною паличкою.



- Функція вимірювання пульсу призначена лише для вимірювання пульсу. Точність показників оптичного сенсора біосигналу залежить від оточення, умов вимірювання та вашого фізіологічного стану.
- Оскільки низька температура навколишнього середовища може вплинути на вимірювання, залишайтеся у теплі під час перевірки частоти пульсу взимку чи в холодну погоду.
- Паління або споживання алкоголю перед вимірюванням може вплинути на його результати.
- Не розмовляйте, не позіхайте й не дихайте глибоко під час вимірювання частоти пульсу. Це може призвести до отримання неточних результатів вимірювання.
- У разі занадто високої чи низької частоти пульсу результати вимірювань можуть бути неточними.
- У разі вимірювання пульсу в дітей вимірювання може бути неточним.
- Якщо у вас тонкі зап'ястя, результати вимірювання частоти пульсу можуть бути неточними через нещільність прилягання годинника до шкіри, що спричиняє нерівномірне відбиття світла. У такому разі годинник потрібно закріплювати з внутрішнього боку зап'ястя.
- Якщо вимірювання частоти пульсу здійснюються неналежним чином, перемістіть оптичний сенсор біосигналу годинника праворуч, ліворуч, угору чи вниз на зап'ясті або надіньте годинник на внутрішній бік руки так, щоб сенсор контактував зі шкірою.
- Якщо оптичний сенсор біосигналу й електричні сенсори біосигналу забруднилися, протріть їх і повторіть спробу. Якщо сторонні речовини перешкоджають рівномірному відбиванню світла, вимірювання може бути неточним.

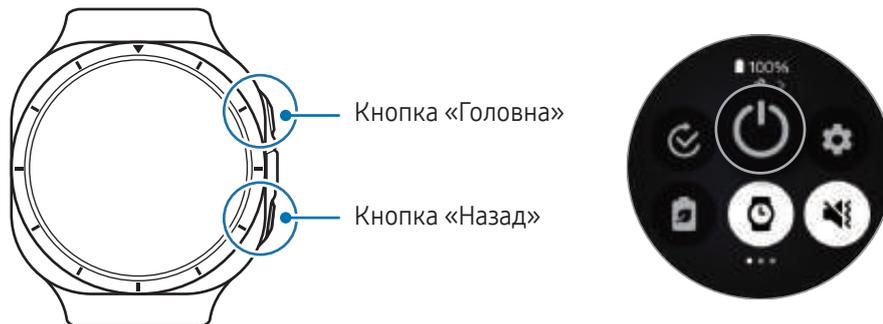


- На оптичний сенсор біосигналу можуть вплинути татуювання, шрами й волосся на зап'ястку, на якому ви носите годинник. Отож, годинник не розпізнає, що ви його носите, і функції годинника можуть не працювати як належить. Тому носіть годинник на зап'ястку, на якому немає перешкод для правильної роботи функцій годинника.
- Функції вимірювання можуть не працювати як належить через певні чинники, наприклад блокування світла від оптичного сенсора біосигналу, залежно від яскравості шкіри, кровотоку під шкірою та чистоти зони, у якій працює сенсор.
- Для точних вимірювань використовуйте спортивний ремінець Ridge. Спортивний ремінець Ridge може продаватися окремо залежно від моделі.
- Щоб забезпечити точність вимірювання, положення вашого зап'ястя та кнопок має бути таким самим, як налаштування на вашому годиннику. На екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Загальне** → **Орієнтація** і перевірте положення кнопок та спосіб носіння годинника.

Увімкнення та вимкнення годинника



Дотримуйтесь усіх попереджень і вказівок персоналу в місцях, де обмежено використання бездротових пристроїв, наприклад у літаках і лікарнях.



Увімкнення годинника

Натисніть і утримуйте кнопку «Головна» впродовж кількох секунд, щоб увімкнути годинник.

Під час першого увімкнення або скидання налаштувань годинника на екрані з'являться інструкції щодо під'єднання годинника до вашого телефону. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Під'єднання годинника до телефону](#).

Вимкнення годинника

1 Одночасно натисніть та утримуйте кнопку «Головна» й кнопку «Назад». Або ж відкрийте панель швидкого доступу, потягнувши її від верхнього краю екрана вниз, і торкніться .

2 Торкніться .



Якщо ви хочете, щоб годинник вимикався натисканням та утриманням кнопки «Головна», на екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Кнопки й жести**, торкніться **Натиск. і утрим.** у меню **Кнопка «Головна»**, після чого виберіть **Меню вимкнення**.

Примусове перезавантаження

Якщо годинник «зависає» або не реагує на натискання клавіш, одночасно натисніть і утримуйте кнопку «Головна» та кнопку «Назад» упродовж 7 секунд, щоб перезавантажити його.

Екстрений виклик і медична інформація

Ви можете зробити екстрений виклик або перевірити збережену медичну інформацію.

1 Одночасно натисніть та утримуйте кнопку «Головна» й кнопку «Назад». Або ж відкрийте панель швидкого доступу, потягнувши її від верхнього краю екрана вниз, і торкніться .

2 Торкніться **Екстрений виклик** чи **Мед. інформація**.



Щоб керувати своїми медичними даними та екстреними контактами, відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації**.

Під'єднання годинника до телефону

Встановлення програми Galaxy Wearable

Для під'єднання годинника до телефону встановіть програму Galaxy Wearable на телефон.

Залежно від вашого телефону ви можете завантажити програму Galaxy Wearable із таких місць:

- Телефони Samsung на базі Android: **Galaxy Store**
- Інші телефони на базі Android: **Play Маркет**



- Вона сумісна з телефонами Android, які підтримують мобільні служби Google.
- Програму Galaxy Wearable неможливо встановити на телефон, який не підтримує синхронізацію з годинником. Переконайтеся, що ваш телефон сумісний з годинником.
- Ви не зможете підключити годинник до планшета або комп'ютера.

Під'єднання годинника до телефону через Bluetooth

- 1 Увімкніть годинник.
- 2 Виберіть мову використання й торкніться .
- 3 Виберіть країну чи регіон і торкніться **Перезапустити**.
Годинник буде вимкнено й потім перезапущено.
- 4 Проведіть від нижнього краю екрана вгору.
На екрані з'являться інструкції щодо під'єднання годинника до вашого телефону.
- 5 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
Якщо останню версію програми Galaxy Wearable не інстальовано, установіть її.
- 6 Торкніться **Додатково** → **Почати**.
- 7 Виберіть годинник на екрані.
Якщо ви не можете знайти свій годинник, торкніться **Допомога**.

8 Щоб завершити з'єднання, дотримуйтеся інструкцій на екрані.

Завершуючи з'єднання, торкніться **Почати** і дотримуйтеся інструкцій на екрані, щоб дізнатись про основні елементи керування годинника.



- Екран початкового налаштування може відрізнятись залежно від регіону.
- Способи під'єднання можуть різнитись залежно від вашого регіону, моделі телефону й версії програмного забезпечення.
- Годинник менший за звичайні телефони, тому якість з'єднання з мережею може бути нижчою, особливо в районах зі слабким сигналом або поганим прийманням. Коли з'єднання Bluetooth недоступне, з'єднання телефонної мережі чи Інтернет може бути поганим або перериватись.
- Під час першого приєднання годинника до телефону або після скидання налаштувань акумулятор годинника може розряджатись швидше під час синхронізації даних, як-от контактів.
- Підтримувані телефони й функції можуть різнитись залежно від регіону, оператора зв'язку чи виробника пристрою.
- Якщо встановити з'єднання Bluetooth між годинником і телефоном не вдається, у верхній частині екрана годинника з'явиться значок-індикатор .

Під'єднання годинника до нового телефона

Ви можете під'єднати годинник до нового телефона, який було зареєстровано в тому ж обліковому записі Google, що й попередній телефон, без скидання годинника до заводських налаштувань.

1 На екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Загальне** → **Перенесення даних на новий телефон** → .

2 На новому телефоні запустіть програму **Galaxy Wearable**, щоб під'єднатися до годинника.



Якщо ви хочете під'єднати годинник до нового телефона після скидання годинника до заводських налаштувань, торкніться  (**Налаштування**) на екрані програм і торкніться **Загальне** → **Скинути**.

Віддалене підключення

Під'єднання годинника до телефона встановлюється за допомогою Bluetooth. Ви можете синхронізувати свій телефон з годинником, коли обидва пристрої віддалено з'єднані одне до одним, навіть якщо з'єднання Bluetooth недоступне. Віддалене з'єднання використовує вашу мобільну мережу або Wi-Fi.

Якщо цю функцію не увімкнено, запустіть програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні, торкніться **Налаштування годинника** → **Додаткові функції** → **Віддалене підключення**, а потім торкніться повзунка, щоб увімкнути цю функцію.

Додавання облікових записів до годинника

Зареєструйте обліковий запис Samsung чи Google на під'єданому телефоні та додайте його до свого годинника, щоб отримати доступ до різних функцій годинника.

Реєстрація облікового запису Samsung на годиннику

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Облікові записи та резервне копіювання**.
- 3 Торкніться **Samsung account** і дотримуйтесь указівок на екрані для виконання входу до облікового запису Samsung на телефоні.
Якщо вхід до облікового запису Samsung виконано, перевірте зареєстрований обліковий запис Samsung.

Додавання облікового запису Google до годинника

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Облікові записи та резервне копіювання**.
- 3 Торкніться **Обліковий запис Google**.
- 4 Торкніться **Додати обліковий запис Google** та дотримуйтесь указівок на екрані, щоб додати обліковий запис Google з телефона на годинник.

Управління екраном

Сенсорний безель

Ваш годинник має сенсорний безель, розташований довкола екрана. Проводячи пальцем по сенсорному безелю за годинниковою стрілкою чи проти неї, можна керувати різноманітними функціями годинника.



Galaxy Watch7



Galaxy Watch Ultra

- **Прокручування екранів:** перехід до інших екранів проведенням пальцем по сенсорному безелю.
- **Перехід від елемента до елемента:** перехід від одного елемента до іншого проведенням пальцем по сенсорному безелю.
- **Регулювання вхідного значення:** регулювання гучності чи яскравості проведенням пальцем по сенсорному безелю. Під час регулювання яскравості проведіть пальцем по сенсорному безелю за годинниковою стрілкою, щоб зробити екран яскравішим.
- **Використання телефону або функції будильника:** приймання вхідного виклику чи вимкнення будильника проведенням пальцем по сенсорному безелю. Проведіть пальцем по сенсорному безелю проти годинникової стрілки, щоб відхилити вхідний виклик чи увімкнути функцію повторного спрацювання будильника.

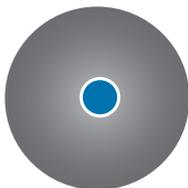


Якщо сенсорний безель не працює, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру, не розбираючи годинник.

Екран

Торкання

Торкніться екрана.



Торкання й утримання

Торкніться екрана й утримуйте дотик впродовж приблизно 2 секунд.



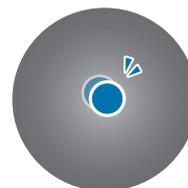
Перетягування

Торкніться об'єкта й утримуйте його, а потім перетягніть у бажане місце розташування.



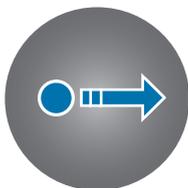
Подвійний дотик

Двічі швидко торкніться екрана.



Проведення

Проведіть вгору, вниз, вліво чи вправо.



Розведення та зведення пальців

Розведіть два пальці або зведіть їх разом, торкаючись екрана.



- Не допускайте контакту екрана з іншими електричними пристроями. Електростатичні розряди можуть призвести до несправності екрана.
- Щоб не пошкодити екран, не торкайтесь його гострими предметами та уникайте надто сильного натискання на нього нігтями або іншим предметом.
- Рекомендується не виводити статичні зображення на весь екран чи його частину надто довго. Це може призвести до виникнення ефекту залишкового зображення (вигорання екрана) або двоїння.



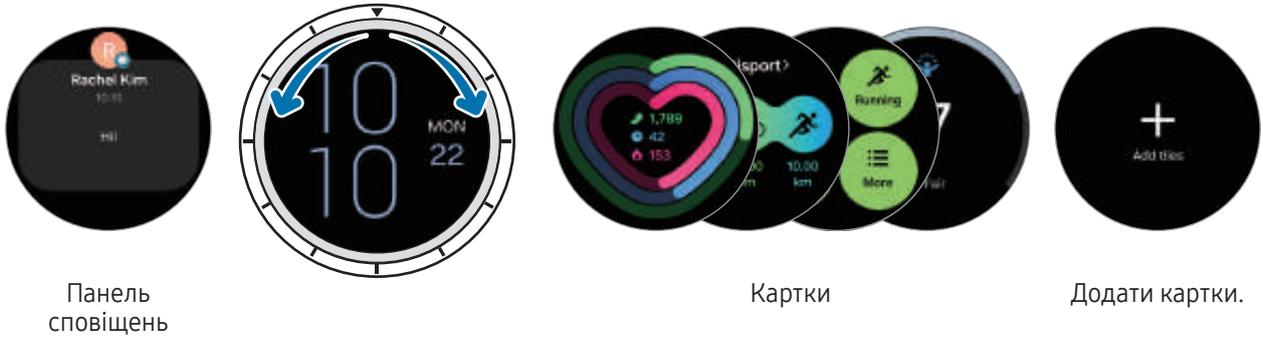
- Сенсорне введення може не розпізнаватися годинником на ділянках біля країв екрана, що знаходяться поза областю сенсорного введення.
- Функція розпізнавання дотиків може бути недоступною, коли на годиннику ввімкнено режим блокування у воді.

Складові частини екрана

Екран годинника — це початкова точка головного екрана. Він складається з кількох сторінок.

Ви можете перевірити картки або відкрити панель сповіщень, провівши пальцем по екрану ліворуч чи праворуч, або за допомогою сенсорного безеля.

Екран годинника



Панель сповіщень

Картки

Додати картки.

 Доступні панелі та картки, а також їхнє впорядкування залежать від версії програмного забезпечення.

Використання карток

Щоб відредагувати картку, торкніться **Додати картки** і виберіть картку.

Торкнувшись картки й утримуючи її, можна увійти в режим редагування, щоб змінити розташування картки або видалити її.

- **Переміщення картки:** торкніться картки та, утримуючи її, перетягніть у потрібне місце.
- **Видалення картки:** торкніться  картки, яку потрібно видалити.

Увімкнення й вимкнення екрана

Увімкнення екрана

Для увімкнення екрана скористайтеся одним із наведених нижче способів.

- **Увімкнення екрана кнопками:** натиснення кнопки «Головна» або кнопки «Назад».
- **Увімкнення екрана підведенням руки:** підвести вгору зап'ястя із вдягненим годинником. Якщо екран не вмикається на піднесення зап'ястя, торкніться  (Налаштування) на екрані програм, торкніться **Екран**, а тоді торкніться повзунка **Пробудж. підняттям руки** в розділі **Увімкнення екрана**, щоб активувати функцію.
- **Увімкнення екрана дотиком до нього:** торкнутися екрана. Якщо екран не вмикається на дотик до нього, торкніться  (Налаштування) на екрані програм, торкніться **Екран**, а потім торкніться повзунка **Пробудження за дотиком** у розділі **Увімкнення екрана**, щоб активувати функцію.

Вимкнення екрана

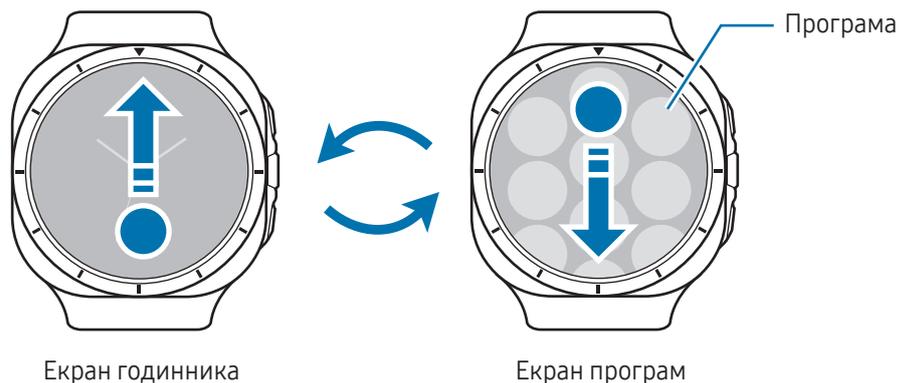
Щоб вимкнути екран, накрийте його долонею або іншим предметом. Крім того, екран автоматично вмикається, якщо годинник не використовується впродовж певного проміжку часу.

Переключення екранів

Перехід між екраном годинника і екраном програм

На екрані годинника проведіть вгору, щоб відкрити екран програм.

Для повернення до екрана годинника проведіть вгору чи вниз на екрані програм. Або натисніть кнопку «Головна» чи кнопку «Назад».



Повернення на попередній екран

Щоб повернутися до попереднього екрана, проведіть пальцем управо по екрану або натисніть кнопку «Назад».

Екран програм

На екрані програм відображаються значки всіх програм, встановлених на годиннику.



Доступні програми залежать від версії програмного забезпечення.

Запуск програм

На екрані програм торкніться значка потрібної програми, щоб запустити її.

Щоб відкрити програму зі списку останніх програм, торкніться  (Останні програми) на екрані програм.

Закриття програм

- 1 На екрані програм торкніться  (Останні програми).
- 2 Скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть по екрану ліворуч чи праворуч, щоб перейти до програми, яку треба закрити.
- 3 Проведіть по екрані програми вгору, щоб закрити її.

Щоб закрити всі відкриті програми, торкніться **Закрити всі**.

Редагування екрана програм

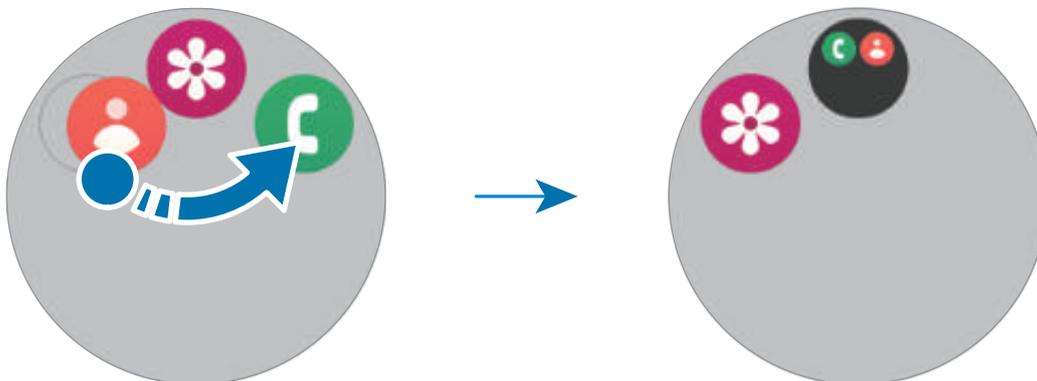
Переміщення об'єктів

Перетягніть елемент в інше місце.

Створення папок

Перетягніть програму на іншу програму.

Буде створено нову папку, що містить вибрані програми. Торкніться **Ім'я папки** та введіть назву папки.



- **Додавання інших програм**

Торкніться **+** на папці. Позначте потрібні програми і торкніться **Готово**. Також програму можна додати, перетягнувши її до папки.

- **Переміщення програм із папки**

Перетягніть програму в інше місце за межами папки.

- **Видалення папки**

Торкніться папки та утримуйте її, а потім торкніться **Видалити** → . При цьому буде видалено лише папку. Наявні в ній програми буде переміщено на екран програм.

Екран блокування

Використовуйте функцію блокування екрана, щоб захистити ваші дані, наприклад вашу особисту інформацію, збережену на вашому годиннику. Після ввімкнення цієї функції годинник вимагатиме, щоб ви розблокували його щоразу, коли хочете ним скористатися. Втім, якщо годинник розблокувати один раз під час носіння, він лишатиметься розблокованим.

Налаштування блокування екрана

На екрані програм торкніться (**Налаштування**) → **Безпека й конфіденц.** → **Тип блокування** і виберіть метод блокування.

- **Ключ розблокування:** для розблокування екрана потрібно накреслити зразок, з'єднавши чотири або більше точок.
- **PIN-код:** для розблокування екрана потрібно ввести числовий PIN-код.

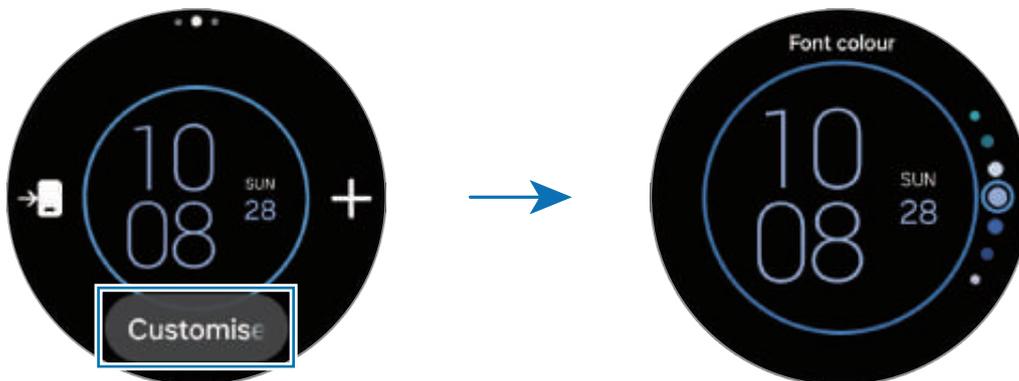
Годинник

Екран годинника

Ви можете перевірити поточний час або переглянути іншу інформацію. Перебуваючи поза екраном годинника, натисніть кнопку «Головна», щоб повернутися на екран годинника.

Змінення типу циферблата

- 1 Торкніться екрана годинника й утримуйте його, а потім торкніться **Додати циферблат**.
- 2 Скористайтесь сенсорним безелем або проведіть по екрану вгору чи вниз і виберіть циферблат. Щоб завантажити більше циферблатів, торкніться **Більше циферблатів у Google Play**.
- 3 Торкніть **Налаштувати**, щоб налаштувати циферблат. Проведіть по екрану ліворуч чи праворуч, щоб перейти до елемента, який потрібно персоналізувати, а потім виберіть потрібний колір та інші елементи, використовуючи сенсорний безель або проводячи вгору чи вниз по екрану. Щоб налаштувати додаткові функції, торкніться кожної потрібної області додаткової функції.



Крім того, ви можете змінити циферблат годинника й налаштувати його з телефона. Запустіть програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні та торкніться **Циферблати годинника**.

Увімкнення нічного режиму (Galaxy Watch Ultra)

Для деяких циферблатів можна встановити нічний режим. У разі увімкнення нічного режиму яскравість і кольори циферблата регулюються таким чином, щоб поліпшити його видимість уночі чи в умовах поганої освітленості й зменшити таким чином навантаження на очі.

- 1 Торкніться екрана годинника й утримуйте його, а потім торкніться **Додати циферблат**.
- 2 Виберіть **Аналоговий циферблат «Ультра»** чи **Простий циферблат «Ультра»** в розділі **Рекомендації**.
- 3 Торкніться **Налаштувати**.
- 4 Проведіть ліворуч чи праворуч по екрану, щоб перейти до елемента **Нічний режим**.
- 5 Торкніться екрана, щоб встановити для нічного режиму значення **Авто** чи **Увімк**.

Персоналізація циферблата годинника за допомогою зображення

Застосуйте зображення як циферблат годинника, імпортувавши його зі свого телефона. Додаткову інформацію щодо імпортування фотографій з телефона дивіться в розділі [Керування зображеннями, збереженими на годиннику](#).

- 1 Торкніться екрана годинника й утримуйте його, а потім торкніться **Додати циферблат**.
- 2 Виберіть потрібний циферблат у розділі **Фотографії**.
- 3 Торкніться **Налаштувати**.
- 4 Проведіть уліво або вправо по екрану, щоб перейти до елемента **Фонове зображення** або **Фотографія**.
- 5 Торкніться екрана, виберіть зображення, яке бажаєте застосувати як циферблат годинника, а потім торкніться **ОК**.

Ви можете відмасштабувати зображення, торкнувшись його двічі або ж розвівши чи звівши пальці на ньому. Коли зображення збільшено, проведіть по екрані, щоб зробити видимою певну його частину.

-  Щоб вибрати кілька зображень одночасно, торкніться зображення й утримуйте його, виберіть зображення за допомогою сенсорного безеля або проведіть ліворуч чи праворуч по екрану, а потім торкніться . Щоб додати додаткові зображення після вибору зображень, торкніться **Додати фото**.

- 6 Торкніться **ОК**.
- 7 Проведіть по екрану, щоб змінити інші елементи, як-от додаткові функції, і повернутися на попередній екран.

Зображення з'явиться на екрані годинника. Якщо ви виберете **Фотографії** для циферблата й додасте два чи більше зображення, вибрані вами зображення відображатимуться по черзі й змінюватимуться щоразу, коли ви торкаєтеся екрана.

Увімкнення функції «Always On Display»

Налаштування екрана годинника та екранів деяких програм, щоб вони завжди залишалися активними під час носіння годинника. Однак акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай, під час використання цієї функції.

Щоб вимкнути цю функцію, відкрийте панель швидкого доступу, потягнувши її від верхнього краю екрана вниз, і торкніться . Або на екрані програм торкніться  (Налаштування) → Екран, а потім торкніться повзунка **Always On Display**, щоб вимкнути цю функцію.

Увімкнення режиму «Лише годинник»

У цьому режимі відображається лише годинник, а всі інші функції не можна використовувати.

На екрані програм торкніться  (Налаштування) → Батарея → Лише годинник і торкніться **Увімкнути**.

Щоб вимкнути режим «Лише годинник», натисніть та утримуйте кнопку «Головна». Ви також можете помістити годинник на бездротовий зарядний пристрій, щоб зарядити його до певного рівня. Годинник вимкнеться і потім знову увімкнеться.

 Режим «Лише годинник» вмикається автоматично, коли рівень зарядження акумулятора знижується до 1%. Режим «Лише годинник» вимагатиметься автоматично, щойно акумулятор зарядиться до певного рівня.

Повернення до використовуваної функції безпосередньо з екрана годинника

Якщо під час використання певних функцій, як-от запис тренування чи запис голосу, ви натиснете кнопку «Головна», щоб відкрити екран годинника, унизу екрана годинника з'явиться значок, що вказує, яку саме функцію ви наразі використовуєте.

Торкніться значка, щоб повернутися на екран функції, яку ви використовуєте, одразу відкривши її.

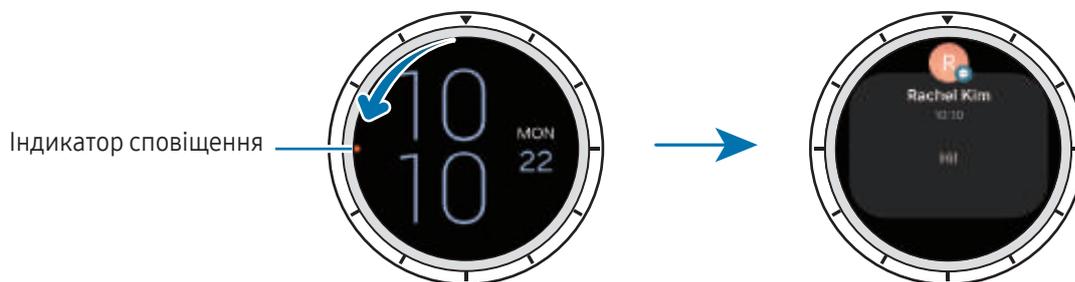


Сповіщення

Панель сповіщень

Перевіряйте сповіщення, наприклад, нові повідомлення або пропущені виклики, за допомогою панелі сповіщень. На екрані годинника проведіть по сенсорному безелю проти годинникової стрілки. Або проведіть пальцем вправо по екрані, щоб відкрити панель сповіщень.

У разі наявності нових сповіщень на екрані годинника з'явиться оранжевий індикатор сповіщень. Якщо індикатор сповіщень не відображається, на екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Сповіщення** → **Додаткові налаштування** та торкніться повзунка **Новий індикатор сповіщень на циферблаті**, щоб активувати функцію.

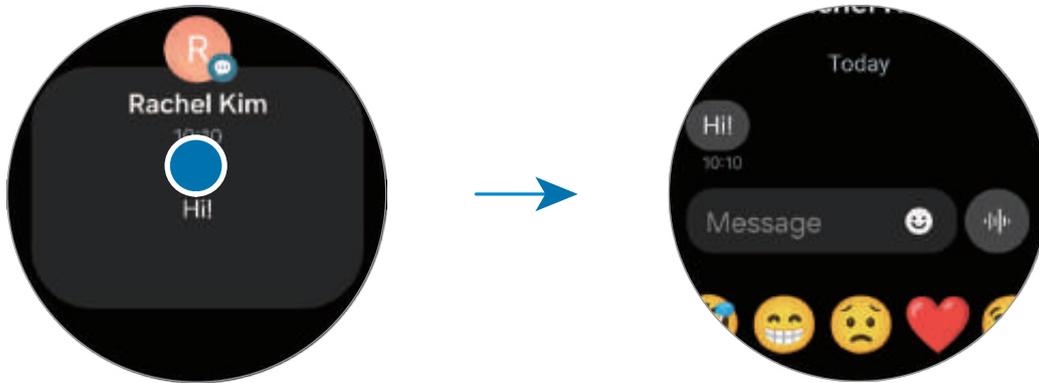


- Ви можете отримувати сповіщення, лише коли носите годинник.
- Ви не зможете отримувати сповіщення на годинник, використовуючи телефон. Щоб перевірити сповіщення на годиннику, навіть коли ви використовуєте телефон, торкніться  (Налаштування) на екрані програм, торкніться **Сповіщення** → **Відображення сповіщень із телефона на годиннику**, і потім виберіть **Оповіщення, якщо телефон використ.**

Перевірка вхідних сповіщень

При отриманні сповіщення на екрані з'являється інформація про нього, така як його тип і час отримання. Якщо надійшло більше ніж два повідомлення, використовуйте сенсорний безель чи проведіть по екрану ліворуч чи праворуч, щоб перевірити більше сповіщень.

Торкніться сповіщення, щоб переглянути його деталі.



Видалення сповіщень

Проведіть по екрану вгору під час перевірки сповіщення.

Вибір програм для отримання сповіщень

Виберіть телефон або програми годинника, щоб отримувати сповіщення на годинник.

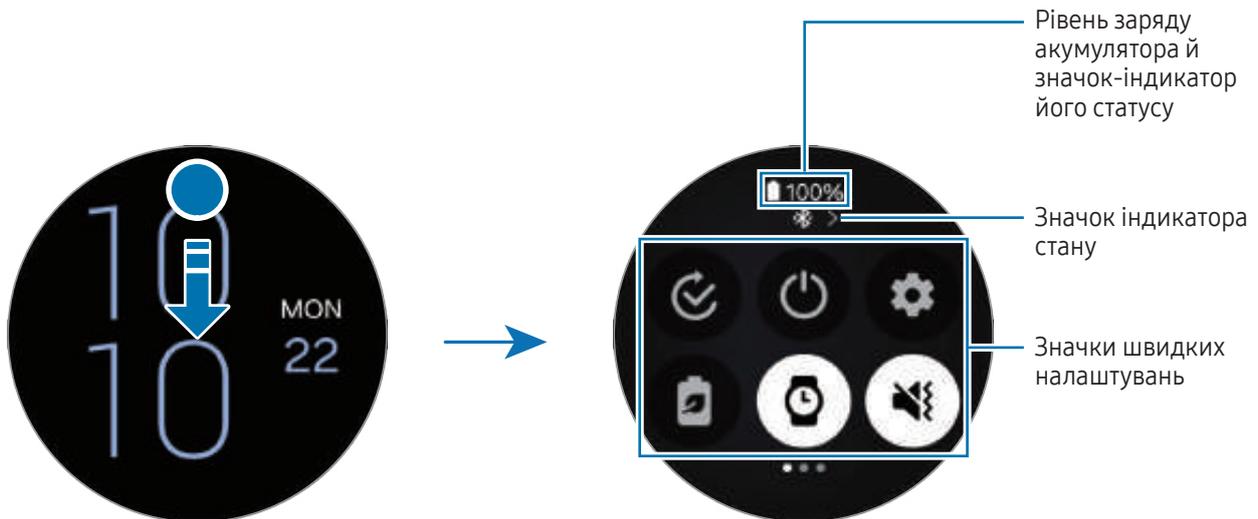
- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Сповіщення** → **Сповіщення від програм**.
- 3 Торкніться повзунка біля програм, щоб отримувати сповіщення від програм зі списку.

Панель швидкого доступу

Перевірте поточний статус годинника та налаштуйте його на панелі швидкого доступу.

Щоб відкрити панель швидкого доступу, потягніть її з верхнього краю екрана вниз. Щоб закрити панель швидкого доступу, проведіть вгору по екрані.

Скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть по екрану ліворуч чи праворуч, щоб перейти до наступної або попередньої панелі швидкого доступу.



Перевірка значків-індикаторів стану

Значки-індикатори стану з'являються вгорі панелі швидкого доступу й повідомляють про поточний стан годинника. У таблиці наведено найпоширеніші значки.

Значок	Значення
	Підключено через Bluetooth
	Потужність сигналу
	Підключення до мережі LTE
	Wi-Fi підключено
	Установлено бездротове з'єднання між годинником і телефоном
	Рівень заряду акумулятора



- Деякі значки-індикатори стану, які вказують на певні ситуації, наприклад використання певних режимів або заряджання годинника, також з'являються у верхній частині екрана годинника. Щоб приховати значок-індикатор стану на екрані годинника, торкніться  (**Налаштування**) на екрані програм, торкніться **Додаткові функції** → **Індикатори статусу**, і потім виберіть **Приховати через 2 секунди**.
- Вигляд значків-індикаторів стану може різнитися залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Перевірка значків швидких налаштувань

Значки швидких налаштувань з'являються на панелі швидкого доступу. Торкніться значка, щоб змінити основні налаштування або запустити функцію. Щоб переглянути додаткові налаштування, торкніться й утримуйте значок швидких налаштувань.

Щоб дізнатися, як додавати й видаляти значки швидких налаштувань з панелі швидкого доступу, дивіться розділ [Редагування панелі швидкого доступу](#).

Значок	Значення
	Відкриття налаштувань функції «Режим»
	Доступ до опцій живлення
	Відкриття Налаштування
	Увімкнення режиму енергозбереження
	Увімкнення функції «Always On Display»
	Увімкнення звуку, вібрації або беззвучного режиму
	Увімкнення ліхтарика
	Регулювання яскравості
	Увімкнення режиму «Не турбувати»
	Відкриття налаштувань функції «Гучність»
	Приєднання до мережі Wi-Fi
	Увімкнення режиму блокування у воді
	Увімкнення режиму «У літаку»
	Під'єднання аудіо через Bluetooth
	Увімкнення функції «Пошук мого годинника»

Значок	Значення
	Увімкнення функції GPS
	Підключення до мобільної мережі (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)
	Увімкнення функції NFC
	Увімкнення функції чутливості до дотику
	Під'єднання до Bluetooth (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)



-  Значок швидких налаштувань може мати різний вигляд залежно від режиму роботи, і ви можете вимкнути режим, торкнувшись значка, коли режим використовується.
- Значок швидких налаштувань може мати різний вигляд залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефону.

Редагування панелі швидкого доступу

Торкніться , щоб увійти в режим редагування та змінити розташування значка швидких налаштувань або додати чи видалити значок швидкого налаштування.

- **Переміщення значка швидкого налаштування:** торкніться значка швидких налаштувань та, утримуючи його, перетягніть у потрібне місце.
- **Додавання значка швидкого налаштування:** торкніться  на значку швидких налаштувань, щоб додати значок.
- **Видалення значка швидкого налаштування:** торкніться  на значку швидких налаштувань, щоб видалити значок.

Введення тексту

Зовнішній вигляд клавіатури

Під час введення тексту відображається клавіатура.



- Зовнішній вигляд екрана введення тексту може відрізнятися залежно від відкритої програми.
- Введення тексту не підтримується для деяких мов. Щоб ввести текст, потрібно вибрати одну з підтримуваних мов вводу.

Зміна мови вводу

Потягніть **—** значок угору, торкніться **⚙** → **Мови введення** → **Керування мовами** і виберіть мову для використання. Якщо вибрано дві мови вводу, для перемикання між ними проведіть по клавіші пробілу вліво або вправо. Можна додати до двох мов.



Ви також можете встановити мови вводу, торкнувшись **⚙** (**Налаштування**) на екрані програм і торкнувшись **Загальне** → **Введення** → **Клавіатура Samsung** → **Мови введення** → **Керування мовами**.

Зміна типу клавіатури

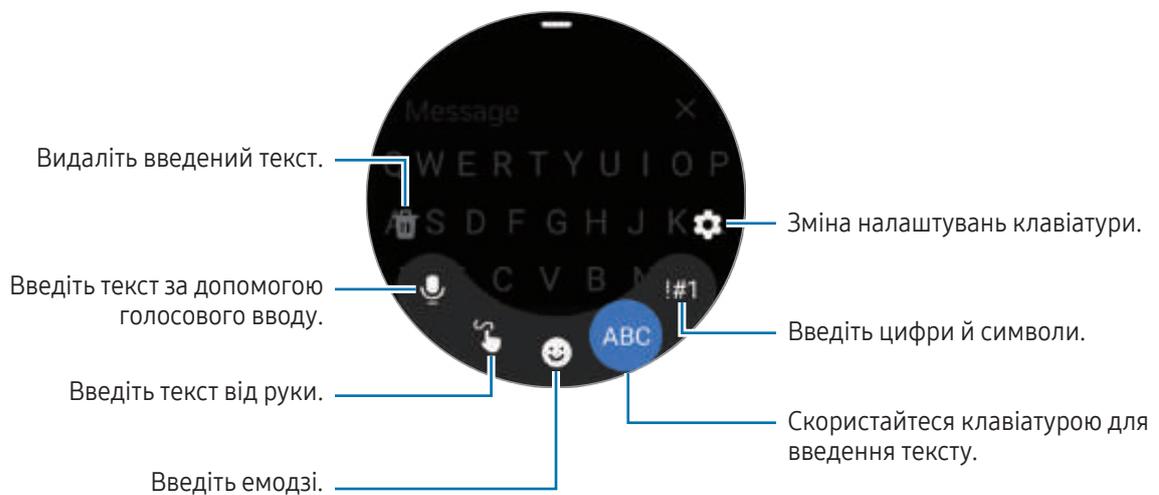
Потягніть **—** значок угору, торкніться **⚙** → **Мови введення**, виберіть мову й потім виберіть потрібний тип клавіатури.



На клавіатурі **3 x 4** кожна клавіша має три або чотири символи. Щоб ввести символ, декілька разів торкніться відповідної клавіші, доки не з'явиться потрібний символ.

Додаткові функції клавіатури

Потягніть значок  угору на екрані клавіатури для використання додаткових функцій клавіатури.



- Деякі функції можуть бути недоступні залежно від мови, оператора зв'язку чи моделі.
- Функцію введення тексту за допомогою голосового вводу також можна увімкнути з будь-якого іншого екрана введення тексту, натиснувши й утримуючи кнопку «Головна». Щоб увімкнути цю функцію, торкніться  (Налаштування) → Програми → Вибір стандартних програм → Електронний помічник → Програма за замовчуванням і виберіть Віхбу асистент, після чого торкніться  (Налаштування) → Загальне → Введення → Список доступних клавіатур і стандартна → Стандартна клавіатура і потім виберіть Клавіатура Samsung.

Програми та функції

Встановлення програм і керування ними

Play Маркет

Придбання та завантаження програм.

Торкніться  (**Play Маркет**) на екрані програм. Перегляньте програми за категоріями або торкніться , щоб здійснити пошук за ключовим словом.



- Зареєструйте обліковий запис Google на своєму годиннику, щоб користуватися програмою Play Маркет. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Додавання облікового запису Google до годинника](#).
- Щоб змінити параметри автоматичного оновлення, торкніться **Налаштування** та торкніться повзунка **Автоматично оновлювати додатки**, щоб увімкнути або вимкнути функцію.
- Якщо ви завантажуєте на ваш телефон програму, у якої є програма-компаньйон для годинника, така програма-компаньйон може бути автоматично встановлена на годинник.

Керування програмами

Видалення та вимкнення програм

Запустіть програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Програми**, торкніться програми, а потім виберіть опцію.

- **Видалити**: видалення завантажених програм.
- **Вимкнути**: вимкнення вибраних стандартних програм, які не можна видалити з годинника.



- Ця функція може не підтримуватися деякими програмами.
- Деякі програми можна видалити, торкнувшись та утримуючи її на екрані програм годинника й натиснувши **Видалити**.

Увімкнення програм

Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Програми**, виберіть , а потім торкніться **Вимкнено** → **ОК**. Виберіть програму й торкніться **Увімкнути**.

Установлення дозволів для програм

Певним програмам для належної роботи потрібен дозвіл на доступ до даних, збережених на годиннику, або використання їх.

Щоб переглянути або змінити налаштування дозволів для програм за категорією дозволу, на екрані програм торкніться (**Налаштування**) → **Програми** → **Диспетчер дозволів**. Оберіть пункт і програму.



Якщо програмі не надати запитувані дозволи, її основні функції можуть не працювати належним чином.

Повідомлення

Перегляд повідомлень і відповіді на них за допомогою годинника.

Надсилання або отримання повідомлень під час перебування у роумінгу може потребувати додаткової оплати.



Програма «Повідомлення» для Android може бути доступною залежно від регіону, а налаштування програми для повідомлень за замовчуванням синхронізуються зі з'єднаним телефоном.

Перевірка повідомлень

1 Торкніться (**Повідомлення**) на екрані програм.

Або відкрийте панель сповіщень і перевірте нове повідомлення.

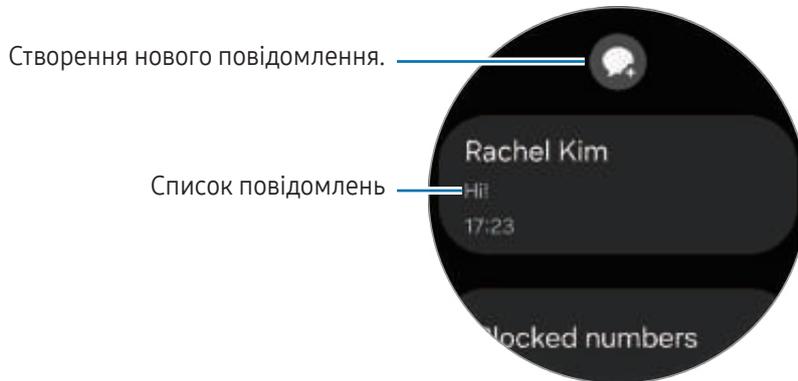
2 Прокрутіть список повідомлень або скористайтеся сенсорним безелем, щоб вибрати потрібний контакт і перевірити розмови з ним.

Щоб перевірити повідомлення на телефоні, торкніться **Відобр.на тел.**

Щоб відповісти на повідомлення, торкніться поля введення повідомлення та введіть текст повідомлення.

Надсилання повідомлення

- 1 Торкніться  (Повідомлення) на екрані програм.

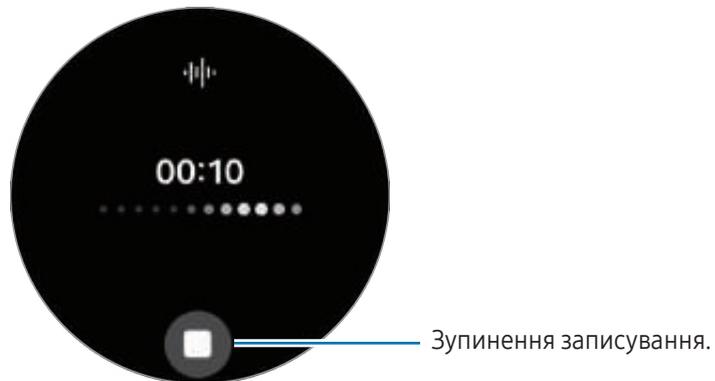


- 2 Торкніться .
- 3 Торкніться **Одержувач** або  і введіть ім'я одержувача повідомлення або номер телефону. Або торкніться  й виберіть одержувача повідомлення зі списку контактів.
- 4 Торкніться поля введення повідомлення та введіть текст повідомлення або виберіть текстовий шаблон і торкніться  чи .

Запис і надсилання голосового повідомлення

Ви можете надіслати голосовий файл після запису того, що ви хочете сказати.

На екрані введення повідомлення торкніться , запишіть, що хочете надіслати, і торкніться .



Видалення повідомлень

- 1 Торкніться  (Повідомлення) на екрані програм.
- 2 Прокрутіть список повідомлень або скористайтеся сенсорним безелем, щоб вибрати потрібний контакт і перевірити розмови з ним.
- 3 Торкніться повідомлення й утримуйте його, потім торкніться **Видалити**. Повідомлення буде видалено з годинника й під'єданого телефона.

Телефон

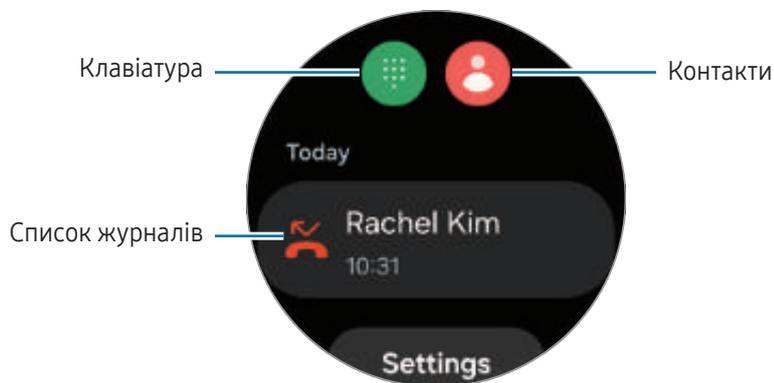
Вступ

Можна здійснювати виклики та перевіряти вхідні виклики або відповідати на них.

-  Під час викликів звук може бути чутно нерозбірливо, а в місцях зі слабким сигналом мережі тривалість викликів може бути обмежена.

Здійснення викликів

Торкніться  (Телефон) на екрані програм.



Для здійснення викликів скористайтеся одним із наведених нижче способів.

- Торкніться , введіть номер телефону за допомогою клавіатури й торкніться .
- Торкніться , скористайтеся сенсорний безелем чи прокрутіть список контактів, виберіть контакт і торкніться .
- Скористайтеся сенсорним безелем чи прокрутіть список журналів, виберіть запис журналу й торкніться .

Вибір номера для здійснення викликів (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)

Ви можете самостійно вибрати, який номер використовуватиметься для здійснення викликів, — номер годинника чи номер під'єданого телефона. Також, якщо ваш годинник підключений до телефона, який підтримує використання двох SIM-карт, ви можете вибрати конкретну SIM-карту для здійснення викликів.

1 Торкніться  (Телефон) на екрані програм.

2 Торкніться .

3 Торкніться  й виберіть бажану опцію.

- **Телефон:** здійснення викликів з номера під'єданого телефона.
- **SIM 1:** здійснення викликів з номера SIM-карти 1 під'єданого телефона.
- **SIM 2:** здійснення викликів з номера SIM-карти 2 під'єданого телефона.
- **Годинник:** здійснення викликів з номера годинника.



- Деякі функції можуть бути недоступними залежно від під'єданого телефона.
- Також номер для використання можна вибрати, торкнувшись та утримуючи кнопку виклику після вибору запису в журналі.

Попереднє налаштування бажаного номера (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)

1 Торкніться  (Телефон) на екрані програм.

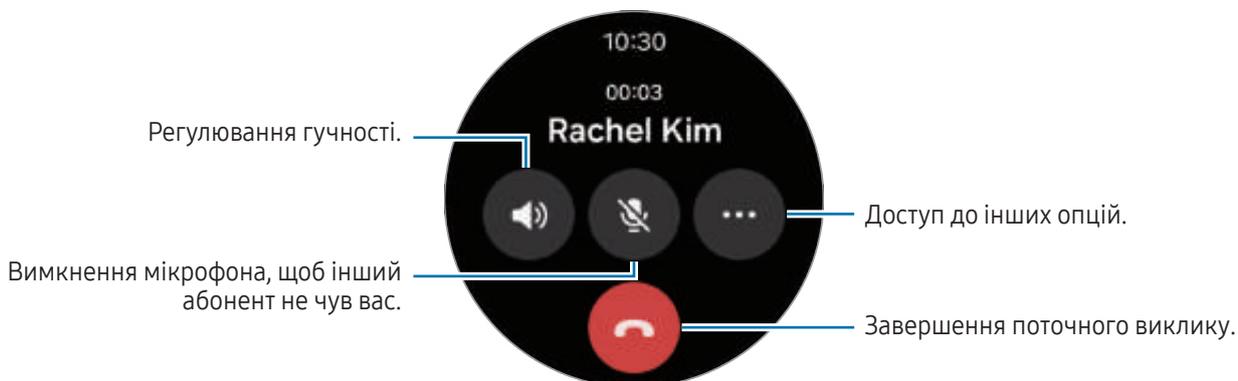
2 Торкніться **Налаштування**.

3 Торкніться **Основний номер** і виберіть потрібну опцію.

- **Телефон:** налаштування здійснення викликів з номера під'єданого телефона.
- **Годинник:** установити для здійснення викликів з номера годинника.
- **Завжди запитувати:** встановити для вибору номера під час здійснення кожного виклику.

Опції, доступні під час викликів

Підтримуються такі можливості:



 Зовнішній вигляд екрана може відрізнятися залежно від моделі.

Здійснення телефонного дзвінка за допомогою гарнітури Bluetooth

Після під'єднання гарнітури Bluetooth виклик буде перенаправлено на неї.

Якщо гарнітуру Bluetooth не під'єднано, на екрані програм торкніться  (Налаштування) → Підключення → **Bluetooth**. Коли з'явиться список доступних пристроїв Bluetooth, виберіть гарнітуру Bluetooth, яку ви хочете використовувати.

Отримання викликів

Відповідь на виклики

Під час надходження виклику проведіть пальцем по сенсорному безелю за годинниковою стрілкою. Або перетягніть  за межі великого кола.

Телефонні розмови можна вести за допомогою вбудованих мікрофона й динаміка годинника або під'єднаної гарнітури Bluetooth.

Відхилення виклику

Ви можете відхилити вхідні виклики й надіслати абоненту повідомлення про відхилення.

Під час надходження виклику проведіть пальцем по сенсорному безелю проти годинникової стрілки. Або перетягніть  за межі великого кола.

Щоб надіслати повідомлення в разі відхилення вхідного виклику, потягніть значок  угору й виберіть потрібне повідомлення.

Пропущені виклики

Якщо ви пропустили виклик, сповіщення про пропущений виклик з'явиться на панелі сповіщень. На панелі сповіщень перевірте сповіщення про пропущені дзвінки. Також для перевірки пропущених викликів можна торкнутися  (Телефон) на екрані програм.

Контакти

Можна здійснити виклик або надіслати повідомлення контакту. Контакти, збережені на під'єднаному телефоні, також будуть збережені на вашому годиннику.

Торкніться  (Контакти) на екрані програм.

 Список вибраних контактів з телефона буде відображено у верхній частині списку контактів.

Скористайтесь одним із наведених нижче способів пошуку:

- Торкніться  вгорі списку контактів і введіть критерії пошуку.
- Прокрутіть список контактів.
- Скористайтесь сенсорним безелем. Коли ви швидко проводите пальцем по сенсорному безелю, список прокручується в алфавітному порядку за першою літерою.

Вибравши контакт, ви можете виконати одну з таких дій:

-  : здійснення голосового виклику.
-  : створення повідомлення.

Вибір часто використовуваних контактів на картці

Додайте часто використовувані контакти на картку **Контакти**, щоб зв'язуватися з ними одразу за допомогою текстових повідомлень або телефонних викликів. Торкніться й утримуйте картку **Контакти**, торкніться **Змінити** → **Додати**, виберіть бажаний контакт і потім торкніться **Готово**.

-  • Щоб використовувати цю функцію, потрібно додати картку **Контакти**. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Використання карток](#).
- На картку можна додати до чотирьох контактів.

Samsung Wallet

Використовуйте різні зручні функції в Samsung Wallet. Ви можете здійснювати оплату, перевіряти квитки або посадкові талони тощо.

Торкніться  (**Wallet**) на екрані програм і виберіть функцію, яку бажаєте використати.



- Ця програма може бути недоступною залежно від регіону, оператора зв'язку, моделі або під'єданого телефона.
- Деякі функції можуть бути недоступні залежно від регіону.
- Процедури початкового налаштування можуть відрізнятися залежно від регіону або оператора зв'язку.

Налаштування Samsung Wallet

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Wallet** і дотримуйтеся вказівок на екрані для завершення налаштування.

Здійснення платежів

Зареєструйте карти в Samsung Pay, щоб здійснювати платежі. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Samsung Pay](#).

Використання квитків

Додайте посадкові талони та квитки в кіно, на спортивну подію тощо, щоб отримати доступ до них та використовувати їх в одному місці.

Samsung Pay

Вступ

Зареєструйте карти в Samsung Pay, щоб здійснювати платежі.

Додаткову інформацію, зокрема щодо підтримуваних типів карток, див. на веб-сайті www.samsung.com/samsung-pay.



- Для здійснення платежів за допомогою Samsung Pay на пристрої має бути встановлено з'єднання з мережею Wi-Fi або мобільною мережею залежно від регіону.
- Ця програма може бути недоступною залежно від регіону, оператора зв'язку, моделі або під'єданого телефона.
- Процедури початкового налаштування та реєстрації картки можуть різнитися залежно від регіону або оператора зв'язку.

Налаштування Samsung Pay

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Pay** і дотримуйтеся вказівок на екрані для завершення реєстрації картки.

Здійснення платежів

- 1 Щоб здійснити платіж на годинник, натисніть і утримуйте кнопку «Назад» на екрані годинника або на початковій сторінці Samsung Pay.
- 2 Введіть свій PIN-код або накресліть встановлений вами зразок.
- 3 Прокрутіть список карток, виберіть потрібну й потім торкніться **ОПЛАТИТИ**.

- 4 Піднесіть годинник до пристрою зчитування карт.
Коли пристрій для читання карток розпізнає дані карти, платіж буде здійснено.



- Платежі можуть бути не здійснені залежно від підключення до мережі.
- Метод верифікації платежів може відрізнятись залежно від пристроїв для читання карт.

Samsung Health

Вступ

Програма Samsung Health цілодобово реєструє і впорядковує активність і режим сну користувача, заохочуючи до ведення здорового образу життя. Ви можете зберігати дані, пов'язані зі здоров'ям, і керувати ними в програмі Samsung Health на приєднаному телефоні.

Після безперервного виконання вправ протягом певного періоду часу з надітим годинником буде увімкнено функцію автоматичного розпізнавання виконання вправ. Крім того, годинник покаже кілька рухів для розминки, які ви можете повторювати, або ж повідомлення, що спонукає прогулятися, якщо годинник визначить, що ви не рухаєтесь вже понад 50 хвилин. Коли ваш годинник розпізнає, що ви за кермом або спите, він може не повідомляти вас і не відображати екран розминки, хоча фізично ви неактивні.

Щоб отримати додаткові відомості, відвідайте вебсайт www.samsung.com/samsung-health.



- Функції Samsung Health призначені лише для проведення дозвілля та підтримки здорового способу життя. Ці функції не призначені для використання в медичних цілях. Перед використанням цих функцій уважно прочитайте наведені вказівки.
- Якщо ви використовуєте функції Samsung Health, коли додатково до годинника на вас надійти інший носимий пристрій, як-от Galaxy Ring, для інтегрування даних, що надходять з усіх ваших носимих пристроїв, може знадобитися певний час через різну тривалість синхронізування даних між кожним носимим пристроєм і вашим телефоном. Унаслідок цього результати вимірювань, указані в програмі Samsung Health на вашому телефоні, і на вашому годиннику, можуть тимчасово не збігатися.
- Порядок, у якому функції з'являються на екрані програми Samsung Health, може змінюватися залежно від налаштованих вами вподобаних параметрів.

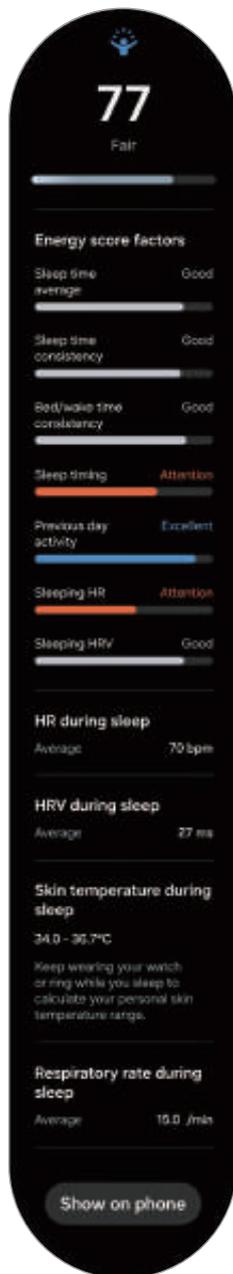
Показник життєвих сил

Перевірте ваш показник життєвих сил, розрахований на основі результатів комплексного аналізу показників сну, активності й пульсу, вимірюваних щодня під час сну, й отримайте поради щодо здорового способу життя й досягнення балансу між відпочинком і фізичними вправами від програми Samsung Health, установлені на під'єднаному телефоні.

Показник життєвих сил визначається на основі аналізу нещодавніх тенденцій.

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.

- 2 Торкніться **Показник життєвих сил**, щоб перевірити ваш поточний щоденний показник життєвих сил і ознайомитися з додатковою пов'язаною із ним інформацією.



Торкніться **Показувати на телефоні**, щоб перевірити докладну інформацію, яка стосується функції «Показник життєвих сил», на під'єднаному телефоні.

- Функція «Показник життєвих сил» доступна за умови, що на під'єднаному телефоні встановлено програму Samsung Health версії 6.27 або пізнішої версії.

Фізичні навантаження за день

Перевірка свого поточного щоденного стану, наприклад: кроків, часу активності, калорій активності, їхніх цільових показників і відповідної інформації.

Перевірка щоденної активності

Торкніться  (Health) на екрані програм і торкніться **Фізичні навантаження за день**.



- **Кроки:** перевірка кількості кроків, яку ви проходите протягом дня. У міру наближення до цільової кількості кроків графік ітиме вгору.
- **Час активності:** перевірка загального часу, коли ви були фізично активними впродовж дня. В міру того, як ви наближаєтеся до мети з часу, виконуючи легкі вправи, як-от розтяжку й ходьбу, графік ітиме вгору.
- **Калорії, витрачені під час активності:** перевірка загальної кількості калорій, яку ви витратили, займаючись якоюсь активністю впродовж дня. В міру наближення до цільової кількості калорій активності графік ітиме вгору.

Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашою щоденною активністю, скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Встановлення щоденної цільової кількості тренувань

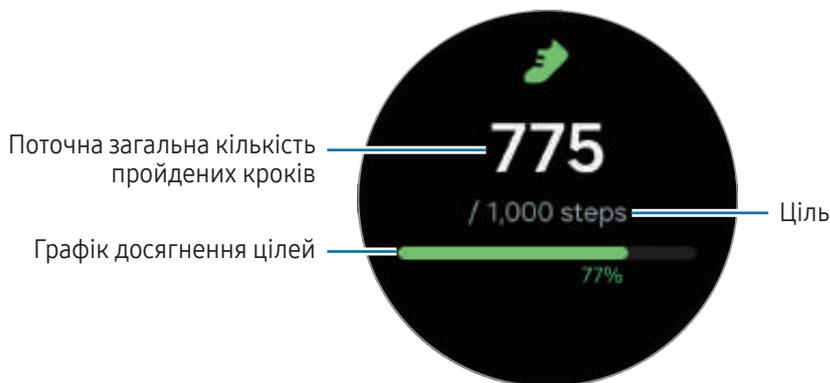
- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Фізичні навантаження за день**, а потім — **Установлення цілей**.
- 3 Торкніться **Рух, Час, Калорії** і виберіть бажаний параметр активності для кожної цілі.
- 4 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем вгору або вниз по екрані, щоб встановити ціль.
- 5 Торкніться **Готово**.

Кроки

Годинник підраховує кількість кроків, які ви зробили.

Вимірювання кількості пройдених кроків

Торкніться  (Health) на екрані програм і торкніться **Кроки**.



Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашими кроками, скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть угору або вниз по екрану.



- Від початку вимірювання числа кроків ця функція відстежує кількість пройдених кроків, показуючи лічильник кроків з короткими затримками, оскільки годинник визначає рух, коли ви пройдете невелику відстань. Окрім того, під час точного підрахунку числа кроків може виникнути коротка затримка, перш ніж сповіщення вкаже, що певної мети досягнуто, і це сповіщення з'явиться лише під час використання програми Samsung Health після завантаження та встановлення програми.
- У разі використання функції відстеження кількості пройдених кроків в автомобілі або потязі, що рухаються, наявність зайвих вібрацій може призвести до неточного відображення отриманих даних.
- Один поверх приблизно складає 3 метри. Виміряні поверхи можуть не збігатися з фактичною кількістю пройдених поверхів.
- Вимірювання кількості поверхів може бути неточним через навколишні умови, особливість ваших рухів, а також конструкцію будівлі.
- Вимірювання числа пройдених поверхів може бути неточним, якщо у сенсорі атмосферного тиску присутня вода (після душу чи вправ у воді) чи сторонні предмети. У разі наявності на годиннику залишків мийних засобів, поту чи дощових крапель промийте його перед використанням (разом із сенсором атмосферного тиску) чистою водою та ретельно просушіть.

Налаштування цільової кількості кроків

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Кроки**, а потім **Вибір цілі**.
- 3 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем вгору або вниз по екрані, щоб встановити ціль.
- 4 Торкніться **Готово**.

Вправа

Запис інформації про вправи й перегляд результатів.



- Перед використанням функції зверніться за порадою до ліцензованого медичного працівника, наприклад лікаря, якщо будь-яке з наведеного нижче стосується вас:
 - якщо у вас хронічне захворювання, наприклад хвороба серця або високий артеріальний тиск;
 - якщо ви вагітні;
 - якщо ви не досягли віку, у якому можете самостійно виконувати вправи.
- Якщо під час тренування ви відчули запаморочення чи біль у певній частині тіла або якщо вам стало важко дихати, негайно припиніть тренування та зверніться до лікаря.
- Вимірювання пульсу розпочинається після початку тренування. Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- Намагайтеся не рухатися, поки на екрані не з'явиться ваш пульс, оскільки так це дозволяє точніше його вимірювати.
- Пульс може тимчасово не з'являтися за різних обставин, як-от умови довкілля, фізичний стан користувача або манера носіння годинника.

Перш ніж виконувати тренування за холодної погоди, зверніть увагу на наведені нижче умови:

- не використовуйте годинник за низької температури; якщо це можливо, користуйтеся ним у приміщенні.
- у разі використання годинника на дворі за низької температури накрийте його рукавом, перш ніж почати користуватися ним.

Початок тренування

1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.

2 Торкніться **Вправа**.

 Ви можете починати тренування безпосередньо з картки **Вправи** після додавання до неї тренувань.

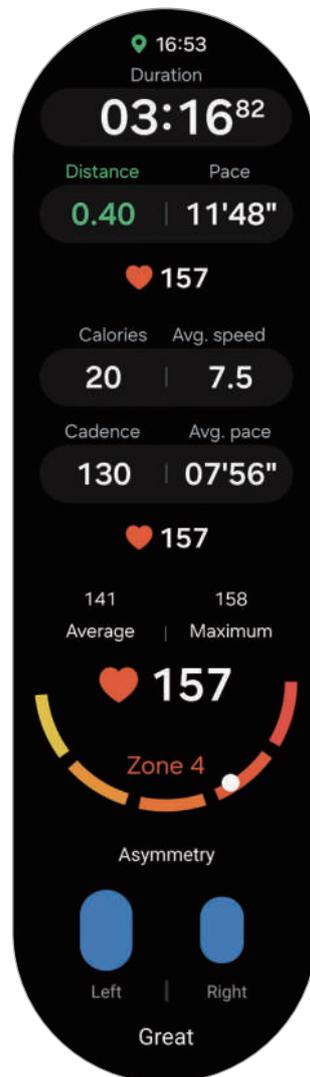
3 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану ліворуч чи праворуч, щоб вибрати потрібний тип вправи.

Коли ви не можете знайти потрібні вам вправи, торкніться **Додати** й виберіть потрібний вам тип вправ. Або торкніться **Змінити на телефоні**, щоб додати до вашого телефону тип вправ із програми Samsung Health.



Вправа почнеться. Торкніться **Почати**, щоб почати виконувати вправу, для певних типів вправ.

- 4 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб перевірити на екрані тренування інформацію про вправи, як-от пульс, відстань чи час.



Ви можете відтворювати музику, провівши пальцем вліво по екрані.



- Якщо ви вибрали водний вид спорту (плавання, занурення з маскою й трубкою тощо), автоматично ввімкнеться режим блокування у воді, а функція розпізнавання дотиків може стати недоступною. Режим блокування у воді запобігає небажаним операціям, як-от торкання екрана чи введення команд, під час заняття водними видами спорту.
- Під час вибору **Басейн** або **Плав. на відкр. воді** зареєстроване значення може бути неточним у таких випадках:
 - якщо ви припините заплив, не досягши кінця
 - якщо ви зміните стиль плавання на півдорозі
 - якщо ви припините рухати руками, не досягши кінця
 - якщо ви плаваєте, не рухаючи руками
 - якщо ви рухаєте у воді лише однією рукою
 - якщо ви рухаєтеся під водою
 - якщо ви виходите з води й ходите після початку вправи
 - якщо ви не робите паузу або не перезапускаєте вправу, а закінчите її відпочинком
- Якщо на годиннику ввімкнено режим блокування у воді, ви можете змінити екран тренування, натиснувши кнопку «Назад».

5 Проведіть пальцем вправо по екрані та торкніться **Завершити**.

Щоб призупинити або перезапустити вправу, проведіть пальцем праворуч по екрані та торкніться **Пауза** або **Поновити**. Або натисніть і утримуйте кнопку «Назад».



- Для закінчення плавання торкніться кнопки «Головна» й утримуйте її, щоб вимкнути режим блокування у воді, струсніть годинник, щоб повністю видалити залишки води й забезпечити коректну роботу сенсора атмосферного тиску, а потім торкніться **ОК**.
- Відтворення музики продовжуватиметься і після закінчення вами вправ. Щоб припинити відтворення музики, зупиніть його перед завершенням вправи або відкрийте програму **Музика** або **Контролер мультимедіа**.

6 Скористайтесь сенсорним безелем або проведіть пальцем по екрані вгору чи вниз після завершення вправи, щоб перевірити результати тренування.

Виконання кількох вправ

Ви можете вести реєстрацію різних вправ і виконувати цілий комплекс вправ, переходячи до наступної вправи одразу після завершення поточної.

Проведіть пальцем по екрані вправо під час тренування, торкніться **Створити**, а потім виберіть наступний тип вправи, щоб розпочати.



Для закінчення плавання торкніться кнопки «Головна» й утримуйте її, щоб вимкнути режим блокування у воді, струсність годинник, щоб повністю видалити залишки води й забезпечити коректну роботу сенсора атмосферного тиску, а потім торкніться **ОК**.

Установлення нових рекордів

Коли ви бігаєте чи їздите на велосипеді тим самим маршрутом, ви можете порівняти ваші попередні й поточні досягнення, щоб упевнитися в поліпшенні ваших результатів та зберігати мотивацію. Ця функція доступна лише для деяких видів вправ, а для її опису в цьому посібнику за приклад було взято пробіжку.

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Скористайтесь сенсорним безелем або проведіть по екрану ліворуч чи праворуч, щоб перейти до програми **Біг**.
- 4 Торкніться **Налаштування** чи цілі внизу екрана.
- 5 Виберіть **Перегони** у параметрі **Ціль**.
- 6 Почніть тренування з вибору маршруту для пробіжки й порівняйте ваші попередні результати в параметрі **Останні маршрути**.

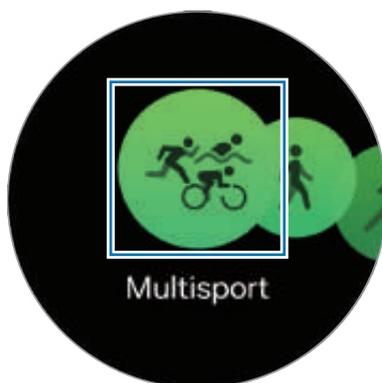


- До параметра «Нещодавні маршрути» додаються результати тільки тих пробіжок, довжина яких перевищує 1 км.
- Якщо вам не вдається знайти маршрут, торкніться **Оновити** або ж переконайтеся в тому, що ви знаходитесь в межах 50 м від вашої точки старту й спробуйте ще раз.
- Щоб відобразити історію ваших маршрутів, перш ніж розпочати тренування, увімкніть GPS. На екрані налаштувань тренування торкніться **Тренування розпочато** й виберіть **Уручну**.
- Відображаються маршрути лише за останні 14 днів.
- Якщо маршрут відхиляється більш ніж на 10 % від раніше записаного маршруту, порівняння результатів тренування буде неможливим.

Початок мультитренування (Galaxy Watch Ultra)

Ви можете записувати й перевіряти результати мультитренувань, як-от триатлон, дуатлон або акватлон, якщо ви виконуєте дві чи три вправи, а саме пробіжку, їзду на велосипеді й плавання, підряд.

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Виберіть **Кілька видів активності**.



 Ви можете розпочати тренування безпосередньо з картки **Кілька видів активності**.

- 4 Виберіть тип мультитренування й торкніться **Почати**.
Вправа почнеться.



Щоб змінити вправу, натисніть і утримуйте кнопку швидкого доступу. Або ж проведіть пальцем праворуч по екрану й торкніться **Далі** →  чи виберіть **Різні вправи** і потім виберіть наступну вправу.

- 
- Якщо ви визначили цілі для кожної вправи, ви автоматично перейдете до виконання наступної вправи, щойно цілі буде досягнуто.
 - Щоб змінювати вправи за допомогою кнопки швидкого доступу, на екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Кнопки й жести** → **Дія** та виберіть **Samsung Health**. (Galaxy Watch Ultra)

Тренування після додавання власних мультитренувань (Galaxy Watch Ultra)

Додатково до мультитренувань за замовчуванням, які пропонує ваш годинник, ви можете створювати власні мультитренування, поєднуючи пробіжки, їзду на велосипеді й плавання та змінюючи їхній порядок на власний смак.

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Виберіть **Кілька видів активності**.
- 4 Торкніться **Додати** → **Додати вправи**, після чого виберіть щонайбільше три вправи на власний розсуд і торкніться **Додати**.
- 5 Торкніться **Зберегти** → **Почати**.

Вправа почнеться, а створене вами мультитренування буде додано до списку.

Щоб змінити вправу, натисніть і утримуйте кнопку швидкого доступу. Або ж проведіть пальцем праворуч по екрану й торкніться **Далі** →  чи виберіть **Різні вправи** і потім виберіть наступну вправу.



- Якщо ви визначили цілі для кожної вправи, ви автоматично перейдете до виконання наступної вправи, щойно цілі буде досягнуто.
- Щоб змінювати вправи за допомогою кнопки швидкого доступу, на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Кнопки й жести** → **Дія** та виберіть **Samsung Health**. (Galaxy Watch Ultra)

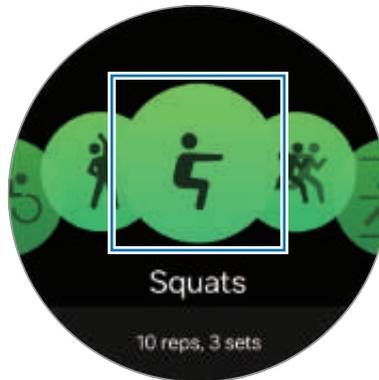
Початок повторюваних вправ

Коли ви виконуєте повторювані вправи, як-от присідання або тяга, ваш годинник підраховує зі звуковим сигналом, скільки разів ви повторюєте рух. У наведеному описі в якості прикладу використано присідання.

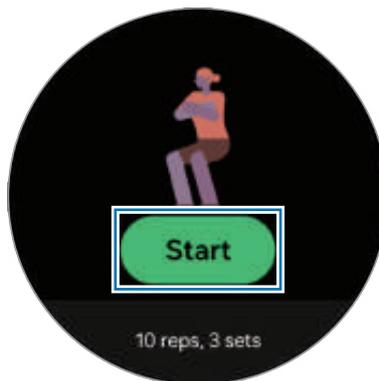
- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.

- 3 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем ліворуч або праворуч по екрану, щоб вибрати потрібний тип вправи й розпочати.

Коли ви не можете знайти потрібні вам повторювані вправи, торкніться **Додати** й виберіть потрібний вам тип вправ. Або торкніться **Змінити на телефоні**, щоб додати до вашого телефону тип вправ із програми Samsung Health.



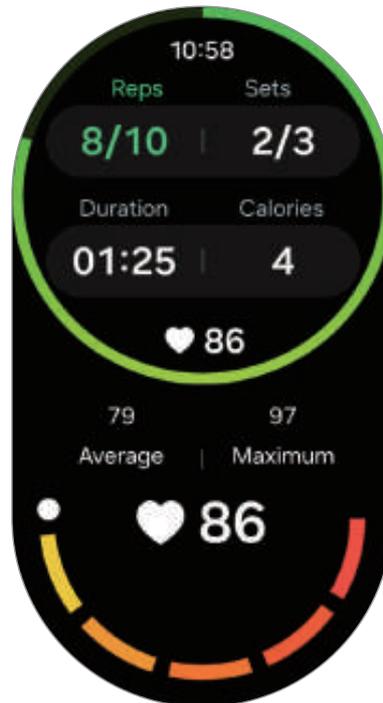
- 4 Торкніться **Почати** і займіть належне початкове положення, указане на екрані.



Лічба розпочнеться зі звуковим сигналом.

-  Якщо ви не займете положення, указане на екрані вашого годинника, або ж якщо ваше положення зміниться під час виконання вправи, відлік може не початися або ж здійснюватися з помилками.

- 5 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб перевірити на екрані тренування інформацію про вправи, як-от пульс, кількість повторювань чи калорій.



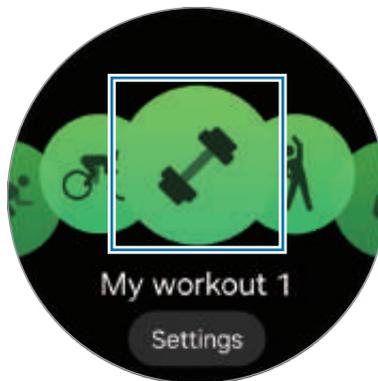
Ви можете відтворювати музику, провівши пальцем вліво по екрані.

- 6 Перепочиньте, завершивши цикл. Або торкніться **Пропустити**, якщо волієте перейти до наступного циклу без відпочинку.
Вправу буде розпочато після прийняття належного положення тіла, вказаного на екрані.
- 7 Проведіть пальцем вправо по екрані та торкніться **Завершити**.
Щоб призупинити або перезапустити вправу, проведіть пальцем праворуч по екрані та торкніться **Пауза** або **Поновити**. Або натисніть і утримуйте кнопку «Назад».
-  Відтворення музики продовжуватиметься і після закінчення вами вправ. Щоб припинити відтворення музики, зупиніть його перед завершенням вправи або відкрийте програму **Музика** або **Контролер мультимедіа**.
- 8 Скористайтесь сенсорним безелем або проведіть пальцем по екрані вгору чи вниз після завершення вправи, щоб перевірити результати тренування.

Тренування після додавання власної вправи

Окрім типів вправ за замовчуванням, наданих вашим годинником, ви можете додати власні вправи, виміряти їхню тривалість і кількість спалених калорій, а потім перевірити результати тренувань.

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Торкніться **Додати** → **Створити вправу**.
- 4 Уведіть назву й створіть власну вправу.
 - **Дані для запису:** вибір інформації про вправу, яку буде записано.
 - **Категорія:** вибір категорії вашої вправи.
- 5 Торкніться **Зберегти**.
Вашу вправу буде додано.



- 6 Виберіть вправу, яку ви додали, і починайте.

Створення власних програм тренування

Ви можете створювати власні програми тренувань, поєднуючи вибрані вами на свій смак вправи, включно з розминкою та періодами відпочинку. Наприклад, ви можете створити програму інтервального тренування, у якій чергуються вправи високої та низької інтенсивності.

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Торкніться **Додати** → **Створити сценарій тренування**.

4 Уведіть назву й створіть власну програму тренування.

- **Розминка:** додавання вправ для розминки до вашої програми й налаштування розминки, яку ви можете виконати перед тренуванням.
- **Додати вправи:** вибір вправи, яку ви хочете додати до вашої програми тренування.
- **Заминка:** додавання вправ до заминки до вашої програми, щоб відпочити після тренування, і створення програми тренування.
- **Додати відпочинок:** додавання періодів відпочинку між вправами.
- **По колу:** визначення кількості повторів для програми тренування.

5 Торкніться **Зберегти**.

Вашу програму тренування буде додано.



6 Виберіть програму тренування, яку ви додали, і починайте.

Використання кнопки швидкого доступу під час тренування (Galaxy Watch Ultra)

Якщо ви налаштували функцію кнопки швидкого доступу в програмі Samsung Health, ви можете використовувати кнопку швидкого доступу, щоб починати ваше тренування та керувати ним.

1 Торкніться  (**Налаштування**) на екрані програм, після чого торкніться **Кнопки й жести** → **Дія**.

2 Вибір **Samsung Health**.

Щоб вибрати вправу, яку ви хочете почати виконувати, чи список вправ, який відкриватиметься натисканням кнопки швидкого доступу, торкніться .

3 Натисніть кнопку швидкого доступу, щоб почати виконання вибраного тренування чи відкрити список вправ.

- 4 Після того як ви почали виконувати вправи, ви можете керувати тренуванням, натискаючи на кнопку швидкого доступу:
- натисніть кнопку швидкого доступу під час тренування, щоб призупинити або відновити виконання вправи.
 - натисніть кнопку швидкого доступу двічі під час пробіжки чи їзди на велосипеді, щоб вручну записати коло.
 - натисніть та утримуйте кнопку швидкого доступу під час тренування, щоб завершити тренування.
 - Натисніть та утримуйте кнопку швидкого доступу під час виконання мультитренування чи програми тренування, щоб перейти до наступного тренування. Якщо вправа остання, ви можете завершити тренування.

Налаштування тренувань

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3 Торкніться **Налаштування** під кожним видом вправи й налаштуйте їхні параметри.

 Якщо ви встановили ціль, вона може відобразитися на екрані замість параметра **Налаштування**. Торкніться цілі внизу екрана, щоб відобразити екран налаштування тренування.

- **Ціль**: увімкнення функції цілі вправи й встановлення її.
- **Пауза за досягнення цілі**: налаштування годинника таким чином, щоб тренування зупинялося автоматично після досягнення цілі.
- **Повернутися**: налаштування, що активують указівки щодо маршруту для повернення до точки старту. (Galaxy Watch Ultra)
- **Екран тренування**: задання екранів, які відобразатимуться під час тренування.
- **Керівництво з розділення**: налаштування кола тренування для отримання повідомлення про виконання кола, яке ви визначили як ціль.

 Ви можете записати коло вручну, двічі натиснувши кнопку «Назад» під час пробіжки чи їзди на велосипеді.

- **Ділянки рівня пульсу**: налаштування зон частоти пульсу та отримання повідомлень для нагадування про необхідність виконання вправ у межах визначеної вами зони частоти пульсу.
- **Автопауза**: налаштування функції відстеження вправ годинника для автоматичного призупинення в разі припинення тренування.
- **Тренування розпочато**: налаштування початку тренування.
- **Аудіогід**: увімкнення аудіосупроводу для перевірки цілі й проміжків за допомогою аудіо.
- **Екр. завжди ввімк.**: налаштування ввімкнення завжди увімкненого екрана під час тренувань.

- **Енергозбереж. на час тренувань:** записування тренувань упродовж тривалішого періоду шляхом налаштування годинника таким чином, щоб на ньому автоматично вмикався режим енергозбереження під час тренування щоразу, коли ви розпочинаєте виконання вправ. Водночас користування деякими функціями може бути обмеженим. (Galaxy Watch Ultra)
- **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і її налаштування. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Функція автоматичного розпізнавання вправ](#).
- **Повідомл. з порадами:** встановіть для отримання повідомлень від тренера для підтримання правильного ритму під час тренування.
- **Смуга:** вибір смуги для пробіжки на біговій доріжці.
- **Довжина басейну:** встановлення довжини басейну.
- **Перевірка положення на початку:** увімкнення та вимкнення функції перевірки положення перед початком тренування.



- Ви можете змінювати певні налаштування безпосередньо перед початком тренування або під час нього. Перш ніж почати тренування, торкніться **Налаштування** на екрані зворотного відліку або екрані GPS. Або під час тренування проведіть по екрану пальцем управо й торкніться **Налаштування**.
- Доступні опції налаштувань вправ можуть різнитися залежно від типу вправи.

Функція автоматичного розпізнавання вправ

Якщо ви виконуєте вправи протягом певного періоду часу з надітим годинником, він автоматично визначає, що ви тренуєтеся, і записує інформацію про вправу, як-от її вид, тривалість і кількість спалених калорій.



Якщо ви зупиняєтесь більш ніж на одну хвилину, годинник автоматично розпізнає зупинку й припиняє запис.



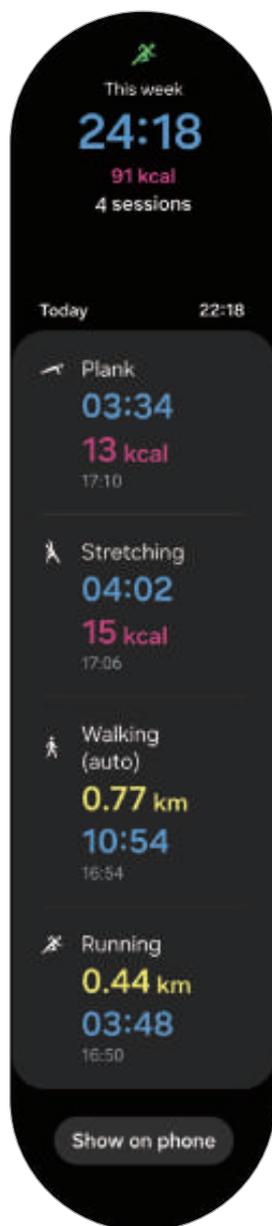
- Ви можете переглянути перелік вправ, що підтримуються функцією автоматичного розпізнавання вправ. На екрані програм торкніться  (**Health**), після чого торкніться **Налаштування** → **Вправи для виявлення**. Якщо пристрій не розпізнає вправи автоматично, увімкніть функцію автоматичного розпізнавання вправ і торкніться перемикача типу вправи, що використовує цю функцію, у параметрі **Вправи для виявлення**.
- Функція автоматичного розпізнавання вправ дає можливість за допомогою акселерометра й сенсора серцевого ритму вимірювати показники, як-от час, витрачений на тренування, і спалені калорії. Показники вимірювання можуть бути неточними з огляду на вашу манеру ходьби, виконання вправ і спосіб життя.

Тренування протягом цього тижня

Ви можете перевіряти історію тренувань, відсортовану за датою та типом вправи.

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Тренування цього тижня**.

- 3 Скористайтесь сенсорним безелем або проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб перевірити історію тренувань.



Сон

Аналізуйте свій режим сну й реєструйте його, вимірюючи пульс і свої рухи під час сну.



Ця функція призначена лише для контролю загального самопочуття та фізичного стану. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань.

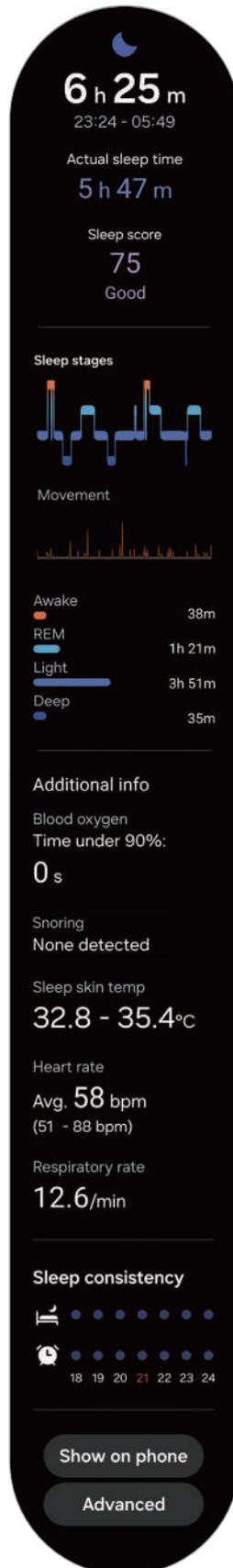


- Режим сну складається із чотирьох станів (пробудження, швидкий сон, легкий сон, глибокий сон), що аналізуються за вашими рухами й змінами в пульсі впродовж сну. Ви можете перевірити рекомендовані діапазони для кожного вимірюваного стану сну на графіку на під'єднаному телефоні.
- Ви можете перевіряти докладний аналіз сну лише тоді, коли ваш годинник під'єднано до телефона.
- Перед вимірюванням зарядіть акумулятор годинника, щоб заряд становив більше 30 %.
- Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).

Вимірювання сну

- 1 Лягайте спати, вдягнувши годинник.
Годинник розпочне вимірювання параметрів вашого сну.
- 2 Торкніться  (**Health**) на екрані програм після того, як прокинетесь.
- 3 Торкніться **Сон**.

- 4 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору або вниз і перевірте всю інформацію щодо відстежуваного сну.



Використання функції виявлення хропіння

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
 - 2 Торкніться **Налаштування** → **Сон**.
 - 3 Торкніться **Виявлення хропіння**.
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health.
 - 4 Торкніться повзунка, щоб увімкнути відповідну функцію.
 - 5 Виберіть **Завжди** під опцією **Відстеження хропіння**, щоб відстежувати хропіння під час сну.
 - 6 Під'єднайте телефон до зарядного пристрою та покладіть телефон так, щоб мікрофон був направлений до вас, перш ніж лягати спати.
Відстеження хропіння буде проводитися разом з реєстрацією інших параметрів сну, коли ви спите з надітим годинником.
-  • Функцію виявлення хропіння можна увімкнути в програмі Samsung Health (версія 6.18 або новіша) на під'єднаному телефоні.
 - Хропіння може не вимірюватися, якщо ви не увімкнете перемикач **Завжди** для функції виявлення хропіння, не під'єднаєте телефон до зарядного пристрою, перш ніж лягти спати, або не покладете телефон так, щоб мікрофон був направлений до вас, перш ніж лягати спати.

Використання функції температури шкіри під час сну

Фіксуйте зміну температури шкіри під час сну й отримуйте допомогу в створенні оптимального середовища для сну.

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Налаштування** → **Сон**.
- 3 Торкніться повзунка **Температура під час сну**, щоб увімкнути функцію.
Вимірювання температури буде проводитися разом з реєстрацією інших параметрів сну, коли ви спите з надітим годинником.



- Якщо температура шкіри буде постійно вимірюватися під час сну, акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай.
- Годинник може вимірювати температуру шкіри, навіть якщо ви не спите, оскільки він може вважати, що ви в стані сну, навіть під час читання книг або перегляду телевізора чи фільмів.
- Надівайте годинник щільно, щоб під час перевертання уві сні між годинником і зап'ястям не виникало зазору.
- Якщо додатково до годинника на вас надітий інший носимий пристрій, як-от Galaxy Ring, результати вимірювання температури тіла під час сну не інтегруватимуться, а натомість відобразатимуться дані, виміряні за допомогою Galaxy Ring.

Вимірювання кінцевих продуктів глікації (AGE) під час сну

Кінцеві продукти глікації (AGE) — це хімічні речовини, що утворюються в результаті з'єднання білків чи ліпідів в організмі з цукром. Вони накопичуються в більшості частин тіла, включно з кровоносними судинами, органами, суглобами та сітківкою ока, спричиняючи старіння і хронічні захворювання. Крім того, дієти з високим вмістом цукру й неправильний спосіб життя (як-от куріння, відсутність фізичних вправ, недосипання) можуть прискорити вироблення й накопичення AGE. Як свідчать результати нещодавніх досліджень, показник AGE повільно змінюється протягом 6 місяців, але вищий показник асоціюється з передчасним старінням і хронічними захворюваннями. Galaxy Watch Ultra та Galaxy Watch7 можуть вимірювати показник AGE, що накопичуються на вашій шкірі, за допомогою вдосконаленого оптичного сенсора біосигналів. Перевірте свій показник AGE, вимірявши його під час сну.



- Ця функція призначена лише для контролю загального самопочуття та фізичного стану. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань. Обов'язково проконсультуйтеся з лікарем для отримання додаткової інформації про стан вашого здоров'я.
- Не намагайтеся вимірювати показник AGE на зап'ясті з проблемами шкіри чи відкритими ранами.
- У годиннику Galaxy Watch використовуються світлочутливі датчики, що працюють у межах, визначених правилами безпеки. Однак у людей з фоточутливістю шкіри можуть виникнути побічні реакції на світло, як-от зміна кольору шкіри чи висипання. Не вимірюйте свій показник AGE за наявності будь-яких симптомів фоточутливості.



- Косметика, яка містить фотосенсибілізуючі інгредієнти, може зробити вашу шкіру чутливою до ультрафіолетових (УФ) променів. Не вимірюйте свій показник AGE в разі використання косметики, що містить такі інгредієнти:
 - Ретиноїди (наприклад, ретинол чи третиноїн)
 - Альфа-гідроксикислоти (АНА)
 - Бета-гідроксикислоти (ВНА)
 - Деякі ефірні олії (наприклад, цитрусова олія)
 - Деякі ліки та рослинні екстракти

Зверніть увагу на наведені нижче умови, перш ніж вимірювати показник AGE під час сну:

Ви можете отримати точніші результати вимірювання показника AGE, лігши спати з годинником на руці, якщо дотримуватиметеся таких умов вимірювання:

- Переконайтеся, що ваше зап'ястя, на якому ви носите годинник, сухе й чисте.
- Переконайтеся, що датчики на задній панелі годинника чисті.
- На оптичний сенсор біосигналу можуть вплинути татуювання, шрами й волосся на зап'ястку. Надіньте годинник на ту ділянку зап'ястя, де немає вказаних перешкод, або ж на інше зап'ястя.
- Не зловживайте алкоголем перед сном.

1 Лягайте спати, вдягнувши годинник.

Вимірювання показника AGE здійснюватиметься одночасно з реєстрацією інших параметрів сну, коли ви спите з надітим годинником.

2 Торкніться  (Health) на екрані програм після того, як прокинетесь.

3 Торкніться **Показник AGE**.

4 Скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрані вгору або вниз і перевірте всю інформацію щодо виміряного показника AGE.

Ви можете перевірити результати попередніх вимірювань і ознайомитися з інформацією в програмі Samsung Health на під'єднаному телефоні.



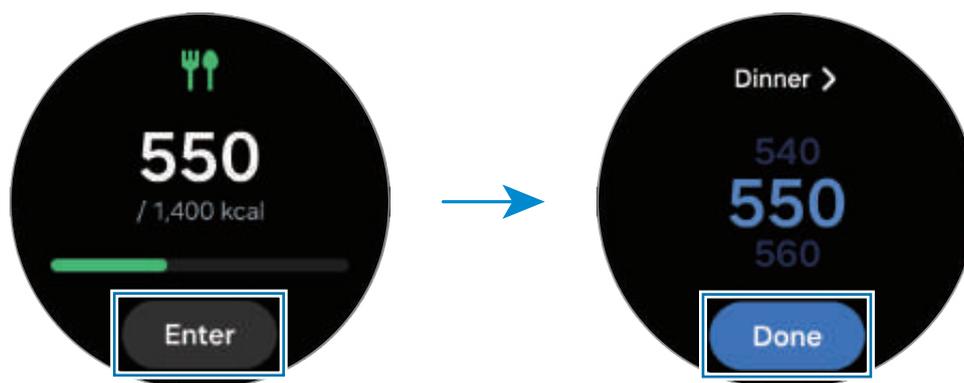
- Під час вимірювання рівня показника AGE ви можете бачити світло від мерехтливого оптичного сенсора біосигналу.
- Годинник може вимірювати показник AGE, навіть якщо ви не спите, оскільки він може вважати, що ви в стані сну, наприклад, коли ви читаете книгу чи переглядаєте телевізійні програми або фільми.
- Надівайте годинник щільно, щоб під час перевертання уві сні між годинником і зап'ястям не виникало зазору.

Їжа

Реєстрація кількості калорій, спожитих за день, і порівняння її із цільовими калоріями з метою контролю маси.

Реєстрація калорій

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа**.
- 3 Торкніться **Увести**, торкніться потрібного виду приймання їжі вгорі екрана й виберіть потрібну опцію.
- 4 Скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору або вниз, щоб указати споживання калорій, потім торкніться **Готово**.



Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашим споживанням калорій, скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Видалення журналів

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа** і торкніться **Видалити**.
- 3 Виберіть дані, який потрібно видалити, а потім торкніться **Видалити**.

Встановлення цільової кількості калорій, яку потрібно спожити

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа**, а потім **Вибір цілі**.
- 3 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем вгору або вниз по екрані, щоб встановити ціль.
- 4 Торкніться **Готово**.

Склад тіла

Вимірювання складу тіла, як-от маси скелетних м'язів або маси жиру.



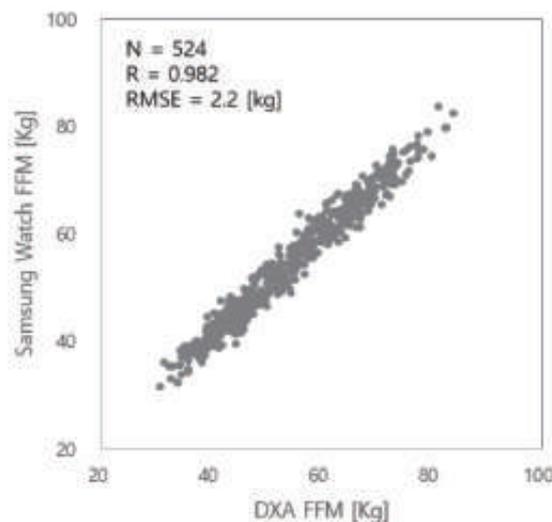
- Ця функція призначена лише для контролю загального самопочуття та фізичного стану. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань.
- Не вимірюйте склад свого тіла, якщо у вас імплантований серцевий кардіостимулятор, дефібрилятор або якщо всередині вашого тіла знаходиться будь-який інший електронний пристрій.
- Крізь ваше тіло під час вимірювання його складу проходить слабкий електричний струм. Хоча це не є шкідливим для людини, не вимірюйте склад свого тіла, якщо ви вагітні.



- Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- Для точного вимірювання складу тіла необхідно ввести свої фактичні зріст, масу, стать у профілі програми Samsung Health на під'єднаному телефоні, а також вашу фактичну дату народження в обліковому записі Samsung. Якщо результати вимірювання складу тіла є неточними, перевірте свій профіль користувача в програмі Samsung Health на телефоні й скоригуйте його.
- На відміну від професійних приладів для вимірювання складу тіла, годинник, який потрібно носити на зап'ясті, вимірює склад верхньої частини тіла й для отримання результатів оцінює склад усього тіла.

Унаслідок цього результати вимірювання складу тіла можуть бути неточними в таких випадках:

- склад верхньої та нижньої частин тіла надто відрізняється
 - надмірне ожиріння
 - велика м'язова маса
- У разі вимірювання складу тіла годинник використовує метод аналізу біоелектричного імпедансу (BIA), який показує кореляцію понад 98 % відносно методу подвійної енергії рентгенівської абсорбціометрії (DXA), який розглядається як золотий стандарт.



Зверніть увагу на наведені нижче умови, перш ніж вимірювати склад тіла:

- Якщо ви особа віком до 20 років, результати вимірювання складу тіла можуть бути неточними.
- Ви можете отримати більш точні результати складу тіла, якщо дотримуєтеся таких умов вимірювання:
 - Вимірювання в один і той самий час доби (рекомендується вимірювати вранці).
 - Вимірювання натщесерце.
 - Вимірювання після відвідування туалету.
 - Вимірювання за відсутності менструації.
 - Вимірювання перед заняттями, які спричинюють підвищення температури тіла, як-от фізичні вправи, душ або відвідування сауни.
 - Вимірювання після зняття з тіла металевих предметів, як-от намисто.
 - Використання ремінця, який входить до комплекту годинника, замість металевого браслета

Вимірювання складу тіла

1 Торкніться  (Health) на екрані програм.

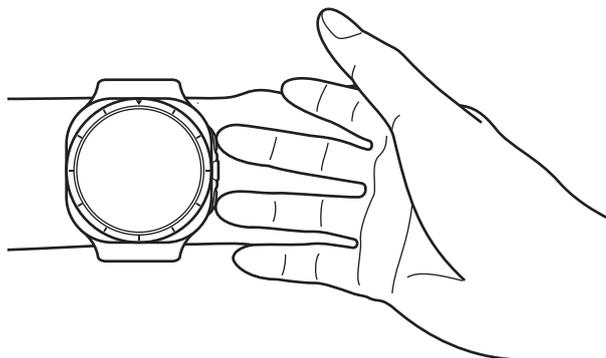
2 Торкніться **Склад тіла**.

3 Торкніться **Виміряти**.

 Ви можете отримати докладні вказівки щодо вимірювання складу тіла на екрані, торкнувшись **Вимірювання**.

4 Введіть свою вагу й торкніться **Підтвердити**.

- 5 Покладіть два пальці на кнопки «Головна» й «Назад», дотримуючись інструкцій на екрані, щоб розпочати вимірювання складу вашого тіла.



Для правильного вимірювання складу тіла годинник потрібно надіти на ліве зап'ястя, а кнопки повинні бути з правого боку.



Правильна поза для вимірювання

- Покладіть обидві руки на рівень грудей так, щоб вони не контактували з тілом.
- Не допускайте контакту між двома пальцями, розташованими на кнопках «Головна» й «Назад». Також не торкайтеся інших частин годинника, крім кнопок.
- Для отримання точних результатів вимірювань залишайтеся в спокої та не рухайтесь.
- Сигнал може перериватися, якщо палець сухий. У такому разі виміряйте склад тіла після нанесення тоніка або лосьйону, щоб зволожити шкіру на пальці.
- Результати вимірювання можуть бути неточними через сухість шкіри або волосся.
- Витріть начисто задню частину годинника перед вимірюванням, щоб отримати точні результати.

Перегляньте результати вимірювання складу тіла на екрані.



Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашим складом тіла, скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Пульс

Вимірювання пульсу та запис даних.

-  Функція відстеження частоти пульсу, наявна на годиннику, призначена лише для підтримки здорового способу життя та ознайомлення з результатами вимірювань; вона не призначена для діагностування захворювання чи інших хворобливих станів, лікування, уникнення побічних ефектів або запобігання певному захворюванню.
-  Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).

Зверніть увагу на наведені нижче умови, перш ніж вимірювати пульс:

- Відпочиньте протягом п'яти хвилин, перш ніж починати вимірювання.
- Якщо дані вимірювання суттєво відрізняються від очікуваних, відпочиньте протягом 30 хвилин та повторно виконайте вимірювання.
- Узимку або в холодну погоду зігрійтеся перед вимірюванням пульсу.
- Куріння або споживання алкоголю перед вимірюванням прискорює серцебиття, і тому частота вашого пульсу буде відрізнятися від звичайної.
- Не розмовляйте, не позіхайте та не дихайте глибоко під час вимірювання пульсу. Це може призвести до отримання неточних результатів вимірювання.

- Результати вимірювань пульсу можуть відрізнятися залежно від способу вимірювання та середовища, в якому здійснюється вимірювання.
- Якщо сенсор серцевого ритму не працює, переконайтеся, що годинник правильно зафіксован на зап'ясті та що ніщо не перешкоджає роботі сенсора. Якщо проблеми в роботі сенсора не зникнуть, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Вимірювання пульсу вручну

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться Пульс.
- 3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання пульсу.
Перегляньте виміряний пульс на екрані.



Щоб переглянути додаткову інформацію, пов'язану з вашим пульсом, скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Змінення налаштувань вимірювання пульсу

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться Пульс.
- 3 Торкніться **Налаштування** і виберіть метод вимірювання в параметрі **Вимірювання**.
 - **Постійне вимірювання**: пульс буде вимірюватись постійно.
 - **Кожні 10 хв. у спокої**: пульс буде вимірюватись кожні 10 хвилин під час відпочинку.
 - **Лише вручну**: пульс буде вимірюватись вручну лише за дотиком до кнопки **Виміряти**.

Налаштування сповіщень про зміну пульсу

Ви можете отримувати сповіщення, коли частота пульсу перевищує або стає нижчою за встановлене вами значення нормальної частоти протягом понад 10 хвилин.

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться Пульс.
- 3 Торкніться Налаштування та активуйте сповіщення в параметрі Оповіщення про пульс.
 - **Висок. пульс:** налаштування для отримання сповіщення, коли частота пульсу протягом певного часу перевищує встановлену вами нормальну частоту.
 - **Низьк. пульс:** налаштування для отримання сповіщення, коли частота пульсу протягом певного часу є нижчою за встановлену вами нормальну частоту.

Стрес

Перевірте рівень стресу, використовуючи біопозначники, зібрані годинником, і зменште стрес за допомогою дихальних вправ, рекомендованих годинником.

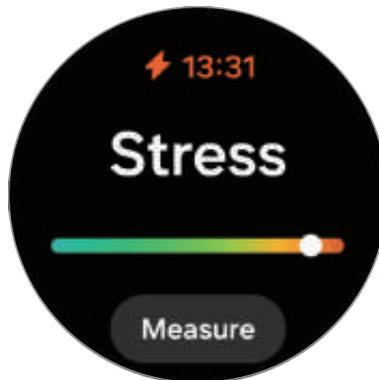


- Що частіше ви вимірюєте рівень стресу, то точнішими будуть ваші результати завдяки накопиченню даних.
- Вимірний рівень стресу не завжди пов'язаний з вашим емоційним станом.
- Ваш рівень стресу може не вимірюватися, коли ви спите, тренуєтеся, багато рухаєтеся або одразу після закінчення тренування.
- Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- Доступність цієї функції залежить від країни.

Вимірювання вашого рівня стресу вручну

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться Стрес.

- 3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання рівня стресу. Перегляньте виміряний рівень стресу на екрані.



Зменшення стресу за допомогою дихальної вправи

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться  або  під **Дихання**, щоб змінити час і кількість дихальних вправ. Щоб змінити тривалість дихальних вправ, торкніться **Тривалість циклу дихання**.
- 4 Торкніться **Почати** й розпочніть дихати.
Щоб припинити дихальну вправу, торкніться екрана, а потім торкніться .

Змінення налаштувань вимірювання стресу

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться **Налаштування** і виберіть метод вимірювання в параметрі **Вимірювання**.
 - **Постійне вимірювання**: рівень стресу буде вимірюватися постійно.
 - **Лише вручну**: рівень стресу буде вимірюватися вручну лише за торканням до кнопки **Виміряти**.

Відстеження циклів

Уведіть інформацію про свою менструацію, щоб почати відстежувати менструальний цикл. Після введення інформації ви можете отримати прогнозовані дані, як-от прогнозовану дату початку наступної менструації. Для покращення точності прогнозування може використовуватися інформація про температуру вашої шкіри під час сну, якщо відповідна функція підтримується у вашому регіоні.



Якщо підтримується функція прогнозування менструації на основі температури шкіри

- Функція відстежування циклу призначена для прогнозування циклу та менструації. НЕ ПРИЗНАЧЕНО ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ З МЕТОЮ КОНТРАЦЕПЦІЇ.
- Якщо ви наразі використовуєте гормональні протизаплідні засоби чи проходите курс гормональної терапії, що пригнічує овуляцію, ця функція непридатна для відстежування овуляції.
- Ця інформація призначена лише для особистого використання.
- Точність прогнозування залежить від використання годинника, уведених даних, умов навколишнього середовища й інших факторів.
- Для поліпшення точності прогнозування рекомендується носити годинник впродовж принаймні чотирьох годин під час нічного сну п'ять разів на тиждень.
- Не призначено для діагностування, лікування, зменшення симптомів чи профілактики будь-яких захворювань чи станів здоров'я.
- Забороняється тлумачити або призначати курс лікування на основі прогнозів без попередньої консультації з кваліфікованим медичним працівником.
- Ця функція не призначена для користувачів, яким не виповнилося 18 років.
- Її доступність може відрізнятися залежно від країни, регіону, мобільного оператора, моделі годинника чи під'єданого годинника.



Якщо функція прогнозування менструації на основі температури шкіри не підтримується

- Функцію призначено для внесення даних і відстеження вашого менструального циклу. У зв'язку із цим не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування чи профілактики захворювань.
- Ця функція не призначена для планування вагітності або складання графіку прийому протизаплідних засобів.
- Прогнозовані дати є лише довідковою інформацією для особистого використання. Прогнозовані дати можуть не збігатися з фактичними датами.
- Особи віком до 18 років повинні використовувати цю функцію під контролем опікуна.
- На основі прогнозованих дат не слід робити медичних висновків без консультації з лікарем. Також не слід використовувати інформацію, отриману за допомогою програми Samsung Health, і вдаватися до лікування без консультації кваліфікованого медичного спеціаліста.



- Увімкніть функцію відстежування циклу в програмі Samsung Health на своєму телефоні, щоб використовувати цю функцію на своєму годиннику.
- Точність прогнозування дат може бути зниженою, якщо ви наразі приймаєте протизаплідні препарати чи проходите курс гормональної терапії для пригнічення овуляції. (Тільки якщо функція прогнозування менструації на основі температури шкіри не підтримується)
- Прогнозовані дати можуть змінюватися залежно від вхідних даних. (Тільки якщо функція прогнозування менструації на основі температури шкіри не підтримується)

Уведення інформації про менструальний цикл

- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Відстеження циклів**.
- 3 Торкніться **Увести період**.
- 4 Торкніться поля введення та скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити дату початку менструації.
- 5 Торкніться **Зберегти**.

Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з відстеженням циклу, скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Прогнозування менструального циклу за допомогою вимірювання температури шкіри

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Налаштування**.
- 3 Торкніться повзунка **Прогнозування циклу за допомогою даних температури шкіри**, щоб увімкнути функцію.



- Якщо додатково до годинника на вас надійти інший носимий пристрій, як-от Galaxy Ring, результати вимірювання температури тіла під час сну не інтегруватимуться, і ви можете вибрати, який саме носимий пристрій ви хочете використовувати для прогнозування менструального циклу за допомогою вимірювання температури шкіри, безпосередньо в програмі Samsung Health на під'єднаному телефоні.
- Доступність цієї функції залежить від країни.

Вода

Запис і відстежування кількості випитої води.

Запис споживання води

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вода**.
- 3 Торкніться **+ 250 мл** щоразу, коли п'єте воду.
Якщо ви випадково додали неправильну кількість, виберіть **Видалити**, виберіть дані, які необхідно видалити, після чого торкніться **Видалити**.



Щоб змінити об'єм чашки, торкніться **Вибір розміру склянки** та вкажіть необхідний об'єм.

Налаштування цільового споживання

- 1 Торкніться  (**Health**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вода** → **Вибір цілі**.
- 3 Скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити щоденну ціль.
- 4 Торкніться **Готово**.

Насиченість крові киснем

Виміряйте рівень насиченості крові киснем, щоб перевірити, чи ваша кров доставляє достатньо кисню до різних частин вашого тіла.



Ця функція призначена лише для контролю загального самопочуття та фізичного стану. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань.

Зверніть увагу на наведені нижче умови, перш ніж вимірювати рівень насиченості крові киснем:

- Відпочиньте протягом п'яти хвилин, перш ніж починати вимірювання.
- Взимку або в холодну погоду перед вимірюванням рівня насиченості крові киснем спочатку зігрійтеся.
- Результати вимірювань рівня насиченості крові киснем можуть відрізнятися залежно від способу вимірювання та середовища, в якому здійснюється вимірювання.

Вимірювання рівня насиченості крові киснем вручну

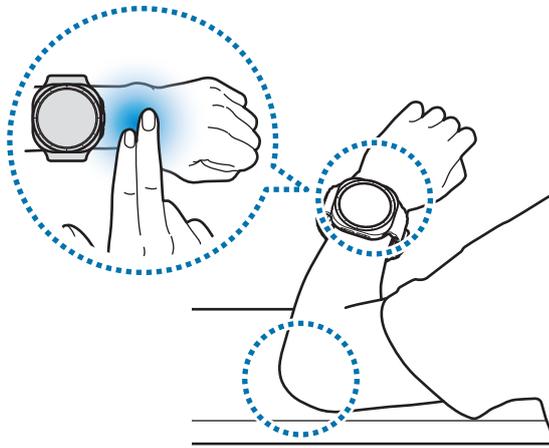
- 1 Торкніться  (Health) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Насиченість крові киснем**.

3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання рівня насиченості крові киснем.



Правильна поза для вимірювання

- Для точних вимірювань надягайте годинник щільно навколо нижньої частини руки над зап'ястям, залишаючи місце на ширину двох пальців, як показано на малюнку нижче. Також поставте лікоть на стіл і розташуйте зап'ястя ближче до серця.



- Не рухайтеся й залишайтеся в правильній позі до закінчення вимірювання.
- Ви можете дізнатися докладні вказівки щодо насиченості крові киснем на екрані, торкнувшись **Вимірювання**.
- Якщо рівень насиченості крові киснем не вимірюється належним чином, ослабте ремінець на один чи два отвори й надіньте годинник ближче до ліктя. Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Перед початком вимірювання переконайтеся, що годинник закріплено на руці досить щільно, але водночас ви не відчуваєте жодного дискомфорту.

Перегляньте виміряний рівень насиченості крові киснем на екрані. Якщо рівень насиченості крові киснем у спокої становить від 95 % до 100 %, вважається, що він знаходиться в межах норми.



Вимірювання рівня насиченості крові киснем уві сні

Налаштування для безперервного вимірювання рівня насиченості крові киснем уві сні.

1 Торкніться  (Health) на екрані програм.

2 Торкніться **Налаштування** → **Сон**.

3 Торкніться повзунка **Кисень у крові під час сну**, щоб увімкнути функцію.

Рівень насиченості крові киснем уві сні буде вимірюватися разом з реєстрацією інших параметрів сну, коли ви спите з надітим годинником.



- Якщо рівень насиченості крові киснем буде постійно вимірюватися під час сну, акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай.
- Під час вимірювання рівня насиченості крові киснем можливо бачити світло від мерехтливого оптичного сенсора біосигналу.
- Годинник може вимірювати насиченість крові киснем, навіть якщо ви не спите, оскільки він може вважати, що ви у стані сну, навіть під час читання книг або перегляду телевізора чи фільмів.
- Надівайте годинник щільно, щоб під час перевертання уві сні між годинником і зап'ястям не виникало зазору.

Together

Порівняння рекордів із кількості кроків з результатами друзів, які також користуються функцією Together програми Samsung Health. Коли ви з друзями змагаєтеся з кількості кроків, можете перевірити стан змагання на своєму годиннику.

1 Торкніться  (Health) на екрані програм.

2 Торкніться **Together**.

Торкніться **Показувати на телефоні**, щоб перевірити докладну інформацію, яка стосується функції Together, на під'єднаному телефоні.



- Увімкніть функцію Together у програмі Samsung Health на своєму телефоні, щоб переглядати відповідну інформацію на годиннику.

Налаштування

Налаштування різних функцій, пов'язаних зі спортивними вправами й фітнесом.

Торкніться  (Health) на екрані програм і торкніться **Налаштування**.

- **Вимірювання:** налаштування способу вимірювання частоти пульсу й стресу, а також увімкнення чи вимкнення додаткових функцій, які проводять вимірювання під час сну.
- **Прогнозування циклу за допомогою даних температури шкіри:** увімкнення та вимкнення функції вимірювання температури тіла під час сну для прогнозування менструального циклу.
- **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і налаштувань, як-от вибір типів вправ, що розпізнаються.
- **Тривал. неактивності:** увімкнення функції для отримання сповіщень після 50 хвилин неактивності і вкажіть час і дні, коли ви хочете отримувати сповіщення.
- **Зробити видимим для пристроїв:** надання дозволу іншим пристроям знаходити ваш годинник.
- **Обмін даними з пристроями та службами:** налаштування для обміну інформацією з іншими підключеними програмами платформи здоров'я, тренажерами й телевізорами.
- **Конфіденційність:** вибір програм або постачальників послуг, з якими потрібно обмінюватися інформацією, щоб відображати необхідну інформацію під час тренування.



Деякі функції можуть бути недоступні залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Samsung Health Monitor

Вступ

Ви можете вимірювати біометричні дані, як-от артеріальний тиск чи ЕКГ, у будь-який час, використовуючи для цього функцію Samsung Health Monitor, яка є на вашому годиннику й включає як оптичний сенсор біосигналу, так і електричний сенсор біосигналу. Ви можете переглянути історію вимірювань за допомогою програми Samsung Health Monitor на під'єднаному телефоні, оскільки ваші годинник і телефон синхронізуються автоматично.

Керуйте своїм здоров'ям більш систематично разом із лікарем на основі результатів вимірювань.



- Якщо ви не встановили програму Samsung Health Monitor на під'єднаний телефон, завантажте програму **Samsung Health Monitor** на годинник і дотримуйтеся вказівок на екрані, щоб завантажити її на телефон.
- Програма Samsung Health Monitor підтримується лише на телефонах Samsung.
- Особи віком до 22 років не можуть використовувати програму Samsung Health Monitor для вимірювання біометричних даних.
- Доступність цієї програми залежить від країни.

Запобіжні заходи під час вимірювання біометричних даних



Загальні запобіжні заходи

- Програму Samsung Health Monitor не можна використовувати в медичних цілях, як-от для діагностики гіпертонії, серцевих розладів та інших захворювань серця. За жодних обставин не використовуйте цю програму з метою заміни медичного висновку або лікування. У разі надзвичайної ситуації негайно зверніться до найближчої лікарні.
- Не змінюйте ліки, їхнє дозування чи спосіб вживання без поради лікаря.
- Покази й результати програми Samsung Health Monitor є лише довідковими. У жодному разі не використовуйте їх для прийняття медичних рішень без консультації зі своїм лікарем.



- Для точнішого вимірювання носіть годинник на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити годинник для точних вимірювань](#).
- З міркувань безпеки завжди з'єднуйте годинник з телефоном по Bluetooth удома чи в безпечному місці. Не рекомендовано встановлювати з'єднання з телефоном у громадському місці.



Запобіжні заходи під час вимірювання артеріального тиску

- Перш ніж розпочинати вимірювання, підготуйте зручний стілець і стіл, на який можна покласти руку й телефон.
- Сядьте рівно на зручний стілець, який ви підготували заздалегідь, спираючись на спину.
- Обов'язково зручно покладіть руку на стіл, коли вимірюєте артеріальний тиск.
- Відпочиньте принаймні п'ять хвилин у зручному положенні, перш ніж вимірювати артеріальний тиск.
- Вимірюйте артеріальний тиск у тихому приміщенні.
- Не вимірюйте артеріальний тиск під час фізичних навантажень.
- Залишайтеся на місці та не розмовляйте, щойно почнете вимірювати артеріальний тиск, і не рухайтеся та не розмовляйте, доки вимірювання не буде завершено.
- Не вимірюйте артеріальний тиск, коли ви перебуваєте поблизу приладів, що створюють сильні магнітні поля, як-от МРТ (магнітно-резонансна томографія), рентгенівські апарати, електромагнітні протикрадіжні системи чи металошукачі.
- Не вимірюйте артеріальний тиск під час медичних процедур, як-от операції чи дефібриляція.
- Вимірюйте артеріальний тиск у середовищі, де температура становить від 12 до 40 °C, а відносна вологість — від 30 до 90 %.
- Уникайте вживання алкоголю, продуктів, що містять кофеїн, куріння, фізичних вправ і приймання ванни за 30 хвилин до вимірювання артеріального тиску.
- Переконайтеся, що під час вимірювання артеріального тиску зап'ястя сухе, і не проводьте вимірювання, якщо ви нанесли лосьйон або надмірно пітнієте.
- Вимірюючи артеріальний тиск, не робіть глибоких вдихів і не дихайте повільно навмисно: дихайте, як зазвичай.



- Якщо ви вагітні, результати ваших вимірювань артеріального тиску можуть бути неточними.
- Не вимірюйте артеріальний тиск за допомогою програми Samsung Health Monitor, якщо у вас є якісь із наведених нижче станів:
 - аритмія;
 - захворювання серця чи перенесений серцевий напад;
 - хвороби судин або периферичних судин;
 - порок серця (хвороба аортального клапана);
 - міокардіопатія;
 - інші серцево-судинні захворювання;
 - кінцева стадія захворювання нирок (ESRD);
 - діабет;
 - неврологічна дисфункція (наприклад, тремор);
 - дисфункція згортання крові або якщо ви приймаєте розріджувач крові.
- Для вимірювання артеріального тиску не використовуйте зап'ястя, на якому є татуювання або родимки, оскільки через них робота оптичного сенсора біосигналу може погіршитися.
- Програма Samsung Health Monitor калібрує та вимірює артеріальний тиск відносно показників з руки, на яку вдягнуто тонометр. Ви повинні проконсультуватися зі своїм лікарем, якщо існує велика різниця між артеріальним тиском в обох ваших руках (більш ніж 10 мм рт. ст.).
- Не використовуйте годинник, відкалібрований для вимірювання артеріального тиску в інших людей.
- Діапазон вимірюваних величин програми Samsung Health Monitor для артеріального тиску такий: у випадку калібрування діапазон систолічного артеріального тиску становить від 80 мм рт. ст. до 170 мм рт. ст., а діастолічного артеріального тиску — від 50 мм рт. ст. до 110 мм рт. ст. У разі вимірювання діапазон систолічного артеріального тиску становить від 70 мм рт. ст. до 180 мм рт. ст., а діастолічний артеріальний тиск — від 40 мм рт. ст. до 120 мм рт. ст.
- На якість сигналу можуть впливати яскравість тону шкіри людини, кількість крові під шкірою, а також чистота в ділянці сенсора.



Запобіжні заходи під час вимірювання ЕКГ

- Перш ніж розпочинати вимірювання, підготуйте зручний стілець і стіл, на який можна покласти руку й телефон.
- Сядьте рівно на зручний стілець, який ви підготували заздалегідь, спираючись на спину.
- Обов'язково зручно покладіть руку на стіл, коли вимірюєте ЕКГ.
- Відпочиньте принаймні п'ять хвилин у зручному положенні, перш ніж вимірювати ЕКГ.
- Вимірюйте ЕКГ в тихому приміщенні.
- Не вимірюйте ЕКГ під час фізичних навантажень.
- Залишайтеся на місці та не розмовляйте, щойно почнете вимірювати артеріальний ЕКГ, і не рухайтеся та не розмовляйте, доки вимірювання не буде завершено.
- Не вимірюйте ЕКГ, коли ви перебуваєте поблизу приладів, що створюють сильні магнітні поля, як-от МРТ (магнітно-резонансна томографія), рентгенівські апарати, електромагнітні протикрадіжні системи чи металошукачі.
- Не вимірюйте ЕКГ під час медичних процедур, як-от операції чи дефібриляція.
- Вимірюйте ЕКГ у середовищі, де температура становить від 12 до 40 °С, а відносна вологість — від 30 до 90 %.
- Для вимірювання ЕКГ переконайтесь, що зап'ястя не надто сухе. Ви можете отримати точніші сигнали ЕКГ, коли ваша шкіра, яка контактує із сенсором, зволожена помірною кількістю поту, тоніка або лосьйону.
- Не вимірюйте ЕКГ, якщо у вас імплантований серцевий кардіостимулятор, дефібрилятор або якщо всередині вашого тіла знаходиться будь-який інший електронний пристрій.
- Якщо у вас аритмія, за винятком фібриляції передсердь, не вимірюйте ЕКГ за допомогою програми Samsung Health Monitor.
- Програма Samsung Health Monitor не здатна виявляти інфаркти. Якщо у вас є підозрілі симптоми інфаркту, негайно зверніться до служби екстреної допомоги.
- Ви можете отримати точніші результати ЕКГ, якщо дотримуетесь таких умов вимірювання:
 - Вимірювання після зняття з тіла металевих предметів, як-от намисто.
 - Використання ремінця, який входить до комплекту годинника, замість металевого браслета



Запобіжні заходи під час використання функції контролю апное уві сні

- Не використовуйте функцію контролю апное уві сні, якщо у вас уже діагностований синдром апное уві сні.
- Не використовуйте функцію контролю апное уві сні програми Samsung Health Monitor, якщо у вас уже діагностовані такі захворювання:
 - захворювання, пов'язані з рухом: хвороба Паркінсона, тремор чи періодичне порушення руху кінцівок уві сні (ППРК)
 - захворювання серця: застійна серцева недостатність (ЗСН), фібриляція передсердь
 - захворювання легень: хронічне обструктивне захворювання легень (ХОЗЛ), хронічний бронхіт, емфізема легень, легеневий фіброз
- Не використовуйте функцію контролю апное уві сні, якщо вам ще не виповнилося 22 роки.
- Не використовуйте функцію контролю апное уві сні, якщо ви вагітні чи відчуваєте тимчасові симптоми порушення дихання через застуду, алергію, астму чи інші захворювання, оскільки результати можуть бути неточними.
- Не змінюйте дозування ліків чи графік їхнього приймання на основі результатів виявлення ризику апное уві сні без попередньої консультації з лікарем.
- Годинник не здатний виявляти всі випадки синдрому обструктивного апное уві сні. Годинник виявляє ознаки обструктивного апное уві сні середнього та важкого ступеня, але не центрального апное уві сні.
- Годинник не було схвалено регуляторними органами для використання як прилад для вимірювання рівня насичення крові киснем.
- Функція контролю апное уві сні програми Samsung Health Monitor є інструментом попереднього скринінгу й не може використовуватися як заміна діагностування чи лікування, призначеного кваліфікованим медичним працівником. Якщо ви відчуваєтеся недобре, зверніться до свого лікаря, навіть якщо годинник не виявив жодних симптомів апное уві сні.

Початок вимірювання артеріального тиску

Попередні налаштування перед вимірюванням артеріального тиску

Перед вимірюванням артеріального тиску увійдіть у свій профіль у програмі Samsung Health Monitor і відкалібруйте годинник. Якщо ви не увійдете в профіль, ви не зможете виміряти свій артеріальний тиск, і якщо ви не відкалібруєте годинник або його відкалібрує хтось інший, показники будуть недійсними.



Обов'язково відкалібруйте годинник за допомогою манжети для вимірювання артеріального тиску, коли ви вперше вимірюєте свій артеріальний тиск за допомогою програми Samsung Health Monitor після придбання годинника. Відкалібрувавши його вперше, проводьте калібрування що 28 днів. Тонometr артеріального тиску з манжетою продається окремо.

- 1 Торкніться  (**Samsung Health Monitor**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Артер. тиск** → **Відкр. на тел.**
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health Monitor.
- 3 Торкніться **Прийняти**.
- 4 Введіть інформацію свого профілю, як-от ім'я, стать і день народження, і торкніться **Продовжити**.
- 5 Торкніться **Відкалібрувати годинник**.
- 6 Надіньте манжету тонометра артеріального тиску на верхню частину руки, не надіваючи годинник. Зверніться до посібника користувача тонометра артеріального тиску, щоб отримати докладнішу інформацію про правильне надівання манжети.
- 7 Щоб завершити калібрування, дотримуйтеся інструкцій на екрані.

Вимірювання артеріального тиску

Після калібрування ви можете вимірювати свій артеріальний тиск, використовуючи оптичний сенсор біосигналу вашого годинника, не використовуючи будь-які інші медичні пристрої, як-от тонометр артеріального тиску з манжетою.



Для калібрування годинник потрібно надіти на зап'ястя тієї самої руки.

1 Торкніться  (Samsung Health Monitor) на екрані програм.

2 Торкніться **Артер. тиск** → **Виміряти**.

Перегляньте виміряні значення систолічного й діастолічного артеріального тиску та пульсу на екрані.



Перегляд показників артеріального тиску

Перегляд показів на екрані годинника після вимірювання артеріального тиску. Ви можете перевірити попередні показники й інформацію в програмі Samsung Health Monitor на під'єднаному телефоні. Діліться своїми результатами, видаляйте їх і керуйте ними за допомогою програми Samsung Health Monitor для телефона.

Якщо ваші показники є аномально високими або низькими й ви відчуваєте якісь незвичні фізичні симптоми, негайно зверніться до найближчої лікарні для отримання належної медичної допомоги. Якщо ви вважаєте, що ваш стан не гострий, здійсніть вимірювання принаймні ще двічі.

Початок вимірювання ЕКГ

Попередні налаштування перед вимірюванням ЕКГ

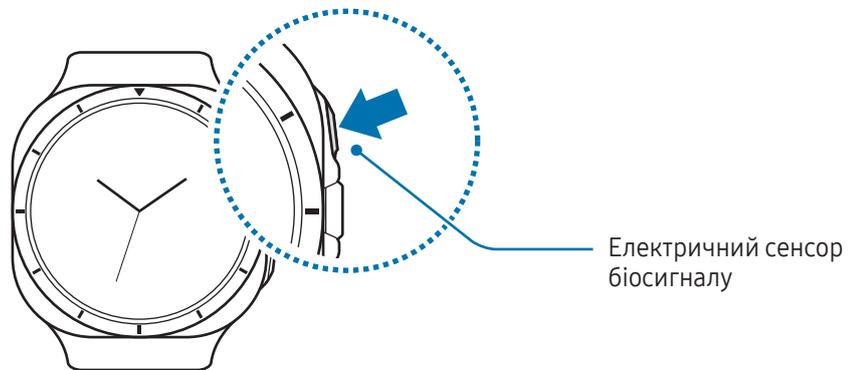
Перед вимірюванням ЕКГ увійдіть у свій профіль у програмі Samsung Health Monitor. Якщо ви не увійдете в профіль, ви не зможете виміряти ЕКГ.

- 1 Торкніться  (**Samsung Health Monitor**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **ЕКГ** → **Відкр. на тел.**
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health Monitor.
- 3 Торкніться **Прийняти**.
- 4 Введіть інформацію свого профілю, як-от ім'я, стать і день народження, і торкніться **Продовжити**.
- 5 Торкніться **Почати** й дотримуйтеся інструкцій на екрані, щоб підготуватися до вимірювання ЕКГ.

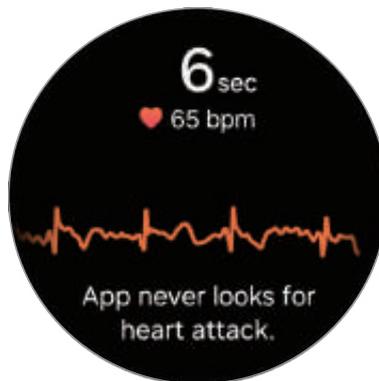
Вимірювання ЕКГ

Керуйте своїм здоров'ям заздалегідь, перевіряючи стан серця за допомогою результатів вимірювання ЕКГ.

- 1 Торкніться  (**Samsung Health Monitor**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **ЕКГ** → **OK** і легко торкніться пальцем електричного сенсора біосигналу. Між зап'ястям і годинником не повинно бути вільного простору.



Вимірювання розпочнеться, і на екрані з'явиться хвиля ЕКГ.



Перевірте результати ЕКГ на екрані.

- 3 Торкніться **Додати**, щоб вибрати додаткові фізичні симптоми, наявні у вас, і торкніться **Зберегти**.
- 4 Торкніться **Готово**.

Перегляд результатів вимірювання ЕКГ

Перегляньте результати й хвилю ЕКГ на годиннику і в програмі Samsung Health Monitor під'єданого смартфона після зняття ЕКГ. Хвиля ЕКГ показує ритм пульсу та електричну діяльність вашого серця, і вона поділяється на кілька частин. Поділіться графіком ЕКГ і результатами з вашим лікарем, щоб отримати точний діагноз за допомогою ретельнішого обстеження, якщо ви виявите ненормальні результати вимірювання своїх ЕКГ і показників.

Ви можете перевірити попередні результати та інформацію в програмі Samsung Health Monitor на під'єданому телефоні. Діліться своїми результатами, видаляйте їх і керуйте ними за допомогою програми Samsung Health Monitor для телефона.

- **Синусоїдальний ритм:** нормальний ритм серцебиття, який становить від 50 до 100 уд/хв.
- **Мерехтіння передсердь:** тип аритмії, коли серце б'ється нерегулярно. Зверніться до свого лікаря.
- **Не визначено:** результат не свідчить ані про **Синусоїдальний ритм**, ані про **Мерехтіння передсердь** і відповідає одному з таких станів:
 - під час запису хвилі ЕКГ частота пульсу менше за 50 або більше за 100 уд/хв і **Мерехтіння передсердь** немає;
 - хвиля ЕКГ не розпізнається як **Синусоїдальний ритм** або **Мерехтіння передсердь**;
 - частота пульсу більша за 120 уд/хв, а хвиля ЕКГ свідчить про **Мерехтіння передсердь**.

- **Неякісний запис:** з'являється, коли сигнали, що використовуються для аналізу результатів вимірювання ЕКГ, вимірюються неправильно. Якщо це так, проведіть вимірювання ще раз.



Негайно зверніться до свого лікаря або лікарні неподалік, якщо результат **Не визначено** або **Неякісний запис** з'являється постійно й ви відчуваєте якісь незвичні фізичні симптоми.



- Якщо **Неякісний запис** з'являється постійно, витріть електричний сенсор біосигналу й повторіть вимірювання ЕКГ. Сигнал може перериватися через сухість шкіри на сенсорі або волосся на зап'ясті. У такому разі виміряйте ЕКГ після нанесення тоніка або лосьйону, щоб зволожити шкіру, або після видалення волосся.
- Якщо хвиля ЕКГ на вигляд обернена догори дригом, можливо, аналіз ЕКГ проводиться не як належить. Торкніться  (**Налаштування**) на екрані програм і торкніться **Загальне** → **Орієнтація**, щоб перевірити налаштування на зап'ястку, де ви носите годинник, та розташування кнопок. Потім надіньте годинник, розмістивши його правильно, і знову виміряйте ЕКГ.

Початок використання функції контролю апное уві сні

Попередні налаштування перед використанням функції контролю апное уві сні

Перед використанням функції контролю апное уві сні увійдіть у свій профіль у програмі Samsung Health Monitor. Якщо ви не увійдете в профіль, ви не зможете використовувати функцію контролю апное уві сні.

- 1 Торкніться  (**Samsung Health Monitor**) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Апное уві сні** → **Налаштувати на тел.**
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health Monitor.
- 3 Торкніться **Прийняти**.
- 4 Введіть інформацію свого профілю, як-от ім'я, стать і день народження, і торкніться **Продовжити**.
- 5 Дотримуйтеся інструкцій на екрані, щоб підготуватися до використання функції контролю апное уві сні.

Використання функції контролю апное уві сні

Контролюйте стан вашого здоров'я, перевіряючи наявність симптомів апное уві сні вдома, без відвідування спеціаліста.

- 1 Торкніться  (Samsung Health Monitor) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Апное уві сні** → **ОК**, і лягайте спати, надівши годинник, на дві ночі протягом наступних десяти днів.



- Перед сном зарядіть акумулятор годинника, щоб заряд становив більше ніж 30 %.
- Для точного визначення симптомів апное уві сні безперервний сон має тривати щонайменше 4 години.

Перегляд результатів виявлення ризику апное уві сні

Ваш годинник вимірює відносне зниження рівня насиченості крові киснем під час сну й використовує ці дані для виявлення ознак порушення дихання, які можуть бути симптомами апное уві сні. Ви можете отримувати сповіщення в разі виявлення вашим годинником ознак обструктивного апное уві сні середнього та важкого ступеня за результатами успішного вимірювання протягом двох ночей.

Якщо ви отримали сповіщення, що ваш годинник виявив ознаки обструктивного апное уві сні середнього та важкого ступеня, покажіть цю інформацію вашому лікарю для проведення додаткових спеціальних досліджень. Зверніться до вашого лікаря, коли ви почуваетесь недобре, навіть якщо не виявлено жодних симптомів апное уві сні.

Ви можете переглянути результати в програмі Samsung Health Monitor на під'єднаному телефоні. Діліться своїми результатами, видаляйте їх і керуйте ними за допомогою програми Samsung Health Monitor для телефона.



Не використовуйте функцію контролю апное уві сні повторно, доки не проконсультуетесь зі своїм лікарем.



- Для аналізу інформації, зібраної впродовж сну, може знадобитися 90 хвилин або більше.
- Функція контролю апное уві сні програми Samsung Health Monitor не призначена для відстежування чи контролю стану здоров'я, тому вам слід зачекати принаймні 30 днів, перш ніж використовувати її знову, навіть якщо ви вважаєте, що у вас немає жодних проблем зі здоров'ям.

GPS

Годинник має антену GPS, що дає змогу перевіряти інформацію про ваше поточне розташування в реальному часі без з'єднання з телефоном.

На екрані програм торкніться  (Налаштування) → Розташування та торкніться повзунка, щоб увімкнути цю функцію.



- Якщо між годинником і телефоном встановлено з'єднання, для роботи цієї функції використовується функція GPS телефона. Для використання сенсора GPS увімкніть функцію визначення поточного розташування телефона.
- Під час користування функцією Samsung Health і програмами платформи здоров'я буде використовуватися антена GPS у вашому годиннику, навіть якщо він з'єднаний з вашим смартфоном.
- Потужність сигналу GPS може зменшуватися в місцях, де можливі перешкоди для сигналу, у низинах, наприклад між будівлями, у приміщенні, у лісистій або гірській місцевості, під водою чи в погану погоду.

Музика

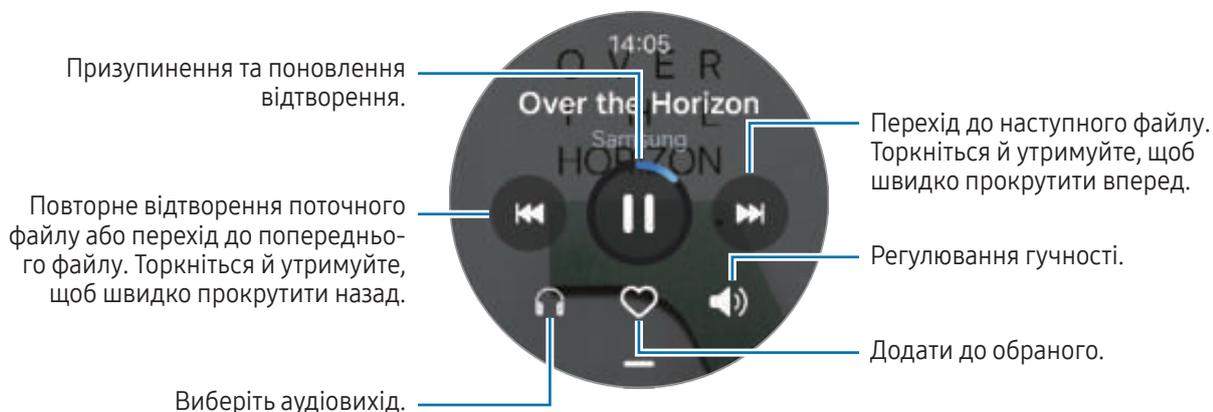
Вступ

Прослуховування музики, збереженої на годиннику.

Використання музики

Торкніться  (Музика) на екрані програм.

Потягніть значок  угору й торкніться **Бібліотека**, щоб відкрити екран бібліотеки. На екрані бібліотеки ви можете перевіряти списки відтворення, а також сортувати музику за композиціями, альбомами й виконавцями.



Керування аудіофайлами, збереженими на годиннику

Перевіряйте аудіофайли на годиннику, поділеному на категорії за типом, і керуйте ними, додаючи й видаляючи їх. Ви можете автоматично синхронізувати аудіофайли, збережені на вашому телефоні, з вашим годинником.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Керування вмістом**.
- 3 Виберіть **Композиції на годиннику**.
З'являться аудіофайли, збережені на годиннику й відсортовані за категоріями.
 - Щоб надіслати аудіофайли з телефона на годинник, торкніться **+**, виберіть аудіофайли, а потім торкніться **Дод. на год.**
 - Щоб видалити аудіофайли, збережені на годиннику, торкніться та утримуйте файл, який хочете видалити, і торкніться **Видалити**.

Щоб синхронізувати аудіофайли, збережені на телефоні, із годинником що 6 годин, торкніться повзунка **Автосинхронізація**, щоб активувати цю функцію. Потім торкніться **Списки відтв. для синхр.**, виберіть списки відтворення, які потрібно імпортувати на ваш годинник, а потім торкніться **Готово**. Вибрані списки відтворення будуть автоматично синхронізовані з вашим годинником, якщо на ньому залишається більше як 15 % заряду акумулятора й вимкнено режим енергозбереження.

Контролер мультимедіа

Вступ

Керування програмою відтворення медіафайлів, установленою на годиннику або під'єднаному телефоні, з можливістю запуску й призупинення музики та відео.

-  Щоб програма відкривалася на вашому годиннику автоматично під час відтворення музики або відео на під'єднаному телефоні, на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Додаткові функції** і далі торкніться повзунка **Автозапуск керування медіа** для його активації.

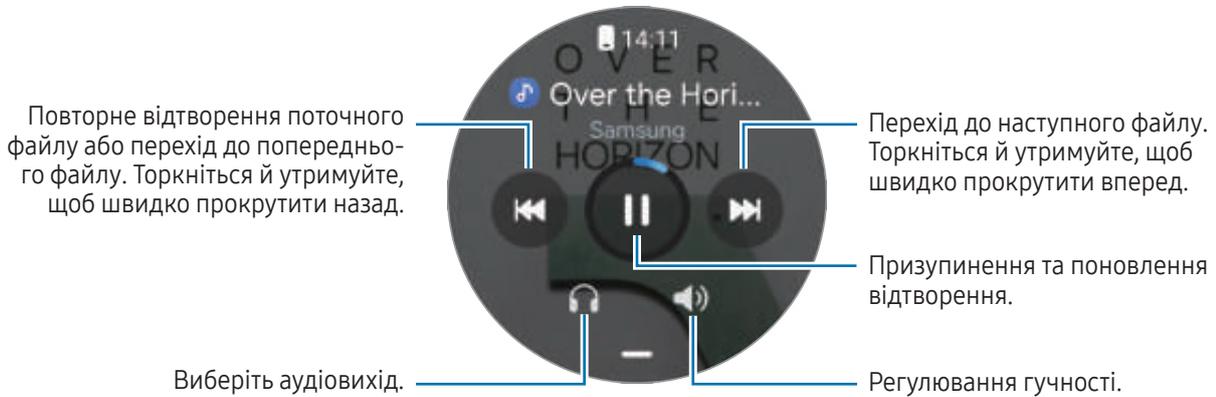
Керування музичним плеєром

- 1 Торкніться  (**Контролер мультимедіа**) на екрані програм.

2 Виберіть **Телефон** або **Годинник**.

Після вибору варіанта **Телефон** музика буде відтворюватися у музичній програмі під'єданого телефона, і ви зможете керувати музичним програвачем за допомогою годинника.

Після вибору **Годинник** музика буде відтворюватися в музичній програмі годинника, і ви зможете слухати музику через динамік годинника або під'єдану гарнітуру Bluetooth.



Керування відеоплеєром

1 Відтворення відео на під'єданому телефоні.

2 Торкніться **▶ (Контролер мультимедіа)** на екрані програм. Ви можете керувати відеопрогравачем за допомогою годинника.

Reminder

Зберігайте завдання як нагадування й отримуйте сповіщення щодо заданої вами умови.



- Щоб отримувати нагадування в певному місці, потрібно з'єднати годинник телефоном через Bluetooth. Однак функція налаштування отримання нагадування в певному місці доступна лише на вашому телефоні.
- Усі нагадування на годиннику будуть автоматично синхронізуватися з під'єднаним телефоном, так що ви також зможете отримувати сповіщення від телефона й переглядати їх.

- 1 Торкніться  (**Reminder**) на екрані програм і торкніться .
- 2 Введіть текст нагадування.
- 3 Торкніться **Час**, щоб налаштувати сповіщення.
- 4 Торкніться поля введення, скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору або вниз, щоб указати дату й час, а тоді торкніться **Готово**.
- 5 Налаштуйте інші параметри сповіщення, як-от повторення нагадування чи вид сигналу, після чого торкніться **Зберегти**.
Збережене нагадування додається до списку нагадувань і відобразиться зі звуковим сигналом у той час, який ви вказали.

Завершення нагадувань

У переліку нагадувань торкніться  або виберіть нагадування і торкніться **Завершено**.

Відновлення нагадувань

Завершені нагадування можуть бути відновлені.

- 1 У переліку нагадувань торкніться  → **Завершено**.
- 2 Виберіть нагадування, яке необхідно відновити, і торкніться **Віднов**.
Нагадування будуть додані до переліку нагадувань і знову спрацюють.

Видалення нагадувань

Торкніться й утримуйте нагадування в списку, а тоді торкніться **Видалити**.

Календар

Ви можете додавати події до вашого годинника й телефона, щоб ефективніше керувати вашим графіком.

 Події, збережені на вашому телефоні, автоматично синхронізуються з вашим годинником, тому ви також можете перевіряти їх на годиннику.

- 1 Торкніться  (**Календар**) на екрані програм і торкніться .
- 2 Уведіть дату, час та інформацію про подію, після чого торкніться **Зберегти**.
Збережену подію буде додано до списку й вона відобразиться у вказаний вами час.

Щоб перевірити події, заплановані на тиждень, за датою, торкніться **Перегляд тижня** і виберіть дату.

Щоб вибрати календар, торкніться  і скористайтесь сенсорним безелем. чи проведіть пальцем по екрану вгору чи вниз, щоб перейти до потрібного місяця.

Vixby

Асистент Vixby — це інтерфейс користувача, що допоможе вам користуватися годинником ще зручніше.

Ви можете промовляти до Vixby. Vixby запустить функцію, про яку ви запитали, або відобразить потрібну вам інформацію. Щоб отримати додаткові відомості, відвідайте вебсайт www.samsung.com/bixby.

- 
- Переконайтеся, що під час розмови мікрофон годинника нічим не затулено.
 - Vixby доступний тільки на деяких мовах, і певні функції можуть бути недоступними залежно від регіону.

Запуск Vixby

Натисніть та утримуйте кнопку «Головна», щоб запустити Vixby та завершити налаштування, виконуючи вказівки на екрані.

Якщо не вдається запустити Vixby кнопкою «Головна», на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Кнопки й жести**, торкніться **Натиск. і утрим.** в параметрі **Кнопка «Головна»**, після чого виберіть **Vixby**.

Використання Vixby

Натиснувши й утримуючи кнопку «Головна», скажіть Vixby, що вам потрібно. Або після увімкнення екрана скажіть фразу пробудження й далі промовте те, що вам потрібно.

Наприклад, натиснувши й утримуючи кнопку «Головна», скажіть: «How's the weather today?» На екрані з'явиться інформація про погоду.

Якщо Vixby поставить запитання під час спілкування, розмову з Vixby можна продовжувати без натискання на кнопку «Головна» або .

Пробудження Vixby за допомогою голосу

Ви можете розпочати розмову з Vixby, вимовивши «Hi, Vixby» або «Vixby».

- 1 Торкніться  (Налаштування) на екрані програм, після чого торкніться **Додаткові функції** → **Vixby**.
- 2 Торкніться **Settings** → **Voice wake-up**.
- 3 Торкніться повзунка **Wake with "Hi, Vixby"**, щоб активувати цю функцію.
- 4 Торкніться **Wake-up phrase** і виберіть потрібну фразу пробудження.
Тепер ви можете вимовити фразу для пробудження і розпочати розмову.

Створення й використання швидких команд

Ви можете створювати швидкі команди, щоб давати кілька команд одночасно, промовляючи певне слово чи коротке речення до Vixby. Наприклад, ви можете натиснути й утримувати кнопку «Головна» і сказати «Good morning», щоб вимкнути режим сну й одразу отримати інформацію про погоду та розклад на сьогодні.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Додаткові функції** → **Vixby**.
- 3 Торкніться  → **Quick commands**.
- 4 Виберіть необхідну швидку команду чи торкніться , щоб додати власну швидку команду.

Погода

Перевірка на годиннику прогнозу погоди в місцях, заданих на під'єднаному телефоні.

Торкніться  (**Погода**) на екрані програм.

Щоб перевірити інформацію про погоду, наприклад інформацію про погоду в певний час або тиждень, скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Щоб додати інформацію про погоду в іншому місті, торкніться **Керувати місцями** → **На телефон** та додайте місто з під'єданого телефона.

Будильник

Роздільне налаштування будильників годинника й будильників телефона та керування ними.



Коли годинник з'єднано з телефоном через Bluetooth, ви можете переглядати всі списки будильників з годинника на своєму телефоні.

Установка будильників

- 1 На екрані програм торкніться  (**Будильник**).
- 2 Торкніться **Дод. на годин.**, щоб встановити будильники, які спрацювуватимуть лише на вашому годиннику.
Ви також можете додати будильник з приєданого телефона, торкнувшись **Дод. в телефоні**.
- 3 Торкніться поля введення, скористайтеся сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору або вниз, щоб указати час будильника, а тоді торкніться **Далі**.
- 4 Налаштуйте інші опції сповіщень, як-от дату надання сповіщення та повтору сповіщення, і торкніться **Зберегти**.
Збережений будильник буде додано до списку будильників.

Щоб увімкнути або вимкнути будильники, торкніться повзунка поряд із будильником у списку будильників.

Вимкнення будильників

Перетягніть  за межі великого кола, щоб вимкнути будильник. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю за годинниковою стрілкою.

Для використання функції відкладення будильника перетягніть  за межі великого кола. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю проти годинникової стрілки.

Видалення будильників

У списку будильників торкніться будильника й утримуйте його, а потім торкніться **Видалити**.

Світовий час

Торкніться  (**Світовий час**) на екрані програм, щоб перевірити світові годинники, додані з телефону.

Щоб додати світовий годинник, торкніться **Дод. в телефоні**. Або якщо ви додали світові годинники, торкніться **На телефон**, а потім додайте або видаліть світовий годинник на приєднаному телефоні.

Таймер

Встановлення таймера

- 1 Торкніться  (**Таймер**) на екрані програм.
- 2 Торкніться .
- 3 Торкніться поля введення, скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору чи вниз, щоб указати тривалість, і торкніться .

 Якщо вибрати попередньо встановлене налаштування, таймер запуститься відразу. Також можна перевірити більше попередньо встановлених налаштувань, скориставшись сенсорним безелем чи провівши пальцем по екрану вгору або вниз.

Вимкнення таймера

Перетягніть  за межі великого кола, коли час таймера закінчиться. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю за годинниковою стрілкою.

Щоб перезапустити таймер, перетягніть  за межі великого кола. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю проти годинникової стрілки.

Секундомір

- 1 Торкніться  (Секундомір) на екрані програм.
 - 2 Виберіть потрібний стиль секундоміра, скориставшись сенсорним безелем чи провівши пальцем ліворуч чи праворуч по екрану.
Щоб змінити стиль секундоміра, торкніться екрана й утримуйте його.
 - 3 Торкніться **Почати**, щоб почати відлік часу під час події.
Для запису часових проміжків під час вимірювання часу події торкніться **Коло** або .
 - 4 Торкніться **Стоп** або , щоб зупинити вимірювання часу.
 - Щоб перезапустити вимірювання, торкніться **Поновити** або .
 - Щоб видалити часові проміжки, торкніться **Скидання** або .
-  На екрані програм торкніться  (Налаштування) → **Кнопки й жести** → **Дія** і виберіть **Секундомір**, щоб запускати секундомір і керувати ним безпосередньо з кнопки швидкого доступу. Під час використання секундоміра натисніть кнопку швидкого доступу, щоб запустити чи зупинити таймер, і натисніть її двічі, щоб записати часовий проміжок. Після зупинки секундоміра натисніть та утримуйте кнопку швидкого доступу, щоб видалити всі записи часових проміжків. (Galaxy Watch Ultra)

Галерея

Вступ

Ви можете отримати доступ до зображень, альбомів та історій, збережених на годиннику або синхронізованих із телефоном. Крім того, ви можете персоналізувати циферблат за допомогою зображень.

Керування зображеннями, збереженими на годиннику

Перевіряйте зображення на годиннику, поділені на категорії за типом, і керуйте ними, додаючи й видаляючи їх. Ви можете автоматично синхронізувати зображення, збережені на вашому телефоні, з вашим годинником.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування годинника** → **Керування вмістом**.

3 Виберіть **Зображення на годиннику**.

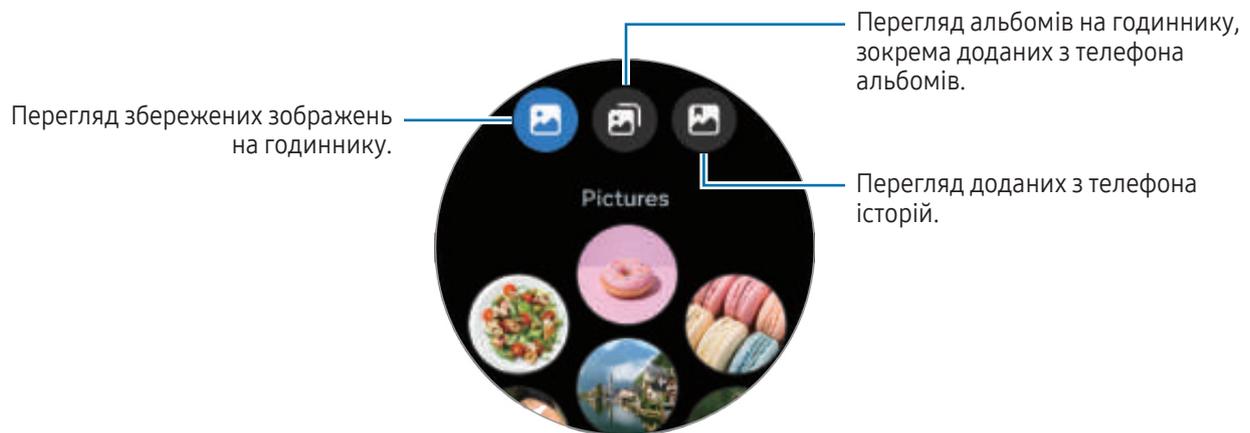
З'являться зображення, збережені на годиннику й відсортовані за категоріями.

- Щоб надіслати зображення з телефона на годинник, торкніться **+**, виберіть зображення, а потім торкніться **Готово**.
- Щоб видалити зображення, збережені на годиннику, торкніться та утримуйте файл, який хочете видалити, і торкніться **Видалити**.

Щоб синхронізувати зображення, збережені на телефоні, із годинником що 6 годин, торкніться повзунка **Автосинхронізація альбомів**, щоб активувати цю функцію. Потім торкніться **Альбоми для синхронізації**, виберіть альбоми, які потрібно імпортувати на ваш годинник, а потім торкніться **Готово**. Вибрані альбоми будуть автоматично синхронізовані з вашим годинником, якщо на ньому залишається більше як 15 % заряду акумулятора й вимкнено режим енергозбереження.

Користування Галереєю

Торкніться **Галерея** на екрані програм.



Перегляд зображень

Перевірка й керування зображеннями, збереженими на годиннику.

- 1 Торкніться **Галерея** на екрані програм.
- 2 Виберіть категорію.
- 3 Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану вгору або вниз, щоб прокрутити список, і виберіть зображення.

Збільшення або зменшення масштабу

Під час перевірки зображення двічі торкніться його, розведіть або зведіть два пальці, щоб збільшити або зменшити зображення.

Коли зображення збільшено, ви можете переглядати решту зображення, пересуваючи його по екрану.

Налаштування циферблата

Ви можете переглядати зображення на циферблаті, персоналізувавши його за допомогою зображень. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Персоналізація циферблата годинника за допомогою зображення](#).

- 1 Торкніться  (Галерея) на екрані програм.
- 2 Торкніться й утримуйте зображення, яке потрібно використати. Скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану ліворуч або праворуч і виберіть більше зображень.
- 3 Торкніться  і виберіть тип циферблата.

Видалення зображень

- 1 Торкніться  (Галерея) на екрані програм.
- 2 Торкніться зображення, яке потрібно видалити, й утримуйте його. Щоб вибрати більше зображень, які ви хочете видалити, скористайтесь сенсорним безелем чи проведіть пальцем по екрану ліворуч або праворуч і виберіть інші зображення, які потрібно видалити. Для вибору всіх зображень торкніться **Всі**.
- 3 Торкніться .

Samsung Find

Якщо ви загубили телефон чи інший носимий пристрій, зареєстрований у тому ж обліковому записі Samsung, що й ваш годинник, ви можете спробувати знайти його за допомогою вашого годинника.

- 1 Торкніться  (**Samsung Find**) на екрані програм.
- 2 Виберіть пристрій, який хочете знайти, зі списку.
Місце знаходження вашого пристрою буде позначено на мапі. Торкніться , щоб дізнатися точну адресу.

 Якщо ця програма не працює належним чином, на екрані програм торкніться  (**Налаштування**) → **Програми** → **Список програм** → **Samsung Find** → **Дозволи** → **Геодані** і виберіть **Завжди**.

Екстрене повідомлення

Вступ

У надзвичайних випадках, зокрема в разі травми внаслідок падіння, зробіть екстрений виклик і надішліть екстрене повідомлення з інформацією про ваше місцезнаходження раніше зареєстрованим контактам. Крім того, ви можете налаштувати годинник на відображення на ньому вашої медичної інформації після надсилання екстреного повідомлення.

-  • Якщо функцію GPS на вашому годиннику не ввімкнено й вона потрібна для надсилання інформації про ваше місцезнаходження, вона автоматично ввімкнеться для визначення вашого місцезнаходження.
- Залежно від регіону вашого місцезнаходження чи ситуації інформацію про ваше розташування може бути не надіслано.

Попереднє налаштування способу надсилання екстреного повідомлення

Введення медичних даних

Уведіть медичні дані, як-от ім'я та групу крові. Доступ до цієї інформації буде надано на вашому годиннику в разі екстреного випадку.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації**.

- 2 Торкніться **Мед. інформація**, введіть свою інформацію, а потім торкніться **Зберегти**.

Під час надсилання екстреного повідомлення введені медичні дані з'являться на екрані екстреного виклику годинника.

Налаштування екстрених контактів

Додайте контакти, які можуть допомогти вам, отримавши запит на екстрене повідомлення.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації**.
- 2 Торкніться **Екстрені контакти**.
- 3 Торкніться **Додати екстрений контакт**, виберіть потрібні з наявних контактів, а потім торкніться **Готово**.

Запит на екстрене повідомлення

Налаштування запиту на екстрене повідомлення

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації**.
- 2 Торкніться **Виклик SOS** і налаштуйте запит на екстрене повідомлення.
 - Щоб вибрати контакт для здійснення екстреного виклику, торкніться **Номер для екстреної допомоги** та виберіть контакт або введіть номер уручну.
 - Щоб надіслати екстрене повідомлення з інформацією про ваше поточне місцезнаходження екстреним контактам, торкніться повзунка **Надіслати дані екстреним контактам**, щоб увімкнути цю функцію. Додаткову інформацію про налаштування екстрених контактів для надсилання повідомлень дивіться в розділі [Налаштування екстрених контактів](#).
 - Щоб автоматично здійснити екстрений виклик і направити екстрене повідомлення після зворотного відліку часу на екрані запиту на екстрене повідомлення, торкніться повзунка **Обов'язкове проведення для виклику**, щоб вимкнути його, після чого торкніться **Відлік**, щоб налаштувати тривалість зворотного відліку до надсилання запиту на екстрене повідомлення.

Надсилання запиту на екстрене повідомлення

- 1 Ставши жертвою екстреного випадку, п'ять разів натисніть кнопку «Головна» на годиннику.
- 2 Перетягніть  за межі великого кола. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю проти годинникової стрілки.
Ваш екстрений контакт отримає виклик.
- 3 Після завершення виклику перетягніть  за межі великого кола. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю проти годинникової стрілки.
Ваше поточне місцезнаходження буде надано контактам для екстрених випадків, а на годиннику з'явиться екран SOS.



- Щоб не здійснювати виклик і не ділитися поточним місцем знаходження, перетягніть  за межі великого кола на екрані запиту на екстрене повідомлення. Або ж проведіть пальцем по сенсорному безелю за годинниковою стрілкою.
- Якщо функція **Надіслати дані екстреним контактам** вимкнена, повідомлення з вашим поточним місцем знаходження не буде відправлене екстреним контактам.

Увімкнення сирени (Galaxy Watch Ultra)

У надзвичайній ситуації ви можете увімкнути сирену, щоб привернути увагу інших людей, повідомити їх про ваше місце знаходження й попросити про допомогу. Коли на годиннику після запиту на екстрене повідомлення відкривається екран екстреного виклику, торкніться **Сирена**, щоб увімкнути сирену.



Ви також можете натиснути й утримувати кнопку швидкого доступу, щоб увімкнути сирену. Натисніть та утримуйте кнопку швидкого доступу протягом 5 секунд, щоб розпочати зворотний відлік до того, як увімкнеться сирена. Щоб вимкнути сирену під час зворотного відліку, натисніть та утримуйте будь-яку кнопку на вашому годиннику чи торкніться . Щоб вимкнути сирену після її увімкнення, натисніть  або натисніть та утримуйте кнопку швидкого доступу більш ніж 3 секунди. Якщо сирена не увімкнулася, торкніться  (**Налаштування**) на екрані програм, торкніться **Кнопки й жести**, після чого торкніться повзунка **Сирена**, щоб увімкнути цю функцію.

Запит на екстрене повідомлення в разі травми в результаті падіння

Налаштування запиту на екстрене повідомлення в разі травми в результаті падіння

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації**.

- 2 Торкніться **Виявлення сильних падінь**, торкніться повзунка, щоб увімкнути цю функцію, після чого налаштуйте відправлення запиту на екстрене повідомлення у випадку, коли ви отримали травму внаслідок падіння.
- Для налаштування умов, за яких годинник визначатиме, чи не постраждали ви внаслідок падіння, торкніться **Виявлення падіння**.
 - Щоб вибрати контакт для здійснення екстреного виклику, торкніться **Номер для екстреної допомоги** та виберіть контакт або введіть номер уручну.
 - Щоб надіслати екстрене повідомлення з інформацією про ваше поточне місцезнаходження екстреним контактам, коли ви постраждали в результаті падіння, торкніться повзунка **Надіслати дані екстреним контактам**, щоб увімкнути цю функцію. Додаткову інформацію про налаштування екстрених контактів для надсилання повідомлень дивіться в розділі [Налаштування екстрених контактів](#).

Надсилання екстреного повідомлення в разі травми в результаті падіння

У випадку сильного удару годинник визначить травму від падіння за рухом вашої руки. Якщо ви не рухатиметесь протягом 30 секунд після падіння, на екрані пристрою відобразиться сповіщення, а сам він видаватиме звук і вібрацію. Якщо відповіді немає протягом 60 секунд, буде здійснено екстрений виклик та екстрене повідомлення буде автоматично надіслано раніше зареєстрованим контактам після зворотного відліку.



- Якщо ви виконуєте вправи з великим навантаженням, годинник може розпізнавати ваші рухи як травму, завдану вам унаслідок падіння. У такому разі ви можете скасувати тривогу й надсилання екстреного повідомлення.
- Якщо функція **Надіслати дані екстреним контактам** вимкнена, повідомлення з вашим поточним місцем знаходження не буде відправлене екстреним контактам.
- Якщо ви хочете здійснити екстрений виклик і надіслати запит на екстрене повідомлення вручну після серйозного падіння, відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні, торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації** → **Виявлення сильних падінь**, а потім торкніться повзунка **Обов'язкове проведення для виклику**, щоб увімкнути цю функцію.

Припинення надання інформації про місцезнаходження

Під час надання інформації про місцезнаходження на екрані годинника з'являється значок . Ви можете перевірити статус обміну на панелі сповіщень.

Щоб припинити надання інформації про своє місцезнаходження, торкніться панелі сповіщень, а тоді торкніться **Зупинити надс.** → .

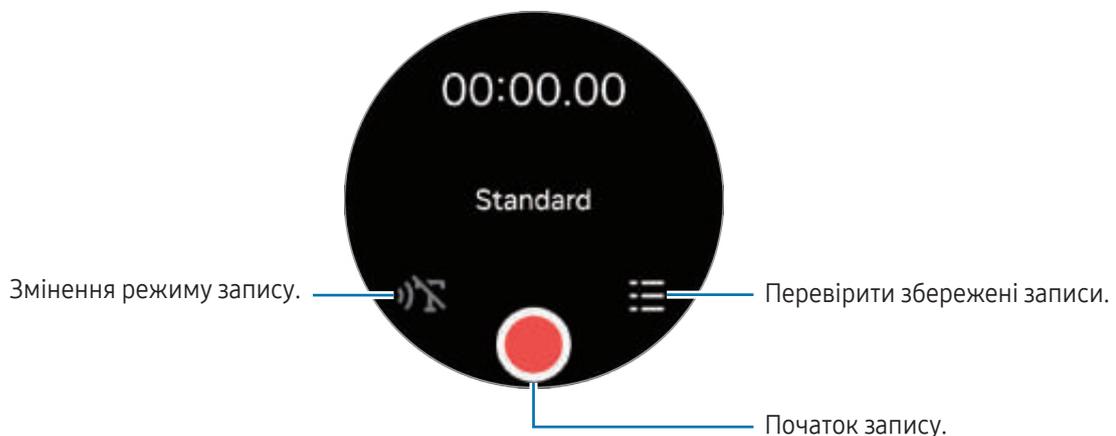
 Якщо не припинити надсилання екстрених повідомлень, додаткові повідомлення, що містять інформацію про ваше місцеположення, надсилатимуться заздалегідь визначеним контактам що 15 хвилин упродовж 24 годин після відправлення першого екстреного повідомлення. Утім, повідомлення надсилатимуться, тільки якщо ваше поточне місцеположення незначно віддалене від місця, з якого було надіслано останнє повідомлення.

Диктофон

Записуйте або відтворюйте записи голосу.

Створення записів голосу

- 1 Торкніться  (**Диктофон**) на екрані програм.
- 2 Торкніться , щоб розпочати запис. Говоріть у мікрофон годинника. Щоб призупинити запис, торкніться .



3 Торкніться , щоб завершити запис.

Запис буде збережено. Для прослуховування записаного звуку виберіть записаний файл.



Записані аудіофайли з вашого годинника автоматично синхронізуються з під'єднаним телефоном і транскрибуватимуться в текст, після чого ви зможете переглянути його стислий виклад. Отриманий у результаті транскрибування текст також можна перекласти на інші мови. Деякі функції можуть не підтримуватися залежно від моделі під'єданого телефона.

Змінення режиму запису

Торкніться  (Диктофон) на екрані програм.

Виберіть бажаний режим.

-  : звичайний режим записування.
-  : годинник веде запис вашого голосу впродовж до 10 хвилин, перетворює його на текст і зберігає. Щоб досягнути найкращих результатів, тримайте пристрій годинник біля губ, говоріть голосно й чітко, бажано в тихому місці.



Якщо мова функції перетворення мови на текст не збігається з мовою, якою ви говорите, годинник не зможе розпізнавати ваш голос. Перш ніж скористатися цією функцією, торкніться **Перетворення мовлення на текст** на екрані диктофона, щоб задати мову перетворення мови на текст.

Калькулятор

Ви можете виконувати обчислення.

Торкніться  (Калькулятор) на екрані програм.

Торкніться  та перевірте історію обчислень. Щоб очистити історію, торкніться **Очистити історію**.

Перетягніть значок  угору, щоб обчислити чайові або скористатися інструментом перетворення одиниць вимірювання.

Компас

Ви можете використовувати свій годинник як компас.

- 1 Торкніться  (Компас) на екрані програм.
- 2 Потягніть значок  угору й торкніться **Калібрувати**, щоб відкалібрувати компас, похитуючи зап'ястям, на якому ви носите годинник.
Після калібрування на екрані з'явиться компас.

Перетягніть значок  вгору, щоб переглянути додаткову інформацію, як-от нахил, висота й атмосферний тиск.



- Близькість до магнітних речей, як-от безпроводовий зарядний пристрій, може вплинути на внутрішній сенсор компаса вашого годинника і знизити його точність. Крім того, металевий браслет, який містить магнітні часточки, може впливати магнітним потоком на внутрішній сенсор компаса годинника, залежно від того, як ви носите браслет.
- На датчик компаса можуть впливати магнітні перешкоди, які можуть призвести до зниження точності, навіть якщо компас було відкалібровано в густо забудованому місті, усередині будівлі або в замкнутому внутрішньому просторі, як-от крита автостоянка чи автомобіль.

Buds Controller

Можна перевіряти стан заряду акумуляторів вкладних навушників Galaxy Buds, приєднаних до годинника, і змінювати їхні налаштування.

Торкніться  (Buds Controller) на екрані програм.

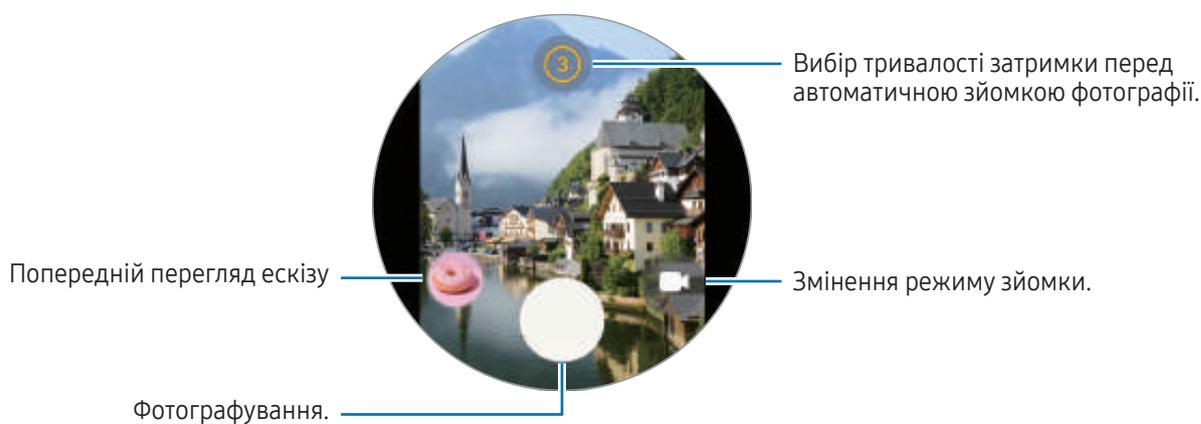
Керування камерою

Ви можете дистанційно керувати камерами телефона, під'єданого до годинника, і робити фотографії або записувати відео на відстані.

 Ця програма може бути недоступною залежно від під'єданого телефона.

Фотографування

- 1 Торкніться  (**Керування камерою**) на екрані програм.
На під'єданому телефоні відкриється програма камери.
- 2 Перевірте екран попереднього перегляду й торкніться , щоб зробити фотографію.



Записування відео

- 1 Торкніться  (**Керування камерою**) на екрані програм.
На під'єданому телефоні відкриється програма камери.
- 2 Торкніться , щоб змінити режим знімання на відео, після чого торкніться , щоб записати відео.
Щоб зробити фотографію під час відеозйомки, торкніться .
- 3 Торкніться , щоб зупинити записування відео.

Samsung Global Goals

Глобальні цілі, що були визначені Генеральною Асамблеєю Організації Об'єднаних Націй 2015 року, спрямовані на створення суспільства зі сталим розвитком. Дані цілі мають потенціал покласти кінець бідності, побороти нерівність і спинити кліматичні зміни.

Дізнайтесь більше про глобальні цілі разом з програмою Samsung Global Goals і долучайтесь до руху за краще майбутнє.

SmartThings

Ви можете керувати побутовими приладами й продуктами Інтернету речей, під'єднаними до вашого телефона через годинник.

- 1 Торкніться  (SmartThings) на екрані програм.
- 2 Торкніться **Усі сценарії** чи **Усі пристрої**, і потім виберіть пристрій чи регулярну операцію, якою ви хочете керувати.

Щоб додати регулярні операції чи пристрої, торкніться **Показати на телефоні** та додайте їх на під'єднаний телефон.



Якщо ви не встановили програму SmartThings на під'єднаний телефон або якщо версії програми SmartThings на годиннику й телефоні не збігаються, ви не зможете використовувати цю програму. Завантажте останню версію програми на ваш телефон, коли торкається **Показати на телефоні**.

Програми Google

Google пропонує кілька програм для годинника. Для використання деяких програм може знадобитися обліковий запис Google.

- **Карти:** визначте своє місцеположення на мапі й виконайте пошук за допомогою GPS.
- **Повідомлення:** відправляйте й отримуйте повідомлення на своєму годиннику або телефоні.
- **Асистент:** використання функцій годинника чи пошук інформації за допомогою голосу.



Деякі додатки можуть бути недоступні залежно від оператора зв'язку або моделі.

Налаштування

Вступ

Користувацькі налаштування функцій і програм. Налаштуйте свій годинник залежно від манери користування, змінюючи різні налаштування.

Торкніться  (**Налаштування**) на екрані програм.



Деякі функції у Налаштуваннях можуть бути недоступні залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Samsung account

Зареєструйте обліковий запис Samsung на під'єднаному телефоні або перегляньте попередньо зареєстрований обліковий запис Samsung.

На екрані налаштувань торкніться **Samsung account**.

Підключення

Bluetooth

Приєднання до телефона за допомогою Bluetooth. Ви можете під'єднувати інші пристрої з підтримкою Bluetooth, наприклад гарнітуру Bluetooth.

На екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **Bluetooth**.

Попередження щодо використання Bluetooth

- Компанія Samsung не несе відповідальності за втрату, перехоплення або неналежне використання даних, надісланих або отриманих за допомогою функції Bluetooth.
- Завжди слід перевіряти, чи обмін даними та їх отримання здійснюються з надійними та належним чином захищеними пристроями. Якщо між пристроями є перешкоди, робоча відстань може скоротитися.
- Деякі пристрої, особливо ті, які не перевірено та не схвалено компанією Bluetooth SIG, можуть виявитися несумісними з пристроєм.
- Не використовуйте функцію Bluetooth у незаконних цілях (наприклад, для створення піратських копій файлів або незаконного перехоплення викликів для комерційних цілей). Компанія Samsung не несе відповідальності за наслідки, що можуть виникнути в результаті незаконного використання функції Bluetooth.

Wi-Fi

Увімкнення функції Wi-Fi для з'єднання з мережею Wi-Fi.

- 1 На екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **Wi-Fi** і торкніться повзунка, щоб увімкнути цю функцію.
- 2 Виберіть потрібну мережу зі списку мереж Wi-Fi.
Біля назв мереж, для підключення до яких потрібен пароль, відображається значок замка.
- 3 Торкніться **З'єднати**.



Якщо не вдається з'єднатися з мережею Wi-Fi, вимкніть і знову увімкніть функцію Wi-Fi на годиннику або перезавантажте бездротовий маршрутизатор.

NFC й безконтактні платежі

Завантаживши потрібні програми, за допомогою цієї функції можна здійснювати платежі, а також купувати квитки на транспорт або різноманітні події.

На екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **NFC й безконтактні платежі**.



Годинник має вбудовану NFC-антену. Поводьтеся з годинником обережно, щоб не пошкодити NFC-антену.

Здійснення платежів за допомогою функції NFC

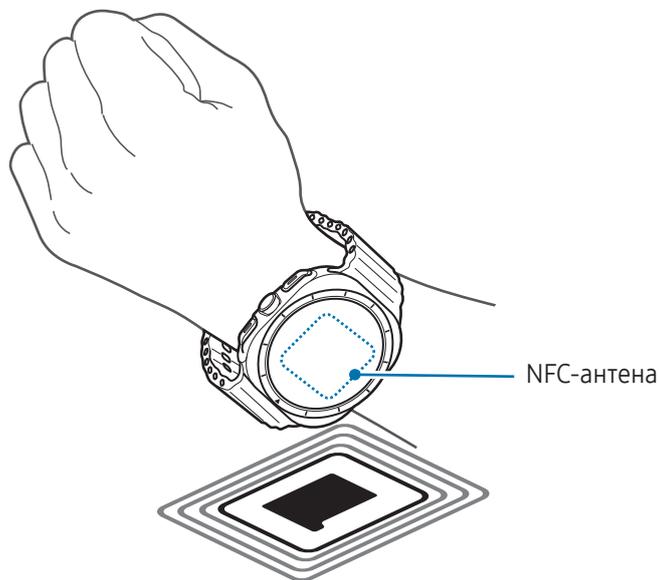
Перш ніж скористатися функцією NFC для здійснення платежів, потрібно зареєструватися у службі мобільних платежів. Щоб це зробити або отримати додаткову інформацію про цю службу, зверніться до вашого оператора зв'язку.

- 1 На екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **NFC й безконтактні платежі** і торкніться повзунка, щоб увімкнути цю функцію.

2 Прикладіть область NFC-антени годинника до пристрою для зчитування карт NFC.

Для задання програми за замовчуванням на екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **NFC й безконтактні платежі** → **Платіж**, а потім виберіть програму.

 У списку служб здійснення платежів можуть відображатися не всі доступні програми для здійснення платежів.



Режим без зв'язку

Налаштування годинника на вимкнення всіх бездротових функцій пристрою. Можна використовувати лише служби, не пов'язані з роботою в мережі.

На екрані налаштувань торкніться **Підключення**, а потім торкніться повзунка **Режим без зв'язку**, щоб увімкнути відповідну функцію.

 Дотримуйтесь правил авіакомпанії та інструкції екіпажу повітряного судна. У випадках, коли використання бездротових пристроїв дозволено, завжди користуйтеся їм в режимі польоту.

Мобільні мережі (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)

Налаштування використання мобільних мереж.

На екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **Мобільні мережі** і виберіть варіант підключення до мобільної мережі.

- **Автоматично:** установлення автоматичного використання мобільної мережі годинником, коли з'єднання Bluetooth із телефоном вимкнено.
 -  • Якщо годинник під'єднано до телефона через Bluetooth, для заощадження заряду акумулятора мобільну мережу на годиннику буде вимкнено. Після цього ви не зможете отримувати повідомлення й виклики, адресовані на номер годинника.
 - Коли з'єднання Bluetooth з вашим телефоном вимкнено, годинник з'єднується з мобільною мережею автоматично. Після цього ви будете отримувати повідомлення й виклики, адресовані на номер годинника.
- **Завжди ввімкнено:** завжди використовувати на годиннику мобільну мережу незалежно від зв'язку з телефоном.
- **Завжди вимкнено:** вимкнення використання мобільної мережі годинником.
- **Мобільні тарифні плани:** підписка на тарифні плани оператора зв'язку чи на додаткові послуги.
 -  • Деякі служби, які вимагають підключення до мережі, можуть бути недоступні залежно від оператора зв'язку.
 - Якщо ви не підписані на тарифний план постачальника послуг мобільного зв'язку, годинник буде відключено від мобільної мережі для економії заряду акумулятора й мережеві послуги можуть бути недоступні.

Використ. даних (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)

Відстеження обсягу використання даних і змінення налаштувань ліміту. Налаштуйте годинник, щоб він автоматично вимикав мобільне з'єднання для передавання даних після досягнення вказаного ліміту мобільних даних.

На екрані налаштувань торкніться **Підключення** → **Використ. даних**.

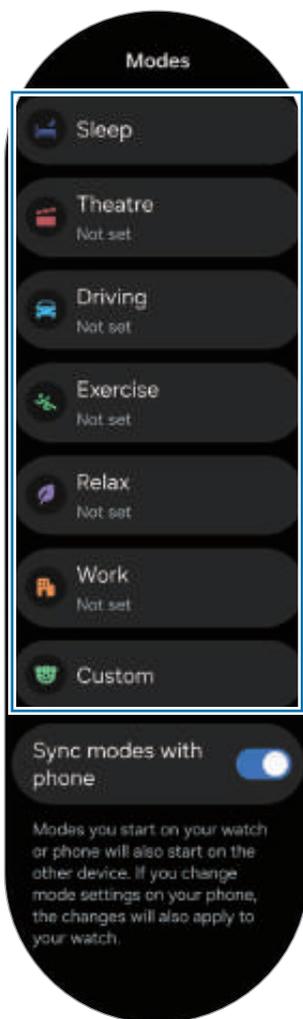
- **Початок циклу оплати:** задання щомісячної дати початку використання даних вашого плану.
- **Налаштування обмеження трафіку:** увімкнення та вимкнення функції для автоматичного вимкнення мобільного з'єднання для передавання даних після досягнення вказаного ліміту мобільних даних.
- **Обмеження на використання даних:** задання обмеження обсягу мобільних даних.

Режими

Увімкніть або вимкніть режими, які синхронізуються з під'єднаним телефоном на основі вашої поточної активності чи місцезнаходження.

На екрані налаштувань торкніться **Режими**.

- 1 Виберіть бажаний режим.



- 2 Торкніться **Увімкнути**.

Для режимів, які запускаються автоматично, його буде увімкнено після виявлення умов, доданих на під'єднаний телефон.

Щоб змінити налаштування режиму, торкніться **Налаштувати на тел.** і налаштуйте параметри на під'єднаному телефоні.

Якщо режим синхронізації між під'єднаним телефоном і годинником не працює, торкніться перемикача **Сихрон. режими з телефоном**, щоб увімкнути цю функцію. Будь-які додані нові режими чи змінені налаштування режимів на під'єднаному телефоні будуть синхронізовані з годинником, як і поточний статус режимів.



Лише деякі режими доступні, якщо функція **Сихрон. режими з телефоном** не увімкнена або якщо на під'єднаному телефоні встановлено іншу версію програмного забезпечення.

Сповіщення

Змінення налаштувань сповіщень.

На екрані налаштувань торкніться **Сповіщення**.

- **Сповіщення від програм:** вибір телефона або програми годинника, щоб отримувати сповіщення на годинник.
- **Відображення сповіщень із телефона на годиннику:** налаштування годинника для показу сповіщень телефона залежно від статусу використання телефона.
- **Вимк. звуку сповіщ. на телефоні:** вимкнення звуків сповіщень на телефоні, коли вони показуються на годиннику.
- **Не турбувати:** налаштування годинника на вимкнення всіх звуків усіх сповіщень, окрім дозволених винятків.
- **Додаткові налаштування:** налаштування розширених параметрів сповіщень.
- **Допомога зі сповіщеннями:** отримання додаткової інформації про сповіщення.

Звуки та вібрація

Змінення налаштувань звуку та вібрації.

На екрані налаштувань торкніться **Звуки та вібрація**.

- **Звук / Вібрація / Вимкнення звуку:** вибір для годинника режиму зі звуком, режиму вібрації або режиму без звуку.
- **Вібрація зі звуком:** налаштування годинника для використання вібрації зі звуком.
- **Вібрація:** задання тривалості та інтенсивності вібрації.
- **Вібр. при виклику:** зміна рівня вібрації під час виклику.
- **Вібрація сповіщень:** зміна рівня вібрації під час сповіщення.
- **Системна вібрація:** виберіть дії, щоб отримувати сповіщення з вібрацією.
- **Гучність:** регулювання рівня гучності.

- **Мелодія:** змінення звуку дзвінка при виклику.
- **Звук сповіщень:** змінення звуку сповіщення.
- **Системні звуки:** увімкнення звуків для певних дій.

Екран

Змінення налаштувань екрана.

На екрані налаштувань торкніться **Екран**.

- **Яскравість:** регулювання яскравості екрана.
- **Адаптивна яскравість:** налаштування годинника для відстеження регулювання яскравості й автоматичне їх застосування в умовах аналогічного освітлення.
- **Always On Display:** налаштування екрана годинника та екранів деяких програм, щоб вони завжди залишалися активними під час носіння годинника. Однак акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай, під час використання цієї функції.
- **Увімкнення екрана:** вибір способу увімкнення екрана. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Увімкнення екрана](#).
- **Час очікування екрана:** встановлення тривалості очікування годинником перед вимкненням підсвічування екрана.
- **Ост. програма:** налаштування часу, упродовж якого після вимкнення екрана увімкнеться програма, яка використовувалася останньою. Якщо ви знову ввімкнете екран упродовж встановленого часу після його вимкнення, замість екрана годинника з'явиться екран востаннє використаної програми.
- **Шрифт:** налаштування стилю шрифту для екрана.
- **Чутлив. сенсора:** збільшення чутливості до дотику екрана, щоб використовувати його в рукавицях.
- **Показувати інф. про заряджання:** активація відображення на годиннику інформації про рівень заряду, коли екран вимкнений під час заряджання.

Батарея

Перевірка рівня заряду акумулятора й часу, що залишилися, для використання годинника. Якщо заряд акумулятора низький, увімкніть режим енергозбереження, щоб зменшити споживання акумулятора.

На екрані налаштувань торкніться **Батарея**.

- **Енергозбереження:** увімкнення режиму енергозбереження для збільшення часу роботи акумулятора.
- **Обмеження функцій щодо здоров'я:** вимкнення деяких функцій програми Samsung Health, щоб подовжити час роботи акумулятора, коли увімкнено режим енергозбереження.
- **Використання батареї:** перевірка програм, які ви використовували після останнього повного заряджання акумулятора годинника, а також визначення рівня використання акумулятора такими програмами.
- **Програми в режимі сну:** вибір програм, які працюватимуть у фоновому режимі. Ці програми працюватимуть у фоновому режимі, щоб продовжити строк роботи акумулятора.
- **Лише годинник:** на екрані з'являється тільки годинник, решта функцій вимикається для зменшення споживання заряду акумулятора. Натисніть кнопку «Головна», щоб перевірити годинник. Щоб вимкнути режим «Лише годинник», натисніть та утримуйте кнопку «Головна». Ви також можете помістити годинник на бездротовий зарядний пристрій, щоб зарядити його до певного рівня. Годинник вимкнеться і потім знову увімкнеться.
- **Показувати інф. про заряджання:** активація відображення на годиннику інформації про рівень заряду, коли екран вимкнений під час заряджання.
- **Автоувімкн. живл.:** налаштування годинника таким чином, щоб він вмикався автоматично після початку його заряджання, якщо до цього він був вимкнений, коли рівень зарядження акумулятора перевищить 10 %.



Час використання, що залишився, – це час, протягом якого акумулятор буде розряджено. Час використання, що залишився, залежить від налаштувань вашого годинника й умов, у яких він використовується.

Кнопки й жести

Увімкнення функції кнопок і жестів та конфігурування налаштувань.

На екрані налаштувань торкніться **Кнопки й жести**.

- **Кнопка швидкої дії:** вибір програми або функції, яку потрібно запускати кнопкою швидкого доступу. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Налаштування й використання кнопки швидкого доступу \(Galaxy Watch Ultra\)](#). (Galaxy Watch Ultra)
- **Кнопка «Головна»:** вибір програми або функції, що запускатиметься подвійним натисканням або натисканням та утриманням кнопки «Головна».

- **Кнопка «Назад»:** вибір програми або функції, що запускатиметься подвійним натисканням кнопки «Назад».
- **Подвійний щипок:** налаштування запуску функції виконуваної програми, як-от відповідь на виклики або відхилення сповіщень, подвійним зведенням великого та вказівного пальців руки, на яку надітий годинник.
- **Потрусити для відхилення:** налаштування відхилення сповіщень і викликів двома обертальними рухами зап'ястям, на якому ви носите годинник.
- **Стук-стук:** налаштування запуску вибраної функції двократним підніманням та опусканням зап'ястя, на якому ви носите годинник, упродовж 5 секунд після увімкнення екрана шляхом стискання кулака. Торкніться **Виберіть варіант** та встановіть функцію, щоб увімкнути її для цього методу.

Health

Налаштування різних функцій, пов'язаних зі спортивними вправами й фітнесом.

На екрані налаштувань торкніться **Health**.

- **Вимірювання:** налаштування способу вимірювання частоти пульсу й стресу, а також увімкнення чи вимкнення додаткових функцій, які проводять вимірювання під час сну.
- **Прогнозування циклу за допомогою даних температури шкіри:** увімкнення та вимкнення функції вимірювання температури тіла під час сну для прогнозування менструального циклу.
- **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і налаштувань, як-от вибір типів вправ, що розпізнаються.
- **Тривал. неактивності:** увімкнення функції для отримання сповіщень після 50 хвилин неактивності і вкажіть час і дні, коли ви хочете отримувати сповіщення.
- **Зробити видимим для пристроїв:** надання дозволу іншим пристроям знаходити ваш годинник.
- **Обмін даними з пристроями та службами:** налаштування для обміну інформацією з іншими підключеними програмами платформи здоров'я, тренажерами й телевізорами.
- **Конфіденційність:** вибір програм або постачальників послуг, з якими потрібно обмінюватися інформацією, щоб відображати необхідну інформацію під час тренування.

Безпека й конфіденц.

Перевірка стану безпеки й конфіденційності годинника, а також зміна налаштувань.

На екрані налаштувань торкніться **Безпека й конфіденц.**

- **Тип блокування:** зміна способу блокування екрана. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Екран блокування](#).
- **Визначення зап'ястка:** налаштування для виявлення, чи носите ви годинник.
- **Конфіденційність:** зміна налаштувань приватності й налаштування персоналізованих служб на основі ваших інтересів і способів використання годинника.

Розташування

Змінення налаштувань для використання інформації про розташування.

На екрані налаштувань торкніться **Розташування**.

- **Дозволи програми:** перегляд переліку програм, які мають дозвіл на доступ до розташування годинника, і редагування налаштувань дозволів.
- **Служби розташування:** відображення послуг розташування, що використовуються годинником.

Безпека та екстрені ситуації

Керуйте власною медичною інформацією і контактами для виклику в екстрених випадках. Ви також можете налаштувати, як буде здійснюватися надсилання екстреного повідомлення в екстрених ситуаціях. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Екстрене повідомлення](#).

На екрані налаштувань торкніться **Безпека та екстрені ситуації**.

- **Медична інформація:** налаштування чи введення власної медичної інформації.
- **Екстрені контакти:** додавання контактів для виклику в екстрених випадках.
- **Виклик SOS:** налаштування запиту на надсилання екстреного повідомлення, натискаючи кнопку «Головна» на годиннику п'ять разів у екстреному випадку.
- **Виявлення сильних падінь:** налаштування запиту на надсилання екстреного повідомлення, коли годинник виявляє серйозне падіння.
- **Екстрений зв'язок:** надсилання повідомлення з даними про ваше місце знаходження та низький рівень акумулятора екстреним контактам.
- **Безпров. екстрені оповіщення:** зміна налаштувань функцій екстреного оповіщення, наприклад бездротових екстрених сповіщень.

Облікові записи та резервне копіювання

Ви можете використовувати різні функції годинника після реєстрації облікового запису Samsung чи Google на під'єднаному телефоні та додати їх у годинник. Ви також можете регулярно автоматично створювати резервні копії даних і файлів з годинника за допомогою Smart Switch на під'єднаному телефоні.

На екрані налаштувань торкніться **Облікові записи та резервне копіювання**.

- **Облікові записи:** реєстрація облікових записів Samsung або Google на під'єднаному телефоні й копіювання їх на годинник. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Додавання облікових записів до годинника](#).
- **Архівація:** перевірка резервних копій даних на вашому годиннику, які створюються автоматично за допомогою Smart Switch на під'єднаному телефоні.

Google

Зміна налаштувань для Google.

На екрані налаштувань торкніться **Google**.

- **Помічник:** використання функцій годинника чи пошук інформації за допомогою голосу.
- **Облікові записи:** перевірка облікового запису Google, зареєстрованого на під'єднаному телефоні, і додавання його на годинник.

Додаткові функції

Увімкнення додаткових функцій.

На екрані налаштувань торкніться **Додаткові функції**.

- **Сповіщення про відключення:** налаштування для отримання сповіщень про від'єднання годинника по Bluetooth від телефона, коли ви його носите.
- **Блокування у воді:** вмикання режиму блокування у воді перед входженням у воду. Функція розпізнавання дотиків може бути недоступною, коли на годиннику увімкнено режим блокування у воді.
- **Індикатори статусу:** зміна налаштувань дисплею на значки-індикатори стану вгорі екрана годинника.
- **Автозапуск керування медіа:** активація автоматичного відкриття програми **Контролер мультимедіа** на годиннику під час відтворення музики чи відео на під'єднаному телефоні.

- **Показувати значок відтворення:** налаштування відображення значка відтворення внизу екрана годинника під час відтворення музики чи відео на під'єднаному телефоні.
- **Vixby:** асистент Vixby — це інтерфейс користувача, що допоможе вам користуватися годинником ще зручніше. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Vixby](#).

Обслуговування пристрою

Догляд за пристроєм надає інформацію про стан акумулятора годинника, сховища і оперативної пам'яті.

- **Батарея:** перевірка рівня заряду акумулятора та часу, що залишилися, для використання годинника. Якщо заряд акумулятора низький, увімкніть режим енергозбереження, щоб зменшити споживання акумулятора. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Батарея](#).
- **Сховище:** перевірка стану використаного та доступного сховища. Торкніться **Редагувати на телефоні**, щоб очистити сховище шляхом видалення непотрібних файлів після їхньої перевірки.



Наявний обсяг внутрішнього сховища зазвичай менший за вказаний обсяг, через те, що операційна система й інсталювані програми займають його частину. Доступний обсяг пам'яті може змінюватися після оновлення годинника.

- **Оперативна пам'ять:** перевірка використання пам'яті або торкніться **Очистити**, щоб звільнити оперативну пам'ять, закривши програми, які працюють у фоновому режимі.

Програми

Налаштування параметрів програм годинника.

На екрані налаштувань торкніться **Програми**.

- **Вибір стандартних програм:** вибір програми за замовчуванням для схожих функцій.
- **Платформа «Здоров'я»:** налаштування профілю, що має використовуватися для керування даними про здоров'я, і налаштування обміну інформацією з іншими підключеними програмами для відстеження здоров'я.
- **Список програм:** керування програмами годинника. Ви також можете перевіряти інформацію про використання програм і видаляти або вимикати непотрібні програми.
- **Диспетчер дозволів:** перевірка списку дозволів для всіх програм, зокрема системних, а також змінення налаштувань дозволів для них.
- **Оновлення програми Samsung:** перевірка оновлень для завчасно встановлених програм Samsung.

Загальне

Загальні налаштування годинника. Ви можете під'єднати свій годинник до нового телефона або скинути налаштування годинника до заводських значень.

На екрані налаштувань торкніться **Загальне**.

- **Дотик до кільця:** зміна налаштувань сенсорного безеля.
- **Перетворення тексту на мовлення:** зміна налаштувань функцій перетворення тексту на мовлення, що використовуються за увімкненої функції TalkBack, як-от мова, швидкість тощо.
- **Введення:** зміна налаштувань клавіатури й налаштування функції швидкої відповіді.
- **Дата й час:** ручне встановлення поточної дати й часу.



Від'єднайте годинник від телефона, щоб використовувати цю функцію, оскільки вона синхронізується з під'єднаним телефоном.

- **Орієнтація:** налаштування годинника відповідно до зап'ястя, на якому ви його носите, лівому чи правому, а також налаштування розташування кнопок після надівання годинника.
- **Перенесення даних на новий телефон:** під'єднайте годинник до нового телефона, який було зареєстровано в тому ж обліковому записі Google, що й попередній телефон, без скидання годинника до заводських налаштувань. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Під'єднання годинника до нового телефона](#).
- **Скинути:** видалення всіх даних із годинника. Однак, якщо ваш годинник під'єднано до телефона перед скиданням налаштувань до заводських значень, буде створено резервні копії даних і файлів вашого годинника.

Спеціальні можливості

Конфігурування різноманітних налаштувань для покращення доступності використання годинника.

На екрані налаштувань торкніться **Спеціальні можливості**.

- **Функції, якими ви користуєтесь:** перевірте спеціальні функції, які ви використовуєте.



Ця функція доступна лише під час використання спеціальних функцій.

- **TalkBack:** увімкнення функції TalkBack, яка забезпечує голосовий зворотний зв'язок. Для перегляду довідкової інформації та ознайомлення з указівками щодо використання цієї функції торкніться **Налаштування** → **Навчальний посібник** чи **Довідка**.
- **Поліпшення відображення:** налаштування для поліпшення спеціальних можливостей для користувачів із вадами зору.
- **Засоби підвищення чутності:** налаштування для поліпшення спеціальних можливостей для користувачів із вадами слуху.

- **Моторика та взаємодія:** налаштування для поліпшення спеціальних можливостей для користувачів із вадами рухового апарату.
- **Додаткові налаштування:** керування іншими додатковими функціями.
- **Установлені програми:** перегляд служб доступності, установлених на годиннику.

Оновлення ПЗ

Оновіть програмне забезпечення годинника до останньої версії за допомогою служби бездротового оновлення операційної системи (FOTA). Крім того, ви можете змінити налаштування оновлення.

На екрані налаштувань торкніться **Оновлення ПЗ**.

- **Завантажити та встановити:** перевірити наявність оновлень та встановити їх вручну.
- **Автооновлення:** увімкнення функції автоматичного встановлення оновлень на годиннику.

Про годинник

Доступ до додаткової інформації про годинник.

На екрані налаштувань торкніться **Про годинник**.

- **Інформація про стан:** перегляд інформації, як-от Wi-Fi, MAC-адреса, Bluetooth адреса й серійний номер.
- **Юридична інформація:** доступ до юридичної інформації, пов'язаної з годинником. Тут також можна надіслати діагностичну інформацію про годинник до Samsung.
- **Відомості про ПЗ:** доступ до версії програмного забезпечення та стану безпеки.
- **Відомості про акумулятор:** перегляд інформації про акумулятор, наприклад про ємність акумулятора.

Програма Galaxy Wearable

Вступ

За допомогою програми Galaxy Wearable ви можете перевіряти залишок заряду акумулятора на годиннику і налаштовувати параметри.

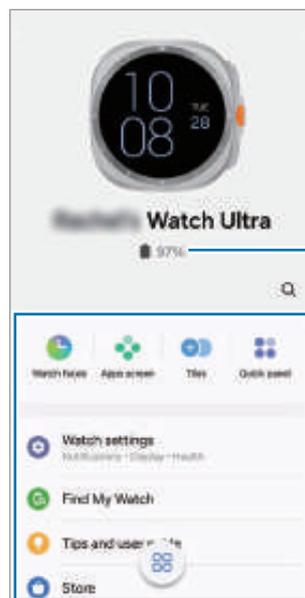
Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.

Для пошуку налаштувань за ключовими словами торкніться . Також можна шукати налаштування, вибираючи мітки з-поміж **Пропозиції**.

Для налаштування програми Galaxy Wearable торкніться  →  і потім торкніться **Налаштув.**



- Щоб користуватися програмою Galaxy Wearable, під'єднайте ваш годинник до телефону. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Під'єднання годинника до телефону](#).
- Деякі функції можуть бути недоступними залежно від типу під'єданого телефону, оператора зв'язку чи моделі.



Рівень заряду акумулятора годинника

Змінення налаштувань годинника й запуск потрібних функцій.

Керування з'єднанням пристроїв

Ви можете керувати з'єднанням різних пристроїв, зокрема, перевіряти стан носимих пристроїв, під'єднаних до вашого телефону, або ж під'єднати новий пристрій, скориставшись для цього програмою Galaxy Wearable.

Керування під'єднаним пристроєм

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться .

У списку буде відображено усі наразі під'єднані пристрої, а також пристрої, які було під'єднано раніше.

- Щоб від'єднати наразі під'єднаний до телефона пристрій, торкніться  поряд з назвою такого пристрою в списку.
- Для повторного під'єднання пристрою, який був з'єднаний із вашим телефоном раніше, виберіть необхідний пристрій зі списку й торкніться **Підключити**.

Додавання нового пристрою та видалення пристроїв

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться .
- 2 Торкніться **+** та дотримуйтеся вказівок на екрані, щоб під'єднати новий носимий пристрій. Новий носимий пристрій буде під'єднано й додано до списку.

Для вилучення носимих пристроїв зі списку торкніться **⋮** → **Видалити пристрій**, виберіть пристрій і потім торкніться **Видалення**.

Циферблати

Змінення циферблата, відображеного на екрані годинника.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Циферблати**.

Виберіть циферблат, який ви хочете, і торкніться **Налаштувати**, щоб змінити кольори елементів на екрані або вигляд компонентів, як-от стрілки годинника й циферблати, і навіть вибрати об'єкти, що будуть відображатися на екрані годинника.

Створення циферблатів годинника у власному стилі

Зміна циферблата на візерункове зображення в колірній гамі, узятій зі знятої вами фотографії. Ви можете підібрати циферблат годинника свого годинника на свій смак.



Ця функція доступна лише на телефонах Samsung або Android.

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Циферблати**.
- 2 Виберіть **Мій стиль** у параметрі **Динамічна графіка**.

- 3 Торкніться **Налаштувати** чи .
- 4 Торкніться **Фонове зображення** → **Камера**.
Щоб вибрати збережене на вашому телефоні зображення, торкніться **Галерея**.
- 5 Торкніться , щоб зробити знімок, а потім торкніться **ОК**.
- 6 Перетягніть частину зображення, яку хочете використати, у коло, або відрегулюйте розмір зображення, щоб вибрати потрібний колір.
- 7 Виберіть тип візерунка та торкніться **Готово**.
- 8 Торкніться **Зберегти**.
Циферблат буде замінено циферблатом у вашому власному стилі.

Створення циферблатів з AR-ЕМОДЗІ

Зміна циферблата на власний AR-ЕМОДЗІ.

 Ця функція доступна лише на телефонах Samsung, які підтримують функцію AR-ЕМОДЗІ.

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Циферблати**.
- 2 Виберіть **AR-емодзі** в параметрі **Емодзі**.
- 3 Торкніться **Налаштувати** чи .
- 4 Торкніться **Персонаж**.
- 5 Торкніться  та дотримуйтеся вказівок на екрані, щоб створити власний AR-ЕМОДЗІ.
- 6 Виберіть створений AR-ЕМОДЗІ в параметрі **Інші емодзі** для передання його на годинник.
- 7 Торкніться **Зберегти**.
Циферблат буде замінено циферблатом з AR-ЕМОДЗІ.



Екран програм

Порядкування програм на екрані програм.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Екран програм**.

Щоб змінити впорядкування програм, торкніться програми й утримуйте дотик, щоб перетягнути її в потрібне положення, а потім торкніться **Зберегти**.

Картки

Налаштування карток на годиннику. Можливо також змінювати порядок карток.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Картки**.

Додавання і видалення карток

Торкніться карток, які хочете додати, у розділі **Додавання карток** або торкніться  на картках, які хочете видалити, а потім торкніться **Зберегти**.

Упорядкування карток

Торкніться картки та, утримуючи її, перетягніть до бажаного місця розташування, а тоді торкніться **Зберегти**.

Панель швидкого доступу

Вибір значків швидких налаштувань, що відображаються на панелі швидкого доступу годинника. Ви також можете переставляти місцями значки швидких налаштувань.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Панель швидкого доступу**.

Додавання або видалення значків швидких налаштувань

Торкніться  на значку, який потрібно додати, у параметрі **Доступні кнопки** або торкніться  на значку, який потрібно видалити, а потім торкніться **Зберегти**.

Упорядкування значків швидких налаштувань

Торкніться значка й утримуйте його, а тоді перетягніть до бажаного місця розташування, після чого торкніться **Зберегти**.

Налаштування годинника

Вступ

Перегляд стану годинника й змінення його налаштувань.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника**.

Samsung account

Зареєструйте обліковий запис Samsung на під'єднаному телефоні або перегляньте попередньо зареєстрований обліковий запис Samsung.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Samsung account**. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Реєстрація облікового запису Samsung на годиннику](#).

Режими

Налаштування синхронізації режиму сну на годиннику й телефоні.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Режими**.

- **Синхронізувати режими з телефоном:** налаштування синхронізації режимів годинника й телефона. Під час увімкнення цієї функції будь-які нові режими, додані або змінені налаштування режимів на під'єднаному телефоні будуть синхронізовані з годинником, як і поточний статус режимів.



Може забезпечуватися підтримка лише деяких функцій синхронізації залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефона.

Сповіщення

Змінення налаштувань сповіщень.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Сповіщення**. Щоб отримати додаткову інформацію про інші функції додатково до перелічених, див. [Сповіщення](#) у розділі «Програми та функції».

- **Синхр. «Не турбувати» з телеф.:** увімкнення синхронізації налаштувань режиму «Не турбувати» годинника та з'єданого з ним телефона.

Звуки та вібрація

Змінення налаштувань звуку та вібрації.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Звуки та вібрація**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Звуки та вібрація](#) у розділі «Програми та функції».

Екран

Змінення налаштувань екрана.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Екран**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Екран](#) у розділі «Програми та функції».

Батарея

Перевірка рівня заряду акумулятора й часу, що залишилися, для використання годинника. Якщо заряд акумулятора низький, увімкніть режим енергозбереження, щоб зменшити споживання акумулятора.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Батарея**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Батарея](#) у розділі «Програми та функції».

Кнопки й жести

Увімкнення функції кнопок і жестів та конфігурування налаштувань.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Кнопки й жести**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Кнопки й жести](#) у розділі «Програми та функції».

Health

Налаштування різних функцій, пов'язаних зі спортивними вправами й фітнесом.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Health**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Health](#) у розділі «Програми та функції».

Wallet / Pay

Використовуйте різні зручні функції в Samsung Wallet або Samsung Pay.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Wallet** чи **Pay**.



Доступність цієї функції залежить від регіону або моделі або з'єданого телефона.

Безпека та екстрені ситуації

Керуйте власною медичною інформацією і контактами для виклику в екстрених випадках. Ви також можете налаштувати, як буде здійснюватися надсилання екстреного повідомлення в екстрених ситуаціях. Щоб отримати додаткову інформацію, див. [Безпека та екстрені ситуації](#) у розділі «Програми та функції» або [Екстрене повідомлення](#).

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Безпека та екстрені ситуації**.

Облікові записи та резервне копіювання

Ви можете використовувати різні функції годинника після реєстрації облікового запису Samsung чи Google на під'єднаному телефоні та додати їх у годинник. Ви можете регулярно автоматично створювати резервні копії даних і файлів з годинника за допомогою Smart Switch на під'єднаному телефоні та зберігати їх у Samsung Cloud.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Облікові записи та резервне копіювання**.



- Зберігайте дані й файли з годинника, резервні копії яких автоматично періодично зберігаються в Samsung Cloud, щоб ви могли відновити їх, якщо дані й файли будуть пошкоджені або втрачені через випадкове скидання налаштувань до заводських значень.
- Резервне копіювання даних, які зберігаються на вашому годиннику, здійснюватиметься з 1-ї години ночі до 5-ї години ранку за умови, що ваш годинник під'єднаний до вашого телефона, рівень заряду акумулятора вашого телефона становить щонайменше 30 %, а екран вимкнений.
- **Облікові записи:** реєстрація облікових записів Samsung або Google на під'єднаному телефоні й копіювання їх на годинник. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Додавання облікових записів до годинника](#).
- **Резервне копіювання:** автоматичне створення резервних копій під'єднаному телефоні торканням повзунка **Зберегти копію в Samsung Cloud**, щоб увімкнути цю функцію та зберегти резервну копію у Samsung Cloud.

Додаткові функції

Увімкнення додаткових функцій.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Додаткові функції**. Щоб отримати додаткову інформацію про інші функції додатково до перелічених, див. [Додаткові функції](#) у розділі «Програми та функції».

- **Віддалене підключення:** налаштування віддаленого з'єднання годинника зі телефоном через мобільну мережу або мережу Wi-Fi, якщо з'єднання по Bluetooth між пристроями недоступне.

Обслуговування пристрою

Догляд за пристроєм надає інформацію про стан акумулятора годинника, сховища і оперативної пам'яті. Окрім того, ви можете протестувати свій годинник.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Обслуговування пристрою**. Щоб отримати додаткову інформацію про інші функції додатково до перелічених, див. [Обслуговування пристрою](#) у розділі «Програми та функції».

- **Діагностика:** протестуйте свій годинник за допомогою Samsung Members.

Програми

Налаштування параметрів програм годинника.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Програми**.

- **Налаштування програм:** зміна детальних налаштувань деяких програм годинника.
- **Ваші програми:** керування програмами годинника й перевірка інформації про використання кожної програми або видалення чи вимкнення непотрібних програм.

Керування вмістом

Синхронізація збережених аудіофайлів або зображень з телефону на годинник або перенесення їх на годинник.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Керування вмістом**.

- **Музика**

- **Композиції на годиннику:** перевірка та керування аудіофайлами на годиннику за категоріями. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Керування аудіофайлами, збереженими на годиннику](#).
- **Автосинхронізація:** налаштування телефона для автоматичної синхронізації аудіофайлів, доданих до списків відтворення, вибраних як **Списки відтв. для синхр.** що шість годин з годинником.
- **Списки відтв. для синхр.:** вибір списків відтворення, які потрібно синхронізувати з годинником автоматично.



Ця функція може з'являтися лише тоді, коли на вашому телефоні встановлено програму Samsung Music і коли ви увімкнули функцію **Автосинхронізація**.

- **Галерея**

- **Зображення на годиннику:** перевірка й керування зображеннями на годиннику за категоріями. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Керування зображеннями, збереженими на годиннику](#).
- **Автосинхронізація альбомів:** налаштування телефона для автоматичної синхронізації зображень, доданих до альбомів, вибраних як **Альбоми для синхронізації** з годинником.
- **Альбоми для синхронізації:** вибір альбому, який потрібно автоматично синхронізувати з годинником.
- **Ліміт автосинхр. зображень:** налаштування максимальної кількості зображень, які може бути надіслано під час автоматичної синхронізації.



Альбоми для синхронізації і **Ліміт автосинхр. зображень** можуть з'являтися під час увімкнення функції **Автосинхронізація альбомів**.

- **Вибрати історію для синхронізації:** вибір історії, збереженої на телефоні, для її синхронізації з годинником.
- **Автосинхронізація останньої історії:** налаштування телефона для автоматичної синхронізації останньої історії з годинником.



Синхронізація файлів між годинником і телефоном можлива лише тоді, коли заряд акумулятора годинника становить не менше ніж 15 % і коли на годиннику вимкнено режим економії енергії.

Мобільні тарифні плани (у моделях із підтримкою підключення до мобільної мережі)

Можливе використання різних інших служб через мобільну мережу після ввімкнення її на годиннику.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Мобільні тарифні плани**.

Загальне

Загальні налаштування годинника. Ви можете під'єднати свій годинник до нового телефона або скинути налаштування годинника до заводських значень.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Загальне**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Загальне](#) у розділі «Програми та функції».

Спеціальні можливості

Конфігурування різноманітних налаштувань для покращення доступності використання годинника.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Спеціальні можливості**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Спеціальні можливості](#) у розділі «Програми та функції».

Оновлення ПЗ для годинника

Оновіть програмне забезпечення годинника до останньої версії за допомогою служби бездротового оновлення операційної системи (FOTA). Крім того, ви можете змінити налаштування оновлення.

На екрані Galaxy Wearable на смартфоні торкніться **Налаштування годинника** → **Оновлення ПЗ для годинника**. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Оновлення ПЗ](#).

Про годинник

Доступ до додаткової інформації про годинник.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування годинника** → **Про годинник**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Про годинник](#) у розділі «Програми та функції».

Пошук мого годинника

Що знайти ваш годинник, скористайтеся програмою Galaxy Wearable, функцією SmartThings Find чи програмою Samsung Find, встановленою на телефоні, до якого під'єднано годинник.



- Підтримка функції SmartThings Find і програми Samsung Find залежить від версії програмного забезпечення телефона, до якого під'єднаний годинник.
- Якщо на під'єданому телефоні присутня функція SmartThings Find чи програма Samsung Find, екран пошуку вашого годинника може ввімкнутися автоматично. У разі підтримки як функції SmartThings Find, так і програми Samsung Find відкриється програма Samsung Find.

Пошук за допомогою програми Galaxy Wearable

1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Пошук мого годинника**.

2 Торкніться **Почати**.

На годиннику буде відтворено звук та вібрацію, і на ньому ввімкнеться екран.

Що зупинити відтворення звуку й вібрації, на годиннику перетягніть  за межі великого кола. Або ж скористайтеся сенсорним безелем. Ви також можете зупинити його, торкнувшись **Зупинити** на телефоні.

Віддалене керування годинником

У разі втрати чи викрадення вашого годинника торкніться **Пошук мого годинника** на екрані Galaxy Wearable на телефоні, і потім торкніться **Налаштувати захист**, після чого ви зможете керувати вашим годинником віддалено.

- **Блокування годинника:** віддалене блокування годинника задля запобігання несанкціонованому доступу до нього. Цю функцію можна використовувати, коли телефон з'єднаний з вашим годинником через Bluetooth або віддалене з'єднання. Коли годинник заблокований, розблокуйте його вручну, ввівши PIN-код, або знову під'єднайте до годинника свій смартфон через Bluetooth, щоб розблокувати його автоматично.
- **Скидання налаштувань годинника:** усі збережені на годиннику дані видаляються. Після скидання налаштувань годинника дані буде неможливо відновити, а функція «Пошук мого годинника» стане недоступна. Однак резервні копії даних і дані, збережені під час з'єднання годинника й телефона до скидання налаштувань, будуть доступні у Samsung Cloud.

Пошук за допомогою функції SmartThings Find з програми SmartThings чи програми Samsung Find

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Пошук мого годинника**.

На телефоні відкриється екран SmartThings Find, доступ до якого можна отримати в програмі SmartThings, чи програма Samsung Find, після чого ви зможете знайти місце знаходження вашого загубленого годинника. Крім того, ви можете знайти його, стежачи за звуковим сигналом, який видає ваш годинник.



Щоб знайти годинник за допомогою програми Samsung Find, на ньому має бути ввімкнено режим «Загублено» програми Samsung Find, а також функції пошуку пристроїв в автономному (офлайн) режимі.

Магазин

Завантажте програми й циферблати, які будуть використовуватися на вашому годиннику.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Магазин**.

Замітки щодо користування

Застереження щодо користування пристроєм

Для безпечного й правильного користування пристроєм перш за все уважно ознайомтеся із цим посібником.

- В описах використовуються стандартні налаштування пристрою.
- Деякі відомості можуть не відповідати вашому пристрою, залежно від країни, оператора зв'язку, характеристикам моделі або програмного забезпечення пристрою.
- Під час користування деякими програмами чи функціями пристрій може потребувати підключення до Wi-Fi або мережі мобільного зв'язку.
- Вміст (високоякісний вміст), що вимагає активного використання ресурсів ЦП й оперативної пам'яті, впливатиме на загальну ефективність роботи пристрою. Програми можуть не працювати належним чином, залежно від характеристик пристрою та середовища, у якому він використовується.
- Компанія Samsung не несе відповідальності за проблеми з функціонуванням, спричинені використанням програм постачальників, відмінних від Samsung.
- Компанія Samsung не несе відповідальності за проблеми з функціонуванням або сумісністю, спричинені зміненням налаштувань реєстру, зміненням програмного забезпечення або компонентів операційної системи. Спроби встановлення відмінних від запропонованих виробником налаштувань операційної системи можуть призвести до неправильної роботи пристрою або програм.
- Використання програмного забезпечення, джерел звуку, заставок, зображень та іншого мультимедійного вмісту, що постачається разом із цим пристроєм, обмежено згідно з умовами ліцензійної угоди. Вилучення та використання цих матеріалів у комерційних або інших цілях є порушенням законів щодо авторських прав. Користувачі несуть повну відповідальність за незаконне використання медіаданих.
- За умови використання послуг, що потребують передавання даних, наприклад для обміну повідомленнями, завантаження, автоматичної синхронізації, а також визначення розташування, може стягуватися додаткова плата залежно від плану передавання даних. Для передачі великих обсягів даних рекомендовано використовувати функцію Wi-Fi.
- Стандартні програми, що постачаються разом із пристроєм, можуть оновлюватися, а також більше не підтримуватися без завчасного попередження.
- Операційна система цього пристрою відрізняється від ОС попередньої серії Galaxy Watch, і ви вже не можете використовувати вміст, який придбали раніше, через проблеми із сумісністю.

- Характеристики моделі та служби, що підтримуються, можуть відрізнятися залежно від регіону.
- Змінення операційної системи пристрою або встановлення програмного забезпечення, завантаженого з неофіційних джерел, може призвести до несправності пристрою, а також пошкодження даних або їх втрати. Ці дії вважаються порушенням ліцензійної угоди з компанією Samsung і призводять до припинення дії гарантії.
- Деякі функції можуть працювати інакше, ніж це описується в цьому посібнику. Це залежить від виробника й моделі телефону, який з'єднується з вашим годинником.
- Завдяки автоматичному підлаштуванню діапазону контрасту до умов довкілля зображення на екрані залишається добре видимим навіть під яскравим сонячним світлом надворі. Зважаючи на принцип роботи виробу, відображення статичної графіки протягом тривалого часу може призвести до виникнення ефекту залишкового зображення (вигорання екрана) або двоїння.
 - Рекомендовано не виводити статичні зображення на весь екран чи його частину надто довго й вимикати сенсорний екран, коли пристрій не використовується.
 - Екран може бути налаштований на автоматичне вимкнення, коли пристрій не використовується. На екрані програм годинника торкніться  (Налаштування) → Екран → Час очікування екрана й виберіть проміжок часу, який пристрій очікуватиме перед тим, як вимкнути екран.
 - Для того щоб екран регулював свою яскравість автоматично залежно від умов довкілля, на екрані програм годинника торкніться  (Налаштування) → Екран, а тоді торкніться перемикача **Адаптивна яскравість**, щоб увімкнути цю функцію.
- Залежно від регіону та моделі для деяких пристроїв існує вимога щодо отримання дозволу на використання від Федеральної комісії зв'язку США (FCC).

Якщо FCC видала дозвіл на використання вашого пристрою, тоді на ньому можна переглянути ідентифікаційний номер FCC. Щоб отримати доступ до ідентифікаційного номера FCC, на екрані програм годинника торкніться  (Налаштування) → Про годинник → Інформація про стан. Якщо ваш пристрій не містить ідентифікаційного номера FCC, це означає, що його не було схвалено до продажу на території США і його ввезення в США можливе тільки для особистого користування власником.
- Ваш пристрій містить у собі магніти. Тримайте його подалі від кредитних карток, імплантованих медичних пристроїв та інших пристроїв, на які можуть впливати магніти. У випадку з медичними пристроями тримайте даний пристрій на відстані більше 15 см від них. Припиніть використання пристрою, якщо є підозри на перешкоди в роботі вашого медичного пристрою, і проконсультуйтеся зі своїм лікарем або виробником вашого медичного пристрою.

Пояснювальні позначки



Попередження: ситуації, що можуть призвести до травмування людей



Увага: ситуації, що можуть спричинити пошкодження пристрою або іншого обладнання



Сповідення: примітки, поради з користування та додаткова інформація

Примітки на вмісті упаковки й аксесуарах

Комплектація описана у короткому посібнику користувача.

- Компоненти, які входять до комплекту годинника, а також доступні аксесуари можуть різнитися залежно від країни або оператора зв'язку.
- Компоненти, що постачаються в комплекті, розроблені спеціально для цього пристрою та можуть бути несумісними з іншими пристроями.
- Зовнішній вигляд і характеристики можуть змінюватися без завчасного попередження.
- Додаткові аксесуари можна придбати в місцевого постачальника Samsung. Перед придбанням їх переконайтеся, що вони сумісні із годинником.
- Окрім годинника, деякі аксесуари, наприклад док-станції, можуть мати відмінний клас захисту від потрапляння води й пилу.
- Використовуйте аксесуари, рекомендовані компанією Samsung. Використання нерекomenдованих аксесуарів може призвести до виникнення проблем у роботі та несправностей, на які не розповсюджується гарантія.
- Доступність усіх аксесуарів може змінюватися залежно від компаній-виробників. Додаткову інформацію про доступні аксесуари можна дізнатися на веб-сайті Samsung.

Захист пристрою від потрапляння пилу й води

► Galaxy Watch7:

- Пристрій вирізняється стійкістю до впливу води й пилу та відповідає таким міжнародним стандартам.
 - Сертифікат водонепроникності 5ATM: пристрій пройшов випробування зануренням у прісну воду на глибину 50 м на 10 хвилин, де він утримувався нерухомо, щоб задовольнити вимоги ISO 22810:2010.
 - Сертифікат водонепроникності IPX8: пристрій пройшов випробування зануренням у прісну воду на глибину 1,5 м на 30 хвилин, де він утримувався нерухомо, щоб задовольнити вимоги IEC 60529.
 - Сертифікат пилонепроникності IP6X: пристрій пройшов випробування на відповідність вимогам IEC 60529.
- Пристроєм можна користуватися під час заняття спортом і миття рук, або коли йде дощ.
- Цей пристрій можна використовувати, якщо ви плаваєте в басейні або морі, де рівень води не глибокий.
- Водонепроникність вашого пристрою Galaxy не є постійною і може зменшуватися з часом через нормальний знос, залежно від середовища або умов використання. Рекомендовано перевіряти водонепроникність вашого пристрою Galaxy раз на рік у сервісному центрі Samsung або авторизованому сервісному центрі.
- Для збереження стійкості пристрою до впливу вологи й пилу дотримуйтеся цих рекомендацій.
 - Після плавання, перш ніж вода з басейну або моря висохне, промийте пристрій прісною водою й ретельно витріть м'якою чистою тканиною, щоб зберегти його водонепроникність. На рівень водонепроникності можуть вплинути дезінфікувальні засоби з басейну або сіль з морської води.
 - Якщо пристрій намокне від іншої рідини, а не від прісної води, наприклад від кави, спиртного, мильної води, олії, парфумів, сонцезахисного крему, дезінфікувального засобу для рук або хімічних продуктів, як-от косметика, промийте його прісною водою й ретельно витріть м'якою чистою тканиною, щоб зберегти його водонепроникність.

- Не занурюйтеся під воду, не плавайте з трубкою, не займайтеся дайвінгом і підводним плаванням з аквалангом, або водними видами спорту, як-от катанням на водних лижах або серфінгом, а також не купайтеся у воді зі швидкою течією, наприклад у річці, під час носіння пристрою. Крім того, не піддавайте його впливу пристроїв для миття під високим тиском чи подібним до них. Це зумовить різке підвищення тиску води, що може призвести до зміни рівня водонепроникності, гарантованого нашою компанією.
- Якщо ви вдарите або пошкодите пристрій, його захист від води й пилу може бути порушено.
- Не розбирайте пристрій без належних інструкцій.
- Якщо ви сушите пристрій за допомогою апарата, який подає гаряче повітря, як-от фен, або якщо використовуєте пристрій у середовищі з високою температурою, як-от сауна, рівень водонепроникності може знизитися через різку зміну температури повітря чи води.

► Galaxy Watch Ultra:

- Пристрій вирізняється стійкістю до впливу води й пилу та відповідає таким міжнародним стандартам.
 - Сертифікат водонепроникності 10ATM: пристрій пройшов випробування зануренням у прісну воду із застосуванням тиску, еквівалентного тиску на глибині 100 м на 10 хвилин, де він утримувався нерухомо, щоб задовольнити вимоги ISO 22810:2010.
 - Сертифікат водонепроникності IPX8: пристрій пройшов випробування зануренням у прісну воду на глибину 1,5 м на 30 хвилин, де він утримувався нерухомо, щоб задовольнити вимоги IEC 60529.
 - Сертифікат пилонепроникності IP6X: пристрій пройшов випробування на відповідність вимогам IEC 60529.
- Пристрій не призначений для нирців.
- Пристроєм можна користуватися під час заняття спортом і миття рук, або коли йде дощ.
- Цей пристрій можна використовувати, якщо ви плаваєте в басейні або морі, де рівень води не глибокий.
- Водонепроникність вашого пристрою Galaxy не є постійною і може зменшуватися з часом через нормальний знос, залежно від середовища або умов використання. Рекомендовано перевіряти водонепроникність вашого пристрою Galaxy раз на рік у сервісному центрі Samsung або авторизованому сервісному центрі.

- Для збереження стійкості пристрою до впливу вологи й пилу дотримуйтеся цих рекомендацій.
 - Після плавання, перш ніж вода з басейну або моря висохне, промийте пристрій прісною водою й ретельно витріть м'якою чистою тканиною, щоб зберегти його водонепроникність. На рівень водонепроникності можуть вплинути дезінфікувальні засоби з басейну або сіль з морської води.
 - Якщо пристрій намокне від іншої рідини, а не від прісної води, наприклад від кави, спиртного, мильної води, олії, парфумів, сонцезахисного крему, дезінфікувального засобу для рук або хімічних продуктів, як-от косметика, промийте його прісною водою й ретельно витріть м'якою чистою тканиною, щоб зберегти його водонепроникність.
 - Не займайтеся фрідайвінгом, підводним плаванням з аквалангом чи швидкісними водними видами спорту, як-от перегони на водних мотоциклах, а також не купайтеся у воді зі швидкою течією, наприклад у річці, під час носіння пристрою. Крім того, не піддавайте його впливу пристроїв для миття під високим тиском чи подібним до них. Це зумовить різке підвищення тиску води, що може призвести до зміни рівня водонепроникності, гарантованого нашою компанією.
 - Якщо ви вдарите або пошкодите пристрій, його захист від води й пилу може бути порушено.
 - Не розбирайте пристрій без належних інструкцій.
 - Якщо ви сушите пристрій за допомогою апарата, який подає гаряче повітря, як-от фен, або якщо використовуєте пристрій у середовищі з високою температурою, як-от сауна, рівень водонепроникності може знизитися через різку зміну температури повітря чи води.

Застереження щодо перегріву

Якщо під час використання пристрою ви відчуваєте дискомфорт, викликаний надмірним нагріванням, негайно припиніть користуватися ним і зніміть його із зап'ястка.

- Щоб уникнути проблем, таких як вихід пристрою з ладу, дискомфорт або пошкодження шкіри, а також завчасне розрядження акумулятора, в разі нагрівання до визначеної температури пристрій видає попередження. Під час появи першого попередження функції пристрою буде вимкнено, доки пристрій не охолоне до визначеної температури. Однак функція екстреного виклику буде доступна для LTE моделі.
- Якщо температура пристрою продовжить зростати, з'явиться друге попередження. Цього разу пристрій вимкнеться. Не використовуйте пристрій до досягнення ним рекомендованого діапазону температур використання. Однак, використовуючи LTE модель, функція екстреного виклику, яку було підключено раніше, залишатиметься ввімкненою, поки ви не закінчите, навіть якщо з'явиться друге попередження.



Рекомендований діапазон робочих температур

Рекомендована робоча температура пристрою — від 0 до 35 °С. Використання пристрою за межами діапазону рекомендованих температур може пошкодити його або зменшити строк служби акумулятора.

Очищення годинника і поводження з ним

Для того щоб годинник працював справно й зберігав свій зовнішній вигляд, дотримуйтеся таких указівок. Недотримання цих вказівок може призвести до пошкодження годинника, що може викликати подразнення шкіри.

- Перед очищенням годинника вимкніть його й зніміть ремінець.
- Оберегайте пристрій від впливу пилу, поту, чорнил, жирних речовин, а також хімічних продуктів, таких як косметика, антибактеріальні спреї, антисептики для рук, мийні засоби й інсектициди. Це може пошкодити зовнішні та внутрішні частини годинника або зашкодити його належній роботі. Якщо на годинник потрапила будь-яка з вищеназваних речовин, скористайтеся м'якою безворсовою тканиною для його очищення.
- Не застосовуйте мило, мийні засоби, абразивні речовини чи стиснене повітря для очищення годинника, а також ультразвук або зовнішні джерела тепла. Це може призвести до пошкодження годинника. Мило, дезінфекційні засоби для рук чи мийні засоби, що залишились на годиннику, можуть спричинити подразнення шкіри.

- Для видалення засобу від засмаги, лосьйону чи олії потрібно скористатися мийним засобом, що не містить мила, після чого ретельно промити й висушити годинник.



Ремінець, що постачається, може змінюватися в залежності від регіону або моделі. Забезпечте належне очищення та підтримання стану ремінця відповідно.

Заходи з безпеки для користувачів, що мають алергію на будь-який матеріал, з якого виготовлений годинник

- Компанією Samsung за участі внутрішніх і зовнішніх сертифікаційних органів було проведено випробування на шкідливі матеріали, що містяться в годиннику; зокрема, всі матеріали, що контактують зі шкірою, було перевірено на токсичність для шкіри; крім того, годинник було випробувано на зносотривкість.
- Годинник містить у собі нікель. Користувачам з гіперчутливістю шкіри чи алергією на матеріали, з яких виготовлено годинник, потрібно вживати належних запобіжних заходів.
 - **Нікель:** годинник містить нікель у невеликій кількості, що не перевищує обмеження, встановлене нормативами Регламенту REACH ЄС. Користувач не піддається впливу нікелю, що міститься всередині годинника; крім того, годинник пройшов сертифіковані міжнародні випробування. Проте, якщо є чутливість до нікелю, годинником потрібно користуватися з обережністю.
- У виробництві годинника використано лише матеріали, що відповідають стандартам Комісії з безпеки споживчих товарів (CPSC) США, нормам європейських країн та іншим міжнародним стандартам.
- Докладнішу інформацію про поведінку компанії Samsung із хімічними речовинами можна дізнатися на вебсайті компанії.

Додаток

Усунення неполадок

Перш ніж звернутися до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру спробуйте скористатися такими рішеннями. Деякі ситуації можуть не стосуватися вашого годинника.

Ви також можете використовувати Samsung Members для вирішення будь-яких проблем, з якими ви могли зіткнутися при користуванні вашим пристроєм.

Годинник відображає помилки мережі або службові помилки

- У місці зі слабким сигналом або поганим прийомом можна втратити зв'язок. Спробуйте вийти на зв'язок в іншому місці. Повідомлення про помилки можуть відображатися повторно під час переміщення.
- Деякі параметри недоступні без передплати. За додатковими відомостями зверніться до вашого оператора зв'язку.

Годинник не вмикається

Годинник не увімкнеться за повністю розрядженого акумулятора. Перш ніж вмикати годинник, повністю зарядіть акумулятор.

Функція розпізнавання дотиків працює повільно або некоректно

- Функція розпізнавання дотиків може працювати некоректно у таких ситуаціях:
 - якщо ви прикріпите до екрана захисну плівку або додаткові аксесуари;
 - якщо ви торкаєтесь екрана пальцями у рукавичках, брудними руками, гострими предметами або кінчиками пальців;
 - в умовах вологості або під впливом води.

- Презавантажте годинник, щоб усунути будь-які тимчасові проблеми програмного забезпечення.
- Переконайтеся, що програмне забезпечення годинника оновлено до останньої версії.
- Якщо екран подряпано або пошкоджено, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Годинник не реагує на натискання клавіш, або в його роботі виникла проблема

Спробуйте наступні рішення. Якщо проблему не вдається усунути, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Перезапуск годинника

Якщо годинник не реагує на натискання клавіш або «зависає», можливо, знадобиться закрити програми або вимкнути пристрій і потім увімкнути знову.

Примусове перезавантаження

Якщо годинник «зависає» або не реагує на натискання клавіш, одночасно натисніть і утримуйте кнопку «Головна» та кнопку «Назад» упродовж 7 секунд, щоб перезавантажити його.

Скидання годинника

Якщо способи вище не допомагають вирішити проблему, виконайте скидання налаштувань до заводських значень.

На екрані програм торкніться  (Налаштування) → Загальне → Скинути → Скинути. Або відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні й торкніться **Налаштування годинника** → **Загальне** → **Скидання** → **Скидання**. Якщо годинник не підключений до вашого телефону під час скидання налаштувань, дані, які зберігаються на годиннику, буде видалено.

Інший пристрій Bluetooth не може знайти годинник

- Переконайтеся, що на годиннику ввімкнено функцію Bluetooth.
- Скиньте налаштування годинника і спробуйте ще раз.
- Переконайтеся, що годинник та інший пристрій Bluetooth перебувають у межах радіусу дії з'єднання Bluetooth (10 м). Відстань залежить від середовища використання пристроїв.

Якщо після виконання наведених вище дій проблема не зникає, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

З'єднання Bluetooth не встановлено, або годинник і телефон роз'єднано

- Переконайтеся, що на обох пристроях увімкнено функцію Bluetooth.
- Переконайтеся у відсутності перешкод між пристроями, наприклад стін або електрообладнання.
- Переконайтеся, що на телефоні встановлено останню версію програми Galaxy Wearable. Якщо останню версію програми Galaxy Wearable не встановлено, встановіть її.
- Переконайтеся, що годинник та інші пристрої Bluetooth перебувають у межах радіусу дії з'єднання Bluetooth (10 м). Відстань залежить від середовища використання пристроїв.
- Перезавантажте обидва пристрої й ще раз відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.

Виклики не здійснюються

- Переконайтеся, що годинник підключено до телефону через Bluetooth.
- Переконайтеся, що ваш телефон і годинник отримали доступ до потрібної стільникової мережі.
- Переконайтеся, що на телефоні не встановлено заборону викликів для номера телефону, який набирається.
- Переконайтеся, що на телефоні не встановлено заборону викликів для вхідного номера телефону.
- Перевірте, чи увімкнено деякі режими. Якщо деякі режими увімкнено, звук вхідних викликів може бути вимкнений, а екран може не вмикатися під час отримання вхідних викликів.

Співрозмовники не чують вас під час виклику

- Переконайтеся, що не перекрито вбудований мікрофон.
- Переконайтеся, що тримаєте мікрофон близько до рота.
- У разі використання Bluetooth-гарнітури переконайтеся, що її правильно підключено.

Звукове відлуння під час виклику

Відрегулюйте гучність або перейдіть в інше місце.

Стільникова мережа або Інтернет часто відключаються, або якість звуку низька

- Переконайтеся, що для внутрішньої антени годинника немає перешкод.
- У місці зі слабким сигналом або поганим прийомом можна втратити зв'язок. Можливі проблеми з підключенням через перебої в роботі базової станції оператора зв'язку. Спробуйте вийти на зв'язок в іншому місці.
- У разі використання пристрою в дорозі служби бездротових мереж можуть бути недоступними через проблеми в роботі мережі оператора зв'язку.

Акумулятор не заряджається належним чином (для зарядних пристроїв, рекомендованих компанією Samsung)

- Переконайтеся, що ви як належить приклали годинник до безпроводового зарядного пристрою.
- Зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру для заміни акумулятора.

Акумулятор розряджається швидше, ніж на початку його використання

- Якщо годинник або акумулятор піддається впливу дуже низьких або дуже високих температур, корисний заряд може зменшуватися.
- Використання заряду акумулятора збільшується під час використання певних програм.
- Акумулятор із часом зношується, а його корисний заряд зменшується.

Годинник гарячий на дотик

Під час використання програм, які потребують більше потужності, або в разі тривалого використання програм годинника може ставати гарячим на дотик. Це нормально й не впливає на роботу чи термін служби годинника.

Якщо годинник перегрівається або впродовж тривалого часу є гарячим на дотик, не користуйтеся ним деякий час. Якщо годинник продовжує перегріватися, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Годинник не може визначити поточне розташування

Годинник використовує інформацію щодо розташування від телефона. Можливі перешкоди для сигналів GPS у деяких місцях, наприклад у приміщенні. Налаштуйте пристрій на використання мережі Wi-Fi або мобільної мережі для визначення поточного розташування.

Невелика щілина навколо зовнішньої частини корпусу годинника

- Вона є необхідним елементом технології виробника; також може виникнути невелике гойдання або вібрація частин пристрою.
- Через деякий час щілина може дещо збільшитися у зв'язку з тертям між частинами.

Недостатньо вільного місця в сховищі годинника

Видаліть непотрібні дані, програми, які не використовуються, або файли, щоб звільнити місце в сховищі.

Виймання акумулятора

- Для виймання акумулятора, зверніться до авторизованого сервісного центру.
- **Не намагайтеся самостійно вийняти** акумулятор задля власної безпеки. Якщо акумулятор вийняти невідповідним чином, це може призвести до пошкодження пристрою та акумулятора, травмування та/або призвести до ненадійної роботи пристрою. Якщо ви є фахівцем і вам необхідна інформація про безпечні способи розборів, демонтажу або видалення акумулятора, напишіть нам на адресу електронної пошти: erims.sec@samsung.com.
- Компанія Samsung не несе жодної відповідальності за пошкодження чи втрати (згідно з контрактом або деліктом, включаючи недбалість), які можуть виникнути через несправність за точне виконання даних попереджень та інструкцій, окрім випадків травмування або смертельного випадку через недбалість, що спричинена компанією Samsung.

Моделі з радіопередавачем або радіомовним приймачем

- "Самсунг Електронікс Ко., Лтд." заявляє, що це обладнання відповідає вимогам «Технічного регламенту радіообладнання», затвердженого постановою Кабінета Міністрів України від 24.05.2017р. № 355.
- Повний текст декларації відповідності доступний за такою адресою: <http://www.samsung.com>.
Перейдіть на сторінку Підтримка > Пошук за кодом моделі.

Для моделей з радіопередавачами застосовується така інформація

- Це обладнання може використовуватись на території України.

Виробник: «Самсунг Електронікс Ко. Лтд.» (Samsung Electronics Co., Ltd.), 129, Самсунг-Ро, Йонгтонг-Гу, м. Сувон, Кьонги-До, 16677, Республіка Корея.

Імпортер в Україні: ТОВ «Самсунг Електронікс Україна Компані» (01032, м. Київ, вул. Льва Толстого, 57), виконує функції виробника щодо прийняття претензій від споживача, а також забезпечує організацію ремонту та технічного обслуговування виробів.

Смуга частот та режим (SM-L300 / SM-L310)

Смуга частот та режим	Вихідна потужність
Wi-Fi 2,4 GHz	20 dBm
Wi-Fi 5,1–5,7 GHz	20 dBm
Wi-Fi 5,8 GHz	25 mW
Bluetooth 2,4 GHz	20 dBm
NFC 13,56 MHz	42 dBμA/m на відстані 10 м
Бездротова зарядка (100–148,5 kHz)	37,7 dBμA/m на відстані 10 м

Смуга частот та режим (SM-L305F / SM-L315F / SM-L705F)

Смуга частот та режим	Вихідна потужність
WCDMA Band VIII	24 dBm
WCDMA Band I	24 dBm
LTE 3/5/7/8/20	23 dBm
Wi-Fi 2,4 GHz	20 dBm
Wi-Fi 5,1–5,7 GHz	20 dBm
Wi-Fi 5,8 GHz	25 mW
Bluetooth 2,4 GHz	20 dBm
NFC 13,56 MHz	42 dBμA/m на відстані 10 м
Бездротова зарядка (100–148,5 kHz)	37,7 dBμA/m на відстані 10 м



Авторське право

© Samsung Electronics Co., Ltd., 2024

Цей посібник захищено згідно з міжнародними законами щодо авторських прав.

Заборонено відтворювати, розповсюджувати, перекладати або передавати в будь-якій формі або будь-якими засобами, електронними або механічними, включно із фотокопіюванням, записуванням або зберіганням на будь-якому пристрої для зберігання даних чи в інформаційно-пошуковій системі, жодну частину цього посібника.

Товарні знаки

- SAMSUNG і логотип SAMSUNG є зареєстрованими товарними знаками компанії Samsung Electronics Co., Ltd.
- Bluetooth® є зареєстрованим товарним знаком компанії Bluetooth SIG, Inc. в усьому світі.
- Wi-Fi®, Wi-Fi Direct™, Wi-Fi CERTIFIED™ та логотип Wi-Fi є зареєстрованими товарними знаками компанії Wi-Fi Alliance.
- Усі інші товарні знаки й авторські права належать відповідним власникам.